



两部门今天联合整治美食街

重点整治占道经营、店外经营、乱搭乱建行为

本报5月6日讯(见习记者 崔洋洋) 7日起,张店区城管执法局、区公安部门组成联合执法队伍,对美食街开展集中整治。

5月3日,张店区城管执法局对美食街摆摊设点的业户下达了《限期整改通知书》,要求存在占道经营、店外经营、乱搭乱建等问题的各经营业户,自接到通知后,必须在5月6日24时之前自行拆除乱搭棚亭,并自行撤离该地段。

7日起,如果美食街还有拒不整改的商户,区政府将组织区城管执法局、区公安部门组成联合执法队伍,依照相关的法律法规对其实施集中清理整治。对在整治过程中有阻挠执法、暴力抗法等阻碍执行公务的,公安部门将根据相关法规进行处罚,构成犯罪的依法追究刑事责任。

据了解,美食街全长近千米,总占地面积2.8万平方米,多年来,美食街乱搭乱建、乱摆乱放、乱贴乱画等问题严重影响了中心城区的城市形象;交通堵塞、噪音污染、异味扰民等问题,也极大的影响了城市文明。

根据此前张店区下发的《2013年全区城乡环境综合整治提升活动实施方案》,此次将对美食街展开彻底的综合性整治。



▲大限来临之前,美食街依然繁华。 本报记者 王鑫 摄

美食街未来,牵动众人心

本报5月6日讯(见习记者 崔洋洋) 作为淄博最繁华的一条商业街,美食街是许多市民购物消费的首选之地,面对存在的各种问题,很多人盼望美食街尽快美起来。

市民刘女士说,下班后到

美食街逛逛成了她每日的“必修课”,几乎自己需要的东西在这里都可以买到。但是市民高先生却认为“美食街‘脏乱差’、交通拥堵、噪音污染严重。”

美食街上一家店铺的店主

崔先生告诉记者,自从获知整改通知后他就感觉比较矛盾。“美食街确实存在不少的问题,但在一定程度上也丰富了市民的生活。”崔先生告诉记者,他也希望通过此整治,能够还美食街一个干净整洁的环境。

您有锦囊妙计
请和本报联系

本报5月6日讯(见习记者 崔洋洋) 近日,本报对张店美食街整改的连续报道引发市民广泛关注。

有不少市民联系本报,希望通过本报向相关部门反映美食街改造建议。“这几天,我一直关注你们对美食街的报道,我在这住了这么多年,对美食街有很深的感情,希望能够通过咱们报纸向有关部门反映一下关于美食街改造的建议。”6日下午,家住张店城中小区的刘先生致电本报说。同时,还有不少市民向本报表达希望可以为美食街的改造出谋划策。

我们都希望美食街尽快美起来。如果您对美食街整治有更好的想法和建议,请和本报联系。本报热线电话118114转齐鲁晚报。

瘦身减肥健美体操 帮你塑造好身材

好身材是所有美女们的共同目标,夏天到了,更要展示曼妙身材,如何瘦身成了当务之急,节食?抵挡不了美食诱惑。那就运动吧!(中韩)友谊整形美容提醒您,能达到瘦身的最佳效果的非健美操莫属,在运动过程中必须注意以下两点,才能帮你塑造一个完美身材。

1 运动时间要长

有效的减肥操要求练习者运动时间保证在90~120分钟,而且不包括运动前后的准备和整理时间;若只是以预防肥胖为目的,运动时间可为60~90分钟。很多人不理解,为什么减肥操要跳这么长时间。首先在进行有氧运动时,有一个数字非常重要,它就是“30”。也

就是在进行有氧运动30分钟后,人体的供能方式才由糖原释放能量向脂肪释放能量转化,也就是在30分钟后脂肪才开始被动员。大约运动1小时后,运动所需的能量才以脂肪供能为主。如果想扩大消耗脂肪的成果,当然需要90~120分钟了。

2 减肥不要贪快

在跳操初期出现体重不减反增的现象也不要就此放弃,这是很正常的。因为开始锻炼时由于肌肉重量有所上升,而脂肪的消耗速度较慢。坚持运动,肌肉重量的增加

逐渐减小,体重开始下降。如果你能按要求坚持跳2~3个月的减肥操,你就可以享受别人对你瘦身的赞美了。但也不排除个别不愿意偷懒的人,会加大运动量或者过分

延长时间,导致减重太快。在减肥的过程中要记得另外一个数量“2千克”。减肥速度控制在每个月减去2千克是国际规定的安全速度,超过了健康反而不利。

为完美身材,快快行动起来吧!