



### 巧妇之炊

#### 土豆炖排骨

- 1、土豆、胡萝卜、青椒、香菇、洗净切块,放水中浸泡;
- 2、沸水烫排骨,去血沫,沥干水分;
- 3、锅内倒油烧热,放姜片、蒜片煸炒,下排骨,翻炒后烹入料酒,加入白糖、酱油、葱段、大蒜、花椒、八角,翻炒均匀;
- 4、加入清水,炖制30分钟至排骨软熟;
- 5、放土豆,香菇和胡萝卜块,加入盐调味,继续炖至土豆变软,胡萝卜软熟。
- 6、出锅前加入青椒片翻炒几下。

见习记者 孙丽娟 整理

# 周六,去看看“云计算”

本报1月16日讯(见习记者 孙丽娟) 威海是国家首批智慧城市试点,这智慧来自一片“云”。这“云”到底是什么?本周六上午9点半,小记者体验活动走进威海云计算中心,人数限定50人。

高新区火炬路169号北洋集团是山东省内第二大云计算中心,一期已完工。这片“云”的终极目标是:把包括公交、森林防火、图书馆等公共服务“打包集成”,便于机构、居民按需索取。报名者可以乘坐12路、

34路、K1路公交车,在多米利家俱站点下车。

按照“小记者姓名+学校+班级”的格式,编辑短信发送至18660327061即可。小记者的作文请发送至邮箱:slj1987ok@163.com,择优刊登。

## 周日,习文又练武

本报1月16日讯(记者 王帅) 1月19日(本周日),本报将组织小记者在全国武术冠军于涛的指导下学习武术,学几招防身术。另外,优秀儿童文学作家将为小记者讲解阅读赏析、写作技巧点拨等。

此次的武术老师是于涛,他是全国武术冠军、国家武英级运动健将、武术七段、国家一级武术裁判。另外一位文学专家是山东省作协会员、儿童文学作家,她会让小记者到“常春藤教育咨询”踏上思想的骏马,驰骋在心灵的牧场。

活动时间:1月19日(周日)上午8:40,集合地点:环翠区海滨路5-4号3楼(梦海小区南300米),(公交线路:乘10路车在梦海小区站点下车;青岛路车在骨科医院站点下车,然后沿海康街行至海滨路,届时会有引导人员)。报名电话:18906310641,小记者的心得可发送至wangshuai399@126.com。

## 周六,一起学剪纸

本报1月16日讯(见习记者 桑志朋) 1月18日(本周六)下午2时,小记者体验活动将走进环翠区剪纸协会,领略剪纸的艺术与魅力,即日起接受报名。

活动将带领小记者领略剪纸作品的魅力,并有剪纸大师现场传授剪纸技巧,让

小记者充分领略剪纸带来的艺术享受。

2014年小记者可报名参加本次活动,此次只接受电话、短信报名,报名电话为13869027465。

小记者报名成功后,于1月18日(本周六)下午13时50分在文化名居广场中国银行

门前集合,可乘坐7路、19路、48路、110路、101路等公交车在小商品批发市场站点下车,步行至文化名居广场。

活动限定名额30人,小记者可将活动感受整理成文,发送至电子邮箱1209024197@qq.com,本报将择优刊发。

## 周日9点请你来听 咋警惕寒假综合征

本报1月16日讯(见习记者 桑志朋) 19日(本周日)上午9时,本报将邀请山东省家庭教育指导专家库成员、“金钥匙”学习潜能训练中心主任刘涛老师,为学生和家长详细解答怎样防范孩子们的假期综合征,如何处理娱乐和学习关系。

刘涛老师是山东省家庭教育指导专家库成员、“金钥匙”学习潜能训练中心主任,从事家庭教育研究二十余年,善于引爆中小学生学习动力。19日(本周日)上午9时,本报将邀请刘涛老师做客威海市妇女儿童活动中心,开设公益免费讲座,详细讲解如何引爆孩子的学习动力、警惕并防范孩子的假期综合征,以及教导家长如何处理孩子假期的学习和娱乐的关系。

活动名额共计100个,欢迎本报小记者报名参加。报名电话为13869027465,接受电话和短信报名。活动地点位于市文化艺术中心一楼(市会展中心北),小记者及家长可乘坐1、12、101、116、33、37、41、26、43、53等多路线公交车到威家庄(市文化艺术中心)站点下车。

### 齐鲁晚报·今日威海

新浪微博:  
@今日威海



新闻热线:96706

新闻中心:5201113

15906310630

投稿邮箱:jrwh002@163.com

发行热线:5203337

广告热线:5203331

总编辑邮箱:jrwh001@163.com

投诉监督电话:5282226

体彩

排列3第14016期中奖号码为:9、8、2。

排列5第14016期中奖号码为:9、8、2、4、3。

## 有“福”同享

作品描述:贴个“福”字,饲料和兽药,大家有福同享。

拍摄时间:1月12日

拍摄地点:安丘

作者:徐培学

“联通电影城杯”草根拍客

投稿邮箱:wangshuai399@126.com,QQ:846465852。

我们每月将择优评出5张作品,5名获奖读者分别获联通电影城电影票2张(60元/张)奖励。



# 神奇记忆法让你一个都不忘

### “记过不忘法”免费说明会周末举办

世间万物相生相克,有了矛盾,也就出现了盾。有遗忘,就一定有克服遗忘的方法。平时记过的知识考试时一个都不忘,是所有学生做梦都想达到的最高境界。如今,这个梦想可以成为现实。

记忆专家姜铁利经过26年研究,根据大脑遗忘的规律,创造出独特的“记过不忘法”。其最大特点是“平时记过多少考试时就能回忆出多少,一个都不会遗忘或丢失。”这是人脑记忆史上的一项重大的创新和发明(与所有记忆法不同)。

发明人早时记过的1000多

首古诗词、文言文及所有杂乱无章的知识(约十万字)存在他的大脑里就像存在电脑里一样,回忆时一个字都不忘,而他靠的正是他自己所发明的“记过不忘法”,他将于18日、19日上午举办的“记过不忘法”免费推广会上现场表演,验证虚实。

“记过不忘法”不同于传统的记忆法。传统的记忆法背得快,忘得也快。而“记过不忘法”不仅背得快,且可达到一个都不忘的效果。谁都知道,学习不是看谁背得快,而是看你记住多少。所以,学习、复习和考试,不忘才是硬道理,不忘才是提高成

绩的根本之法。

此方法已在沈阳教委科研立项,东北三省试推广阶段效果极佳。用此方法快速提高成绩的学生不胜枚举。此方法六小时即可学会。宛广

适应人群:小学初中高中大学及成人(要求家长与学生一同参加,学生没时间家长亦可)

时间:1月18日、19日上午10点凭本广告入场。

电话:15853398182 姜老师

地址:威海市文化中路小商品城西侧,自然乐园南门6楼602室

祥府家酒,好喝不上头

白酒作为中国古老历史的传承,代表了中国酒文化的传统与经典,吉斯集团利用享誉中外的烟台地产水果资源,在发扬中国传统酿酒技艺基础上,研制出具有专利技术的水果白酒酿造工艺,首开水果发酵蒸馏白酒之先河,诠释了中国特色白酒的新时尚。既有独特浓郁的果香,又有传统白酒的醇厚与舒爽,回味悠长,且不含甲醇和甲醛等有害成分,具有“好喝不上头”的特点,实为倡导健康、引领时尚、激发活力的新一代白酒的上乘之作。

jisiji 吉斯集团

烟台吉斯波尔葡萄酒有限公司出品

服务热线:400-658-2211

http://www.gisbelle.com



酒家府祥  
香道堂和  
情昌生缘  
浓隆辉自  
醇康万千  
尔泰万家  
圣吉禄福

