

7日
生活指数



旅游:一般
风稍大,较强降雨
将给出行带来不便。



穿衣:舒适
建议穿长袖、衬衫、
单裤等服装。



感冒:少发
感冒机率较低,避免
长期处于空调屋中。



交通:一般
交通气象条件一般,路
面比较湿滑,请注意行驶。

第九届东明西瓜节开幕

19.40公斤“西瓜王”诞生



西瓜王李国富抱着自己的大西瓜。本报记者 李贺 摄

本报东明8月6日讯(记者 李贺) 6日和7日,第九届东明西瓜节开幕,共有300余名瓜农参加。一系列以西瓜为主题的趣味活动让现场笑声不断。在备受关注的西瓜王大赛中,来自东明县东明集的瓜农李国富荣获此次擂台赛的“瓜王”称号,他透露自己的种瓜经就是“大肥、大水、好瓜种”。

6日上午,第九届东明西瓜节在东明大广场开幕,现场人头攒动,歌舞表演赢得掌声不断。“快点,快点,还有最后一块……”在西瓜节上,一系列以

西瓜为主题的趣味活动将现场气氛推向高潮。其中吃西瓜比赛可谓让参赛者们吃了个尽兴,男生组、女生组,选手们吃起西瓜来简直是“风卷残云”,让市民哈哈大笑。

最引人注目的就是瓜王大赛。只见16个硕大的西瓜被一字摆放在舞台上,每个都是西瓜中的“小巨人”,每个选手都信心满满,工作人员将参赛瓜记录贴标后现场称重。

可是决战西瓜王时却发生了意外,竟然出现了并列第一名,这可把观众逗乐了,评委会

不得不把瓜秧摘得干干净净,然后加赛一场。最终东明县东明集李行村瓜农李国富以0.02公斤的优势斩获“瓜王”称号,他的大西瓜重达19.40公斤。

此次获奖瓜农分别领取农用机动三轮车、一吨肥料、电瓶车等奖品。李国富抱着自己的大西瓜笑得合不拢嘴。当大家问起他是如何种出这么大的西瓜时,李国富概括为“大肥、大水、好瓜种”,即多施肥,不过是好肥料,均是测土配方的肥料和生物肥,今年农田干旱,他浇地三次,保证了西瓜的需水。

据了解,东明县是国务院第一批命名的“中国西瓜之乡”,年种植面积40万亩。作为东明农业的支柱产业,东明西瓜在农村经济发展中有举足轻重的地位。西瓜节的举办就是为了让东明西瓜产生更大的经济效益和社会效益,让更多的人了解东明西瓜、认知东明西瓜、购买东明西瓜,让东明西瓜走得更高更远,让东明瓜农更加增产增效。

健身达人路荣魁:

慢跑,让他“越活越年轻”



本报菏泽8月6日讯(记者 李德领) “以前干个体时,工作忙应酬多,有次还因心脏病住进医院,后在了解到‘运动+营养=健康’这一理念后,不仅在运动、饮食上更加注意,不仅没再犯过心脏病,精神也越来越好。”在安利菏泽分公司见到路荣魁时,他便滔滔不绝地向记者讲述着自己的健身之道。

家住成武的路荣魁今年58岁,是一名安利志愿者。“以前自己干工厂,工作忙应酬多,不懂得运动,增加营养,再加上对工作比较负责,工厂的不少事都亲力亲为,慢慢地身体开始有些吃不消,还曾因心脏病住进医院。”路荣魁说,在家人的催促下,他开始锻炼,但“无论做什么锻炼,都要提前准备好

鞋子、衣服,很浪费时间,慢慢地也就坚持不下去了”。

一次偶然机会,路荣魁了解到“运动+营养=健康”这一理念,便开始注重运动和饮食,“现在每天都慢跑,并根据自己的身体状况进行调整,觉得累了就少跑一、两圈,多走点,感觉好的时候,多跑点。”路荣魁说,“紧握双拳对肝脏有好处,揪耳朵对肾脏有益,平时工作累了可以做这些不受时间、地点限制的运动。”

除了运动,在饮食上,路荣魁也刻意进行节制,“现在酒戒了,在饮食上也会调理,不再暴饮暴食,做到营养均衡。”路荣魁说,从2003年认识“运动+营养=健康”这一理念后,也成为一名安利志愿者,平时都会向身边朋友介绍这一健康理念,“最重要的是,在注重饮食和运动的重要性后,7年间再没犯过心脏病,不少人都说我‘越活越年轻’。”

中达御园营销中心盛情纳客

8月6日,中达御园营销中心正式对外开放。极富现代感的售楼中心内,众多市民争相到场,一睹“御园”风采。

中达御园项目位于菏泽市区长江路以南,赵王河以东,是中达地产2014继名门世家之后推出的又一力作。该项目以名校学区房为核心卖点,秉承中达地产“用心爱客户,让客户使用我们的产品更幸福”的服务理念,高标准设计,严要求管理,一流的物业服务,打造菏泽的精品项目。

据了解,中达御园项目总用地93亩,总建筑面积23万平米,规划设计8栋高层,1栋小高层,4栋多层。该项目位置绝佳,交通便利,周边配套完善。加之位于实验小



学等名校学区,同时坐拥赵王河沿岸得天独厚的自然景观,是中达地产12年辉煌历史集大成之作,必将成为2014年菏泽地产界耀眼明星。

(郭继波)

夏季安全行车小贴士

Octavia全新明锐为你支招

夏季一到,逐渐增多的高温、雨水天气对日常开车来说是不小的考验。那么,究竟如何才能更好地应对夏日极端天气,消除出行隐患?斯柯达Octavia全新明锐为你支招。

1、实时关注胎压

夏季高温袭来,路面温度较高,汽车的胎压如果不合适容易发生爆胎。因此,开车前先检查胎压是一项不可省略的工作。

2、警惕疲劳驾驶

Octavia全新明锐提供的疲劳驾驶提醒系统堪比贴心管家,实时关注你的驾驶状态,带来更多安全保

障。当车速长时间高于65km/h时,Octavia全新明锐的疲劳驾驶提醒系统将根据EPS信号以及其他相关数据判断驾驶员的一些非正常操控,积累到一定值时,系统将通过报警音以及仪表图像进行警示。第一次提醒过后间隔十五分钟,将进行第二次提醒,主动提醒以避免疲劳驾驶。

3、防雨防晒很重要

夏季日晒雨淋,很容易导致车身锈蚀。如果条件允许的话,最好将车辆停驻在阴凉且避雨的地方,以避免雨水以及日晒对车身造成的伤害。

4、雨中行车需小心

雨中行车,不仅视野会受到影响,湿滑或者积水的路面也会让驾控变得更加复杂。除了保持精神高度集中,在过弯以及制动时也应尽量放低车速,以避免发生车辆侧滑或甩尾等危险情况。秉承德系车在安全上的领先优势,Octavia全新明锐的一系列前瞻配置也为雨天行车打下了扎实的安全基础。

夏季行车,我们还应注意汽油不宜过满,同时密切关注水温变化。一辆好车上周全的防范措施,让出行更加愉快轻松! (张虹)