

# 周六来人民广场看健身舞比赛吧

## 将从20多支参赛队伍中评选出最后八支晋级决赛的队伍

本报聊城7月16日讯(记者李军) 聊城市(东昌府区)第五届全民健身运动会“红星美凯龙杯”健身舞大奖赛第三场预赛本周六开幕,将有20多支队伍进行比赛,地点为人民广场,将评选出最后八支晋级决赛的队伍。

近年来健身操舞悄然兴

起,不仅在城区公园,还是小区广场,都能看到大妈们活跃的身影,就连农村的健身广场上也掀起了以健身、娱乐为目的的广场舞。她们虽然没有专业舞蹈者婀娜的舞姿,但从她们身上体现出来的那种精神面貌和自信,令人钦佩。

此次城市健身舞大奖赛由

聊城市体育局、东昌府区人民政府主办,东昌府体育局及齐鲁晚报承办。比赛共分预赛和决赛两个阶段,其中预赛分为三场举行。目前,经过两场预赛比拼,已有18支队伍成功晋级决赛。

参赛项目以公众可以广泛参与的健身舞为主导,不分舞

种,可从各种健身舞中自行选定并加以改编。不提倡做高难度、危险性动作。参赛服装统一、美观大方。参赛队伍交通、餐饮自理。本次健身舞大奖赛设立了价值万元的丰厚奖励。最终产生一等奖、二等奖、三等奖等数名,凡获奖者均为现金奖励。

## 聊城超额完成上年度节能目标

本报聊城7月16日讯(记者杨淑君) 记者从聊城市经信委获悉,近日,省政府通报2014年度各市及省有关部门节能目标考核情况,聊城以全省第八名的成绩超额完成任务,获得通报表扬。

据悉,2014年,聊城万元GDP能耗同比下降6.056%,超出省下达全市的节能任务目标2.756个百分点;六大高耗能行业产值占地区工业总产值比重由2013年37.70%降为36.70%,下降1个百分点;市财政列支节能研发资金753万元,占全市应用技术研究与开发经费一半以上,占市级财政收入0.55%,较2013提高0.02个百分点;新能源和可再生能源发电装机容量达到125兆瓦,在建规模185兆瓦。全年共实施节能重点项目119个,完成投资246亿元。

2015年是“十二五”收官之年,也是聊城建设国家节能减排财政政策综合示范城市启动之年。示范城市建设三年期间,聊城每年都将接受国家节能目标评价考核。

# 聊城肺结节诊治中心昨正式成立

## 有助肺癌早期诊断,为患者把握最佳治疗时机

本报聊城7月16日讯(记者王尚磊 通讯员杜平) 16日,中国肺癌防治联盟聊城肺结节诊治中心落户聊城市人民医院。该院院长张彬表示,该中心的成立将提高医院对早期肺癌的诊疗水平,有助肺结节患者对肺癌早发现、早诊断、早治疗,为患者把握最佳治疗时机。

中国肺癌防治联盟主席白春学表示,中国肺癌死亡率占癌症死亡率的19.4%,排在因癌症死亡的病例数据首位,取代了肝癌成为中国致死率最高的恶性肿瘤,目前肺癌早期诊断率很低,约七成患者在诊断时已是晚期,失去了手术治疗机会。

肺结节的定性诊断关系

着患者的生命健康,记者了解到,近几年,体检发现肺结节人数有所增多。白春学表示,CT筛查发现的小结节难诊断的原因在于结节通常大小不一,新旧交替种类复杂,尤其是1厘米以下的微小结节,更是摆在医生面前的难题,万一错把肺癌当良性,那就会耽误患者最佳的治疗时间,等拖到中晚期再治疗,疗效就会大大下降。

“结节超过5毫米的就要每三个月到半年随访一次,超过8毫米的就要及时手术,以免发生肺癌。”白春学建议,患者最好根据医生建议加强随访频率,密切关注肺部变化。建议55岁以上人群每年做一次CT检查。



肺结节诊治中心成立,白春学教授在市人民医院义诊,为患者诊断病情。 本报通讯员 武文韬 摄

## 怀孕期间不宜戴隐形眼镜

本报聊城7月16日讯(记者王尚磊 通讯员李林) 怀孕期间带隐形眼镜稍不注意,就可能使角膜发生溃疡。16日,记者从眼科医院获悉,怀孕期间角膜水肿、厚度增加且泪液分泌减少,有的孕妇配戴隐形眼镜不注意清洁容易患上角膜溃疡。

聊城市眼科医院的专家表示,在怀孕期间,孕妇的眼睛会因为体内的各种激素水平及新陈代谢的改变而发生改变,角膜水肿、厚度增加且泪液分泌减少,使得眼球表面干涩,因此更不适合隐形眼镜的配戴,最好减少配戴次数及时间长度。如果原先配戴的

隐形眼镜没有不适,怀孕初期仍可继续配戴,不过也要减少配戴时间。同时在清洁方面要加强,因为泪液粘稠导致镜片沉积会增加,如继续配戴则可能会有角膜溃疡之危险了,所以孕妇最好是能定时到医院作眼睛表面角膜结膜的检查,以防万一。

“怀孕最后3个月,有可能的话最好不要戴隐形眼镜,直接改戴普通有框眼镜。”专家表示,如果平常时间是配戴有框的普通眼镜,在怀孕期间也不宜改戴隐形眼镜,因为角膜的改变会使得配戴的难度增加而难以适应,反而会对眼睛造成伤害。

## 夏天吃西瓜小心激素催熟

本报聊城7月16日讯(记者焦守广) 夏天天气炎热,吃上几块西瓜既解热又解渴。16日,记者从聊城食药部门了解到,由于有些西瓜到达目的地后还不熟,有不法商贩就给西瓜注射各种激素和红色素,为了增加甜度,还注射糖精,提醒市民注意辨别。

据了解,西瓜主要是靠日照积温来成熟,大棚西瓜一般成熟期为35天左右,成熟的西瓜籽黑;而催熟的西瓜,由于时间短,积温达不到,尽管瓜瓤红了,可瓜籽却仍然瘪白,非常容易分辨。购买时只要看一看瓜籽是黑是白就能辨别

是不是催熟瓜。正常成熟的瓜甜度达到9度以上,口感很好。而催熟的瓜吃在嘴里发酸,几乎没有甜味。这些西瓜虽然瓤红了,但西瓜籽却是白色的,吃到嘴里直发酸。正常成熟的西瓜一般可以保存一周以上,最长可达10天;而催熟的西瓜,最长只可以保存两天。与自然成熟的西瓜相比,用激素催熟的西瓜耐贮性大大下降。

另外,还可以通过气味来分辨是催熟西瓜还是正常成熟的西瓜。正常成熟的西瓜,表皮上可以闻到瓜香味,催熟瓜不仅没有香味,有的还有异味。

## 本地瓜下市 西瓜价格走高

本报聊城7月16日讯(记者张召旭) 15日,记者走访发现,眼下本地西瓜已下市,市场在售的多是外地西瓜,相比前段时间,价格也逐渐上涨。

“西瓜都涨到7毛钱了,前段时间才4毛钱,没几天时间价格几乎翻了一番。”15日上午,市民赵女士在城区一家超市买西瓜时说。超市工作人员介绍,西瓜价格是最近一段时间才涨上来的。

记者走访城区一些瓜果市场和超市发现,随着本地西瓜下市,城区目前在售的多是河南、河北等地西瓜。“现在西瓜都是外地瓜,本地瓜基本都找不到了,而且最近几天天气比较热,西瓜销量也越来越好,前几天都卖断货了。”城区一家超市工作人员介绍,随着天气渐热,西瓜也出现了供不应求的现象。未来一段时间,西瓜价格还会持续走高。

# 楼市利好 抢房趁早

2015年上半年,全国房地产市场都是一派欣欣向荣之景,成交明显回暖是不争的事实。央行半年时间内连续四次降准三次降息,在几近疯狂的中国楼市中实属罕见,而当下仅为5.4%的基金利率,也刷新了“史上最低利率”。利率的多次调整对楼市复苏产生积极影响,各银行不再摆出高高在上的姿态,开始推出不同程度的利率优惠。沉寂了一年的楼市正预备重振旗鼓之时,股市维持了半年多的“牛市”又画风突变,“一熊到底”。股市重创对房地产间接作用,一股“弃股转楼”的热潮再次来袭。下半年的序幕刚刚拉开,“一揽子”的楼市利好政策就扑面而来,与以往单一的房地产市场调控不同,今年推进楼市回暖的因素更加复杂而多样,如此可见刚需买房或迎来“最佳时机”!

## 媲美海景房 恒大名都湖景美宅

园林景观一直是恒大名都的一大卖点,作为江北水城首屈一指的高端住区,恒大名都都在景观打造上十分用心。恒大集团聘请国际一流园林设计单位精心设计,大手笔投入。以大面积的核心水景为特色,修剪成型的植物色块,结合自然生态的人工湖景观及观赏性较强的植物景观,同时穿插多样的欧式雕塑和特色花钵,从而营造出浪漫而华丽的欧式皇家水苑园林。

### 坐拥齐全好配套 变身优质学区房

恒大名都自规划之初,就考虑到业主的日常购物消费需求。因此,项目在社区内的中央大湖畔打造5200m<sup>2</sup>的超大名流会所,良好的环境与设施大大满足了业主娱乐、商务、健身等需求。社区内还分布着健身中心、咖啡吧、羽毛球馆等全民公共设施,为业主们提供锻炼与休闲的空间。恒大名都更为爱逛街的女业主们建造了高端欧陆风情商业街,满足她们的短程购物需求。项目周边还拥有医院、银行、餐厅、商业中心等生活、医疗配套,轻松实现10分钟生活圈。恒大名都还拥有优质的教育配套,这无疑受到父母们的青睐。项目北临聊城最丰富的教育资源,一路之隔,学府重

### 环保精装好户型 建造舒适好房子

恒大名都的房子户型方正,动静结合巧妙,布局科学合理。坐南朝北的户型保证了整个起居室的充足采光和良好通风。超高面积利用率,使得大小户型都有阔绰的空间。而餐厅、客厅一体化简约设计,让家里的“动区”更热闹。更有飘窗设计保证户户推窗观景。就拿刚需三房户型来说,户型坐北朝南,厨房与餐厅分离独立区域,附带生活阳台,在家里客厅就能享受阳光与美景。主卧朝南,并设有独立的卫生间,而卧室里也配有景观飘窗,让业主“静区”也能获得美景享受。大大提升业主们的居住舒适度。除了人性化的户型设计,恒大名都精装房户型还充分考虑到建筑材料的环保。恒大



集团全部采用统一采购统一配送的高品质材料,与多乐士、TOTO、奥珀等一线品牌合作,不仅从源头降低项目装修成本,还能保证房子建筑材料的环保品质。让业主花的每一分钱都物有所值,更让一家大小住得安心住得健康。恒大名都精装房聚集了西门子、海尔、老板等满屋名牌,将户型设计与品牌有机融合,让业主避免了反复的装修工程,这也是一种节约、环保的体现。

### 首付2万起 抢106-150m<sup>2</sup> 绝版湖景大三房

随着国家降息、降准等利好政策的出台,聊城恒大名都贯彻恒大集团立足民生地产理念,最大程度让利利于消费者,现阶段首付2万起,即可抢购106-150m<sup>2</sup>绝版湖景大三房,并且赠送1500元/m<sup>2</sup>品牌精装,让购房者买得好、买得值。