

讲述您与农业银行的历史故事

农业银行烟台分行征文活动圆满落幕

为讴歌山东省农业银行成立60周年,自今年3月份起,中国农业银行烟台分行举办了“讲述您与农业银行的历史故事”有奖征文活动。近日,烟台分行邀请当地资深媒体人,本着公平、公正、公开的评分准则,对200余篇参赛稿件进行了认真评选,最终评选出一等奖1名,二等奖3名,三等奖5名,优秀奖10名。同时,将部分优秀稿件在相关媒体特设专栏进行了刊登。

据了解,此次征文活动受到了广大烟台市民和农行客户的广泛关注和积极投稿,大家结合自身经历,用心记录了多年来发生在农行之间的许许多多动人的故事和感触。征文作品的题材多样,

角度宽广,从衣食住行到社会发展,从城市建设到新农村建设,到处都能体现出农行烙下的深深印记,涵盖了社会各个层面。参赛作品热情饱满,或以小见大,或抒发情感,行文流畅,笔触感人,蕴含深厚文化底蕴的散文、诗歌字字珠玑地表达了对烟台农行的赞扬之情,以及对山东农行60华诞的深深祝福。

自农行成立以来,烟台市经济社会发生了巨大变化,这期间烟台农行为城市、农村经济社会发展提供金融支持,做出了巨大的贡献,自身也取得了辉煌成就,截至2015年10月末,烟台分行各项存款余额915亿元,贷款余额510亿元。

获奖作品

一等奖(1名)
默默的情缘

二等奖(3名)
我与农行的“恩怨”
烟台农业银行情(组诗)
“打存根”中看变迁

三等奖(5名)
我在农行的工作经历
农行不仅是农民的命脉,也是我

们公安干警、全县人民的命脉
一件囧事
农行,我心中永远的家
我与农行三十年

优秀奖(10名)
励精图治谋发展,浓墨重彩写华章

孙姐·五笔·凤凰台
让K宝飞
我的农行烟台分行情缘

我与金穗卡的故事
我与农行同行
我与农业银行的交往
一厘米的爱
与农业银行交往的那些日子
“缘”情

请获奖作品作者携带有效证件前往中国农业银行烟台分行领取奖励,地址:烟台芝罘区南大街245号;联系电话:6688912。

吃了一段时间苦荞面,肠胃轻松多了

本报12月1日讯(记者 张倩倩) 近日,家住二马路附近的袁大叔反馈,自己肠胃一直不太好,经常消化不良,吃了一顿苦荞面后,肠胃轻松多了,也比以前爱吃饭了。苦荞面主要成分是苦荞,据了解,苦荞含有大量膳食纤维、维生素,对于肠胃有益处,民间将其称为“清肠草”。如果您有购买需求或者咨询,可以拨打15963511116。

家住芝罘区二马路附近的袁大叔今年60多岁了。袁大叔非常干练,从年轻就爱锻炼,退休后还坚持练剑、打太极,每天都会去东花园锻炼、压腿。不过,袁大叔的肠胃并不好,用他

的话说,可能小时候家里穷,把胃饿小了,吃饭少,消化吸收不好,但自己不算瘦。

“瘦了倒是健康,但我就觉得肠胃负担大,吃点油水多的饭菜就好几天吃什么也不香,稍微吃点辣椒就便秘,总之非常敏感。”袁大叔告诉记者,已经也想过很多促进消化、治便秘的法子,不过效果也就一阵。

说起苦荞面,袁大叔说自己以前吃过苦荞米,把苦荞米和大米一起蒸着吃,还用苦荞炒过苦荞茶,不过没坚持太久。这次买苦荞面,也是听退休前的同事提起,袁大叔的同事有

多年的高血糖,吃了两个多月苦荞面,效果不错,并且还告诉袁大叔,苦荞面好处多多,建议他也吃。

11月初,袁大爷打电话订购了五斤苦荞面,每天早晨吃一顿。“起初就是当饭吃,我也没感觉有啥效果,大概20天吧,我就发现连续几天都会大便,肠胃很轻快了,跟排毒了似的,之后更想吃东西了。”袁大爷笑着说自己练习踢腿更带劲了。

据了解,生的苦荞需要经过适当的烘焙加工后才可做茶饮,但是苦荞的烘焙工艺要求较高,很容易炒过炒糊,或者炒的火候不到,破坏苦荞的有

效成分,影响口感以及芦丁的渗出率,所以建议市民不要炒苦荞米当茶喝。

同时,苦荞的蛋白质、脂肪都高于小麦面粉和玉米,蛋白质高于玉米面粉。维生素B2高于小麦面粉、大米,是玉米面粉的4-24倍。矿物质元素也都不同程度高于其他粮种。苦荞含有大量膳食纤维,对于肠胃功能有很好的改善作用,被民间称为“清肠草”。

谷荞源牌的苦荞面含有60%的苦荞,以及面粉加工制作而成。如果您有购买需求,或者有什么问题,可以随时拨打15589596566咨询。

市区主要销售网点:

南大街:芝罘区工人文化宫天桥南好孝心老年生活馆(6404288)
凤凰台:化工路锦绣北站 北200米 宋15563880779

幸福:芝罘区幸福中路东首(烟台广播电视报印刷厂院内)王15563880781
开发区:金城小区25-1-1 齐鲁晚报发行站李15563880780

牟平:牟平区正阳路老一中东桥头南50米上品烟酒行 13256900566
牟平宁海大街657号东巷内(百姓烧烤西胡同内)齐鲁晚报工作站4236110 刘15098581036 夏15275351057

小棋手和妈妈一起学围棋

《齐鲁晚报》丹朱围棋公益活动走进开发区

齐鲁晚报《今日烟台》和丹朱围棋联合开设公益活动《我和妈妈学围棋》,邀请想学围棋的孩子和家长一起参加,丹朱围棋教室

的优秀教师,叮叮老师、李宁老师、思玲老师、姚方老师、张伟伟老师等倾情开讲,用儿童化语言,以故事的形式引入围棋,将儿童成长

元素融入围棋教学,轻松活泼,生动有趣,寓教于乐,让小朋友快乐地学习围棋。

主讲:张伟伟老师

地点:开发区微速书院(海诺大厦1215室)

时间:周日上午10:30—11:30。

家长的参与,更是加深了和

孩子的感情,加强了家庭氛围,和孩子一起完成“快乐的围棋之旅”。

来吧,我们在等你。报名咨询电话:6619860,13854544777。

围棋课堂

叮叮方方讲围棋——《齐鲁晚报》丹朱围棋公益课堂(第五课)

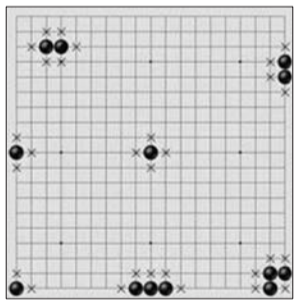
亲爱的小朋友,欢迎来到快乐的围棋世界!我是叮叮老师,上一课讲了《围棋礼仪——鞠躬礼》,今天一起来上第五课:《气》。

叮叮老师:“气”是指棋子在棋盘上与其有直线相连的交叉点,也是棋子的出路。

方方老师:棋子有气才能活。

叮叮老师:图中的“×”就是黑棋的气。

叮叮、方方:魔法小口诀:中间一子四口气,边上一子三口气,角上一子两口气,堵住鼻子没有气。



张伟伟老师在讲课。

纹枰论道

传奇,只会输给岁月

11月25日,中国第一人,97年出生的柯杰大帝,有惊无险地2:1击败朴永训;昔日王者李世石也以2:0淘汰了队友安成浚,两位极具个性的棋手,众望所归会师第二届MLILY梦百合杯。

世石说:“我有五成的机会。”柯杰说:“李世石说他有五成希望取胜,我想如果一共是一百成的话,他有五成。另外我想说,传奇是时候落幕了。”

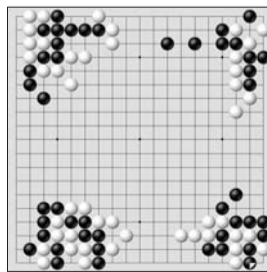
柯杰少年心性,傲娇无比,其实当年在李昌镐尚在巅峰的时候,李世石也曾激情四射地说,自己是世界第一人。

当年,李世石更是以弱冠之

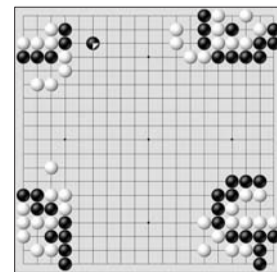
年,一人之力挑战韩国棋院的升段赛、奖金制度,不惜退出韩国棋院,也要打破不公。而对任何棋手,李世石却是谦逊有加,李世石当年为玉树地震捐款的数额,远远大于中国任何棋手。

不谈胜负,我会祝福李世石,即使他不敌柯杰,他不敌的其实是岁月,就像没人能击败吴清源、乔丹、马拉多纳一样,传奇不败,只是会输给岁月。

张鹏 丹朱围棋微信



【过关斩将】第五轮第五关答案图片



【过关斩将】第六轮第一关图片

过关斩将第六轮第一关

有奖征答活动:每过一关,除奖品外,累计10分,连闯五关的围棋爱好者,嘉奖价值180元的“丹朱围棋教学对弈平台卡”,一起来吧!

第一关

双方对杀,黑先,如何下?

将答案图发送到:丹朱围棋微信公众平台“danzhu6666”即可。

请上期将正确答案发到微信公众平台“danzhu6666”的围棋爱好者,去《齐鲁晚报》丹朱围棋训练营领奖。