

大妈大爷别着急,想上大学还有戏

山东老年大学首轮报名还剩部分名额,后期还有第二轮报名

本报12月24日讯(记者刘雅菲) 24日,记者从山东老年大学获悉,新生报名最火爆的时间已经过去,不少老年人都幸运地“抢”到了自己喜欢的课程。第一轮报名将一直持续到12月31日,在这一段时间内,有的课程还会有部分名额,想报名的老年人可以经常关注网上报名系统。

今年开始,山东老年大学新生全部采取网上报名的方式,开放7分钟,网站浏览次数即破3万,成功报名人数一分钟内即破百,半小时内超过一千,一些热门的课程更是在半个小时之内就全部报满。

24日,记者在山东老年大学看到,不时有老年人通过电话或者来到现场,询问是否还有名额。“第一阶段目前还没截

止,再加上开学前后的第二阶段报名,还将会有部分名额。”山东老年大学教务处处长傅立民说,在网上报名之后,要在三天之内进行缴费,有部分老年人报名之后没有成功缴费,名额便空了出来。此外还有一些报名之后又有所更改,也会出现部分空余名额。“这些名额我们每天早上8点会放到网上,想要报名的老年人可以经常关注报名系统,多刷新一下。”

第一阶段报名将于12月31日截止,明年2月中旬起将启动第二阶段报名。今年山东老年大学开始开设面向省直离退休老同志的省直文体骨干培训班,同时与济南市老年大学联合开办社区文体骨干培训班。24日记者了解到,从目前的报名情况来看,省直骨干培训班



2013年,数百名老年学员凌晨在山东老年大学排队报名。(资料片) 本报记者 摄

报名情况还不错。但是社区文体骨干培训班声乐和舞蹈两门课程的报名不是很理想,都还有很多空余名额。对此,傅立民表示:“因为社区骨干培训班报

名的时候需要持街道办事处出具的推荐信,我们也希望各个街道办能够多多支持我们的工作,让符合条件的老年人能够报上适合自己的课程。”

排查千余渣土点 关停存隐患土堆

本报12月24日讯(记者王小蒙) 24日起,济南城管与公安部门对全市渣土堆放点进行检测整顿,对存隐患的大型土堆一律关停。

济南市每年产生3000万立方米的渣土,尽管有9处倾倒场,但容量加起来仅够一年使用。加上位置偏远,运输成本高,正规渣土场一度出现“吃不饱”的情况。而与此同时,一些私设的渣土场却颇受欢迎,给几十元便能随便倾倒。随意乱倒或致渣土围城的报道屡见报端。据统计,济南市共有上千处渣土堆放点,其中不乏一些堆放已久,离居民区较近的渣土山。

为尽快消除渣土山的安全隐患,24日起济南市城管(行政执法)局与济南市公安局,在全市开展建筑渣土堆点查安全、扬尘集中整治行动。对全市建筑渣土堆点进行排查、整顿,对存在安全隐患的建筑渣土堆点一律关停。

24日一早,记者跟随两部门的执法人员,来到凤鸣路一处渣土堆放点。只见该堆放点约有十层楼高,紧邻鲍山花园南侧,渣土堆体积较大。渣土堆离居民区约三十米远,鲍山街道办设置了隔离石墩,渣土场已经封停不再使用。相关负责人介绍,接下来将对存在安全隐患的建筑渣土堆点设立“禁止倾倒”的标识牌,并派专人进行巡查、盯守。

济南农民工将实行实名制管理

未来推行银行代发工资,以解决讨薪难

本报12月24日讯(记者唐园园) 拖欠农民工工资现象普遍,讨薪难、管理难一直是建筑市场存在的问题,而问题的根源就在于混乱的用工市场。24日,济南市建委发布消息,为解决农民工讨薪难问题,济南将加快开发“建筑领域农民工综合服务平台”,对劳务人员实名制管理,未来还将推行由银行代发工资模式,努力从

源头上解决拖欠问题。济南市建委主任蒋向波称,从2015年第二季度,济南一些区县和项目就陆续发生讨薪上访问题,年底尤为明显。初步统计,今年以来80%拖欠农民工工资问题均由建设单位拖欠工程款引发,其中也夹杂着施工单位违法分包、以包代管、私招滥雇劳务人员等违法违规行为。

为了解决农民工被欠薪问题,济南市建委副主任武兆军提出,济南市建委制定出台《济南市建筑劳务工资保证金管理办法》,实现第三方监管,并对保证金缴存实行差别化动态管理。同时加快开发“建筑领域农民工综合服务平台”,今后对劳务人员实行实名制管理。“截至目前,该平台主要功能模块已研发完成,预计2016年3月份投

入试运行。”武兆军说。但是要想彻底解决农民工被欠薪问题,济南市建委提出要深化防欠长效机制建设。在完成“建筑领域农民工综合服务平台”开发建设,基本建立全市建筑领域农民工实名制管理数据库后,还将试点将农民工的劳务费从工程款中剥离出来,推行银行代发工资模式,从源头上解决拖欠问题。



正宗新疆枣 甜蜜少不了

冬天正是人体最容易受到寒气伤害的时候。是人最虚弱的时候。在这个时节继续进补非常必要。大枣作为一种非常好的温补品,在冬季尤其受到营养专家推荐,一些懂得养生的人也在这个时节继续进补红枣,有助于身体缓慢适应天气。本周,码帮新到的正宗新疆若羌灰枣与和田玉枣,首批货源不多,赶快来抢购吧!

□王廷

中医中药理论认为,红枣具有补虚益气、养血安神、健脾和胃等作用,是脾胃虚弱、气血不足、倦怠乏力、失眠多梦等患者良好的保健营养品。要问哪里产的红枣好,那毫无疑问会想到新疆。新疆有着得天独厚的枣子生长条件,红枣在新疆被称为“黄金寿枣”。

个头小甜度高的若羌灰枣

若羌位于塔克拉玛干沙漠东南边缘,全县以沙漠和戈壁为主。冬季严寒,夏季酷热,风沙大,降水少,日夜温差非常大。有着一年长达210天的无霜期,独特的生长环境让灰枣肉质厚实,且富含多种维生素和物质元素,具有补血、养颜的功效,更是被誉为“天然维生素丸”。

灰枣在树上自然挂干后采摘,表皮薄,易皱,形状呈梭形,虽然个头不大,但其含糖量是疆内红枣中最高。但近年来市面所售的若羌灰枣都不一定是原生的若羌枣。因为十几年前,若羌的原生枣数量日益减少,因此枣农便从河南新郑引进了当地的灰枣进行种植,结果由于新疆日照时间长,早晚温差大,产出的红枣品质比原产地要好许多。但不论是原生枣还是引进的灰枣,若羌灰枣的品质和滋补功效都很不错,因此价格也比较高。

虽然灰枣个头小,长相不好看,但你千万别以貌取“枣”,灰枣在枣子中可称得上“甜蜜蜜”。因为灰枣糖分高,往往表面会析出一层糖,加上所处的地区风沙大,表皮上就形成了一层灰。拿一颗灰枣细细品尝会有种泉水的清甜,肉紧核小,肉质细腻,果肉也极富弹性,吃剩下的枣核扁长细小,若当作休闲零食食用的话,是一种不错的选择。

个大营养好的和田玉枣

和田地处新疆南部,干旱少雨,光照时间长,昼夜温差大,这里拥有最适合红枣生长的无污染碱性沙化土壤,充沛的光热资源和富含矿物质。和田玉枣的特点是:个大、皮薄、核小、肉厚、颜色好、干而不皱,维生素C含量高,碳水化合物含量比各种蔬菜和其他水果都高,是很好的食补品。

和田玉枣的营养和保健价值极高。它含蛋白质、脂肪、糖类、纤维素等。营养丰富。维生素C含量在水果中名列前茅,每百克含量达0.1-0.6克,比苹果、桃子等高100倍左右。维生素P的含量也是百果之冠。因为自古以来人们就把红枣视为极佳的滋补品。不但美味果品,还是滋补良药,有强筋壮骨,补血行气,滋养润肤之功效。有润肺、止咳,补五脏,治虚损的功效。它还有加张肌力的功效,它含糖量高因而产生热量大,另含有丰富的蛋白质、脂肪及多种维生素,尤其所含的维生素C量,几乎是众水果之冠。最特别的是它含有环磷酸腺苷,能扩张血管,加强肌力的功效,增强心肌收缩力,还有镇定作用。

码帮精选新疆红枣 买着又便宜又放心

齐鲁晚报·码帮将真正的新疆红枣以厂家价格回馈消费者。在码帮商城,五种精选大枣:新疆戈壁玉-灰枣一级,新疆戈壁玉-灰枣二级,戈壁玉枣三星,戈壁玉枣四星,戈壁玉枣五星将与广大消费者见面。相比于市场上种类繁多质量参差不齐的新疆大枣,码帮与新疆当地供销社,厂家合作,精选出质量最优的两种五个等级的新疆枣,将出厂的



大枣以成本价回馈晚报读者。因为成本价销售,厂家供货量有限,所有枣类商品本着先到先得的原则,让利广大市民,让广大消费者真正放心地购买到纯正的新疆大枣。

相关知识:

如何挑选好的红枣?

现在市场上用未成熟的枣,加以色素和糖精浸泡,充当优质大枣的也屡见不鲜。如何来挑选真正的优质新疆和田大枣呢?

1、看干湿:干枣是在树上长到9成干,然后用杆子打下来,掉在地上,然后捡起来,再晒几天,再不经过任何加工。干枣干度在99%,1%的水分,天然绿色,放三年不坏,因为够干!湿枣很容易分辨出来:用手摸湿湿的感觉,果肉软,表面不光亮,很多皱纹,干枣有少量皱纹,摸起来很干。

2、看外观:优质新疆枣,饱满均匀,短壮圆整,顶部蒂方,表面皱纹细浅,皮色是紫红色,颜色沉一点,就像是酒红那样,而非化学色素浸泡出来的那种鲜红。

3、品味:和田枣剖开后,肉色淡黄,细实,没有丝条相连,入口甜糯,而肉色深黄,核大,有丝条相粘连,口感粗糙,甜味不足或带酸涩味的品质次。

码帮商城热销新疆枣推荐

名称	市场价	码帮价
新疆戈壁玉-灰枣一级 500g	48元	29.9元
新疆戈壁玉-灰枣二级 500g	45元	25元
戈壁玉枣三星(一钻) 500g	30元	22元
戈壁玉枣四星(二钻) 500g	48元	25元
戈壁玉枣五星(四钻) 500g	66元	39元

在线购买:码帮商城http://mabang.qfwb.com.cn

现场购买:

1.每周六9:00-17:00,码帮会员中心(经十路16122号经十路与环山路交叉口西南角院内副楼2楼,如走楼梯请到4楼)(乘坐公交16路、31、62、79、115、117、152、BRT2、K51、K56在科院路站下车向东40米)

2.每天9:00-17:00,御品堂舜耕路店(舜耕山庄南邻,舜耕路28号,乘坐39、48、64、66、110、152、K100、K169路在舜耕会展中心站下车向南走100米路东,电话:888803333)

客服电话:0531-85196828 85196137

齐鲁晚报码帮商城官方QQ群:343348973