

摆脱“假期综合征”困扰,助力孩子迎新学期

阳光快乐素质训练营开始招募

本报聊城8月11日讯(记者 李怀磊) 眼看暑假已经过去大半,帮孩子摆脱“假期综合征”的困扰,帮孩子收心,以更好地适应新学期生活逐渐成了众多家长关心的大事。不少中小学生在假期期间看电视、上网等成为主要内容,放松成习惯了,一想到开学就感到压力山大。如何帮孩子调整好状态,更好的应付新学期学习和生活中的低潮与挑战?本报阳光快乐素质训练营来了,三天两夜互动体验式的课程将帮孩

子们收好心,为迎接新学期的挑战“加满油”。

暑期由于时间较长,孩子们没有具体的学习压力,不少都在放松和玩乐过程中度过,上学时的生物钟被打乱,注意力分散开来,如果骤然进入学校,很难有充足的精力和集中的注意力来进行学习。被假期综合征缠上以后,注意力分散,自信心被削弱,做事情拖延懒散。要避免这一状况的出现,就要给孩子们一个提前调整的过

程,这也是此次训练营的重要目的之一。

本次培训的地址在风景优美,环境清静的天沐温泉度假村,三天两夜的互动体验式课程,注重言传身教,让孩子和家长从心改变,帮助孩子们找回自信,内心强大去创造美好未来;让孩子更开朗乐观,积极主动地去开创新的人际关系;孩子将对自己的行为更负责任,帮孩子树立正确的人生价值观;同时提高孩子们独立思考和解决问题的

能力,目标设立和达成能力。课程还注重孩子的潜能开发和学习意识培养,将使孩子们的学习力快速提升,轻松高效的提升成绩。同时注重培养孩子的毅力,耐心,行动力和责任心,去冲刺自己的每一个学习目标;让孩子们学会信任,感恩,付出,包容!最终让他们清晰人生的目标和梦想,找到内在的动力为自己而学!

活动时间为8月19日-21日;本次活动的招生对象为10

至18岁身心健康的青少年(名额仅限30人);课程定价4980元;活动价2580元;团报价格(5人以上)2080元。参加培训的孩子家长将免费获赠“如何与青春叛逆期孩子沟通”公共课程;参加培训的孩子和家长还将享受一家人泡温泉的超值优惠。报名咨询电话:15606357982(王老师)、13562025565(孔老师)。报名地址:兴华西路与向阳路路口西北角古楼街道办事处二楼。

“水城清洁日”活动第14期成功举办

聊城赤脚跑训练营冒雨捡拾垃圾



本报聊城8月11日讯(记者 杨淑君 实习生 延玉雪) 近日,聊城市“水城清洁日”第14期圆满结束。活动由中华赤脚团聊城训练营承办,在聊

城文化活动中心启动,近50名志愿者沿徒骇河两岸徒步近2公里,志愿者们冒雨捡拾垃圾,感动万千市民。

中华赤脚团聊城训练营的

跑友们,坚持运动健身,快乐公益的理念,成为美丽徒骇河两岸另一道优美的风景线。尤其是在雨中仍坚持做公益,受他们的感染,周围的市民也积极参与其中,他们冒雨开展活动的照片传到网上,更是受到网友盛赞。

据悉,“水城清洁日”活动是为积极响应市委市政府“创建文明城市,做文明市民”的号召,以“小手拉大手,共筑碧水蓝天”为主题,以少先队员、共青团员和青年志愿者为主要活动群体,以各学校和志愿者组织轮流承办为主要活动方式,

以东昌湖、运河、徒骇河、小湄河等水域两岸为主要活动基地,利用周末时间,常态化沿途徒步捡拾垃圾,打扫卫生。此项活动由团市委、市青年志愿者协会和齐鲁晚报共同发起,目前已成功举办12期。“水城清洁日”不只是公益环保,还能亲子互动,亦可徒步健身,得到了聊城市科技局、聊城市技师学院、聊城高级财经职业学校、聊城文苑小学、莱商银行聊城分行等全市各类志愿者组织以及政府、企事业单位的积极响应。

活动全程协办单位——聊城高级财经职业学校,是国家

级重点中等职业学校,学校积极投身志愿服务活动,目前拥有教师志愿者“红烛”服务队,以及“清荷”学生志愿者服务队两个品牌志愿者组织,拥有志愿者数百人,该校志愿队积极参与贫困帮扶、捐助,以及各种志愿环保行动。

活动协办单位红星美凯龙入驻聊城以来,开展了大量公益活动,体现企业的行业担当与社会责任。单位负责人表示,希望能为建设碧水蓝天的水城出一份力,也将秉承绿色环保家居理念为聊城市民服务。

腾飞旅行社

关注我们公众平台
更有惊喜价格等着你

- 倾情首推: (一起去赏花戏蝶,看浪漫的萤火虫)
日照+地下大峡谷+萤火虫水洞两日游 成人360元/人 1.2以下220元/人
- 威海全景三日游—乳山银滩、华夏城、刘公岛、西霞口野生动物园 799元/人
- 威海品尚三日游—乳山银滩、华夏城、刘公岛、海驴岛 699元/人

【京娘湖一日游】 79元	高品扬州镇江+泰州3天高品纯玩 成人660儿童340元
云台山二日游 350元	特惠扬州镇江+南京3天 成人460儿童340元
壶关八泉峡红豆峡两日游 368元	特惠北戴河、沙雕三天 成人450儿童290元
八里沟、天界山二日游 299元	蓬莱长岛2天 成人430儿童220元
林州大峡谷纯玩二日游 320元	极地、藏马山、金沙滩纯玩二日游 480元
台儿庄二日游 350元	威海华夏城、神游海洋世界、南山风景区 780元

未来之星系列夏令营:

西游记之幽幽谷真假美猴王三日游(周一、周三发团) 880元	海洋狂欢快乐淘金五日营 (每周一发团) 1480元
北京内蒙科技成长五日营 (每周一发团) 1280元	嗨翻江南跑男夏令营五日营 (每周一发团) 1480元
	上海迪士尼点亮心中奇梦五日营 (每周一发团) 1980元

电话: 8803000 5087333 17706350655 (微信服务) 联系人: 滕飞
地址: 聊城市市民活动中心旅游集散中心

聊城四旅行社赴青岛寿光考察

本报聊城8月11日讯(记者 杨淑君) 近日,由山东省旅游行业协会旅行社分会组织,聊城四家旅行社及本报记者与省内其他四个地市的旅行社和新闻媒体一起,赴青岛、寿光考察游艇观光、海岛游线路。

此次观光考察,是应青岛北海船舶管理有限公司,寿光临海生态博览园邀请,由山东省旅游行业协会旅行社分会组织,省内济南、淄博、泰安、聊城、莱芜五个城市的旅行社及当地媒体参加。聊城聊之旅旅行社、聊城大众新闻旅行社、聊城康辉国际旅行社、聊城市通达旅行社的负责人及本报记者参加了此次考察。

根据行程安排,考察团参观考察了青岛海军博物馆、奥帆奇幻世界、竹岔岛、潍坊高密红高粱影视基地以及寿光临海生态博览园。其中,奥帆奇幻

世界包括电影产品馆、应急体验馆、趣味民俗蜡像馆、全景3D画馆四个展馆组成,让游客体验青岛民俗,又受到安全教育。青岛海军博物馆是中国唯一一座全面反映中国海军发展的军事博物馆,早在1997年就被定为山东省国防教育基地。竹岔岛在青岛南部,由火山喷发形成,至今还有保留比较完整的火山口一座。岛上的岩石上至今还留有火山喷发后形成的气泡和自然形成的硅洞。竹岔岛秀美如画,世外桃源般宁静,吸引了众多的文人墨客。

随后,考察团又应邀到潍坊高密红高粱影视拍摄基地参观。“我现在已经在推红高粱影视基地、竹岔岛二日游,有不少游客报名。”“寿光这个生态园适合各个年龄阶段,我们想重点推推夏令营。”回去的路上,同行旅行社老总们分享着自己考察后的线路新规划。

好运成山头
福地西霞口

夏日清凉海滨游

就去威海西霞口

旅游线路: (各大旅行社均可报名)

- 【全景威海】神雕山野生动物园、乳山银滩、华夏城、刘公岛三日游 成人: 799元/人 儿童1.4以下: 320元/人
- 【品尚威海】海驴岛—海驴岛、乳山银滩、华夏城、刘公岛三日游 成人699元/人 儿童1.4以下: 320元/人
- 威海亲子四星高端三日游 成人: 788元/人 儿童1.4以下: 450元/人

微信扫码 获取景区优惠信息

西霞口神雕山野生动物园

景区热线: 0631-7834888 7834666
地址: 山东威海西霞口

海驴岛

成山头

国家级风景名胜区
国家AAAA级旅游景区
国家首批海洋公园

自驾路线: 济聊高速—济青高速—青威高速(威海出口下)—新港(成山头)方向—环海公路(S704省道)—威海西霞口