

“要是有一台电视看就更完美了”

佛慧山人防纳凉点不但有水喝还可健身,引来不少乘凉市民



▲佛慧山纳凉点里为市民供应开水。 通讯员 王宝光 摄

▶佛慧山人防工程纳凉点入口。 通讯员 王宝光 摄

本报7月17日讯(记者 朱文龙) 17日,济南正式进入了“三伏天”,气温居高不下,人防纳凉点成为市民乘凉的重要选择。与往年不同的是,今年佛慧山下的一处上世纪70年代的老人防工程经过提升改造后,首次成为了纳凉点,在6月28日正式开放,吸引了众多市民前去探访。

市民王先生家住领秀城社区,他一直关注佛慧山纳凉点的建设,听说纳凉点正式开放后,17日一早便来到了佛慧山下。纳凉点的位置其实不算隐蔽,在千佛山南路与旅游路交叉路口向东300米处。王先生告诉记者,这是一处上个世纪70年代初建设的老旧人防工程,建设没有彻底完工,一段时间曾用作人防指挥部的车库,后来指挥部有了新址,这里就不再使用。今年5月进行了提升改造,装上了自来水并通了电。

一来到纳凉点的入口,洞

里的凉风便扑面而来,让被热浪炙烤的市民精神为之一振。进入洞口之后,王先生发现此处纳凉点是一处单独的人防通道。据了解,这个通道长700米、宽6米、高4.5米,看起来非常宽阔,一点儿也不觉得闷。

通道两侧的墙上挂着人防知识漫画,顶部有新布置的照明灯,通道内放置了100个座位。另外,为了方便市民休闲,还配置了两个乒乓球台和三四种运动器械,供前来纳凉的市民免费使用。纳凉点内还有经净化后烧开的凉水可以喝。

这几天济南持续高温,前来纳凉点乘凉的市民络绎不绝,大家都对纳凉点的开放称赞不已。市民刘师傅和老伴儿家住千佛山附近,一直有晨练的习惯,自从6月28日佛慧山纳凉点开放以来,刘师傅已经来了六七次。刘师傅说,他和老伴儿原先经常去经四路人

防商城去纳凉,“那边既可以逛街,又能纳凉,一举两得。”

后来,刘师傅听说佛慧山纳凉点正式开放了,他和老伴儿便改到佛慧山纳凉。“我们平时也在佛慧山锻炼,来这里纳凉,就不用走远路了。”

除了乘凉之外,刘师傅还和老伴儿在这里找到了乐趣。刘师傅喜欢打乒乓球,正好纳凉点有乒乓球台,“这两天我准备拿乒乓球拍过来打一会儿,说不定还能认识一两个球友呢。”

记者在该纳凉点看到,前来休息的人多以锻炼、聊天为主。由于环境好、气温低,这里深得附近老人和小孩的喜欢。市民刘奶奶告诉记者,她是这里的“常客”,有时一呆就是一天。

“要是有一台电视看看就更完美了,放点我们老人爱看的节目,等于增加个娱乐设施。”对于刘奶奶的想法,附近市民纷纷表示赞成。

吹着空调吃西瓜 动物们过得真爽

高温来袭,动物防暑降温有妙招

本报7月17日讯(记者 张晓燕 通讯员 郭玲) 7月17日是入伏第一天,未来几天济南将迎来35℃以上的高温,那么,动物园里的动物又是怎样防暑降温的呢?近日,记者从济南动物园了解到,面对“三伏天”,动物园也会采取各种方式为动物们防暑降温。

17日,记者在济南动物园看到,工作人员向老虎、金丝猴、环尾狐猴等部分动物馆舍输送冰块,每块冰有60—70斤重。在大象、老虎馆舍,清凉喷淋让这些动物感受到了阵阵凉意;金丝猴、环尾狐猴吃着爽口的夏季水果,坐在卧室里吹风扇,有的在美美睡觉;在大熊猫馆、小熊猫馆等馆舍,工作人员用空调系统和冷风机进行恒温处理,还原了动物们原始的栖息环境。

“我们为动物们防暑降温的方式有很多,主要有送冰块、冲凉水澡、送水果大餐和防暑设备等等。”济南动物园

相关负责人表示,每当气温达到35℃以上时,工作人员就会向老虎、金丝猴等部分动物馆舍输送冰块,随着天气越来越热,动物园每天为动物提供的冰块达1吨。

“动物的防暑降温措施是多样化的。”上述负责人告诉记者,景区对于动物们防暑降温的措施,第一是要调整它们的饮食结构,会加大对动物的应季水果、蔬菜、鲜草的饲喂量;第二是确保动物馆舍的通风、清洁,并在一些馆舍放置冰块,如灵长类动物、肉杂食动物非常喜欢冰块,它们会抱着冰块玩耍,也会直接抱着冰块啃食,冰块也会起到局部降温的作用;此外有水池的馆舍会蓄满清水,以便动物戏水降温。另外在动物散养区、热带鸟馆、灵长类馆舍设置遮阳网,防止动物被阳光暴晒,并对地面进行洒水降温。“我们也会为大羊驼、小羊驼剪毛,让它们脱下厚厚的‘棉衣’,换上清凉的‘夏装’。”



▲抱着冰块,吃着美食,大熊猫好不惬意!
本报记者 王媛 摄



◀金丝猴吃着西瓜,快乐消暑!
本报记者 王媛 摄

中老年健康健步鞋一元购

俗话说,树老根先枯,人老脚先衰,养生先养脚。足部连接着全身的六十六个穴位,是人体气血循环的主要穴位。足部的每一个穴位都与人体的每一个器官相对应。当某一个器官组织出现不适时,立即会在足部的相应穴位出现压痛感或者外观的变化。千里之行始于足下,中医学认为脚是人体的第二个心脏,人体十二经脉之中有六条经脉系于足部,这些经络是运行气血、联络脏器、沟通表里、贯穿上下的通路。而这款鞋是专为中老年人研发的一款走路就能锻炼身体的一代运动鞋。神奇船型底设计,减轻前掌和足跟压力,减轻腰椎、颈椎压力。走路时柔软舒适,回弹快,缓冲压力,让简单走路变成健康走。

购买条件

1. 凡满60岁以上本市常住户口,请携带本人身份证或老年证均可申请购买。
2. 教师、退休老干部老同志,科技工作者,医务工作者优先。
3. 申请人必须携带本通知单在规定时间内方能报名购买,过期无效,申请人必须持本人有效证件,一个家庭限购一次,不得代购,不得重复购买,一旦发现取消购买资格。
4. 为招收新会员,之前领取过本公司礼品的,不得重复购买。

购买方法

首次电话报名预约购买,待收到工作人员电话通知后,在规定的时间内持广告宣传单以及本人身份证或老年证、退休证即可购买。



仅需
1元

限购500名

报名时间:
8:00-18:00

购买地址:历下区泉城路270号
彩云大厦7楼718室

报名电话:

0531-82637336 82637337

报名人数较多,如有占线,请稍后再拨