

晚报改版，读者提建议

本报读者问卷调查结束，衷心感谢读者的热情参与

本报济南9月8日讯(记者王若松)9月8日，由本报开展的读者需求调查顺利完成，来自山东财经大学、山东师范大学和山东建筑大学的大学生志愿者利用暑假时间，穿梭在大街小巷和旅游景点，分发调查问卷，倾听读者心声。

刘佳楠是山东财经大学公共管理学院的一名大二学生，调查期间，他和其他10名大学生志愿者组成小分队，拿着本报的调查问卷来到章丘的百脉泉广场等地，现场发放问卷，了解读者需求，征询读者意见。

“一位60多岁的老大爷看

到我们在发调查问卷非常高兴，他说自己是晚报忠实读者，多年来看晚报已经成了每天的生活习惯，最近发现报纸的版面进行调整后，自己原来最喜欢看的一个心理健康栏目不见了，很遗憾。”刘佳楠告诉记者，像这位老大爷一样热情的读者在调查走访中还有很多，他们填写问卷时的那种认真劲儿也深深打动了志愿者们。

除了一些旅游景点，由冯文涛等其他志愿者组成的另一支志愿者小分队还来到章丘的香港街、章丘百货大楼等繁华地段发放调查问卷。“我们发现，一些

商铺的老板也很喜欢看晚报，有的除了看之外还很细心地收藏，每天看完都整好捋顺然后整齐地摆放在店里的一个角落。”冯文涛说。

此外，大学生志愿者们还走进了居民社区，挨家挨户发放问卷进行需求调查。志愿者曹玉龙告诉记者，在鲁能领秀城小区的入户调查中，一位“80后”“辣妈”对晚报副刊版的一些育儿知识很感兴趣，也提了一些建议。

据记者了解，暑假期间，这些朝气蓬勃的大学生志愿者总共发放问卷近3000份，足迹踏

遍泉城广场、大明湖、洪楼广场以及一些大型居民社区，其中有的企业家，也有年迈的退休老工人，有高档写字楼的白领，也有烈日炎炎下辛勤劳动的清洁工。

“他们送给齐鲁晚报发自内心的赞美以及真诚的建议让我们感动，他们对我们问卷调查工作的认可和微笑是我们走下去的最大动力。”志愿者们表示，他们希望继续参与这项工作，走进读者中间聆听他们的心声。同时，本报也向所有参与调查的读者表示衷心感谢，你们的建议就是我们改进的动力，你们的需求就是我们的目标！

齐鲁晚报读者俱乐部即时互动方式



我的健康故事

正能量引领我走上“健康之路”

泰安 曲春久

我是泰安市企业退休的高级工程师。生于1945年2月，身体可谓“先天不足，后天失调”。自从55岁“内退”后走了一条自我养生保健的道路，多年未见面的朋友见到今天的我都说：“老曲你真换了个人”！

13年前，我患有冠心病、甲状腺功能减退、萎缩性胃炎、高脂血症以及腔隙性脑梗，前5年严重的前列腺增生又困扰着我。我身高170cm，体重在100—105斤左右。13年后的今天，冠心病基本没有什么外在症状，扩大的左心房左心室恢复到正常大小；“甲减”用药物得以控制；萎缩性胃炎已痊愈；经过长时间抗高血脂治疗，总胆固醇和“低密度”仅为标准上线的二分之一，其余两项也很理想，使发生病变危险极小；“脑梗”也消失了，前列腺在去年作了微创手术，再也不困扰我的生活。

巨大的反差是由于正能量在养生保健之路上产生了巨大作用。俗话说：“药补不如食补，食补不如动补，动补不如心补。”从岗位上退下来的人首先要解决的是个人心态问题，我摘抄了几十条关于“人生就是寻找快乐”的有关语录，用来学习，以增长心理的正能量。

这些年来认真学习养生保健知识并且身体力行。刚退下来时主要学习养生专家洪昭光的一系列理论；学习各种杂志上的有关知识，贴了十大本“剪报”并和许多朋友们共享。近五六年来电视上养生节目多起来，我看这些节目，尤其爱看的是北京卫视的“养生堂”和中央十台的“健康之路”，每次详细记笔记。中医“代茶饮”保健的小药方我有几十个，我会根据自己身体的情况，通过专业医生来选方。我将美声与民族发音的胸腹联合呼吸法与太极拳的呼吸法融为一体，这种太极拳的呼吸法最大限度地工作，为增强体质起了很大作用，唱歌时一口气发声长达近20秒。每天早晨练太极拳、剑、扇，下午快步走30—40分钟，每周到老年大学学习声乐，使我的身体逐渐强壮起来。

平时广交朋友，尤其是结交一些医生朋友，有灾有病及时诊断和治疗，也交了“拳友”“歌友”等等使信息灵通。

利用老伴是医学院老师的条件，有些小灾小病，在家中用针灸、推拿、刮痧、拔罐等治疗。

总之，13年的路走下来得益于党的好政策，得益于老伴的大力帮助与支持。我今后的健康之路会越来越宽广，争取做个充满正能量的“阳光老头”。

本栏目欢迎来稿，来稿请投645770300@qq.com

调查手记

最大的收获是胆子练大了

“想要得到爱，先要付出爱；要得到快乐，先献出快乐。”装载着老师的箴言，背负着同学的期待，今年的暑期社会实践——齐鲁晚报读者需求社会调查已经圆满结束，回首点点滴滴，不禁让人泪下，因为努力过，所以感动；因为坚持过，所以无悔。

记得第一次开会时，每个人都是那么的激情饱满，定主题，写策划，献良策，提要求，我们看到了什么叫一个团队，什么是团队精神。

调查过程很辛苦，至少比我们想像得辛苦很多很多。发问卷调查时，我们早出晚归，风吹日晒，穿梭在长清附近各条路口，

为的是让我们的调查更有实效，让我们的数据更可信。当你看到烈日照射在我们额头时或许你会替我们忧虑，当你发现暴雨浇灌在我们身上时或许你会替我们揪心，但我们坚持下来了，我们没有放弃，我们做到了。

大家顶着烈日，做着关于读者需求的调查，在一次次尝试中，我们学会“如何让自己的脸皮变得再厚一点。”暑期社会实践是检验我们能力的最好方法。清晨，队友们满怀希望与兴奋，踏上征途。当我们到达目的地，分五个小组进行活动，路人匆匆，头上炙热的太阳烤得身体都会冒烟。路人的参与，队友的激情与汗

水交织，傍晚，我们带回一天的疲惫、成果和满心的感想。

卡耐基曾说：“你今天敢面对的人有多少，你以后的成功就会多大。”我们此次收获最大的，是我们的胆子练大了。我们身穿着实践队服，冒着烈日酷暑，用我们充分的准备，去面对未知的过程，迎接满意的结果。

经历过，才懂得。我们吃过苦，尝过痛。我们洒过汗，流过泪，我们曾经为了一个决定而争执过，但是，当我们听到一句路人的问候时我们是那么的自豪。

山财公共管理学院社会实践队 刘佳楠



▲大学生志愿者在进行读者需求调查。

读者评报

上车补票

8月26日A5版《往返济青就像邻居串门》第三栏：“实在不行就上车后再补票”。动车不是凭票上车吗？没有票能上车吗？

读者 刘学英

首先感谢读者的细心阅读。的确，没有车票是不能进站上车的。许多旅客有时买不到长线车票，通常会先买一张区间短途车票，先上车再补票。前几天，我的一位同事从青岛返回济南，没有全程票就先买了济南到潍坊的票，上车后又补的票。

记者 宋磊

“寻问”还是“询问”

8月29日B4版《周晓峰的分析》第十段：“可是在调查寻问几个嫌疑人的时候古凡并没有什么特别的表现”，“现在寻问结束了他也没有发表观点的意思”。办案人员对嫌疑人应是“讯问”。刑事诉讼法对“询问”和“讯问”区分开来，“询问”是向案件相关人发问，进而查明案件事实的一项措施，其主体为审判人员、公诉人员、侦查人员及对方当事人等。联系文中具体情况，“寻问”应该是“讯问”。

读者 文芳

寻问、询问、讯问，三个词都有“询问”即征询、发问之意，因寻、询、讯的不同而产生不同的用法，但有时候也不易区别。例如《治安管理处罚法》对违法嫌疑人用“询问”，而《刑法》对嫌疑人则用“讯问”。感谢读者指正，原文中用“寻问”应不确切。

编辑 向平

错了就改

●8月25日A10版《闺蜜的LV让我羡慕嫉妒恨》第二段：“还有公婆、公公常年卧病在床”，“公婆”应为“婆婆”。

●8月27日A23版图片《日本自卫队举行青岛演习》文字说明：“中日关系围绕钓鱼岛问题陷入紧张状态”，“钓鱼”应为“钓鱼岛”。

●8月28日A28版《美或很快对叙发动导弹打击》按语第

二行：“为期三天的导弹打击最早将于本29日展开”，“本”应为“本月”。

●8月28日B2版《有担当才是老字号》第三段“亲历亲为”应为“亲力亲为”。

●8月28日B8版《对医生一向没什么好感》第二段“张涛说”应为“何涛说”。

●8月29日A7版《社会保

关键词:升学婚宴

张德刚:8月28日A8版《一月1600元工资以前还不够随礼》第二段:“……利用子女婚嫁、升学大摆婚宴、‘升学宴’、‘谢师宴’借机敛财等问题”。升学了摆什么“婚”宴?这个“婚”字好像不合适。还有，既然升学大摆宴席，后面的“升学宴”是否重复？

编辑者说:估计原来稿子比较长，没有删改好，乱套了。

关键词:治安管理处罚法

周雪平:8月29日A14版《威海集中夜查 打击街面“两抢”》第二段:“民警严厉说道:‘你触犯了《治安管理处罚条例》，非法携带管制刀具!’”《治安管理处罚条例》应为《治安管理处罚法》。

编辑者说:《治安管理处罚条例》早已废止，《治安管理处罚法》生效，这都是老黄历了，但总不见改观，屡屡出错。

关键词:表达错了

刘学英:8月23日A9版《他们的励志故事才是最大财富》，第一部分第三栏“(叶飞)接受3年多的救助后”意思表达错

你说我说

了。救助是一次性的，3年多接受救助之后的时间，而不是救助的时间，原句应改为“接受救助3年多后”。

编辑者说:语序改变，文意也随之改变。感谢读者，一句之师。

关键词:超手扣球

朱永胜:9月1日A14版《朱婷成大器尚需时日》第三段:“每次抄手扣球几乎一打一个准”，“抄手”应为“超手”。扣球队员将球从拦网者手的上空击入对方场区，因扣球点超过了拦网者的手，故名超手扣球，是突破拦网的有效手段。

编辑者说:当年中国女排特别辉煌的时候，国人对排球的战术、技术术语烂熟于心，现在是今非昔比了。但是，超手扣球是专业术语，体育记者还是不该用错的。

关键词:4瓶拉菲

朱永胜:8月27日A6版《60万瓶“拉菲”仅2万瓶真货》提到:“烟台汤姆森特酒业有限公司每

险费将实行一票征缴》第二段“工商保险”应为“工伤保险”。

●8月30日A23版《有一种顽强叫郑洁》标题及文中“3:1击败大威廉姆斯”，“3:1”应为“2:1”。

(感谢读者张忠祥、周广清、文暖、周而复始、张传武、邵明武、祝建波的批评指正)
来稿请投 qlwbdc@163.com

年只能购进4瓶，且不对外销售”，汤姆森特酒业是国内知名葡萄酒销售企业，就算拉菲在国内只有2万瓶的销售量，也不可能只给汤姆森特酒业4瓶酒，这个数字让人感觉有点离谱。

编辑者说:不仅酒厂多，想弄到、有权有关系弄到真酒的也不少。记者采访的时候，对方就是这么介绍的，应该是可信的。

关键词:日期难确定

文芳:8月29日A13版《“就想为老百姓做点实事”》第一部分第一句就是“4日上午，和往日一样”，是几月份的4日？第二部分第二段直接出现“4月7日”，第三段直接出现“5月18日”，挂职“第一书记”的工作包括2012年和2013年，具体是哪年？第三部分第二段“19日，张全健、姜东兴等正在查看西庞村基础设施建设情况”，也没有具体的月份。日期模糊，内容给人的印象也是模模糊糊的。

编辑者说:读者说得很对，第二部分第三段:“5月18日，时任国土资源厅党组书记、厅长的徐景颜提出……现任国土资源厅党组书记、厅长刘俭朴一上任……”，同一段文字里，这“5月18日”就很难判断是去年还是今年。