

# 本报邀知名养生专家开设秋冬健康讲座 现场传授妙招,教您吃出健康

天 气

今天(星期五)

晴,有霜冻,北风  
3~4级,3~17℃

明天(星期六)

晴,有霜冻,北风  
转南风2~3级,3~18℃

(谢晓丽)

空气质量指数

东昌府区政府:133(中度污染)  
市委党校:115(轻度污染)  
鸿顺花园:158(中度污染)  
开发区:115(轻度污染)  
海关:152(中度污染)  
温馨提示:首要污染物为PM10。  
空气质量指数101至150时,减少  
户外锻炼。空气质量指数151至  
200时,停止户外锻炼,减少户外  
活动。空气质量指数201至300  
时,不适宜户外活动,户外活动  
时应佩戴口罩。(李军)

福 彩

23选5  
第2013W290期  
中奖号码:03、06、16、17、19。  
双色球  
第2013S125期  
红球号码:04、06、08、18、25、28。  
蓝球号码:16。  
3D  
第2013D290期  
中奖号码:3、2、3。

本报聊城10月24日讯(记者张超) 入秋后,进入传统意义上的“进补季”,尤其是对于中老年市民而言,秋冬两季是滋补养生的重要时节。面对市面上层出不穷的各类养生品,生活水平的提高让餐桌上花样百出,吃什么?如何吃得更健康?成为不少市民一致关心的问题。

为了带给广大市民科学合理的饮食方法以及第一手的秋冬养生讯息,本周六(26日)下午3点,本报携手聊城市人民医院开设“金秋养生大讲堂”活动,邀请市人民医院知名养生专家现场教授秋冬食补方法和养生妙招,讲座过程中,市民可就平时遇到的饮食搭配、进补食材等相关问题现场提

问,与专家面对面互动交流。获取今秋最科学的进补妙招,给您和家人带去今秋的温暖关怀。  
届时欢迎广大市民前来听讲座,咨询热线:0635—8277793;时间:26日下午3点;地点:聊城市兴华西路93号(兴华西路与向阳路交叉口西北角)齐鲁晚报今日聊城编辑部。

## 聊城大学移动图书馆正式开通

本报聊城10月24日讯(记者张跃峰) 日前,聊城大学移动图书馆正式启用,读者可借助无线网络,利用手机、平板电脑等手持终端设备,在任何时间、任何地点,均可访问移动图书馆网站。

据介绍,由聊城大学图书馆

主办、超星公司协办的“聊城大学移动图书馆”是鲁西首家开通的移动图书馆,读者可借助无线网络,利用手机、平板电脑等手持终端设备,登录lcdx.superlib.com,使用个人网上图书馆账号和密码登录通过一次性身份认证后,在任何时间、

任何地点,访问移动图书馆网站,使用图书馆的图书查询、预约等服务,享受全新的“随身图书馆”体验。  
据了解,移动图书馆是对传统阅读方式和文献获取方式的补充,大大拓宽了图书馆的服务空间。

## 周末奇幻“电影之旅”等你来

本报聊城10月24日讯(记者凌文秀) 本周六(26日)上午9点,本报小记者团将参观鲁信影城推出的首届电影文化长廊展,并免费观看动画片《81号农场之保卫麦咭》。

周六上午9点,本报小记者将在新金鼎五楼鲁信影城前集合。活动第一项为参观首届电影文化长廊展,这是鲁信影城店庆三周年推出的电影文化展出活

动,展出内容包括世界电影发展史、国内外著名导演及著名演员。然后,小记者们将观看动画片《81号农场之保卫麦咭》。

本报2014年小记者火爆招募中,现在报名,还可随2013年小记者团参与现在至2013年年底的活动。本报小记者团暂定每年20多场免费活动,全年穿插十多项主题征文活动。同时,不定期组织“大记者带小记者”

活动,让小记者们能跟随本报记者采访车展、相亲会等。  
报名条件:在校小学生;喜欢写作或者对身边事物具有比较敏锐的观察力;乐于参加各种课外活动;善于与人沟通和交流,组织纪律性较强。小朋友可在家长的陪同下,到齐鲁晚报·今日聊城编辑部填写申请表并参加面试(附带两张一寸照片)。咨询电话:8277092

## 聊城住房公积金 总额达69.54亿

2013年聊城市住房公积金累计归集总额达69.54亿元,全市住房公积金的规模不断扩大。  
据了解,2012年全市住房公积金支取2.63亿元,较上年增长了17%,2012年发放公积金个人贷款11.26亿元。住房公积金2012年实现增值收益6293万元,为廉租住房补充资金5243万元。(张超)

## 东昌府区政务微博 “@东昌府发布”开通

23日,东昌府区政务微博——“@东昌府发布”正式开通上线。今后,东昌府区政府将通过该平台发布政务信息。  
“@东昌府发布”的定位是打造东昌府区委、区政府与社会各界、广大群众交流互动的网络桥梁与平台,在内容上将重点发布政务、服务、生活等方面的信息;及时回应网民关注的热点焦点,对网民提出的问题,协调相关部门后,进行积极回复和妥善处理等。(孟凡萧 李廷磊)

## 省优秀人民 调解员开评

据悉,山东省省级“优秀人民调解委员会”和省优秀人民调解员评选活动开始。  
根据活动要求,省级优秀人民调解委员会从村居(社区)、乡镇(街道)、企事业单位和行业性专业性调委会中产生。全省优秀人民调解员从专职或兼职调解员中产生。对于获评的优秀人民调解委员会和优秀人民调解员,将在全省人民调解工作会议进行表彰。  
(孟凡萧 孙卉婕)