



生活小点子

擦亮银首饰窍门

步骤:将纸巾对折几下;把口红涂在纸巾上;在银饰黑的地方反复多擦几次很容易就擦亮了。

提醒:

1、如果您的银饰品被氧化得很严重,可以把纸巾翻过来,再涂点口红,多擦几次,保证能把饰品擦得干干净净。

2、银饰品黑色层是很薄的,所以,一般纯银制品使用这种方法是没有问题的。但如果是镀银制品或是一些经过特殊加工的制品,建议您不要用这种方法,最好是送到专业地方清洗。

记者 王震 整理

齐鲁晚报·今日威海

新浪微博:
@今日威海

新闻热线:96706
新闻中心:5201113
15906310630
投稿邮箱:jrw002@163.com
发行热线:5203337
广告热线:5203331
总编辑邮箱:jrw001@163.com
投诉监督电话:5282226



体彩

排列3第14013期中奖号码为: 6、0、0。
排列5第14013期中奖号码为: 6、0、0、8、7。
大乐透第14006期中奖号码为前区: 01、04、07、16、35,后区: 06、08。

春季健康跑,等你来报名

正月十六正式开跑,全长约9公里

本报1月13日讯(见习记者 桑志朋 实习生 冯文道) 2月15日(正月十六),2014年威海市“双举海参杯”春季健康跑将在固铂成山体育场启动。本次健康跑由威海市体育局、威海市直机关工委、威海市总工会、共青团威海市委等单位联合主办,欢迎市民踊跃报名。

冬春季长跑是项全身性的锻炼项目,消耗能量大,锻

炼效果好。冬春季长跑能增强心血管系统和呼吸系统的功能,提高机体的抗病能力。

“双举海参杯”春季健康长跑路线全长约9公里,从固铂成山体育场出发,经体育场西门向北上环海路,沿环海路向东直行至葡萄滩海水浴场,从葡萄滩海水浴场原路返回至固铂成山体育场结束。跑完全程的市民可参与抽奖,现场神秘大奖等

你拿。

春季健康跑是威海传统的健身项目,2013年同样由本报承办的健康跑活动,吸引了4000多名市民的参加。

2014年,龙马精神,万马奔腾,快来参加新春第一场大型健康跑吧!活动定于2月15日(正月十六)举行,现面向威海地区征集参赛人员,欢迎企事业单位、团体、个人报名参加, **报名电话5203337**。

女汉子

作品描述:巾帼不让须眉。
拍摄时间:2013年5月
拍摄地点:高区
作者:张华忠

“联通电影城杯”草根拍客
投稿邮箱:wangshuai399@126.com,QQ:846465852。

我们每月将择优评出5张作品,5名获奖读者分别获联通电影城电影票2张(60元/张)奖励。



教师资格设考前辅导班

本报1月13日讯(记者 王天宇) 13日,从文登师范学校了解到,应考生要求,威海市中小学师资培训中心开展教师资格证考前辅导工作。

3月16日将举行威海市教师资格证考试,威海市中小学师资培训中心开展了教

师资格证考前辅导工作。

培训辅导对象为参加2014年幼儿、小学、中学教师资格证考试的考生;授课人员是多年参与山东省教师资格证考试命题的齐鲁师范专家教授和曾担任面试评委的专家;培训辅导内容是帮考生把握考试重点、掌握面试要点;

培训地点在威海市中小學師資培訓中心(文登師範學校),培訓時間分別為幼兒教師資格證培訓:1月23日、2月7日——9日,小學教師資格證培訓:1月21日——22日、2月10日——11日,中學教師資格證培訓:1月21日——22日、2月12日——13日。



巧妇之炊

鸡丁拌针菇

材料:金针菇、鸡腿、葱、姜、蒜、料酒、鲜抽、辣椒酱、盐、糖、植物油、老抽、胡椒粉

做法:

- 1.将金针菇洗净,放热水焯烫变软,捞起沥干;
- 2.将鸡腿剔骨、切丁,加料酒、食盐、胡椒粉、生抽腌制;
- 3.将锅烧热,爆香姜蒜,倒入腌好的鸡肉煸炒变色;
- 4.放白糖、料酒、辣椒酱、老抽炒匀,添水煮10分钟;
- 5.待汤汁浓稠时,加食盐、葱花拌匀起锅;
- 6.将炒好的鸡肉丁倒在焯好的金针菇上面拌匀即可。

见习记者 孙丽娟 整理



我爱看电影

《神偷奶爸2》9:10 12:50 14:30 16:10 17:50 19:30
《恶战》11:30 12:50 14:20 17:40
《怒放青春》9:15 11:00 14:30
《等风来》9:40 13:20 17:00 19:20
《安德的游戏》10:50
《警察故事2013》9:30 15:20 17:10 19:10
《私人定制》10:50 13:20 16:10 19:40
《青蛙王国》(3D)9:20 12:40 16:00
《夺命地铁》11:30 15:10 18:50

持本报资讯可享受“联通电影城”当月会员票价!

地址:少年路4号(大世界北门西·鑫城大厦西50米)

咨询电话:5232510 5232595

记者 王帅 整理