

## 刘公岛游船运营时间延长

本报3月10日(记者 冯琳) 受白昼时间变长及游客渐多影响,刘公岛景区旅游船执行新运营时间,每天运营时间延长。

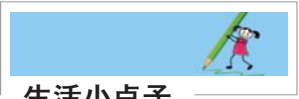
新运营时间为:进岛交通班船、游客早班船早晨7:50开航,进岛末班船为15:00,出岛末班船为17:00。同时,记者了解到,除此次延时外,受白昼时间变长及游客增多影响,游船运营时间将在“五一”前后及夏季再次延长,以满足游客需求。



## 腊肉炒竹笋

- 1、将腊肉洗净后放入锅中,加入适量的水,煮软后切片;
- 2、竹笋切片,放入沸水中,加入少许盐,焯烫约2分钟后捞出沥干待用;
- 3、葱切段,干辣椒剪成丝,大蒜去皮切片,姜切丝;
- 4、净锅置于火上(不用放油),下入腊肉,炒至出油;
- 5、放入生姜、大蒜、干辣椒,炒匀;
- 6、下入竹笋,翻炒约2分钟后下入葱段,炒匀后即可出锅。

记者 李孟霏 整理



## 洗澡误区得注意

- 误区一:从头洗到脚。正确的洗澡顺序应该是:洗脸→洗身→洗头。这是因为热气会使毛孔扩张,先洗脸可避免污物阻塞毛孔。洗脸的方向应由鼻子为中心向外圈清洗。洗身时,应先从远离心脏的四肢开始。
- 误区二:图干净,使劲儿搓。使劲儿用搓澡巾搓就会破坏皮肤屏障保护层。如果洗后用手指搓皮肤能听见吱吱的声音,就说明搓洗过度了。
- 误区三:沐浴露一次挤很多。沐浴露一般都含有月桂酰胺丙基甜菜碱,可激发某些化学物质快速渗透进入皮肤。长期过量使用沐浴露,这些化学物质被身体过量吸收,残留在皮下组织中,引发干燥、过敏性皮炎等。

记者 王帅 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:jirwh002@163.com  
发行热线:5203337  
广告热线:5203331  
总编辑邮箱:jirwh001@163.com  
投诉监督电话:5282226

体彩

排列3第14061期中  
奖号码为:2、2、5。

排列5第14061期中  
奖号码为:2、2、5、0、5。

大乐透第14027期中  
奖号码为前区:09、10、24、28、29,后区:10、12。

# 本报读者乐游团正式起航

## 首站将赴经区泊于摘草莓,即日起接受报名

本报3月10日讯(见习记者 桑志朋) 阳春三月,万物复苏,正是踏春出游的好时节。应广大读者出游踏青的要求,即日起,本报正式启动读者乐游团活动,今后每月将择时开展采摘踏青、游览观光等系列活 动,凡是城区的本报读者均可报名参加乐游团系列活动。首站乐游团活动将于15日(本周六)上午走进经区泊于镇草莓园采摘鲜美草莓,报名电话为13869027465。

本报读者乐游团活动将于15日(本周六)上午正式举行,首站将带领本报读者走进经区泊于镇草莓园采摘鲜美草莓,活动

成本价为60元/人,包括进园费、车费、导游费、保险费等全部费用。

此外,为满足本报小记 者和家长的参与热情,经与旅行社协商,本报小记 者和家长还可享受乐游活动折后折,费用为55元/人。

乐游团活动除了可以品尝味道鲜美的草莓外,还将有专业人员讲解草莓的种植习性,如何挑选草莓以及食用草莓的营养价值。本报还将派出精干力量采访报道活动。

此次活动接受电话报名,电话为13869027465。为充分满足



## 冰雕

作品描述:大自然送给我们的礼物。

拍摄时间:1月

拍摄地点:市区

作者:王小鱼

“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。

# 本报征集第二批小记者体验基地

## 即日起开始报名,每年至少组织四次体验活动

本报3月10日讯(记者 许君丽) 为更好地拓宽威海中小学生的视野,激发学生创作热情,自2011年起,齐鲁晚报·今日威海正式启动了小记者体验活动。每逢周末,本报组织各类采风、郊游、专家讲座等活动。为了让小记者们得到更多、更好的锻炼机会,即日起,本报面向社会征集第二批“小记者体验基地”,有条件的单位或场所可与本报联系,电话18906310700。

本报小记者体验活动已步

入第四个年头,小记者们的足迹遍布天文台、科技馆、污水处理厂、健身中心、医疗检测中心,以及警营、采摘园、手工室等大街小巷。随着活动的开展,为了更好地促进体验活动的健康发展,2013年,本报首批小记者体验基地正式挂牌,共设有奥林国际健身中心、威海震琳体育休闲公园、星影客5D科普电影馆和仇善文生命力课堂等九大基地。

今年,为了让小记者们能够更多的体验社会各行各业,本报

市民参加活动的热情,本次活动不限名额,只要在14日(周五)中午12点之前,均可电话报名。报名成功后,16日上午8点15分,参加活动的小记者统一到市政府广场集合乘车,共同前往草莓天堂。今后,本报将每月择时开展采摘踏青、游览观光等系列活动,凡是城区的本报读者均可报名参加。

想知道自己亲手采摘的草莓是什么滋味吗?想要参加美味的草莓盛宴吗?抓紧加入我们吧,鲜红甘甜的草莓正在向你招手,小伙伴们,你还在等什么,心动不如行动,抓紧报名吧!

## 12场天文活动邀您赏

本报3月10日讯(记者 许君丽) 日前,记者从威海市天文台获悉,2014年威海市天文台科普活动计划已经公布,其中上半年还有12场大型科普观测活动,活动地点涉及东天文台及户外、市政府广场等地。

2014年威海天文台对公众开放的科普与观测活动定为3月—11月,具体为每月2—3次左右的月球、大行星等天体观测(晚间)以及太阳观测(白天),时间一般为周末或节假日,同时安排不同主题的天文科学普及活动。

另外,天文台还将在市区内组织数次路边天文夜活动。遇到特殊或突发天象,工作人员将及时安排观测及相应的宣传活动。此次公布的活动计划可能会有微调,故每次开放前3—5天还将提前在天文台网站挂出通知,请大家随时留意网站信息:http://astro.wh.sdu.edu.cn。

在此,工作人员提醒,请注意天气状况,如遇阴雨或大风等恶劣天气无法正常开展活动和观测,可拨打电话:0631—5683780咨询。团体来访请至少提前3天预约。

## 威海免费培训养老护理员

本报3月10日讯(记者 许君丽 通讯员 林伟强 曲桂贤) 10日,威海市2014年全市养老护理员培训工 作启动。今年,威海市将对全市101家养老机构中的从业人员和社会人员开展上门免费培训,计划到2014年底,实现全市养老护理员培训率达到100%、持证上岗率达到50%以上的目标。

今年,威海市扩大培训范围,将对全市各类养老、福利服务机构中尚未取得养老护理员《职业资格证书》的人员以及有意向从事养老护理工作的人员,培训人员将达到600余名,坚持政府买单,实施免费培训。为保障培训结果,分别于5月、10月分两批对学员进行考前强化培训。

培训前,相关部门将组织各市区对所辖养老机构进行摸底调查,将所有符合条件的养老从业人员纳入培训计划。同时,通过网站等多种方式发布培训方案,引导社会上有意向从事养老护理工作的人员报名参训,计划到2014年底,实现全市养老护理员培训率达到100%、持证上岗率达到50%以上的目标。



《完美假妻》11:10 13:10 17:30 19:40

《夺樽》9:20

《爸爸去哪儿》12:30

《澳门风云》10:50 15:40 19:20

《机械战警》9:00 11:00 13:00 15:00 19:00

《大闹天宫》17:00

《霍比特人2》9:30 13:50 16:30 19:20

《冰雪奇缘》12:10 14:00 17:20

《北京爱情故事》9:10 11:10 13:10 15:20 17:30 19:40

《谁说我们不会爱》9:40 13:00 16:20 18:00 19:50

《私人订制》10:00 13:20 15:30 18:00 20:00

《熊出没》9:50 13:30 15:10 16:50 19:00

《闪灯》11:20 14:40

持本报影讯可享受“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