

广联医药

爱传万家

姊妹花 跑社区

齐鲁晚报·今日运河 我们在您身边 倾听您的新鲜事 感人事 为难事

说节水妙招,赢节水礼品

本报“节水知识进社区”将走进济宁市公安局宿舍

本报济宁3月20日讯(记者 孔令茹) 3月22日是“世界水日”,为了提高市民的节水意识,本报特联合金宇家居“金师傅维修队”,恒洁卫浴推出“节水知识进社区”活动,您在生活中有啥节水小妙招,都可以来活动现场聊一聊,说一个节水妙招就可以赢取一份家庭节水礼品。

本周日上午9点半,本报“节

水知识进社区”将走进城区海关路济宁市公安局宿舍,与市民一起聊聊生活中的节水小妙招。届时,金宇家居“金师傅服务队”将上门为您免费维修清洗家具、修理管道漏水、更换家装零部件,济宁恒洁卫浴将提供数十个节水三角阀门、地漏、洗衣机专用龙头等多种便民节水礼品,现场免费派送给社区居民。

在活动现场,只要您说出家庭厨房、卫浴等方面的节水小妙招,就可以获得一份节水礼品或家庭便民礼物。您在现场可以通过节水展示台感受节水、智能马桶,还能体验普通水龙头及节水水龙头的差别,希望这些直观的感受可以让您更加体会到水资源的珍贵。

“省下的钱是自己的,省下的资源是国家的,这是一举两得

的好事,更是一种环保的生活理念。”市公安局宿舍家委会负责人李女士说,社区的居民很愿意参与便民服务活动,希望多了解多分享节水小常识,让环保的生活方式更加深入人心。

活动时间:3月23日(本周日)上午9点半,活动地点:城区海关路,济宁市公安局宿舍北区,社区广场。

松动、破裂、错位、腐朽……

人民公园木质护栏,该修修了



公园一处亭子边,木质护栏的一段已经脱落。 孟杰 摄

本报济宁3月20日讯(记者 孟杰) 城区的人民公园,有很多木质的护栏,亲水平台也采用了防腐木,给公园的整体文化氛围增色不少。20日记者却发现,公园内很多木质护栏出现了破裂、腐朽等状况,护栏摇摇晃晃的,还有铁钉突出,不仅影响公园的整体形象,还存在很大的安全隐患。

20日上午,记者来到人民公园,很多家长正抱着孩子在河边的木桥上喂鱼,大人倚靠在护栏上,孩子则由大人抱着骑在护栏顶端的木桩上。而在公园东门附近,一处亭子周围的护栏已经发生破损,从地面沿台阶走上亭子,旁边的护栏出现不同程度的摇晃,其中最高处的一截木块直接

从接口处掉了下来,失去了防护作用。一位市民领着孩子走上台阶,看到护栏破损直接没有在亭子上逗留。“亭子这么高,护栏又坏了,实在是太危险了。”这位市民说。

在公园的亲水平台处记者发现,木制的地板已经失去了原本的光泽,出现了不少裂痕。地板的接口处有的都已经凸起,还有钉子裸露在地板表面。平台连接处的一块木头也已经松动,一部分耷拉在水里,仅靠几颗钉子与其他木块保持着连接。而在对面的一处平台上,一位市民坐在护栏上休息,不远处的一处护栏与平台接口处,已发生了错位。“公园作为大家休闲娱乐的场所,首先

要保证大家的安全,木质的景观提升了公园的文化氛围,但也要定期维护,否则不仅影响了公园的形象,还给市民带来了安全隐患。”一位经常在公园锻炼的市民说。

记者从人民公园管理处了解到,公园现在已经制定了基础设施修缮的计划,其中防腐木平台、桥梁和各种木质护栏的修缮均在其中。“整天风吹日晒,木质景观受损是正常情况,我们每年都会制定相应的修缮计划。”公园管理处的钟主任告诉记者,等园内的绿化工作一结束,就会马上对防腐木进行养护和加固维修,整个修缮工作预计5月份之前就可完成。

88岁大爷自创“养生经”

每天走几圈,多按摩几下



20日上午10点,阳光明媚,仙营绿地健身广场,一位满头银发的老大爷坐在木凳上,左手握成拳有节奏地击打着右手掌,看到有人走过就会微笑致意。他叫郝景让,今年88岁,是一名退休老师,每天上午和下午都会到仙营绿地锻炼身体,已经坚持了10多年。

“脚部、腿部、头部,每天按摩3000下,虽然简单,但是

得坚持。”郝大爷说,自己年轻时身体特别弱,经常生病,退休后一直注意养生,慢慢身体也变得健康了。每天围着仙营绿地散步五六圈,多做做按摩,是他的养生诀窍。早晨6点起床,起床后就开始按摩,按摩1000多下再吃早餐。“一天三顿饭从来不吃挑食,做啥吃啥。”郝大爷乐呵呵地说,吃完饭后就到仙营绿地散步锻炼身体,11点回家。

“景由心转,养生心态很重要。”郝大爷说,除了锻炼身体,郝大爷最喜欢的事就是听广播、写毛笔字。“注意锻炼身体,保持心态平和,不仅可以远离疾病,活得很快乐。”

本报记者 范少伟

微创祛大脚骨

首选济宁骨伤医院

0537-2106120 地址:任城路28号

拒绝平庸 谁与争锋

英菲尼迪 QX70 先锋跑车型SUV

济宁英菲尼迪

贵宾专线: 0537-3711566

地址: 济宁市高新区327国道通达驾校正对过