



今天(星期五)

阴转晴
南风2—3级
海上4—5级
气温17℃—29℃



明天(星期六)

晴间多云
南风2—3级
海上4—5级
气温17℃—33℃



后天(星期日)

晴间多云
西南风3—4级
海上5—6级
气温20℃—35℃

菜价

◎蔬菜类

品种	价格(元/斤)
辣椒	2.00
大白菜	1.00
大葱	1.50
蒜薹	3.00
土豆	1.30
芹菜	1.50
黄瓜	0.80
甘蓝	1.00
茄子	1.00
西红柿	1.00
菠菜	1.50
油菜	1.00
丝瓜	1.50
韭苔	3.00
芸豆	1.50
蒜	4.00
苦瓜	2.50
冬瓜	1.50
豆芽	1.50
香菜	3.00
菜花	1.00
茼蒿	1.50
莴苣	1.00
西葫芦	1.00
菜椒	2.00
豆角	2.00
生菜	1.00
白萝卜	1.50
扁豆	2.50

◎蛋禽肉类

品种	价格(元/斤)
鸡蛋	4.60
白条鸡	6.50
猪肉	(精肉) 13.00
	(五花肉) 12.00
排骨	12.00

◎水产品

品种	价格(元/斤)
鲤鱼	8.50
鲶鱼	5.00
鲫鱼	9.00
草鱼	7.50
花蛤蜊	3.00

以上信息来源于六街市场,各摊位会根据售卖品种质量在此价格基础上有所变动。

(见习记者 王泽云)

公交车开进汽车总站,旅客换乘“零距离”

本报6月14日讯(记者 孙珊 通讯员 王鹏) 为给广大旅客提供更加便捷的服务,滨州汽车总站与公交公司的积极协商后达成协议,决定自6月16日起,在汽车总站下客区设立公交车

站点,布置101、102、103、105、107等线路公交车进站上下乘客。

16日起,乘车来滨州的旅客可在下车后直接乘坐公交进入市区,外出的旅客也可乘坐公交车直接进入总站

内部购票乘车。此举方便了百姓出行,真正意义上实现了旅客的零距离换乘,同时也打击了倒客宰客的“黑车”,对净化客运市场、保护出行旅客的合法权益起到重要作用。

本周末天气放晴了 周日最高温度35℃

本报6月14日讯(记者 王晓璐) 俗话说“六月天,娃娃的脸”,滨州市自进入6月份以来,雷阵雨、晴天交替不断,气温也跟着忽上忽下。根据山东省气象台的预报,本周末将不会有雷阵雨的困扰,天气晴朗,气温也逐步回升,适宜大家进行各种户外活动。

滨州市自今年进入6月份以来,接连迎来了四五场大大小小的降雨,多变的天气让很多市民措手不及。13日夜间到14日白天的大风雷电加降雨让一些市民又开始失眠。据了解,这场

降雨平均降雨量只有5mm,并未造成主要路段积水等情况。14日中午,滨州慢慢结束降雨阴天的状态。

根据山东省气象台的预报,从15日开始,滨州市将一直是晴朗天气为主打,在3级南风的吹拂下,市民会感到非常舒适,周末外出时可以摆脱降雨的困扰了。另外,现在滨州市进入小麦的收获时期,农民朋友们要在晴好的有利天气条件下,做好小麦的抢收、晾晒工作,争取小麦丰收。同时,气温也将逐步回升,周日最高气温将上升至35℃。

父亲节,免费领天地缘酒啦

本报6月14日讯(通讯员 孙丰革 记者 王静)

6月17日是本月的第三个星期天,一年一度的“父亲节”又到了。操劳一生的父亲为儿女们付出了太多,我们是否也该为父亲做点什么?在父亲节即将到来之际,本报与“天地缘”集团联合推出“孝敬父亲,送天地缘酒”活动。天地缘酒业专门为迎接父亲节的到来免费献出50份天地缘酒,为父亲们送一份感恩。

父亲节当天(本周日),年满50岁的老人可凭身份证(儿女为父亲领取时必须拿父亲身份证)到黄三渤十地税局小区内(天地缘酒水驻滨州办事处)领取天地缘酒一份。到场的前50名父亲免费领取,后到者享受买天地缘酒打8折优惠活动。

“百善孝为先”,“孝道”是中华民族的传统美德,同时也是天地缘酒业的企业文化。“水为酒之魂,孝为百善先”,自天地缘酒业创建以来,就一直遵循着这种文化理念。为了弘扬“孝道”,天地缘酒业已经先后成功举办过四届“天地缘杯中国演艺界十大孝子评选”活动,在演艺界和媒体界都引起了强烈反响。

“父亲节是我们子女尽孝的好时机。也许平时我们忙于工作学习,没有时间多陪陪父亲,更不好意思开口对父亲说声感谢。但是父亲节到了,无论多繁忙,我们都应该回家陪父亲吃顿饭,拉拉家常,给父亲一个安慰、一份感恩。”天地缘酒驻滨州办事处负责人孙经理对记者说。

毕业旅行,从崂山开始

本报讯 或许是万千期待,或许是百般不舍,我们终究还是毕业了。离开并肩作战,苦乐与共的同窗好友们,独自踏上新的旅途,去面对更多的风雨和长大的痛楚。先卸下包袱,给自己做一次心灵的洗礼吧,向过去告别,向未来出发。

位于青岛市区以东黄海之滨的崂山风景名胜区,“三围大海,背负平川”,山海相连,灵秀清幽,正是洗尘散心的绝佳去处。崂山最高峰“巨峰”,俗称“崂顶”,海拔1132.7米,是我国万里海岸线上的第一峰。游景在于赏景,登山必登主峰,“会当凌绝顶,一览众山小”是向往名山大川的游客心系所在。游览巨峰,可谓风光无限、气象万千,其中最为著名的当属“巨峰旭照”、“云海奇观”、“崂山火球”、“银峰晶挂”四大奇观。特别是“旭照奇观”,绮丽壮美,被列为崂山十二景之冠。夏季来崂山,正是观赏“云海奇观”、“崂山火球”的最佳时机。

气重云低的时候,站在峰顶向下看:云浪在脚下的山腰里缠绕奔涌,形成一片片浪花飞卷的云海;海水潮起潮落都是一种平行流向,而崂山中的云涛却有升有降。相比之下,游人所处的位置有时似乎突然落下,有时又显得骤然升起。置身

在这一瑰丽的景象中,你会有一种腾云驾雾的感觉。

“崂山火球”是指盛夏雷雨天气的一种自然奇观,不是经常可以观赏到的。因为夏季白天气温较高,空气中水分含量较大,每当雷雨天快要到来时,天低云暗,游人站在崂顶,头顶是火辣辣的太阳,脚下却是黑云压境。只见在浓黑的云海里,一条火龙在摇头摆尾,一团团火球上蹿下跳,伴随着震耳欲聋的雷声,似乎感觉到整个山都在摇晃,令人胆战心惊、目瞪口呆。

人们常说:“不到北九水,不算游崂山。”北九水以其秀丽山水绘就的优美画廊,驰名中外。北九水游览区位于崂山中部偏北的白沙河上游地带。这里以优美的自然景观为主,配以古老的道教历史文化,构成了特有的风光。同时,因地处巨峰北部,寒冷空气可以进来,气温较低,适合低温带植物生长,所以又有“小关东”之称,植被种类丰富。

崂山是座“天然雕塑公园”,北九水是“园中之园”。这里可谓“五步一换景,十步一重天”,随处可见的象形山石惟妙惟肖、栩栩如生,清澈的流水千回百转,浪花雪白,潭水碧绿,变化无穷。当步入这幅巨大的画廊时,自己也自然而然变成了“画中人”。



康乃馨 献“英雄”

6月14日是第九个世界献血者日,今年献血者日的主题是“每位献血者都是英雄”,滨州市中心血站特意准备了三百支康乃馨,献给在这一天前来献血的献血者们,以表示对他们的谢意。图为献血屋的采血人员正将康乃馨献给已经献完血的市民李先生。 本报记者 张牟幸子 摄影报道

姜玉坤眼镜温馨提示 佩戴太阳镜 预防白内障

近视眼也可以 配戴太阳镜

炎热阳光下,近视眼的的朋友配戴什么样的眼镜更合适呢,强烈的阳光刺激眼睛眯成一条缝,又难以睁开,近视眼本来眼睛就不好,怎样阻挡强烈光线对眼睛的刺激呢?直接买一副太阳镜,光线不强了,不刺激眼睛了,但是普通太阳镜没有度数,看东西又不清晰了,怎样选择才能即矫正近视又防强光保护眼睛呢?近视眼多热阳光下的理想选择“太阳镜近视镜片”,既是太阳镜又是近视镜,既能保证清晰的视力,又能

阻挡强光对眼睛的刺激,正常视力的人在炎热的夏天都可以选择一副太阳镜保护眼睛,近视眼的人眼睛更需要保护,如果您随便买一副劣质的太阳镜,虽然可以使光线变暗,但不过滤和阻挡紫外线,会使有些光线进入的更加强烈伤害眼睛,所以配戴劣质的太阳镜还不如不戴,不戴反对对眼睛的伤害小。

姜玉坤眼睛公司可以帮您解决,在您理想的太阳镜上做强光保护眼睛呢?近视眼多热阳光下的理想选择“太阳镜近视镜片”,既是太阳镜又是近视镜,既能保证清晰的视力,又能

的眼睛,丰富您的视觉生活。

正确配戴太阳镜 有效预防白内障

太阳光紫外线照射时间越长,患白内障的可能性就越大,因此,在太阳光强烈时出门可戴防紫外线的太阳镜。

过多的阳光照射,会促使眼内晶状体蛋白变性,晶体变浑浊,从而引起白内障。根据以往的经验,农民患白内障的几率往往要比城里的人高,这就是他们长期在阳光下暴晒造成的后果。若一个地区的日照时间较长,则居住在该地区的人也易患上白内障。

在年轻时注意预防,则可减少老年后白内障的发生几率。因此医生建议在阳光强烈时,要适时配戴太阳镜,并最好选择真正可以防紫外线的太阳镜。因为单纯的暗色眼镜,不一定能起到保护眼睛的作用,如果不能有效的过滤掉散射光的话,人眼处于比较暗的光线条件下,瞳孔会扩大,反而会使更多的光线进入眼睛,从而诱发白内障的几率会大大增加,故姜玉坤眼镜温馨提示:正确配戴太阳镜,可预防白内障!

姜玉坤总店地址:黄河五路渤海七路交叉口 电话:3112999

