

天 气

WEATHER



今天

晴间多云
气温11/20℃
西南风3—4级



明天

晴转多云
气温14/21℃
西南风转南风3—4级



后天

多云
气温17/22℃
西南风转南风3—4级

今日生活指数

晨练指数 3级
较适宜户外晨练

穿衣指数 4级
建议穿长裤、长袖T恤、薄型套装

交通指数 2级
对车辆的高速行驶无不利影响

紫外线指数 4级
辐射强度高,外出需要防晒

钓鱼指数 1级
适宜垂钓



今日IN词

巴瑶族

是东南亚的一个民族。生活在菲律宾、马来西亚和印度尼西亚之间海域,人口数量稀少,大约有401800人(2007年)。他们靠潜海捕鱼为生,被认为是最后一支海洋游牧民族。

振动手套

是一款由芬兰科学家发明的新型手套,能帮助使用者快速寻找物品。它利用振动传感器帮助使用者在日常的工作和生活中寻找到超市中的商品、仓库中的物品以及图书馆中的图书。这种新发明基于廉价现成的传感器,例如在通常手套中使用的四振动触觉器和微软体感游戏中追踪游戏者手的传感器等。

由互动百科提供

历史上的今天

10月18

2002年——我国第一个国家信息化规划出台

1998年——雅鲁藏布大峡谷命名

1995年——全球首家网络银行在美开业

1985年——首届全国青少年运动会闭幕

1958年——郑振铎遇难

1910年——中国首届全国运动会开幕

1895年——抗日英雄吉鸿昌诞辰

由人民网提供

时 评

要老有所养,更要老有所乐

本报记者 董海蕊



为多学知识、排解孤独、广交朋友,老年大学

老人一天能看7份报纸(本报10月17日B04版曾报道)。之所以出现老年大学学员迟迟不愿毕业等情况,一方面是目前很多年轻人因为工作忙或者在异地工作,不能常常陪在父母身旁,另一方面也凸显出老人在安度晚年时对精神生活方面的需求。单纯从物质方面保障老人养老的做法已经不能让老人安享晚年。随着政府对养老政策方面的进一步加强,各种养老金、养老保险和退休金等让老人不再为晚年生活的物质需求所困扰,

如何让晚年生活更丰富的问题开始困扰越来越多的老年人。退休后无事可做,时间一长,老人就会“觉得生活特别无聊”,如何排解寂寞成为老人不得不考虑的问题。因为退休后生活的无聊,有的老人甚至会失眠、抑郁,最终导致精神疾病的发生。如今,像过去一样单纯保障老人老有所养的模式有必要进行改变,需要在老有所养的基础上保证老有所乐。一方面,老人自身要发展兴趣爱好,而做儿女的也不能因为工作忙或异地工作等原因,就长期让老人独居,

需要经常回家陪陪父母,尤其是在节假日时。另一方面,社区还可以多组织老人集体活动,比如打门球、教老人学习健身舞蹈等,让老人“忙”起来,既让老人锻炼身体,也能让老人不再寂寞孤独。



资 讯

讲堂

图书馆家长课堂 本周六讲阅读方法

本报10月17日讯(记者 蓝娜娜) 20日9时30分,青岛市图书馆“小贝壳家长课堂”将为岛城学童和家长举办一场关于培养科学阅读方法的讲座。有兴趣的市民可拨打活动报名热线电话85011836进行咨询。快速阅读是近年来教育部门提倡的一种高效阅读方式,其意义在于能够提高孩子的阅读速度和阅读理解能力。据了解,此次公益活动是青岛市图书馆联合少儿全脑开发培训机构清大学堂共同举办的。届时,清大学堂的资深讲师将在青岛市图书馆报告厅为市民带来题为《一目十行,你也可以》的专题讲座。

讲座

心理医院 周六有免费讲座

本报10月17日讯(通讯员 刘希明 记者 董海蕊) 20日9时30分,安徽路32号的心理医院有主题为《情绪与饮酒》的讲座,欢迎市民前去听讲。人类饮酒行为源远流长,尤其是中国,形成了具有鲜明特色的酒文化,但是从医学角度看,饮酒的害处远远超过其好处,尤其对于情绪不稳定的年轻人来讲,在负面情绪的影响下大量饮酒往往会出现一系列问题。现实中有人因为酗酒,导致情绪越来越差,甚至出现自残自杀行为,这种情况属于“酒精所致精神障碍”,需要及时就医治疗。20日(周六)9时30分,青岛市精神卫生中心副主任医师席巧真将在心理医院主讲《情绪与饮酒》的讲座,市民可免费参与,可拨打心理咨询中心电话856669120、86669120和心理医院电话82828120咨询。

签约

青岛牵手微软 建东亚云计算中心

本报10月17日讯 17日上午,微软·青岛云计算中心及课件研发基地建设项目签约仪式在香格里拉大酒店举行,即墨市政府与微软中国、伟东集团签署三方战略合作协议,将在课件研发、教育培训、金融服务外包、医疗信息化、智慧旅游、云社区等领域开展合作。该项目共投资约60亿元,整个基地占地面积约1200亩,包括云计算中心、课件研发基地、促成培训与认证考试中心三大功能区。微软将提供400门课件,用于建立课件研发基地,通过云教育平台为胶东半岛培养软件服务外包人才,并逐渐成为辐射中国及东亚的课件研发基地及云计算中心。

手术

500例白内障患者 年底前享复明手术

本报10月17日讯(记者 董海蕊) 今年青岛市为500例贫困白内障患者实施复明手术,9月底前完成手术和筛查任务量的40%以上,11月25日前完成全部任务。根据要求,各乡镇卫生院、村卫生室及社区卫生服务机构等基层卫生技术人员,结合城乡居民健康体检,对本辖区50岁以上居民进行视力检查。对筛查出的视力≤0.3(单眼或双眼)居民要填写“山东省白内障患者筛查信息登记与手术审批表”并及时报送区、市残联,将筛查信息录入山东省筛查信息报告系统。筛查录入数量为手术任务量的1.5倍以上。贫困白内障患者是指城乡低保及低保边缘家庭成员、农村五保户,持低保证或所在市、区民政部门提供的贫困证明,有白内障患者手术适应指征的白内障患者。

冷空气暂别 气温小幅回升

今起三天天气晴朗

本报10月17日讯(记者 吕璐) 受冷空气影响,17日白天气温不高,市区最高气温只有17.0℃,还出现了7级大风。18日白天冷空气将暂别岛城,未来三天气温有小幅回升。“冻死了。”17日中午,在台东步行街,不少路人发出这样的感慨,不少人穿上厚外套挡风御寒,有的女士甚至系上了厚围巾。虽然17日的岛城天空看起来阳光明媚,但即使到了中午气温仍然不高,风力较大。

青岛市气象台首席预报员凌艺介绍,17日白天青岛市晴到少云,北风5—6级,阵风达到7级,相对湿度22%—84%。17日市区最低气温为11.0℃,最高气温为17.0℃,郊区最低气温在7.8—10.3℃之间,最高气温在15.7—17.5℃之间,全市最低温出现在胶州,为7.8℃,最高温出现在即墨,为17.4℃。17日夜间开始,岛城市区西北风4—5级转西南风3—4级,近海风力6—7级阵风8级。

预计18日早晨市区最低气温只有9℃,郊区最低气温3℃,部分地区有轻霜冻。18日白天冷空气影响结束,白天晴间多云,南风3—4级,气温小幅回升。19—20日晴转多云,无冷空气影响,南风3—4级,气温继续回升。专家提醒,近日冷空气频繁,早晚气温变化大,市民生活饮食要有规律,同时适当锻炼,及时添加衣物,防止感冒。

胶州市胶西镇 开展关注化服务

关注化,要求计生服务工作者对流动人口账册严格把关建档,及时上报汇总。胶西镇是流动人口育龄妇女的第二个故乡,对于流动人口有问必答,让他们更好了解胶西镇计生政策。(宋鹏)

胶州市扎实 推进优生优育工程

近年来,胶州市加强多部门协作,不断强化优生优育工作。由卫生局、妇幼保健院与人口计生部门协作,开展出生缺陷一级干预工作。进村入户,上门宣传,发放优生优育指导宣传册,免费开展婚前检查和孕期指导。(荆毅)

李村街道QQ社区 法律服务俱乐部启动

近日,“QQ社区法律服务俱乐部”在李村街道正式成立。QQ俱乐部通过律师与居民一对一网络化服务,实现“法律咨询服务零距离”,开创社区法律服务新模式。

李沧区计生局 多种形式宣传计生

李沧区计生局始终坚持贯彻计划生育工作以宣传教育为主方针,按照“立足李沧实际,发挥自身优势,创出自己特色”的指导思想,采取多种形式,深入宣传计划生育政策、法律、法规、优生优育及生殖保健等知识,不仅转变了广大群众的生育观念,而且传播了新型的婚育新风,有力地促进了计划生育工作的协调发展。