



萝卜汁缓解受寒咳嗽

蜂蜜生姜萝卜汁可缓解风寒感冒引起的咳嗽。生姜发汗解表、温肺止咳;白萝卜中含有蛋白质和丰富的钙,具有较强消炎、止咳作用。

具体做法:选用新鲜白萝卜1斤、生姜30克、蜂蜜30克。萝卜和生姜去皮后切碎块,一同放入榨汁机打碎,加入蜂蜜后即可饮用。这款饮品还适用于肺热咳嗽引起的咽喉干痛、声音嘶哑等症状。

记者 王帅 整理

# 快来推荐您身边的“孝星”

第二届“威海市十大孝星”评选表彰活动,市民可来信或拨打电话推荐

□记者 许君丽 报道  
□通讯员 林伟强

本报3月5日讯 5日,记者从威海老龄办获悉,今年,威海将开展第二届“威海市十大孝星”评选表彰活动。活动将评出第二届“威海市十大孝星”和第二届“威海市十大孝星提名奖”各10名。市民可通过威海老龄办邮箱及拨打电话直接推荐。

此次评选表彰活动评选

标准包括孝敬父母、长辈;义务赡养社会老人;在为老服务岗位上勤勤恳恳,无私奉献;关心、支持民政、老龄事业;热心捐助老年公益事业或投资老年福利事业等。

5月1日至6月30日为活动推荐阶段,各市区组织村(居)、镇(街道),在评选基础上,向上级老龄部门层层推荐候选人,各市区老龄部门根据基层推荐情况,按评选标准择优向威海市老龄办推荐候选人。

社会可通过威海市老龄办邮箱(whsllb@163.com)及拨打联系电话0631-5895139直接推荐。7月1日至8月31日,威海老龄办根据各地和社会推荐的候选人事迹材料,研究确定20名“威海市十大孝星”候选人,通过威海市老龄办网站等方式进行公示,并接受公众投票,最终确定第二届“威海市十大孝星”和第二届“威海市十大孝星提名奖”各10名。



世界

1834年3月6日,加拿大最大城市多伦多成立。

1986年3月6日,宇宙飞船发回哈雷慧星照片。

中国:

1898年3月6日,清政府与德签订《胶澳租界条约》。

威海:

1940年3月6日,中共文登县委领导党员和群众,收缴国民党游击队丢弃和插藏的枪支弹药,在青石岭组建起400余人的文登县抗日大队。

1991年3月6日,国务院以国发[1991]12号文件,批准设立威海火炬高技术产业开发区。

记者 冯琳 整理

## 图书馆新增“自学室”

3月9日起将免费开放

□实习记者 王天宇 报道  
□通讯员 史春秋

本报3月5日讯 近日,记者从威海市图书馆了解到,为了给中小学生提供读书学习的地方,威海市图书馆在一楼

专门开辟了“自学室”,市民无需办理《借阅证》即可免费进入室内学习。“自学室”将于3月9日起对外免费开放。

据了解,目前小学生放学时间约为下午3点半到4点,这一时间段不少家长还在上班,

为了让孩子能有一个让家长放心学习玩耍的地方,市图书馆推出又一新的免费服务项目,面向市民特别是中小学生,为他们提供安静舒适的“自学室”。自学室内摆放200余套桌椅,并提供免费饮水。

## 妇女节,来奥林国际健身中心拿奖品吧

□见习记者 赵辉 报道

本报3月5日讯 三八妇女节即将到来,威海奥林国际健身中心,特推出免费妇女节专题活动,每位报名参与的女性朋友均能获得一份精美礼品。比赛活动中,参与者还可能获得价值280元至600元的奖品一份。

奥林国际健身中心工作人员介绍,本次专题活动共有三大项,一是规定时间内的跳绳比赛、踢毽子比赛及仰卧起坐比赛;二是生活小妙招评比,如怎样把衣服洗得更加干净,如何锻炼才能事半功倍等;三是生活点滴摄影比赛,如一家人外出旅游的动人瞬间等。

每项比赛活动均设一等奖1名,二等奖5名,三等奖10名,凡是参与的女士均能获得纪念奖。摄影比赛需要参与活动的女士将照片投到200859107@qq.com邮箱,并注明图片说明、人名及电话号码。

本次活动限名额100名,咨询及报名电话:5891777。

□记者 林丹丹 报道  
□通讯员 刘红晓

本报3月5日讯 3月5日是“雷锋日”,张村镇长乐社区联合滨海明珠社区、翠海明珠社区、张村镇计生协会,共同组织16名志愿者服务队开展了“学雷锋进社区”志愿者服务日活动。

活动现场,志愿者们为社区居民免费理发,还为居民们传授按摩技巧。同时,张村医院的医生们免费为居民们测血压、听心肺,志愿者们还为居民们解答相关法律问题等。



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13057期中奖号码:6,3,9。  
排列5第13057期中奖号码:6,3,9,9,7。  
七星彩第13025期中奖号码:9,7,0,8,9,9,6。  
联网22选5第13057期中奖号码:01,07,08,11,15。  
兑奖有效期为60天,兑奖截止日为2013年5月3日,逾期作弃奖处理。

祥府家酒,好喝不上头

白酒作为中国古老历史的传承,代表了中国酒文化的传统与经典,吉斯集团利用享誉中外的烟台水果资源,在发扬中国传统酿酒技艺基础上,研制出具有专利技术的水果白酒酿造工艺,首开水果发酵蒸馏白酒之先河,诠释了中国特色白酒的新时尚。既有独特浓郁的果香,又有传统白酒的醇厚与舒爽,回味悠长,且不含甲醇和甲醛等有害成分,具有“好喝不上头”的特点,实为倡导健康、引领时尚、激发活力的新一代白酒的上乘之作。

JI SI 吉斯集团  
烟台吉斯波尔葡萄酒有限公司出品  
服务热线:400-658-2211  
http://www.gisbelle.com

酒家府祥  
香道堂和  
情昌生缘  
浓隆辉自  
醇康万千  
尔泰年家  
圣吉禄福

中国·西霞口 XIXIAKOU CHINA

自驾游线路:烟台路—大庆路—海阳路—环海公路(704省道)—西霞口度假区

好运成山头 福地西霞口

美丽女人节 踏春西霞口

3月8号到10号,妇女可以购买优惠票。  
优惠票价格:动物园6折、成山头 and 摩天岭5折。

神雕山野生动物自然保护区  
摩天岭风景区  
成山头国家级风景名胜区

官方微博: http://weibo.com/whxixiakou  
景区热线: 0631-7834888 7834666  
网址: www.xixiakou.com  
地址: 山东威海西霞口