

快来报名全民健身十佳吧

今年新增“十佳社区”，4月26日截止报名

□见习记者 赵辉 报道

本报3月14日讯 2013年度威海市全民健身十佳评选活动已经启动,即日起至4月26日,想要参评的集体或个人,需要将报名表报送市体育局群体科。11月18日前确定候选集体及社会体育指导员。通过市民投票,本报将于12月10日公布最终获奖名单。获奖单位和个人将颁发奖牌、证书和1000元奖金。

本次全民健身十佳评选活动

共设置4个奖项:2013年度全民健身十佳单位、2013年度全民健身十佳学校、2013年度全民健身十佳社区、2013年度全民健身十佳社会体育指导员(具体参评资格请登录威海市体育局官方网站)。

与2012年度全民健身十佳评选活动相比,本次活动新添全民健身十佳社区,取消“十佳俱乐部”。此外,参评集体及个人参评条件也比2012年度更加严格。

想要参评的集体和个人,须于

4月26日前持报名表报名,所有集体和个人同时报送报名电子版。电子版报名表到威海市体育局官方网站(www.weihaitiyu.gov.cn)下载。

根据要求,各参评集体须于举办或参与健身活动后2日内,将活动情况简介、影像资料等相关证明材料电子版报市体育局群体科。各参评集体和个人须于11月16日前将纸质版及的电子版的全年活动总结、影像资料、证明材料报市体育局群体科。

本次评选活动报名及资料报送地址:文化中路78-2号威海市体育局群体科。联系人田三生。电话(传真):0631-5802737。电子邮箱为tian34511@163.com。

主办方将于11月18日前确定候选集体(个人)名单,11月20日前在齐鲁晚报·今日威海刊登候选名单和选票。11月20日至12月5日接受市民投票,在公证人员公证下统计市民投票结果,获奖名单将于12月10日前在齐鲁晚报·今日威海公布。

今年装修报价高 费用上涨是主因

□记者 李孟霏 报道

本报3月14日讯 天气转暖,又到了装修的旺季,14日上午,记者走访威海市区多家装修公司发现,年后很多装修公司的报价同比上涨了10%到15%,之所以会涨价,是因为年后装修原材料、人工费等成本都出现了上涨。

在位于世昌大道的华汇装饰公司,来看装修的于女士说,自己是为婚房来订设计方案。“房子是今年年初交房,今年十月份准备结婚,所以抓紧来选装修,感觉价格涨了不少。”说到涨价,张先生也深有感触,“我们家去年年初装修花了6万多元,现在基本涨到8万多了。”

华汇装饰公司的经理吕先生说,今年的报价确实增了不少,但是这主要是因为装修原材料和人工费都在增加。

“就拿瓦工来说吧,去年底瓦工工资是26元/平方米,今年便涨到30元/平方米。此外,木工、刷漆工、吊顶工人的工资都上涨了15%左右。而且装修材料像板材、粘合胶、电线等辅料的价格也上涨了。”吕经理说,墙面乳胶漆今年的涨幅也在5%到10%左右。

随后,记者又走访了多家装饰公司,涨价的消息几乎一致。

春天是装修的季节,不少业内人士提醒市民,要想装修的业主还是要尽早签订合同,虽然人工费每年都会在上漲后固定一段时间,但是材料费还是上涨的很快,因此越早签订合同就越省钱。

广播体操赛大奖等你来拿

□见习记者 赵辉 报道

本报3月14日讯 第九套广播体操大奖赛即日起征集报名,截至3月29日前,参赛单位需将报名表送至威海市体育局群体科。本次比赛设机关企事业单位组和推广组2个组别,共有13个获奖名额,奖金从1000元至8000元不等。

比赛设2个组别。机关企事业单位组录取前10名,第1名奖金8000元;第2、3名各奖金5000元;第4至6名各奖金2000元;第7至10名各奖金1000元。推广组录取前3名,第1名奖金2000元,第2至3名各奖金1000元。

大奖赛规定,单位组队参赛有效。机关企事业单位组每支代表队总人数为36人,推广组每支代表队人数为12人,队员应为威海常住居民。机关企事业单位组中30-45岁年龄段的参赛人员不得少于总人数30%,45岁以上的不得少于30%。每人只能参加一个组别的比赛。

3月29日前,参赛单位需将报名表送至体育局群体科,同时报送报名表电子版至tian34511@163.com。

参赛单位最终成绩由3部分组成:日常训练占10%,网络投票占30%,专家评审占60%。11月20日前,主办单位组织专家评审参赛资料。(详细情况请登录威海市体育局官方网站)

各参赛单位需在3月至8月间,每天自行组织开展第九套广播体操,主办单位将组织人员检查各参赛单位日常训练情况。各参赛单位需在8月1日至8月30日期间报送参赛资料,参赛资料包括比赛视频、照片和参赛人员名单(详细说明请登录威海市体育局官方网站)。联系人:田三生,电话:5802737。

获奖单位的表彰,将与2013年度威海市全民健身十佳表彰同时举行。本次比赛旨在推动全民健身,促进工间操开展。



报春晓

14日,随着市区温度慢慢回升,在环翠楼公园腊梅花已经盛开,白玉兰含苞待放绽放出春色。15日气温稍有回升,最高温度11℃。

本报记者 王震 摄影报道



四海调味 纯粮食酿造



四海原汁酱油

让时间倒流100年
回归自然



不含任何添加剂

注:四海原汁酱油是高盐稀态发酵的特级酱油,其营养成分高,浓度高,并且不含任何食品添加剂,如果瓶口密封不好或开盖后接触空气,容易出现涨瓶或长沫现象,因此使用后请及时密封并贮存于阴凉通风干燥处,冷藏更佳;若出现涨瓶、长沫现象,此系酵母菌作用,对身体无害,可及时联系厂方或销售商调换,也可将酱油加热灭菌后再用,不会影响其营养成分和口感。

四海黄豆酱

新口味
新感觉



口味好
食用方便

本产品用料考究、做工精细,采用多菌种新工艺酿制而成。鲜味醇厚,酱香、酯香浓郁,质地细腻,营养丰富,实为最佳佐餐调料。可用于蘸食、烹调、炸酱、调馅等。