

# 有问有答

Tel:96706 QQ:846465852

## 养老护理员培训收费吗?

问题:我在今日威海看到,养老护理员培训开班。想问一下,费用多少,培训多长时间?我有护士证,如果想从事养老这方面的职业,必须有养老护理证吗?

威海市民政局答复:该培训班不收取任何费用,但食宿自理。威海各类养老、福利服务机构从业人员,或社会有意向从事养老护理工作且尚未取得养老护理员《职业资格证书》的人员,均可报名。满20人即开班授课。若有意向,可去辖区的民政部门报名。

从事该职业必须有养老护理证,学员考试合格后,由培训学校发授培训合格证书;经威海市人社局鉴定考试合格后,颁发全国通用的养老护理员(师)职业资格证书。

记者 王帅 整理

# 雨来袭

## 今日大雨浇城还降温

过程降雨量将达70~150毫米,沿海阵风10级

本报5月26日讯 受江淮气旋影响,自26日夜起,威海各地普降大到暴雨,27日各地有暴雨到大暴雨,预计整个降雨过程的雨量将达到70~150毫米,同时海上和沿海有7~8级,阵风10级的东南大风。威海气象台于26日16时发布暴雨蓝色预警信号和大风黄色预警信号,市民需注意防范。

27日,阴有暴雨到大

暴雨,温度沿海12℃到15℃,内陆13℃到17℃,市区14℃到19℃。28日,阴有阵雨转多云,温度沿海12℃到15℃,内陆13℃到21℃,市区13℃到18℃。29日,多云,温度沿海11℃到18℃,内陆13℃到22℃,市区14℃到19℃。

记者从威海气象台获悉,此次降雨是今年以来的首次强降雨,威海气象局于26日启动了重大气象灾害

(暴雨)Ⅲ级应急响应。本次强降雨过程中,预计乳山等南部区域降雨量较北部沿海更大,可能达到大暴雨级别。



## 千余人专业防汛队伍待命

□记者 王帅 报道

本报5月26日讯 日前,威海市政处、威海市园林管理局等部门纷纷启动暴雨应急预案,做好防汛工作。市区专业防汛队伍13支1000余人随时待命,防汛物资准备充裕。市区各大公园广场,防汛物资均已到位。

截至目前,市区拥有专业防汛队伍13支1000余人,防汛预备队员500多人,开展防汛演练30多场

次。在防汛物资储备方面,各市、区根据城市防汛工作的需要,按常年储备足量的应急防汛工具和物资。

汛前,市政部门对桥涵、河道、暗沟、涵洞、排水管网等排水设施进行检查、维护和清理,并改造积水路段,维修加固海堤。

环翠楼公园和塔山公园内,2000个沙袋、80把铁锹、80套雨衣、80双水鞋、10方防汛沙、两台水泵等防汛物资已经到位。两个

公园还分别备有300和1200个应急沙袋,放置在各主干道易发生水土流失险情的地段。

在威海公园和幸福公园,180余人的防汛队伍随时待命,处理突发事件。防汛物资及设备方面,安排有6辆货车、1辆高空作业车、300余枝树杆、50公斤铁丝、8台油锯、各300个沙袋等。为防止苗木倒伏,将对新植树木和易倒伏树木支撑进行加固,增强树木的抗风能力。



## 如何正确吃枣

- 1、食用红枣时不要用水煎煮,因为温度超过80℃,枣里面的维生素C就会被破坏。清水洗净后,生吃是最有营养的,每天坚持吃5-8枚红枣,对身体非常有益。
- 2、不宜与维生素同时食用。食物中维生素可使维生素K分解破坏,使治疗作用降低。
- 3、《本草纲目》中说:“多食令人寒热,凡羸瘦者不可食。”脘腹胀满、食欲不振者不宜食用。因其含糖量较高,糖尿病患者不宜食用。吃枣还要注意保护好牙齿。每天吃枣以不超过50克为宜。
- 4、食用红枣后,不要马上吃高蛋白食品,如海鲜和奶制品。因为维C会使这两种食品中的蛋白质凝成块不容易吸收,所以在吃枣1-2个小时后,再吃高蛋白食品。

记者 王帅 整理



## 凉拌莴笋丝

- 1.将莴笋皮刨掉,去掉老根和头部;
- 2.莴笋切丝、蒜切碎;
- 3.用开水焯半分钟(防止生吃不卫生)放冷水泡1分钟,沥干水分;
- 4.将盐、鸡精、白糖、醋等调料放小碗中;
- 5.小火加热少许麻油,将蒜末爆香;
- 6.将热油倒入调料碗中搅拌;
- 7.将调料汁倒入莴笋丝容器搅拌;
- 8.装入容器中,加胡萝卜碎或红椒丝点缀。

记者 林丹丹 整理

## 威海联通电影城影讯

- 《中国合伙人》9:20 13:20 15:20 17:20 19:20
  - 《圣诞玫瑰》9:10 13:00 14:40 16:20 18:00 19:40
  - 《钢铁侠3》(3D)10:40
  - 《致我们终将失去的青春》9:40 12:00 14:20 16:50 19:10
  - 《遗落战境》11:20
  - 《倾城》10:00 13:40 15:30 19:30
  - 《临终囍事》9:50 11:50 13:20 14:50 16:40 18:20 20:10
  - 《同谋》11:30 16:40
  - 《钢琴木马》9:50 11:30 13:10 15:00 18:30 20:20
  - 《残团》17:20
- 持本报影讯可享受当月会员票价!  
地址:少年路4号(大世界北门西·鑫城大厦西50米)  
咨询电话:5232510 5232595  
记者 王帅 整理

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13139期中奖号码为:0、3、2。  
排列5第13139期中奖号码为:0、3、2、1、2。  
七星彩第13060期中奖号码为:0、0、2、4、0、0、6。  
联网22选5第13139期中奖号码为:03、12、16、18、19。



## 拍客评奖

新一期拍客评奖活动揭晓,经过专家评审,5幅作品在趣味性、及时性、新鲜性、拍摄角度方面脱颖而出。获奖读者分别获得联通电影城2张电影票(60元/张)奖励。

获奖作品及名单:  
1. 作品名称:“头”等大事 (刊登在2013年04月25日齐鲁晚报今日威海)  
作者:孙正  
2. 作品名称:“鞋”星 (刊登在2014年04月26日齐鲁晚

报今日威海)  
作者:小鱼  
3. 作品名称:“童”样关注 (刊登在2013年05月03日齐鲁晚报今日威海)  
作者:郭贤康  
4. 作品名称:初生牛犊不怕“鳄”(刊登在2013年05月09日齐鲁晚报今日威海)  
作者:李明  
5. 作品名称:月亮我的新鞋 (刊登在2013年05月16日齐鲁晚报今日威海)

作者:李彦毅  
征稿启事  
读者来稿时,请提供以下信息:1、作品名称及描述 2、拍摄时间 3、拍摄地点 4、作者姓名 5、联系电话、通信地址。投稿邮箱:wangshuai399@126.com,QQ:846465852。  
我们将每月底左右对投稿的摄影作品进行评比,择优评出5张作品,5名获奖读者分别获联通电影城电影票2张(60元/张)奖励。

## 精品房源

刊登热线:5232611

**办公室售租**  
江家寨准现房3980元/平,送精装修,楼房任选,无上浮,楼层全。购房现场抽大奖! 免费接送 13721938122 15243076777

## 诚聘

新天地文化传播有限公司,成立15年,烟威地区平面媒体模范,因业务拓展需要,现扩大部门,诚聘优秀人才。

- ★聘媒体营销代表 10名  
待遇:底薪+提成+补助+奖金(月收入2500元以上),稳定后办理保险。  
要求:22周岁以上,稳定踏实,沟通能力强,有上进心。
- ★招报纸发行兼业务 5名  
待遇:底薪+提成+补助(2500元以上)。  
要求:22周岁-42周岁以上,男,能吃苦耐劳,身体素质好。

联系电话:5235911 5231591 黄经理

<b>搬家版块</b> 基本格:10平	<b>金马搬家</b> 专业搬运家庭、工厂设备、鱼缸、钢琴,回收旧制冷设备、空调。 5922646 13455854631	<b>德信搬家</b> 清洁、搬企业、设备、钢琴、长途搬运、鱼缸、防水、洗地毯、通下水道、移空调。市区:5219009 高区:5259966 经区:5920033	<b>新天地搬家</b> 专业搬家,企业搬迁、搬钢琴、洗油烟机、饮水机、室内清洁、擦玻璃。5183030 5163030	<b>永进搬家</b> 清洁、专业搬家,钢琴,鱼缸,企业搬迁,设备,长短途运输包装。总部:0631-5202789 5239519	<b>超人搬家</b> 专业家庭、企事业单位搬迁,长短途运输,上门回收废旧物资设备。 5998036 13676317411
------------------------	---	--	---	--	--

## 出租 转让

出租转让信息版:基本格:5平 刊登热线:5232611 5216138

<b>商铺类</b>	<b>小商品北综合楼出租</b> 在小商品批发市场北有一楼房共七层2800平。原是宾馆,现整租或分租。可做快捷酒店、办公、会所、足疗、教室等。18006311988	<b>商铺出租</b> 经区特乙甲1楼东1000多平,年租金50万,也可分割出租,火锅或韩餐优先。18660317111	<b>虚位以待</b>	<b>餐饮类</b>	<b>品牌火锅城转让</b> 大润发附近,黄金位置,800平,营业中,豪华装修,客源稳定,非诚勿扰。13706494880	<b>蒿泊附近火锅店转让</b> 新装修,档次高,设备全新,900多平米,因事急售,价格面议,可实地考察,无一定经济实力勿扰。13376317692	<b>虚位以待</b>
------------	---	---	-------------	------------	--	---	-------------