

便民电话

市长热线:12345 本报新闻热线:3211123 公安短信报警:12110 滨州汽车总站:3205550 消费申诉举报:12315 供电:95598 供水:3261555 供暖:鑫诚 3401917 5085085 鑫谊 2198500 燃气:中油 3150611 华荣 3369013



今天(星期五)

31~24℃ 中雨转中到大雨 北风5-6级



明天(星期六)

33~25℃ 阵雨转多云 微风



后天(星期日)

33~24℃ 雷阵雨 微风

今年上半年新增就业人口2.5万

本报8月1日讯(记者 赵树行 张凯 通讯员 李树田) 1日,关于促进就业“十二五”规划中期执行、就业政策落实和高校毕业生就业工作情况汇报会议召开。记者了解到,今年上半年城镇新增就业2.5万人,新增农村劳动力转移5.15万人,分别完成省年度目标的72.3%、73.4%。2011年-2013年6月,全市城

镇新增就业16.6万人次,新增农村劳动力转移就业32.8万人次。在此期间,全市培训各类人员21.1万人,其中今年上半年4.4万人,完成省年度目标的59.2%。为推动《山东省促进就业规划(2011—2015)》深入实施,滨州市把就业创业列为市政府“民心工程”、市委1010工程、市政府

百项重点工作,2013年部署实施了“万人就业援助计划”(滨政办发[2013]11号文件),并列入市政府年度重点工作。在2012年全国“千户百强家庭服务企业”创建工作中,滨州市有2家服务业企业入选。今年上半年新增公益性岗位324个,发放补贴33.8万元,涉及10个县区、195个村。2013年,

滨州市又建立4家市级大学生创业孵化基地和4家大学生创业园,实现就业见习人数5856人,被见习单位留用2786人,发放见习补贴资金300余万元。为强化农民工就业援助,维护农民工合法权益,2013年受理劳动保障监察案件704件,涉及6203人,补发工资2177万元,补交社保费643万元。

Table with 3 columns: 品种, 昨日, 今日. Lists various vegetables and their prices.

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。(王泽云)

“慈心一日捐” 京博控股捐赠137860元

本报8月1日讯(记者 李运恒 通讯员 周康飞) 为认真落实博兴县委、县政府《关于在全县开展“慈心一日捐”活动的通知》要求,京博控股举行了“慈心一日捐”活动中捐赠的137860元爱心款送到博兴县民政局。

本次捐赠活动中,京博控股董事长马韵升个人捐款一万元。公司领导纷纷带头捐款,全体员工踊跃参与,因事不能到现场捐款的员工主动委托同事代捐,用实际行动向社会表达爱心。

据了解,山东京博控股股份有限公司是一家销售收入过百亿元,利税超十亿元的大型民营企业。公司以“仁孝”文化为核心,多年来,一直积极开展公益事业,京博人的善心、善行也在感染着越来越多的人。近期由京博控股发起,齐鲁晚报·今日滨州、星火义工联合举办的“京博梦·大学生助学行动”也将帮助许多寒门学子圆了大学梦。

省中小小学生乒乓比赛滨州开打



一名参赛小选手在比赛中接球。 本报见习记者 谭正正 摄

本报8月1日讯(见习记者 谭正正) 1日上午8点,“2013年山东省中小小学生体育联赛暨乒乓球比赛”在滨州奥林匹克体育馆举行。比赛从1日到7日,共举办7天。据了解,此次比赛的选手来自山东省17地市,参赛单位是市级联赛各组别(高中组、初中组、小学组)团体前二名的学校,各单项冠军所在学校,共有105所学校参加,分为高中组、初中组

和小学组。比赛项目分为男、女单打和男、女团体。根据比赛成绩将录取男、女团体前十名,学校给予奖励,并颁发奖杯;录取单打前八名,前三名颁发奖牌,获得录取名次的颁发成绩证书。来自潍坊市潍城区实验小学的陈思羽只有9岁,此次比赛她们学校共有8名选手参加,带队的老师是她妈妈。陈妈妈说:“孩子喜欢乒乓球,打得还不错,

不仅锻炼了身体,训练了她的敏捷性,而且也学会了团结协作,有了集体观念。”举办此次活动的目的在于培养青少年良好的体育锻炼习惯和健康的生活方式,形成热爱体育、崇尚运动的良好风气,让青少年做自己健康成长的主人,让“每天锻炼一小时,健康生活五十年,幸福生活一辈子”的理念深入人心。

全市打击药品违法行为启动

本报8月1日讯(记者 张牟幸子 通讯员 孙珂珂) 7月29日,全省药品“两打两建”专项行动电视电话会议结束后,滨州市食品药品监督管理局召开会议,部署了全市药品“两打两建”专项行动工作。据了解,全省药品“两打两建”专项行动已经启动,从现在开始到年底,山东将严厉打击药品违法生产和经营行为,加强药品

生产经营规范和监管机制建设。其中,中药材的的染色增重、掺杂使假等,网上销售假劣药品以及诊所非法药品购销等行为均在打击之列。据了解,此次全市打击药品违法行为的专项行动中,从非法渠道购用提取物、使用假冒伪劣中药材、中药材非药用部位和被污染或提取过的中药材生产药品及药渣废料流入到市场等情况是

重点打击行为。市食品药品监督管理局还将对照省局专项行动方案,结合全市工作实际,立即开展全市“两打两建”专项行动,对查实的违法违规行为,及时予以立案,依法开展查处,严格按照《药品管理法》从严处罚,直至吊销《药品生产许可证》或《药品经营许可证》。要做好药品行政执法与刑事司法衔接工作,及时将涉嫌犯罪案件移交公安机关处理。

滨州学院 录取通知书开始发放

本报8月1日讯(记者 杨青) 1日,记者在滨州市邮政速递物流公司获悉,滨城区本科一批录取通知书投递已基本结束,二批录取通知书陆续开始投递。滨州学院录取通知书也已开始发放。滨州市邮政速递物流公司城区营业部副经理齐海平告诉记者,滨城区本科一批录取通知书自7月15日开始投递,按照时间推算,目前已经基本投递完毕,近日一些二本院校录取通知书陆续到达。“昨天,收到了第一批滨州学院的录取通知书,一共800多封。目前来看今年投递量没有往年大,但投递量每天都在增加。”齐经理说

7月下旬到8月是录取通知书的投递高峰期,投递时间也相对比较集中,广大考生或家长在这段时间应尽量留在家中,如实在有事要离开,最好留下相关信息,同时提醒自己的亲属签收,并保持通知书上留下的联系电话24小时畅通。此外,如考生得知自己被高校录取,却长时间收不到录取通知书时,可以拨打3160691查询通知书投递情况。

无棣县有了 道德调解员

本报8月1日讯(记者 赵树行 通讯员 马红磊) 近日,无棣县法院举办首届“道德调解员聘任仪式”,共有来自全县各条战线上的12人当选道德调解员。据了解,无棣县法院为解决社会失信现象,尝试将道德因素引入司法行为,为此专门成立道德调解庭。作为滨州市政法系统两个试点之一,道德调解庭建设设立“德庭”,聘请“德官”,整理“德律”。邻里、婆媳之间发生纠纷,请来“德官”,在“德庭”,依照“德律”,大家一起评理,消弭纷争,达成和解。此次选聘道德调解员,限定为德高望重、处事公道、具有一定纠纷处理工作经验和法律知识的道德模范、乡村长者及相关专业领域的人员。

新爸爸学育婴



1日,邹平县青阳镇卫生院产后访视人员任莉正在耐心地教新爸爸张涛如何正确抱新生儿。据了解,邹平县的产后访视人员除了对产妇和婴儿进行量血压、称体重、测黄疸等检查外,还利用婴儿模型指导新爸爸如何正确抱孩子,讲解相关的注意事项,消除新爸爸面对新生儿束手无策的胆怯心理。本报记者 张牟幸子 通讯员 耿春梅 韩炳堃 摄影报道

“健康跑”怎样开始?

所谓健康跑,顾名思义就是以跑为主,而不是走。但是,有些人在开始锻炼时,先是进行10分钟走,然后再跑5分钟,这样的交替进行锻炼,最后慢慢地缩短走的时间加大跑步的时间,直至过渡到一跑30分钟。如果你一口气可坚持30~50分钟健康跑,你的健康状况可以说很棒!根据不同的体质、不同的人群、不同的时期,来用不同的方式、方法去跑。 1.跑速要慢:不同的跑速对心脑血管的刺激是不同的,慢速跑对心脏的刺激比较温和。一般来说每一个人的基础脉搏是不一样的,

如有的中老年人的心律过缓,晨脉每分钟才五、六十次,而有些中年人的晨脉却达到每分钟七、八十次。因此,根据自己的每分钟晨脉数来控制初期健康跑强度是比较适宜的。 2.步幅要小:在跑步中步幅小的目的是主动降低肌肉在每跑一步中用力强度,目的是尽可能的延长跑步的时间。有许多人在跑中过多地脚腕儿用力,还没跑多远就出现局部疲劳,往往使人放弃跑步。 3.路程要长:路程长最为重要

的一点是,人体内可“主动的”将当前血液中的血糖全部消耗掉,同时还在消耗掉人体内蓄积的多余热量。这种“主动的”消耗是降低血脂、血糖,缓解血压的最好的方法。就减肥而言,更为关键的是其对健康的伤害几乎为“零”; 4.从事“健康跑”更要注意的是营养。许多人认为跑步的运动量很大,一定要多补充营养才行。许多人大量的补充动物蛋白,其实这样的补养是不对的。慢跑中人体的消耗主要是血糖,对蛋白质的需求不大。因此,跑步后以补充碳水化合物食品为宜。



齐鲁晚报·今日滨州网站二维码

齐鲁晚报·今日滨州微博二维码