



小营员们在海边与浪花嬉戏。

咔咔咔,拍下海边之旅

文/片 本报记者 戴伟

走过银滩,翻越赤山,“骑上”海鸥栖息的海驴岛,本报举办的第二期拍客夏令营——为期3天的威海之行让营员们领略了大海之美。

8月2日,夏令营成员乘坐大巴经过近7小时车程来到乳山银滩度假区。这里沙质细腻洁白如银,有“东方夏威夷”之称,营员们下车直奔沙滩,孩子们更是迫不及待扑向大海。第二天,当人们来到赤山风景区,立刻

被矗立在海边山上的赤山明神塑像所震撼。风景区内的荣成民俗馆和张保皋传记馆,分别展示了当地民俗文化和地方海外贸易发展的变迁。拍客们最感兴趣的是拍摄那些仿古建筑和胶东风情。下午,当人们来到海边准备乘船前往海驴岛时,突然下起一阵急雨,大人们护着孩子伴着急雨驶向大海。游艇渐渐接近海岛,成群结队的海鸥飞来迎接远方的客人。这里的海鸥好像天生不怕人,围着游人嬉戏翱翔,原来这就是“海

外仙境鸥鹭王国”。此时对每一名拍客来说都是一个良好的摄影机会,大家不停地按动快门,兴奋和喜悦伴随着每一个人。大家近距离观察海鸥的生活习性,学会了摄影中对细微事物的观察,同时,也对运动中的物体摄影技巧有了一定了解。

虽然前两天的行程已让大家十分疲惫,可是,第三天营员们还是要求再去威海的海水浴场游玩搞创作。营员们收获了海边旅游的畅快,也学会了摄影中的许多要领。



▲成群结队的海鸥飞来迎接远方的客人,大家不停地按动快门。



►来,小帅哥笑一个。

小营员手记 偶遇守岛人

8月2日,跟随齐鲁晚报拍客夏令营来到威海。当我看到碧海蓝天,嗅到淡淡鱼腥味时,不禁惊呼:威海,来对了!

乳山银滩,是本次出行的第一站。当我赤脚在沙滩一步一步脚印走过,回头看,却被海水冲刷得干干净净。我想,是应该在这里把一切烦恼丢下,好好享受大自然的鬼斧神工了。

游赤山,就不得不说赤山明神。他右手手心向下,寓意着抚平一切风浪。高大的身躯使他被称为最大的锻铜神像。我想,也只有这样庄严、威武的赤山神,才能够踞山面海,护佑四方。

登海驴岛的经历让我难忘。那是第二天的下午,天上下起了雨,我站在船的甲板上,每当一个浪头拍过,都不得不抓紧手中的栏杆,只怕在这同大海的搏击中摔倒。上岛后,雨停了,在一块礁石上坐定,看海潮起落,鸥鹭齐飞。走过环岛小路,赏海风拂面,怪石嶙峋。我们带来馒头想喂海鸥,却有一老人对我们说海鸥平常都是喂鱼,不吃馒头。等回来后我们才后知后觉,那不会就是著名的海驴岛守岛人吧。我竟然错过了和名人合影的机会!

如果你要去威海,除了赫赫有名的巴掌大的鲅鱼水饺,我强力推荐海鲜煎饺,人间美味啊。威海,绝对值得一去!

武晓堤

齐鲁晚报读者俱乐部即时互动方式







0531-85193164

健康讲堂

养生重在不伤害 少吃少喝少运动

本报讯 由《儒风大家》问道国医基金会和本报读者俱乐部联合主办的“问道国医·健康公益讲堂”第九讲,日前举办。本次讲座的主讲人是来自齐鲁医院呼吸科的副主任医师、中医博士刘宝义教授,主题是“重构健康身心”。

刘教授以庄子养生篇中的内容为切入点,将古人的智慧与自己的领悟融为一体,从另一个角度为读者分析了《庖丁解牛》、《劝学》等名篇中的养生思想:不仅要身体健康,更重要的是内心能够平静。

刘教授说,养生的重点不在补,而在不伤害,不过多地追求物质上的圆满,而是更多地关注心灵上的获得,所谓无役于物而主于心,这样才是养生的精髓。对于现代人的养生方法,在刘教授看来,就应该是“三少养生法”,即少吃、少喝、少运动,这才是对现代人适合的长生之道。

针对大多数人喜欢饭后喝汤的习惯,刘教授说,这样很不健康。饭后喝汤对胃的负担加重,容易形成胃炎,在饭后的至少半个小时内都不应该喝水。正确的做法应该是饭前十五分钟左右喝汤,这样才能与之后吃下去的固体食物不混合,也更利于吸收。同时,也要多吃粗粮,一味地吃山珍海味并不能达到延年益寿的效果。

舒婷婷

错了就改

●7月24日B1版《济青高速20年后的现实考量》第二段“记者从……省交通规划设计院高速获得证实”,句中“高速”多余。

●7月24日B5《历下散步》第三段“总是散发出屡屡神秘的气息”,“屡屡”应为“缕缕”。

●7月26日A7版《司机施巧计,贪心人体面“吐脏”》倒数第二段“被扣下的手机卡扔在座位下”,“扣”应为“抠”。

●7月26日A21版《满城尽是邹市明》第三段“澳门只有四五平方公里大”有误,应为“32.8平方公里”。

●7月28日A4版《正抬伤员上担架,一车又撞来》倒数第二段“受伤的7人中,季先生病情严重”,“病情”应为“伤情”。

●7月25日B3版《大使馆里热议“孔子文化”》第二栏“李辉大使认为孔子是既是中国的也是世界的”,“是既是”应为“既是”;《“世界之窗”尽显中国元素》倒数第二段“有朋自远方来,不亦说乎”,应为“有朋自远方来,不亦乐乎”。

●7月27日A15版《请来名律师帮着打官司》,第一部分“2011年‘9·11’恐怖袭击”应为“2001年……”。

●7月30日A3版《城市该给“流动”的油篓村更多体面》第二段“严格的评分制度更加大了获得城市身份的南都”,“南都”应为“难度”。

(感谢读者王志学、徐连泉、马航、刘学英、房雪峰、周而复始、刘同江的批评指正)

关键词:座位

孙文芳:7月26日A7版《司机施巧计,贪心人体面“吐脏”》确实是一篇好新闻,但文中第二部分说:“后面右侧两排座位正好空着,从第一排乘客开始,他们有序地都到后面两排座位坐了一下。不到十分钟,经过一番走动后,王吉军再检查被大家轮流坐过的座位,发现了丢失的手机。”根据此描述,可知手机是在车内后排座位上找到的,但压题照片上,司机所指的手机却是出现在前排座位上。可能是摆拍出现的失误?感觉这个瑕疵影响了这篇好新闻。

编辑者说:经核实,这张照片确实是倒数第二排,前面的位置是长途车后门。

关键词:贡献率

朱永胜:7月30日A17版《我省农产品进口全面超过出口》第三段提到大豆、食用植物油进口“对全省进口的贡献率达到135.9%”,两个产品对全省进口的贡献率竟然超过100%,这个数是咋算出来的,感觉不大正常。

编辑者说:省商务厅外贸处专业人士解释,对进口的贡献率就是用前面那两类产品的进口增量比农产品总的进口增量,计算上没有错误。

关键词:影响

吴敏:8月3日A7版《四龄童玩电动车被撞裂肝脾》最后一段

你说我说

说:“这次大面积的内脏摘除修复对他没有大的影响,小景辰可以和正常孩子一样健康成长。”小景辰伤势严重,肺部破裂、肝脏细碎、肾上腺破裂、脾脏裂缝,虽不清楚被摘除的是哪些器官,但对孩子今后的健康肯定会产生重大影响。说“没有影响”,显然与实际不符。

编辑者说:经了解,小景辰做的是肝脏部分切除和肾上腺移植手术。大夫解释,少儿时期恢复能力很强,从以往相同病例来看,这种手术对孩子健康确实没有大的影响。

关键词:免费高速

潘京华:7月28日A2版《辽宁推出首条免费高速》,看标题,以为是所有车辆走此条高速公路都免费,但文中却说“据介绍,所有悬挂‘辽A’牌照的沈阳籍9座以下的小型客车均可享受免费通行的政策”。唉,纯属噱头,题文不符。

编辑者说:对绝大多数车辆来说,免费之说子虚乌有。依我看,这条新闻没什么价值。

关键词:呆

一读者:7月29日A5版《状元夏令营,洗脑挺管用》倒数第四行“结束后又去北大呆了两天”。应为待了两天,而不是呆了两天。

编辑者说:待和呆两字都有“停留”之意,所以,“呆两天”和“待两天”通用,这两个字在很多语句中可以互换,例如“待(呆)在这里别动”等,只是语感上略有差异。

关键词:录取

刘学英:7月29日A6版《学费无着落,考高分却难高兴》,文中第四栏“报考了中国石油大学的油气储运专业和海洋工程专业并被录取”,同时被两个专业录取显然不可能,句中的“油气储运专业和海洋工程专业”应为“油气储运工程专业”或“海洋油气工程专业”。

编辑者说:报考大学填报两个或两个以上专业是正常的。经了解,该同学被中国石油大学勘察技术与工程专业录取。

关键词:挡获

房雪峰:8月1日A18版《成都一居民区内警匪枪战》“强攻”部分:“警方在10楼电梯门口和9楼楼梯间先后挡获了一男一女两名涉案人员”,“挡获”应为“抓获”。

编辑者说:在各类犯罪案件中,“挡获”一词的使用率已经比较多见。从字面理解即为阻挡、截获、抓获。

读者来信

版式能否调一调

齐鲁晚报你好。我是贵报的老读者,从创刊订阅至今,不仅天天读,而且坚持剪报,尤其对“青未了”的连载都剪下再装订成册;不仅自己看,还交给子女、朋友看,有的还复印送给亲朋好友。如2011年5月12日刊登的《很老很老的老偏方》第8“有一种痛苦叫便秘”,用核桃治好了我多年的便秘。用此方治本,不像有的药用时有效,停药无效。我的剪报方法:将一周的报复读一遍,再把需要的裁下装订。这种剪报活动,也成为我养生保健的重要内容之一。但是,贵报从今年4月份以来,改版后内容变成四个长条,既不好阅读,也不利于剪报。

我于4月2日曾写信提出改版相关意见,建议恢复原来的排版方式,至今没有变化,所以再次向你们表达我的看法。

此致
济宁市离休干部 齐乃瑞

读者您好。来信收悉,我们将尊重读者意见,对连载版式尽快做出调整。感谢多年来对我们的支持与厚爱。

本报副刊编辑中心

欢迎关注齐鲁晚报,欢迎给齐鲁晚报挑刺,来稿请发:qlwbdc@163.com