

多社区开展活动纪念九一八

本报9月18日讯(记者 王帅) 今年是“九一八事变”83周年,18日,竹岛街道多个社区开展“勿忘国耻、振兴中华”主题活动。

开园社区、山海社区组织社区居民观看“九一八”事变资料片,开展以“纪念九一八事变”为主题的讨论会。

大家回顾了七十八年前中国人民遭屈辱的历史,控诉了日本帝国主义侵略中国的残酷罪行。代表们纷纷发言,发言进一步激发了大家的爱国主义热情。

当日下午,威海市博物馆联合竹岛街道办事处开展以“牢记历史 振兴中华”为主题

的纪念“九一八”图片展。

竹岛街道办的海源、翠竹、兴竹、竹岛路、四方、海天、文昌、天翔、富华等社区的党员、综治信息员、网格长、计生协管员、社区居民和志愿者共80多人参加活动。

家住海源社区四方路108号楼的姜培芝说,“看着这一张

张的图片,真感觉这些老辈子的历史像过电影似的在眼前翻过,又让我们这些人回忆起了那些老辈子的艰苦的日子,太让人反思了。”

威海市博物馆工作人员介绍,此次历史图片展将继续在社区展出,居民可到陶家乔社区活动中心观摩。

周末有小雨 天气较凉

本报9月18日讯(记者 王震) 本周末将迎来一次降雨过程,预计周六、周日均有小雨,最高气温24℃。

周六,多云转阴,北部有小雨,南风沿海5到6级,内陆4到5级,温度沿海17℃到23℃,内陆14℃到25℃,市区18℃到25℃。

周日,阴有小雨转多云,南风转东北风沿海5到6级,内陆4到5级,温度沿海17℃到23℃,内陆16℃到25℃,市区19℃到23℃。

天气渐凉,加上阴雨缠绵,易诱发感冒、呼吸道疾病、心脑血管疾病,请市民注意天气变化。

竹岛街道 残疾人免费查体

本报9月18日讯(记者 丛子茗) 17日上午,竹岛街道办事处渔港路社区残疾人到卫生服务站接受全面体检。

为让残疾人知道健康体检的时间、地点及注意事项,工作人员对重点对象进行了电话和上门通知。通过体检,残疾人不仅了解自身健康状况,还对疾病预防、治疗和康复提供依据。



运动会

近日,环翠楼街道办在城里中学举办“环翠楼街道办事处第三届残障趣味运动会”。来自南山、峰泉、布谷芥、同德、东北村、西北村、前进等18个社区的近百名残疾人参赛。

本报记者 陈乃彰 摄影报道

怎样真正爱孩子? 多吃蔬菜和水果 多喝白开水

本报9月18日讯(记者 王帅) 最近,炸鸡啤酒风靡一时,但炸鸡这类洋快餐可是孩子的几大膳食营养雷区之一。类似营养雷区还有“水果代替蔬菜”、“饮料代替白开水”等。

尽管蔬菜和水果在营养成分、健康效应方面有很多相似,但它们毕竟是两类不同的食物,营养价值各有特点。一般说,蔬菜品种远多于水果,且多数蔬菜(特别是深色蔬菜)的维生素、矿物质、膳食纤维、植物化学物质含量高于水果,故水果不能代替蔬菜。

白水比饮料健康。饮料分软饮料、牛奶、水和含酒精饮料四类。孩子们常喝的果汁、汽水、运动饮料都属软饮料。软饮料会增加孩子患龋齿和肥胖的几率。其实,白开水才是儿童最健康的饮料。白开水进入体内可立即发挥新陈代谢、调节体温、输送养分的作用。不过,孩子们往往感到口渴才会喝下许多水,这时已有些晚了,因为大脑“渴中枢”往往“玩忽职守”,体液损失超过2%时才开始工作。因此,家长要及时提醒孩子喝水,不要等到渴时再喝。

洋快餐如摄入过多,孩子容易能量过剩,形成肥胖。如无法避免进食洋快餐,纽崔莱营养专家初清照建议,应尽量做到均衡营养:即多吃蔬菜(尤其是深色蔬菜),适当吃水果,多选白开水、牛奶。选择快餐时,油炸食品如薯条、苹果派不宜多吃,适当补充含多种维生素的营养保健食品。



经区医院 对口支援工作再发力

经区医院把对口支援工作作为有效载体,切实搞好卫生下乡工作。

在对口支援工作中,经区医院根据市卫生计生委的统一部署,对口支援荣成市和乳山市的康宁医院。院领导高度重视这项工作,多次召开全院医务人员工作会议,要求大家服从大局,自觉、积极、主动地参与对口支援工作。8月21日,

经区医院又安排精神科专家、主任医师王善松赴荣成市康宁医院进行对口支援。此次支援在原有的基础上增加了教学查房环节,以带教的形式对住院的病人进行现场讲解,在为病人带去新的治疗方案的同时,也向当地医务人员传授先进的精神心理专业的病理、药理知识,深受当地医务人员、病人的欢迎。

公告

威海大嘴食品有限公司经股东会研究决议,拟向公司登记机关申请减资登记,由注册资本50万减至10万元,请债权人自本公告登报之日起45日内,向本公司申报债权

遗失声明

威海市万通置业有限公司不慎将税收缴款书票据丢失,票据号(141)鲁地现00135023,特此声明作废。

威海用户推荐

品质与售后

一线品牌家居行业

唯美 L&D 陶瓷

LIFE AND DESIGN 唯美制造 部

地址: 威海乐天家居2层

电话: 0631-5971330

双盈美家

汇明|提花|墙|布

领|绣|刺|绣|墙|布

地址: 威海经区乐天家居4楼

电话: 0631-5965066 15263130606

BIYORK 贝亚克地板

——奢华之上 荣耀到家——

乐天家居三楼 电话: 5971165

www.biyork.com

EAGO 益高

卫浴

——水舞天下——

地址: 乐天家居二楼

大屋建材商城二楼

电话: 0631-5971298 3633578

容声集成吊顶

——家电巨擘到家居领航——

地址: 大屋建材商城2110-2111室

乐天家居一楼吊顶区

电话: 0631-3651108 5964648

德国·威亚森

阳光房·门窗

地址: 乐天家居三楼北区3073室

电话: 0631-5252528

冠特卧室

中秋、国庆大特惠

板式移门全线3.6折回馈客户!

地址: 家世界建材城负一楼 电话: 5971968

好兆头厨柜

Bonheur Kitchen Cabinet

让生活充满喜悦

电话: 1386-3073-805

地址: 乐天家居一楼好兆头橱柜专卖店

Marine 海洋灯饰

Lighting

地址: 乐天家居四楼

电话: 0631-5962588

KOOMO 楷模木门

只为懂生活的你

乐天家居三楼 电话: 5968868