

想学跳操可还缺热心人组织

“拍打健身操”招募带操人



“拍打健身操”很受市民欢迎。

本报1月29日讯(记者 贾威) 经过本报报道,“拍打健身操”得到了越来越多市民的关注。不少市民要求,希望可以在家门口也能学到这种健身操。记者将这种要求转告了健身操的发明人司云芹,得到了司女士的赞同。“我们也在乐天小区这样的健身操空白区域发展一些热心公益的组织者。”近日,司女士他们已经将这种健身操引进了大学路一带。记者在大学路与凤凰路交叉口的东南侧小广场上看到,上百人在司云芹的带领下学做“拍打健身操”。

记者在现场看到,这些学做拍打健身操的人,个个激情洋溢,跟着司云芹的动作,踏着音乐的节奏,拍打着身体上的经络,很多本在旁边观望的人,也不自觉地加入了他们的队伍。

“拍打健身操”通过拍打身体不但能增加肺活量,使全身畅通,怡情养性,还能使脏腑经络发生协调共振,疏通经络气血,尤其是对女性的乳腺妇科疾病有预防保健作用,得到了广大人群尤其是女性的支持。

据司云芹的搭档田爱珍介绍,每天早上和晚上,她们都会带领大家在广场上做健身操锻炼身体,但由于天

气原因,把早晨锻炼时间改成了下午。“早上天冷,外边的温度很低,怕一些年龄大了的人适应不了。”

随着做健身操的人越来越多,原来几个做操的地点渐渐容纳不下了,加上以前做操的地方离恒大绿洲、乐天小区等比较远,司云芹和田爱珍决定在恒大绿洲或者乐天小区找一个有奉献精神的人带操,把健康带给更多的人。

“大家好才是真的好,我们想找个有责任心、有一定组织能力的人,先把他教会,然后让他带领大家一起做,把健康带给更多的人。”田爱珍说。

文广新局排查 文化市场隐患

本报讯 日前,为加强文化市场安全监管,区文广新局组织开展了为期两个月的文化市场安全隐患排查。

此次重点针对网吧、娱乐场所、影院、印刷企业等人员密集场所安全防范措施落实情况开展检查,执法人员分2个小组对文化市场安全生产环节拉网式排查。

检查中,对存在的安全隐患限期整改,对发现存在安全问题不整改者,会同安监、消防等部门严管重罚,保持文化市场举报电话“12318”24小时畅通。截至目前,共排查经营单位96家,发现存在安全隐患55处,现场整改35处,下达限期责令整改通知书17份,书面抄送消防、安监部门12家,关停无证经营3家,促进了全区文化市场的健康、安全、稳定。(通讯员 孔帅 王凯)

长清银座超市 举办消防演练

本报讯 近日,文昌街道联合区消防大队、区治安大队、银座超市长清店举行消防应急疏散演练。

早上7点整,演习开始,商场内响起警报声,营业区内出现火情,超市工作人员发现火情后,迅速向119指挥中心报警,商场立即广播紧急疏散通知,组织人员从各个疏散口迅速疏散。消防中队到达现场后立即侦查火情,并搜救、疏散被困人员,大吨位消防车也赶来增援。

经过官兵们艰苦的搜救,被浓烟窒息的伤员急救后被抬上救护车,各消防中队攻坚组按照梯次进攻的战术分别从商场不同方向深入内攻,对火势进行最后的扑灭。此次消防演练圆满完成。(潘富珉)



老凤祥银楼



老庙黄金

中华老字号

主营: 黄金 铂金 钻石 18K彩金 银饰 翡翠

老凤祥银楼 上海老庙黄金 年末送礼大优惠开始了

黄金珠宝2014年末大抄底

丰富的商品
精美的款式
一流的质量
超低的价格

百年老凤祥 经典新时尚 老庙黄金给您带来好运气

老凤祥地址: 长清区五峰路清河街交叉口南路西125号(原齐鲁欧意金店) 老庙黄金: 长清区灵岩路(三联)北邻上海老庙黄金 银座专柜: 长清区大学路银座超市珠宝专柜

一擎天下® 北冬虫夏草酒

既好喝又养生

喜事请客集体喝

送给亲朋好友喝

自己闲来养生喝

北冬虫夏草酒以景盛泉芝麻香纯粮酒和北大荒清香酒做基酒,按照配方配比加入辽宁产优质北冬虫夏草和宁夏产优质枸杞等药食同源植物类精细加工,沿用祖国中药学的传统工艺,古法炮制而成。

整个生产流程分为四大步、三十三道工序,炮制在陶瓷缸内培养时间长达190—360天让虫草、枸杞中的有效成分充分的融入到酒液中,并在微量蜂蜜的催化作用下和适宜的温、湿、光、气环境中,与酒体中的醇、酸、酯等类物质缓慢的进行物理、生化反应。使酒体中的呈香呈味物质向更加协调的方向组合。成熟了的北冬虫夏草酒基本上改变了原基础酒的口味,达到了丰满柔和、入口舒适、优雅完美的独有风格。让您在饮酒的乐趣中不知不觉身体更加健康了。

在整个炮制过程中全部手工制作,不与任何金属类、塑料类物质接触,不添加任何化学原料,是值得信赖的绿色饮品。我们炮制的一擎天下牌北冬虫夏草酒,既好喝又养生。

研发单位: 济南一线天酿酒技术研发有限公司

订购电话: 13791117599 15706411177

代理单位: 济南和顺文化传播有限公司