

300 名学生进健康夏令营减重

活动日期为7月10日至19日,年龄在10至14周岁

本报7月9日讯(记者 刘洁 通讯员 刘云超 王增国)肥胖已成为继视力不良之后,危害青少年身体健康的第二大因素。2015年暑假威海市体育局、共青团、教育局、财政局、卫计局联合主办“全市中小学超重学生健康夏令营”,7月10日,全市300位超重中小學生进营参训。

7月10日至19日,2015年中小学超重学生“健康夏令

营”活动在威海市中小学生综合实践教育中心举行。300位参训学生年龄在10至14周岁,BMI指数达到《中国学龄儿童青少年超重、肥胖筛查体重指数分类标准》确定的超体重标准。健康夏令营为公益性活动,采取政府购买服务、财政补贴为主,参训营员承担部分成本费用为辅的方式进行,参训期间每人交纳400元成本费用。

健康夏令营注重减重,兼顾指标监测及健康生活理念引导,活动内容主要包括:有氧、减脂、户外、拓展、形体、素质锻炼、饮食训练及行为矫正、身体机能提升、健康教育课程、集体和团体意识培养、良好生活习惯教育等。入营前对超重学生进行健康指标检测,并根据指标进行分队、分组,增加兴趣爱好课程,增强活动的科学性与趣味性。活动中期及结束时

进行指标检测,形成科学减肥综合报告,提供科学减肥方法及计划,由学生、家庭继续执行。

据《2015-2017年威海市中小学超重学生“健康夏令营”实施方案》,威海将连续3年举办健康夏令营,2015年全市培训人数原则上不低于300人,2016年增加到500人,2017年增加到800人。各区市受训人员名额统一分配。

周六来 奥林玩水吧

本报7月9日讯(记者 陈乃彰)7月12日(本周日)上午9点,本报小读者体验活动将走进威海奥林健身室外游泳池,享受室外游泳的魅力。

体验活动名额20个,小记者们可拨打电话18963173031报名,短信报名无效。活动地址:威海市奥林国际健身中心西侧(成山体育场北门西侧)。报名成功的小记者请于12日上午9点整在游泳池门外集合。小记者和家长可乘坐17路公交车到通哗门诊部(赛特英语)站点下车,沿钦村路向西步行约240米路南即是。活动结束后,请将作文发送至邮箱1021651475@qq.com,本报将择优刊登。



大学生 军训

9日,山东大学(威海)的大一新生正在体验大学必修课——军训。据了解,3502名新生精神抖擞地参加为期两周的军训。

本报记者 陈乃彰
实习生 曹丹龄 摄影报道

周末有雨 凉爽宜人

本报7月9日讯(记者 王震)10日到12日,威海各地天气较为凉爽,10日有阵雨,12日有小雨。

10日,多云间阴有小阵雨,东南风,温度沿海20℃到26℃,内陆21℃到28℃,市区22℃到27℃。

11日,多云,东南风,温度沿海21℃到27℃,内陆21℃到30℃,市区22℃到29℃。12日,多云转阴有小雨,东南风转东北风,温度沿海21℃到27℃,内陆21℃到29℃,市区22℃到28℃。

扫描二维码,关注西霞口微信、微博平台,获取景区优惠信息。

暑期 亲子嘉年华

享乐童趣西霞口

相约神雕山,电竞赛跑萌翻天!

7月13日-19日,“电竞赛跑”亲子剧神雕山野生动物园亲情上演

景区热线: 0631—7834888 7834666
网址: www.xixiakou.com

自驾车线路: 海滨路 → 大庆路 → 疏港路 → 滨海大道 → 环海公路 ((S704省道) → 西霞口度假区

威海西霞口神雕山野生动物园

CJ LION

碧特去渍系列

直接喷洒出泡沫
强力清除:
辣白菜渍斑、油渍、衣领、袖口、果汁渍、茶水渍、干红渍、墨水渍等

韩国原装进口

☑ 持本页广告到店可领取价值16元的儿童刮舌器一个!

☑ 凡关注并转发二维码至朋友圈,且微信通讯录超过100人者,可享受85折购物优惠!

● 浣溪超市 0631-5960979
地址: 乐天双子星负一楼(二中南校区北门对面)

● 新大东韩国礼品超市 0631-5283266
地址: 纪念路42-1号景缘商务酒店一楼