

信息集装箱

粮食局局长 今接12345热线

本报10月29日讯(记者 刘雅菲) 29日,记者从济南市12345市民服务热线了解到,30日下午3:00,市粮食局党委书记、局长侯秉山将带领有关人员到12345热线接听市民来电,听取市民关于粮食质量安全、产业发展与改革以及党风政风行风建设等方面的意见和建议。

31日中超联赛后有球迷区间车

本报10月29日讯(记者 孟燕) 10月31日下午,中超联赛将进行最后一轮比赛。山东鲁能泰山队对阵石家庄永昌队的比赛将在济南奥体中心西柳体育场举行。为确保比赛期间的球迷输送正常有序,济南公交三分公司将在比赛结束后发出奥体中心至洪家楼的区间车。

济外国际学子 获剑桥“世界顶尖奖”

本报10月29日讯(记者 周国芳 实习生 韩振安) 近日,剑桥国际考试委员会2015年剑桥卓越学子颁奖典礼在北京鸟巢文化中心举行,济南外国语学校国际课程中心2013级学生徐贺南以经济学科全球最高分获得“世界顶尖奖”。目前国内只有两名学生获得这项荣誉。

千层次创新人才开始申报

网上申报到11月15日 纸质申报到11月30日

本报10月29日讯(记者 周国芳) 日前,济南市人社局启动第五批千层次创新人才申报工作,济南行政区域内注册(登记)的企事业单位引进人才均可申报。据悉,此次申报采用网上申报及现场申报的方式,网上提交申报材料的时间截至11月15日;纸质材料申报时间截至11月30日。

据了解,千层次创新人才的申报范围是济南行政区域内注册(登记)的企事业单位引进人才,重

点向电子信息、机械装备、汽车、新材料、生物医药、高性能半导体、智能电网、金融商务、现代物流、文化旅游和现代农业等企业倾斜。

申报条件包括:在国外知名高校、科研院所等担任相当于助理教授(含)或在国内外担任副高(含)以上专业技术职务的高层次人才,具有高级技师资格的高技能人才;在国外取得硕士(含)以上学位的优秀人才,国家“985”“211”重点院校硕士(含)

以上毕业生或其他高校硕士(含)以上优秀毕业生;济南市博士后科研工作站引进的在站博士后研究人员;济南市急需紧缺的其他优秀人才。

此次申报采用网上申报及现场申报的方式。申报依托“中国济南人才网(http://www.cn-jnrc.com)5150在线申报系统”进行。申报人首先登录申报网站,按照系统要求提交申报材料,经初审通过后,将系统自动生成的申报材料打印装订后报送。

看您关心的

预防中风 冲血管不靠谱

识别卒中记住“FAST”原则

本报10月29日讯(记者 徐洁) 10月29日,是世界卒中日。卒中俗称“脑中风”,有人说,预防中风,多冲冲血管就行了,还有的忽视中风前的各种信号,导致严重后遗症。29日,在济南开元社区,山东省千佛山医院神经内科主任医师唐吉友为社区居民讲解预防卒中的种种问题。

唐吉友介绍,目前脑卒中率以每年9%的速度快速上升,年轻化趋势明显,临床上有一二十岁年轻人发生脑卒中的例子,不过老年人仍是脑卒中的最大群体,多由动脉硬化引起,一旦发生脑中风,重度致残率高达40%。

唐吉友解释,脑血管动脉粥样硬化在血管内壁形成斑块,如斑块破裂形成血栓,阻塞血管,相应区域的脑细胞缺血坏死,就会发生脑卒中。唐吉友认为,冲血管是一种不合理的治疗方式,冲血管的药物多号称选用中成药,活血化瘀,其实这解决不了动脉硬化的根本问题,动脉硬化与动脉内膜受损、高血压、高血脂等有关,冲几次血管解决不了这个“大工程”,而且所谓的“冲”一旦斑块脱落,更易发生血栓,防止脑卒中还是以预防为主。

“部分脑卒中病人细问起病史来,之前有过轻型卒中的症状,但因为很快好转,没当回事,其实这是身体发出的信号,更严重的卒中可能在后面。”唐吉友说,为了父母及身边的老人,不妨记住快速识别脑卒中的“FAST”原则,F代表“Face(脸)”,笑一笑,嘴角是否歪斜;A代表“Arm(手臂)”抬抬手,看是否有气力;S代表“Speech(讲话)”,看讲话是否流利;T代表“Time(时间)”;一旦符合前三症状立即拨打120急救电话。

山师附小喜迎60年校庆

本报10月29日讯(记者 周国芳) 从一排平房、三名教师、三个教学班120名学生的和平路小学蹒跚起步,29日,山师附小迎来建校60周年校庆。来自附小建校60年来的各级领导、校友、老教师和部分师生代表一起畅谈学校未来发展。

山师附小校长、党总支书记刘其彬在讲话中回顾了学校60年的发展历程与办学成就,展望了美好愿景。他表示,山师附小校名几经更换,校舍几经重建,发展到今天,附小已成为一所名师荟萃、教学设施先进、校园建设数字化、智慧化的现代化省级规范化名校。近十几年来,附小不断改革探索,积极拓展办学空间。自2003年起开始办分校,至2014年,附小建有十所分校(园)区,形成涵盖学前、小学、初中十二年制的教育体系和延及省内、辐射海外的教育联盟办学格局。



29日,山师附小建校60周年校庆庆典在历山剧院举行,学生们带来了一个个精彩的节目。 本报记者 左庆 摄

小米还是新的好

——今年新打的小米上市了

今年新打的正宗的龙山小米上市了!真真正正产自章丘龙山镇的龙山小米,终于和广大会员见面。另外内蒙赤峰科尔沁地区产出的内蒙新小米也刚刚运到济南。之前一直在码帮购买小米的消费者这下有口福了。两种真正意义上的有机新小米码帮一起开卖。新米数量有限,赶快抢购吧!

龙山传奇贡米 营养滋补佳品

本周,济南人最喜爱的正宗章丘龙山小米新鲜上市了。龙山小米取自章丘龙山镇地区,自古以来就是济南甚至山东的骄傲,成为历代皇室的贡品,在清代被列为四大贡米之一。相传乾隆皇帝下江南的时候,选中了龙山小米,此后一直是皇室的贡米,而普通老百姓也就无从食用了。

解放后,龙山小米多次获得省内外农产品大奖。在消费者心目中有着极高的地位。几乎每个家庭中都备有小米。而龙山小米这个小米中的极品更是得到了老百姓的追捧。小米的品种很多,按米粒的性质可分为糯性小米和粳性小米两类。龙山小米谷壳色浅,皮薄,出米率高,米质好。龙山小米色泽金黄,质粘味香,熟而不浮,油而不腻,入口爽滑,能多次凝结米油层的特点,其米油营养极为丰富有“代参汤”之美称。我国北方许多妇女在生育后,都有用小米加红糖来调养身体的传统。而龙山小米熬制出来的小米粥,上面漂着一层厚厚的“米油”,给婴儿吃更是非常有营养。所以龙山小米熬出来的粥营养丰富,有“代参汤”的美称。

龙山小米的营养价值尤其体现在新米上,刚刚打出来的新米营养尤其高。据权威机构测定,其淀粉含量66.85%—69.76%,蛋白质含量达11.2%—13.4%,脂肪含量

4.5%—5.85%,比普通小米高1%—3%。所含蛋白质、脂肪均高于大米、面粉。而粗纤维的含量又是几种主要粮食作物中最低的。所以特别适合产妇、幼儿及老人补身体。

内蒙赤峰月子小米 天然有机绿色

赤峰的气候条件也决定了根植于赤峰旱坡地的粟和黍耐干旱,抗倒伏、适应性强,品质优良等特点,致使当地小米加工后的小米颗粒大,粒形圆,晶莹剔透,品质非常高。所以有“敖汉杂粮,悉出天然”一说。正是由于赤峰的小米适口性好,营养丰富,非常适合妇女小孩食用,当地有月子小米的说法。

赤峰科尔沁小米属于糯性米。它的色泽金黄,质粘味香,熟而不浮。因为米油营养极为丰富,在妇女坐月子期间可以补充大量的维生素B。内蒙月子小米上面漂着一层厚厚的“米油”,给婴儿吃更是非常有营养。

科尔沁草原又称科尔沁沙地。气候冬寒冷、夏炎热,春风大。年均降水量360毫米。科尔沁地区土壤为黄沙土和栗沙土,植被丰富牛羊成群。在这种未经耕地开垦过的地区种植小米,利用多年生成的牲畜有机质土壤培育小米,使小米的营养成分达到最佳。



月子小米2KG装,市场价50元,码帮价40元

购买方式

在线购买:码帮商城http://mabang.qiwb.com.cn

现场购买:

1.每日9:00—17:30御品堂(舜耕山庄南邻,舜耕路28号。乘坐39、48、64、66、110、152、K100、K169路在舜耕会展中心站下车向南走100米路东。)电话:88803333

2.每周六9:00—17:00码帮会员中心(经十路16122号原山东报业大厦东20米副楼2楼,如走楼梯请到4楼)(乘坐公交16路、31、62、79、115、117、152、BRT2、K51、K56在科院路站下车向东40米)

客服电话: 0531-85196828 85196137 齐鲁晚报码帮商城官方QQ群:343348973

Table with 3 columns: 品名, 市场价, 码帮价. Rows include 龙山新小米1KG装, 龙山新小米2.5KG装, 龙山新小米5KG装, 月子小米2KG装.

码帮·山东世博演艺联合推出儿童剧特惠专场 周末带孩子去看《三只小猪》

原价120元/张,码帮价:50元/张(全市最低价),限量50张

演出时间:11月1日(周日)10:00 演出剧目:大型互动儿童剧《三只小猪》 演出单位:济南儿童艺术剧院 演出地点:都市实验剧场-拉普达宝贝剧场(文化西路与千佛山路交叉口CCPARK10楼拉普达剧场) 演出票价:120元/张 码帮会员团购价:50元/张限量50张 抢票途径:码帮商城 (http://mabang.qiwb.com.cn)

温馨提示: 1.家长及儿童均需持票入场 2.演出前持手机“码帮微信订单”验票入场,自选座位,不对号。

演出介绍: 《三只小猪》取材于经典童话《三只小猪》,讲述了居住在大森林里的三只小猪和一只狡猾的大灰狼的故事。

本剧通过构思简洁、主题鲜明的故事,在欢乐和惊险中教给了孩子做人要勤劳勇敢、聪明机智的人生道理。剧中糅合了歌舞、说唱等诸多现代元素,在演出中,将有很多互动环节,小朋友们可以与三只小猪亲密接触,参与游戏,一起舞蹈……有很多小朋友看过五六次还是念念不忘。

剧场介绍:

“都市实验剧场·CCPARK拉普达宝贝剧场”位于文化西路与千佛山路交汇处,具有绝佳的地理位置。在这里您与孩子可以充分感受到“To be intimate(亲近体验)”,这也几乎是国际儿童剧场不成文的铁律,可以最大程度释放孩子们的想象空间。除此之外,音乐、英语、美术等少儿教育机构一应俱全;空中美术馆、艺术沙龙、艺术课堂等都将成为孩子们的文艺乐园。

注:拉普达宝贝剧场是只有100坐席的高端小剧场,该剧场不设座位号,观众可按入场先后次序自由选座,先到先得。无论是码帮商城里抢的特价票还是现场买的正价票,都可以保证位置挨着,一家人坐在一起观赏精彩演出!

未抢到票的读者可通过以下途径自主购票:

网站购票:济南演出票务网 (www.jinanpiao.com)

微信购票:微信公众号“看演出”(SD-show)

电话咨询:0531-85196828

票点地址:世博演艺(历山路142号)凯菱商务中心A座7楼B区)



扫码即可抢票

三只小猪剧照