

学员就是孩子



坡道起步中,王学美带着学员上车下车观察领悟规律。



训练基地几十部车同时运行,安全始终是她经常念叨的事。

2016年3月3日7点多钟,济南联众舜通驾驶员培训基地的教练员王学美像往日一样来到训练场清洗教练车。清洗车辆同时是大致检查车辆是否正常的过程,这是她多年从事教练工作总结的经验。

虽然她负责驾驶培训考试科目二的工作,这项训练全部是在场地内进行,这里同时有几十部训练车在运行,各种状况随时发生。王学美从上车开始就严格要求学员按各项规程操作,无论是倒车入库、侧方位停车还是坡道起步,她不断提醒学员要仔细观察、谨慎驾驶。

在她看来,大多数学员跟自己的孩子年龄相仿,她是把他们当做自己的孩子一样培养。变天的时候嘱咐他们多穿衣服,夏天给学员们准备好防暑药品,无微不至的关心处处体现出一个母亲的善良、细

微。用王学美的话来说,其实每一名教练员都有不耐烦的时候,尤其是面对那些方向感差或者自认为是开过车的“老司机”的时候,想想自己的孩子,心情和语调自然就平和下来了。经过王学美培养出来的驾驶员毕业后从未发生过大的交通事故,学员们也是口口相传,纷纷找她学习驾驶。

作为一名有着20年驾龄的老驾驶员,王学美从事教练员工作也有8年了。从1994年驾驶“黄面的”开始,她先后开过出租车和大货车,直到2004年她放弃了经营,专心从事培训学员的工作。作为老司机,王学美亲身经历,亲眼所见各种交通事故,让她深刻体会到安全驾驶理念远比娴熟的驾驶技术重要。她说,在路上,小心开车,安全第一,都有家人。

本报记者 戴伟 摄影报道



每天王学美的第一件事就是洗车等待学员们到来。



转弯半径不好掌握,王学美就以自身为参照,让学员慢慢体会。



午饭时,学员们都把她当做亲人聊起了家常。



不负好春光 滋补来码帮

已开通三种订购方式:网站下单、现场购买、电话订购

春季养生讲求滋补,尤其是那些纯天然、有机无公害的西洋参、野生枸杞,以及山里散养的五谷鸡蛋,绿壳乌鸡蛋等产品,都是本报“码帮”上新的产品,深得养生人士的心。这些名优特产,现在已经在“码帮”商城大销热卖。无论线上线下,讲究春季养生滋补的您,过来看看哦!

□李伟

青海野生枸杞,真正纯天然滋补

人们日常食用和药用的枸杞与珍珠灵芝、长白山人参、东阿阿胶并称为中药四宝。青海红枸杞是一种营养却又实惠的滋补品,它含有丰富的胡萝卜素、维生素A₁、B₁、B₂以及钙、铁等营养成分,能补肾益精,养肝明目,润肺止咳,治疗肝肾阴虚,腰膝酸软,头晕目眩等。

枸杞作为滋养品,食用时不宜过量,健康的成年人每天食用枸杞15-20克为宜,若是作药用,则一天可以食用30克。青海红枸杞宜煮粥或煲汤,可以和大枣、山药等搭配,也可以直接泡水喝,并加入菊花、蜂蜜或冰糖等,以达到清肝明目,改善体质的功效。

青海野生黑枸杞含有丰富的花青素,皮



薄,熟后呈紫黑色,全部来自于原产地牧区,真正的纯天然野生黑枸杞,产品颗粒较小,花青素含量极高。黑枸杞味甘、性平,富含蛋白质、脂肪、游离氨基酸、矿物质、微量元素等各种营养成分,可防治糖尿病,抗疲劳,保肝,疏通血管,降压,保护心血管系统,降低胆固醇,增强免疫功能,抗衰老,美容养颜。

文登西洋参,滋阴降火抗衰老

西洋参可以滋阴降火,所含的皂苷和硒对人体健康极其有益,长期服用西洋参能达到抗衰老、耐疲劳的效果,女人用了会越来越漂亮,男人用了越来越健康。有病的调理病症,没病的可以保健。文登西洋参呈圆柱型或圆锥型,表面浅黄色,有细密环纹,皮孔和支根横痕,断面淡黄色,有浅棕色的菊花环,味苦微甘,质量在国产西洋参中为上乘。从种植、收获到生产全过程,都由农业相关部门参与进行监督管理。

威海市文登区因其特殊的地理环境和气候条件,所产的西洋参又是含皂苷和硒最多的。文登地处胶东半岛北纬37度左右,与美国、加拿大处于同一纬度。其三面环海,冬季不太冷,夏季不太热,雨量适中,气候条件与西洋参原产地相近,其特殊的地理环境和气候条件是



全国乃至全世界适宜西洋参生长的地方,同时,文登也是全国最大的西洋参主产区,目前种植面积已高达4万多亩。

五谷蛋,绿壳蛋,天然有机营养高

“打造产业链,健康农产品。”这就是山东省供销社农产品有限公司提出的健康、安全理念。“鲁供”致力于寻找纯天然天然有机的农产品,基地直供,深山散养的纯正五谷蛋,蛋黄醇蜜香甜,蛋白松嫩,营养丰富,至今也是全国无双。五谷蛋养殖基地位于山区,地面植被丰富,光照充足,山区的鸡自由活动,运动量大。每日吃五谷,捉飞虫,喝山泉,逮蚂蚱……纯天然产蛋,蛋香浓郁,无腥味,是老人、婴幼儿、孕妇的营养佳品。

桓台格格绿壳蛋鸡养殖场是省内最大的绿壳乌鸡蛋繁殖基地,每年养殖绿壳蛋鸡10000只,日产蛋8000枚。绿壳乌鸡蛋已被国家绿色食品发展中心批准认定为“绿色食品”,被国家卫生部批准为“保健食品”,被誉为“鸡蛋中的人参”,更有国外友人称之为“东方神蛋”。绿壳乌鸡蛋个头小,蛋黄特别大,具备低胆固醇、高硬等多不饱和脂肪酸等内在生化特征,能够改善血糖,血压和睡眠,起到降低血脂,软化血管等功效;对孕妇来说能有效改善孕期食

欲不振、恶心呕吐等症状,增进孕妇营养吸收,促进胎儿健康成长。

码帮商城热销西洋参、五谷蛋、绿壳蛋、青海野生枸杞推荐

名称	市场价	码帮价
文登西洋参50克/瓶(小片)	128元	60元
文登西洋参50克/瓶(中片)	138元	70元
文登西洋参50克/瓶(大片)	148元	80元
鲁供五谷蛋(礼盒)42枚	88元	75元
绿壳乌鸡蛋2500克/箱/48枚	120元	70元
青海野生黑枸杞 100克	310元	240元
青海红枸杞 250克	45元	30元

购买方式

在线购买:码帮商城
http://mabengqjwb.com.cn



手机扫码购买

现场购买:码帮会员中心(每周六9:00-17:00,经十路16122号经十路与环山路交叉口西南角院内副楼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)

电话订购(限济南市市区):

0531-85196186

客服电话:0531-85196828

85196186

齐鲁晚报码帮商城QQ群:

159537027 343348973

免费推广山东17地市名优特产,与各地供销合作社、生产厂家建立产地直供合作模式,免除中间环节,打响地方名牌,让利于民百姓!

地方名优特产推荐/免费推广合作电话:0531-85196137 85196498