

■新闻热线 8966110

■投稿邮箱 lnszbzs@126.com

你还可以通过以下渠道 报料或与本报互动——

微信公众平台

新浪微博 @鲁南商报 V http://weibo.com/sdlnsb

腾讯微博 @鲁南商报 http://t.qq.com/lunannews

山东煤炭技师学院协办:

寻找百名贫困学子

(限初中及以上学历)

爱心助学专业 免收一切费用

电话:2923866

天气早知道

15日白天 多云 8.0℃~24.0℃

16日白天 阴天 12.0℃~20.0℃

17日白天 阴天 7.0℃~20.0℃

央视CCTV《影响力对话》合作伙伴

非手术“植入式”增发

少多少增多少, 头发稀少增密, 增发白发。

www.tangfc.com

0539-8203510 8203610

人民广场北金鼎国际1217室

生活提示

4月最该吃10种水果

当今时代,水果正越来越明显地改变着传统美容方法。它们正在成为特效护肤产品的重要成分之一。

有文章指出,在4月份,吃以下10种水果可以起到上述作用,这些水果是菠萝、香蕉、苹果、梨、芒果、草莓、葡萄、山竹、樱桃和猕猴桃。其中,菠萝含有一种叫“菠萝蛋白酶”的物质,它能分解蛋白质,溶解阻塞于组织中的纤维蛋白和血凝块,改善局部的血液循环,消除炎症和水肿。吃香蕉能帮助内心软弱、多愁善感的人驱散悲观、烦躁的情绪,保持平和、快乐的心情。苹果中含有微量元素锌、铁及维生素B1等,这些都是美容皮肤最好的成分。苹果中还含有有效祛痘的成分。

不过,过量食用水果,会使人体缺铜,从而导致血液中胆固醇增高,引起冠心病,因此不宜在短时间内进食水果过多。(综合)

气候变化影响身体 市民大讲堂讲解“五运六气”

本报4月14日讯(记者崔洪英)气候变化影响身体,如何才能在天人相应的关系中把握气候变化与人体健康的关系?本周六,市民大讲堂邀请临沂市人民医院副主任医师、龙砂医学流派后备传承人李玲,系统讲述从五运六气理论谈中医文化与养生,市民可免费听讲。

运气理论是古人以对外界环境的真实感受为基础,结合天文、疫病经验而形成的一种理论。有学者将“五运六气”总结为:五运即木、火、土、金、水;六气即风、热、湿、火、燥、寒。人生活在自然界中,自然界的气候变迁时刻影响着人体,人体亦随之发生相应的变化。运气理论基于这种天人相应的观点,从整体角度和宇宙节律方面把自然气候变化与生物生

命现象相统一,探讨气候变化与人体生理、病理及疾病预防和治疗的关系。

主讲人李玲出身于中医世家,毕业于山东中医药大学,从事中医临床工作20余年,注重中医文化的传承,学习继承名老中医学术思想及经验,曾待诊于全国首批名老中医学术指导老师姚子扬主任医师6年,是全国第四批名老中医学术指导老师陈权主任的学术继承人,现拜师于国家中医药管理局龙砂医学流派代表性传承人顾植山教授,对“五运六气”理论乃至中医文化有较深的研究和理解。

周六的讲座,李玲将结合大量的临床经验和社会实践,详解运气理论与中医文化及养生的关系,帮助人们正确认识疾病,有效

预防疾病,科学治疗疾病。

作为一项大型公益文化活动,本期市民大讲堂由临沂市委宣传部、市社科联、鲁南商报、临沂大学、市图书馆主办,沂蒙文化学会协办,面向广大市民免费开放。时间是4月18日(本周六)上午9:30,地点在市图书馆四楼报告厅(临沂人民广场西万阅城)。咨询电话:8727632、8966179。



短讯速递

控烟知识有奖竞赛明日开赛

本报4月14日讯(记者周广聪 通讯员陈丽琴)为传播烟草危害健康知识,全面推动全市控烟工作深入开展,临沂市卫计委、市爱卫办决定在全市举办“健康临沂文明范 控烟行动我点赞”有奖控烟知识竞赛活动。

本次竞赛活动时间自4月16日至5月20日。参赛者可登陆临沂市卫计委网站或市疾病预防控制中心网站网上答题,答题成绩为100分的参赛者有资格参与抽奖。比赛奖项设一等奖3名,奖金1000元;二等奖6名,奖金500元;三等奖12名,奖金200元;优秀奖50名,奖金100元。竞赛结果将在上述两家网站公布。

滨河播绿



14日,在滨河景区,工作人员正在栽种龙柏树苗。气温回暖后,景区内处处可见播绿的忙碌景象。 记者 廖杰 摄

便民电话

市民服务热线	12345
匪警	110
火警	119
医疗救护	120
交通事故报警	122
临沂中院诉讼中心	8128563
自来水报修	8223192
环境违法举报	12369
城管执法	8156110
消费者投诉举报	12315
产品质量打假和投诉	12365
火车站咨询电话	0531-12306
汽车客运总站订票	2809172
临沂民航订票	9600777
临沂机场服务问询处	8082556
山东高速服务	96659
中裕燃气	8151677
彩虹热线	95598

天天中奖

福彩	
3D游戏第2015D097期	
中奖号码:268	
体彩	
排列3第15097期	
中奖号码:688	
排列5第15097期	
中奖号码:68831	

城市脸谱

消防宣传“进家庭”

13日上午,费县消防大队消防官兵来到一小区居民家中,讲解家庭消防安全知识,并一起观看了家庭版消防动画宣传片,还主动帮助居民查找厨房、卧室存在的各种火灾隐患,并一一帮助整改。通过深入社区宣传活动,为社区的消防安全筑起了一道坚实的“防火墙”。 通讯员 宋伟 王峰 记者 王晓 摄

鲜知鲜觉

今年第一、二期储蓄国债(电子式)销售异常火爆 临沂首日售出8877万元

本报4月14日讯(记者邵琳 通讯员秀文 艳艳)4月10日,储蓄国债(电子式)第1、2期在全国开始发行。从销售情况看,本次国债销售火爆。据统计,临沂仅首日销售就达8877万元,销售非常火爆。 数据显示,销售首日,工、农、

中、建、邮储、招商银行等6家国债承销机构共实现国债销售8877万元,比去年同期增加2844万元,增幅47.1%,销售总量超出以往首日发行记录,销售异常火爆。 本期国债销售,不同于以往短期国债热销的状况,出现了长

短期国债齐热销的现象。临沂市首日销售8877万元,其中,3年期国债销售5188万,占比58.4%;5年期国债销售3689万,占比41.6%,短期国债更受欢迎。 此外,本期国债网银销售优势凸显,销售占比提高。

临沂拟举办两场高招会 6月26日为本专科综合场

本报4月14日讯(记者孟君)14日,记者从临沂市教育局获悉,市教育考试院(原临沂市招生委员会办公室)拟定于6月26日(本科、专科综合)和7月26日(专科、高职)两次召开2015年普通高校招生咨询会。

据了解,今年临沂夏季高考、春季高考共报考约6.9万人。自2008年开始,市教育局已连续7年组织了14次高考咨询会,在历次高考咨询会上,临沂市及周边地区(如日照、泰安、济宁、枣庄等)都有大量考生和家前来咨

询有关报考事宜。 据悉,临沂市2015年普通高校招生咨询会时间为本科、专科综合场6月26日;专科(高职)场7月26日;地点在临沂市兰山区银雀山路55号,临沂一中(老校)。

磊言雷语

本期主持 韩纪功

“有的那些老百姓一看傻了吧唧的……”

——近日,河南濮阳市民对开发区王助派出所户籍室部分民警工作作风问题投诉。13日,记者在暗访中发现,这里的一位民警不仅对来办事的群众不闻不问,在回复市民的电话中甚至表示:“有的那些老百姓一看傻了吧唧的……有的那些三脚还砸不出个屁呢……”14日,濮阳市公安局发布通报称,已对涉事民警停职、禁闭。

“想要证明自己没犯过罪,还真不是件容易事。”

——近日,从检23年已45岁的广州市检察院检察官杨斌因辞职再次成为公众热议焦点。记者了解到,杨斌在“再就业”的过程中遇到了办证难。一张“无刑事处罚证明”让她几近抓狂,杨斌打趣地说:“曾经是检察官的我,想要证明自己没犯过罪,还真不是件容易事。”

“给我一桶桶装好摆在地上!”

——近日,福州网友发布微博称,在一影城看电影时,看见一位姑娘怒买100桶爆米花,还要求服务员“一桶桶装好摆在地上”。媒体记者事后了解到,该女子怒买爆米花的原因是,看电影前,男友劝她“爆米花是垃圾食品”。