

公园打响鞭 吓哭小朋友

自己锻炼也要考虑别人感受

傍晚时分,市民来到市区内的各个广场、公园内跳舞、散步、暴走,这些都是市民锻炼身体的方法。而在市中区某公园内,不少中老年人用打响鞭来锻炼身体。“啪啪”的鞭响声抽打着地面或者草坪。由于响声特别刺耳,加之存在一定危险性,不少市民纷纷表示不满和担忧。

近日傍晚,在市中区体育馆内,一位市民正在一处空地上打着响鞭,从其附近经过的市民则会快速绕行,而带着孩子在周边玩耍的家长则捂住孩子的耳朵。虽然记者离打鞭者有数米远的距离,但鞭声响起时,依然感觉像有人在耳边放鞭炮一样,耳朵“嗡嗡”直响。

随后,记者又来到市民健身较为集中的光明广场,市民健身时播放的音乐

声弥漫着整个广场。而在广场的东南角附近,一位老人同样打着响鞭锻炼身体,而在这位市民的周围无一人在此锻炼。市民刘女士对广场上打响鞭的锻炼形式气愤不已,“前两天我带刚刚满两岁的外孙女来广场坐‘喜羊羊’玩具车,走到东南边空地上突然传来‘啪’的一声鞭响,像放鞭炮一样响,而且就看见一根鞭子在空地上甩来甩去,外孙女当场被吓得大哭起来,真让人受不了。”

记者采访了正在打响鞭的市民赵先生,据他介绍,打响鞭,是从河南传过来的一种民间运动。但是它发出的声音为何如此响亮呢?“在甩鞭子时,有一个力量顺着我们发力的方向,传递到鞭子的末梢,如果力量够大,它向鞭梢传递的速度就很快,就会出现一个冲击波,那么这

时,就会产生我们现在所听到的响声,但是如果鞭子不响,就说明你发力的姿势不对了,自然也就不能达到锻炼身体的效果。”赵先生还告诉记者,打响鞭也是一种全身的运动,是一种有氧的,轻力量的训练,这样全身肌肉协调用力,由于肩部的活动比较多,无疑对肩周炎和颈椎都是有好处的。

对于打响鞭这项运动,在采访中,很多市民存在不同的看法。多数人表示,打响鞭不仅占用公共活动空间较大,而且还给在周边休闲、锻炼的人带来不便,因为突然传出的鞭声很吓人。而有些市民则认为打响鞭能带动身体的很多关节运动,对身体有益。绝大多数市民建议打响鞭应该去人少的地方,尽量减少对其他市民带来不利影响。(记者 苏羽)



9月13日晚,来自各行各业的女士们欢聚一堂,共话女性人生、事业、着装、健康等。据悉,这是我市女企业家史华为回报社会关爱女性成长组织的活动。图为模特们现场走秀助兴。(记者 孙慧英 摄)



大家拍

幸福小区路有坑 晚上容易摔跟头

“小区三岔路口中间有一个排水口,晚上经过这里的时候一定要小心,以免摔倒摔伤。”近日,家住市中区幸福小区的居民李女士经过该小区居委会西侧的三岔路口时,发现一个坑被几块砖块填上后,依旧不平整,就急忙给邻居们说道。

随后,记者来到幸福小区居委会西侧的三岔路口处,的确如李女士所说的那样,一个排水口在路中间,但是由于排水口的盖子低于周围的地面,所以就形成了一个方形的坑,如果走到这里不注意,极有可能摔倒。“白天还好些,晚上就不好走了,如果骑着自行车或是电动车经过这里,极易摔倒。这不为了防止有人骑进去摔倒,有居民找了儿

块砖头放进去,可是还是填不平这个排水口。”附近的一位居民说道。“不止这一个排水口低于地面成为一个大坑,周围还有几个,不过都是靠在路边或是不明显的地方,但是这个排水口正是非机动车经过最多的地方。往里放几块石块,还是坑洼一片,由于是排水口,不可能用沙子、小石子等东西把这个坑填平,所以,只能大块的石块填一下,只是不够平整,还是有安全隐患。”附近的一位居民说道,“还是希望有关单位,能够更换排水口的盖子,让其能够与周围的地面整齐,这样既解决了‘坑人’的问题,也不妨碍排水。”

(记者 李帅 文/图)



品开元红酒,送精美大礼

红酒不仅是一杯佳酿,还是一种至上的生活态度,它代表着小资情调,意味着臻纯曼妙的生活境界。作为一家优质的酒店,选择一款品质醇厚的红酒作为店酒,也是对宾客尊贵的身份与地位,以及优雅品位的肯定与认同。开元酒店集团从1000多款葡萄酒中悉心挑选了6款佳酿。开元酒店店酒,为宾客

带来不一般的味觉享受。即日起凡是入住枣庄开元凤鸣山庄客房消费红酒一瓶,即可获赠78元酒店自助午餐券一张,两张仙坛山温泉小镇门票抵用券(50元/张,每人仅限一张);消费红酒两瓶,即可获赠78元酒店自助午餐券两张,两张仙坛山温泉小镇门票抵用券(50元/张,每人仅限两张);以此类推。

滕州市(龙园古镇)今秋菊花节火热筹备

金秋时节的龙园古镇,金菊初绽,鲜果飘香,从龙园到古镇街区,到处飘散着菊花的芬芳。

备受爱菊者期待的滕州市(龙园古镇)今秋菊花节将于2014年9月26日至10月26日在滕州市龙园古镇举办。金秋菊花节除开幕式活动,还将举办龙园古镇菊花展会,松龄先生菊花诗一百首展览,龙园古镇菊花节摄影展,龙园古镇菊花节咏菊、赏菊大赛,百名新鲁商龙园古镇今秋游

活动。

共赏金秋万菊争妍,共同见证鲁南崛起铿锵步伐。菊之美,辉映城之美;城之美,妆点人之美。滕州市(龙园古镇)今秋菊花节期间,菊花映照下的龙园古镇将再现新时代文明之风,绽放菊花的傲然之美。活力、印象、画卷全新的龙园古镇将以崭新的面貌迎接八方来宾。(徐梅)



鸚鵡、百靈、鸚哥……

鸟儿“唱”不停

老李养鸟忙碌很快乐



近日,记者在滕州市杏坛小区看到一位老人正在从屋里往外提鸟笼子,当记者走进屋内时,墙上挂的,地上摆的全都是鸟笼子,各式各样的大的小的琳琅满目,好像是一个天然的鸟园,各种鸟叽叽喳喳地“唱”个不停,有的在“跳舞”,有的在“玩耍”,有的在“窃窃私语”,其中有一只最引人注目,它不断地学着人说话,朝记者打招呼“您好”、“喜发财”。养鸟的老人高兴地告诉记者,“这是我养的鸚哥正在给你说话呢,它已经两岁了。”

这位养鸟的老人叫李宝华,今年64岁,家住滕州市龙泉街道杏坛居委。“我从20多岁开始养鸟,年纪大了以后我患了肩周炎、颈椎病,我就每天早晨提着鸟笼子去遛鸟,遛了一段时间,肩周炎慢慢地好了,这样就更加增加了我养鸟的信心,我又买了两只百灵鸟,从那以后开始养了起来。”李宝华老人说道。

他养的鸟近几十个品种,有鸚鵡、百灵、鸚哥等。为了养好鸟,他起早贪黑,忙个不停,白天把鸟提出屋外,晚上再提到屋内,早晨天一亮小鸟就开始“唱歌”,老李就起床,提着鸟笼到小清河,三角花园等处两手甩着鸟笼子遛起鸟来,一遛就是20里路,一天遛两次,早晨一次,下午一次,这样年复一年,日复一日,肩周炎,颈椎病也慢慢好了起来。

李宝华一天三顿饭不吃都行,但是不给鸟吃是万万不行,他除给鸟买食外,还亲自用小米加鸡蛋用笼蒸好再给鸟吃,特别是夏天必须经常不断地给鸟喂水,以防鸟因高温缺水。冬天还要保暖要有适当的温度,以防止冻伤小鸟。“养好鸟要做到三点,一要勤,二要细,三要有耐心。勤就是勤奋,早起晚睡给小鸟喂食,遛鸟,给小鸟打扫卫生,还要教鸚鵡,鸚哥等普通话。细就是要仔细观察每只鸟的具体情况和表现,分类细化管理喂养,有的鸟喂多了不行,有的喂少了也不行,喂太胖了,它不叫,喂的不好它也不叫。耐心就是养鸟人必须有耐性去照料小鸟,俗话说心急喝不了热稀饭。”李宝华老人告诉记者。

“他迷上了小鸟,可以天天不吃饭,但是你不叫他喂鸟那肯定不行,没养鸟时他早晨睡懒觉,现在好了,天不亮他就起床遛鸟喂鸟,打扫卫生,你看连我也闲不住了,天天都来帮他打扫鸟粪,虽然忙了,但是他心情好了,身体健康了,我比什么都高兴。”李宝华的妻子侯女士说道。

(特约记者 侯志龙)