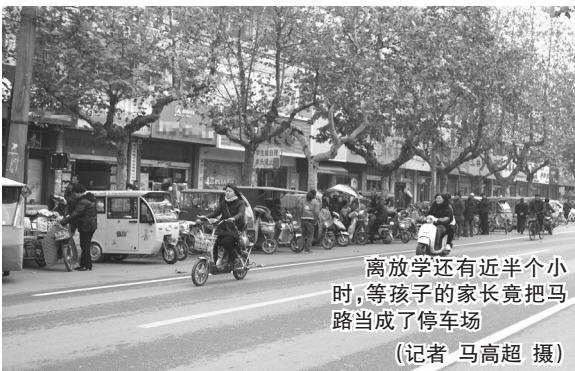




红榜



黑榜



太懒不愿起 晨练难觅年轻人

坚持锻炼增强抗寒能力

俗话说的好,冬练三九,夏练三伏。说的就是不管天气多冷和多热,都应该坚持体育锻炼,这样才能使身体获得“顺四时,适寒暑”的能力。眼下气温一天比一天冷,正是晨练的大好时机。可记者在24日的调查中却发现,由于早上气温偏低,再加上雾霾,晨练的市民远没有春夏季时候的多,且多数晨练者中多现中老年人的身影,青少年晨练者少之又少。

天冷加雾霾 晨练者变少

24日早上五点半,记者来到了市中区东湖公园,此时虽然天还没亮,但有数名市民已经开始了晨练。记者体验了一番,此时的气温虽然还没有达到冰点,但也非常寒冷。不过对于这些正在锻炼身体的晨练者们来说,却并不是什么难题。也许是不适应寒冷的气温,但随着记者运动量的增加,身体也逐

渐暖和了起来。

早上六点半,此时东边的天空也隐隐泛出了鱼肚白。这时候来晨练的市民明显多了起来。他们之中有的在慢跑,有的劈腿扭腰,有的在一起打太极拳。无论是,都是为了提高身体素质。家住市中区文化路上的朱先生表示,虽然目前晨



练的市民也不少,但与春夏两季相比,还是少了很多。“可能很多人都觉得夏天天亮的早,而且早起也不觉得冷,顺带着就能锻炼身体了。而现在可不一样,现在早上六点多时候天还不亮呢,再加上这么冷的天,早起锻炼可是一件非常考验毅力的事情。”朱先生说。

记者了解到,除了认为

天冷是晨练的一大难题之外,雾霾也是冬季晨练的一大阻碍。像这两天下雨后空气还好一些,不过看天气预报说这几天又要雾霾了,还是减少户外运动的好。”正在慢跑的陈女士表示,她和很多晨练者都是看最近几天雨后空气转好才出来锻炼身体的,平时有雾霾时都是呆在家里不出来。

的作用。而相对于夏季来说,冬季晨练时早上空气新鲜,可以增强心肺功能,让人从睡眠的状态中苏醒活跃起来;增加抵抗寒冷的能力,预防感冒。“其实我觉得晨练的意义还是在于坚持,三天打鱼两天晒网的方式其实是一点作用也不起的,但是要做到这一点也是很难的。”孟先生说。

(记者 寇光 文/图)

年轻人难觅踪影

早上七点四十分,晨练的市民才开始慢慢减少。调查中记者发现,多数晨练市民为中老年人,青春有力的青少年却是难觅踪影。而就算是中老年群体里,选择晨练的也多是退休在家的市民,上班族也是少之又少。

“我们平时也想早起锻炼身体呀,可是我们得得有个时间呀。别的不说,每天光工作就够忙的了,再加上

家庭、朋友等各种各样的事情需要我们去完成,每天觉都不够睡的,哪来的时间去晨练呀。”家住市中区建设路上的小种是一名上班族。早上八点半上班,一直要忙到下午五六点钟,这还不算家里和朋友的事情,如此快节奏的生活方式让他直呼根本没有晨练的机会。长此以往下去,身体已经习惯了这种情,更是不想早起晨练。

滕州6路口设右转信号灯

避免与直行、左转车辆发生冲突

11月25日,记者从滕州市交警大队获悉,为了避免右转机动车与直行、左转的机动车、非机动车、行人发生冲突,滕州市交警大队在城区六个路口试点设置了右转信号灯,今后或在全市推广。

记者了解到,目前设置右转红灯的路口包括:学院路和塔寺路交叉口、善国路和解放路交叉口、善国路和府前路交叉口、解放路和新兴路交叉口、荆河路和大同路交叉口、府前路和塔寺路交叉口。

据滕州市交警大队交管科王本圆介绍,长期以来,路口右转信号灯都是保持长绿状态,这样虽方便了右转的机动车,但如果恰好路口对面的直行绿灯亮起,右转的机动车就很容易与直行的机动车、非机动车、行人发生冲突。“我们对城区部分路口进行了详细调查后,对上述6个路口的右转信号灯进行了改造,增设了右转红灯。今后还将根据通行情况,对其它路口进行调研。”王本圆告诉记者。

(特约记者 金亮)

遇到烦心事 这里来说说

没过期却变质

市民吃到“黑心”火腿肠

23日,滕州市民刘先生在接受某品牌加钙火腿肠的时候,发现里面的肉质发霉变质,火腿肠里面黢黑长毛,无奈之下,他电话联系生产厂家,而生产厂家说会让滕州的代理商给他联系,苦等几天之后,代理商的电话终于打来,对方说为了弥补,给他换一袋,此种答复,令市民刘先生很是不满。

据刘先生介绍,他的发霉变质的火腿肠,是前些时候朋友送的,在吃之前,因为怕放得时间久了过期,还专门查看了保质期,在刘先生查看完之后,发现还有一个多月的时间,于是就打开来吃,却发现火腿肠发霉变质。“11月16日的时候,我打开放在家放了近一个月时间的火腿肠,看了一下保质期,发现是到12月14日才过期,怕过期了浪费,我想尽快把这些火腿肠解决掉,但等我拿出一根火腿肠,剥开皮后吃了一惊,火腿肠头部发黑变质,闻起来臭臭的。”刘先生无奈地说道。

发现火腿肠没有过保质期却出现发霉变质的情况之后,刘先生拨打了生产厂家的电话,厂家说会让滕州地区总代理给他联系。“我等大概两天,滕州这边的火腿肠代理商给我打电话,他问我在哪买的,我说朋友送的,不知道在哪买的,工作人员说不知道在哪买的不好办,于是就挂了电话,过了大概又一天,滕州代理商这边另一个工作人员给我打电话,说是补偿我一袋火腿肠。”刘先生生气地说。“本身这些火腿肠还没有过期,就出现了发霉变质的现象,代理商推卸责任,说是不知道在哪买的不能给说法,后来说是给补偿一袋火腿肠,这不是敷衍吗。”

随后,记者采访了滕州市食品药品监督管理局的工作人员,针对此情况,工作人员说道,“消费者发现食品没有过保质期却有变质问题的时候,第一时间将食品保存好,收集证据,并采取维权行为。如果在保质期内可要求商家或者厂家赔偿,承担违约责任。厂家不予回复或者承担的,消费者可到食药监局进行食品检测,做进一步处理。”

(记者 姚付林 文/图)

