

太阳岛7100米健身步道全新升级

快来燃烧卡路里吧!



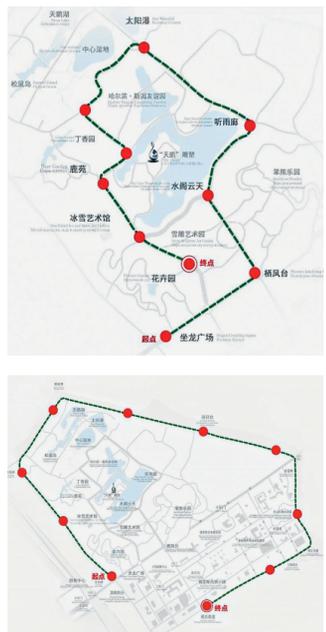
生活报讯(记者王伟健 李岚)近日,记者从哈尔滨太阳岛风景区获悉,太阳岛风景区通过合理规划,内外环全新设置10个健身牌,全新升级打造全程约7100米的生态健身步道,市民游客可以在生态氧吧中一边观景一边燃烧卡路里。

据了解,太阳岛风景区内生态健身步道分为内环和外环两条线路。其中外环约4600米,起点为花卉园,月亮桥、天鹅湖、浴日台、友谊林、东北抗联纪念馆、锦江长廊、三联码头等主要景点,终点为观光索道。内环约2500米,起点为坐龙广场,途经栖凤台、水阁云天、听雨廊、太阳瀑、鹿苑、冰雪艺术馆等主要景点,终点为花卉园。据悉,健身步道沿途新设立了健身牌,可提示市民游客行进的步数以及消耗的热量。

作为太阳岛风景区的重要组成部分,健身步道的设置增强了旅游体验感,吸引了更多喜爱自然、追求健康生活方式的游客。通过步道连接园区主要景点,为不同年龄层、不同兴趣的群体提供多样化的活动空间,如徒步、跑步、骑行等,增加公众参与体育活动的机会。



图片由哈尔滨太阳岛风景区提供



中国田径大众达标系列赛落幕 最小5岁 最大79岁 参赛人数创历史纪录



生活报讯(记者梁晨)6月30日,2024中国田径大众达标系列赛暨黑龙江田径公开赛在哈尔滨市阿城区体育场落下帷幕。来自黑龙江、北京、河北、山东、山西、广东、福建、海南等17个省、1400余人参加了达标赛,参赛人数创中国田径大众达标赛各大赛区历史纪录。

本次达标赛为期两天,共进行了U6-U7组至60岁以上组总计10个年龄组别比赛,最小参赛者5岁、最大参

赛者79岁。不同年龄阶段的田径爱好者在本次达标赛上对自己的田径水平和能力进行了一次专业的测试。本次赛事采用中国田协认证的专业电子计时和竞赛设备,全方位为大众田径爱好者打造专业级别的赛事体验。在提供专业赛事体验的同时,赛事组委会还为选手们提供了全方位的医疗和后勤保障,以及丰富的纪念品和纪念奖牌,选手们在收获成绩的同时,也留下了精彩的瞬间和难忘的记忆。

哈尔滨机场 暑运预计运送旅客462万人次 同比增一成多

生活报讯(记者栾德谦)7月1日,2024年“暑运模式”开启。7月1日至8月31日,哈尔滨机场预计保障航班约3万架次,同比增长10%;预计运送旅客约462万人次,同比增长12.3%。

记者从哈尔滨机场了解到,暑运期间,旅客主要以旅游、探亲等为主,热门目的地主要是消暑避暑黑龙江、乌鲁木齐等地区及北京、上海、广州、成都、深圳、重庆、昆明、西安、长沙等热门旅游城市。预计哈尔滨机场航班量、客流量将保持增长态势,旅客出行高峰将出现在7月上旬和8月中下旬。

据介绍,今年暑运,多家航空公司在哈新开、加密航线。在新开航线方面,南航计划开通哈尔滨至西宁、阿勒泰、乌鲁木齐、银川4条直飞航线;深航计划开通深圳-哈尔滨-黑河、深圳-哈尔滨-鸡西两条航线;东海航计划开通漠河-哈尔滨-深圳航线。在加密航线方



面,哈尔滨机场加密了深圳、成都、长沙、昆明、乌鲁木齐等城市航班,并积极协调航空公司在北京、广州等航线投入A330、B787等宽体机执飞。国际及地区方面,哈尔滨机场已开通俄罗斯符拉迪沃斯托克、伊尔库茨克、哈巴罗夫斯克、雅库茨克、南萨哈林斯克、克拉斯诺亚尔斯克、布拉戈维申斯克,日本东京、大阪、新潟,韩国首尔、济州以及中国香港13个客运营通点,每周计划执行国际及地区航班56班。

针对暑运期间客流变化,哈尔滨机场提前预判航班高峰时段,及时增开值机柜台、安检通道,有序组织旅客登机排队,减少旅客等待时间。同时,做优首乘旅客、无人陪伴等服务产品,为首乘旅客、无人陪伴旅客提供全流程问询引导服务。此外,还推出“学生研学团”服务产品,为学生团队旅客提供专属集合区、值机区、候机区,专人引导等“一站式”服务。

公告公示

根据市委、市政府相关规定,现对以下房屋的承租权公示如下:
本人董树臣,身份证号230105196001281359,原承租道外区宏伟路21栋2单元3层1号公有住房,使用面积42.28平方米,产权单位为房产经营管理中心道外分公司,该房屋2009年征收,未办理房改,安置地点为桦树二期2A栋2单元26层6号,5A栋1单元20层18号。本人现持有国有住宅租赁合同,拆迁协议、搬迁验收单等相关材料对房屋属于公产部分进行房改买断。本人承诺该房屋权属无争议,无任何法律债务纠纷,所提供材料均真实有效,并自愿承担一切法律责任,现面向社会公示,如有异议,请自本公告之日起十五个工作日内将异议书面材料送达道外区人民政府住房和城市建设局。

送达地址:哈尔滨市道外区人民政府住房和城市建设局223室 电话:88973312

百业信息

承接家庭装修、办公场所装修;家装、工装整屋家具定制;承接同行二手单柜体定制;工厂一站式服务—设计—加工—安装。

橱柜门、衣柜柜门定制加工(种类有PVC吸塑、PET、高光纳米板材等);免漆板材加工定制柜体(材料与环保等级自选)。

工厂设有样展展厅,欢迎参观选购。

定制热线 18904515815 15846048899

工厂地址:哈尔滨市南岗区王岗镇哈双公路592号,金福来家具有限公司

出租出售

出售松北花园洋房

哈尔滨松北区天鹅湖花园小区31号楼洋房一套,因房主迁往外省着急售卖,价格可谈。房屋建筑面积180平米,四楼(顶层),毛坯房,三室二厅二卫带阳台,地热房,私产房屋。房屋紧邻松北虎园,哈尔滨大剧院,小区园林面积占比30%以上,环境好,位置佳。

19846138248

低价急售别墅

哈尔滨私产别墅,因房主出国急售,6000元/平米。房屋建筑面积约400平米,车库2个,毛坯房,别墅内自带庭院面积1000平米,院内山林约2000平米。小区还配备高尔夫球练习场、钓鱼池、滑雪练习场、温泉等设施,免费对业主开放。

19846138248

生活报中缝广告

受理地址:哈尔滨道里区地段街1号生活报一楼阳光大厅 刊登 84681180 电话 15004697804

喜迎“七一” 哈市博物馆开展红色研学 武术拓展活动



生活报讯(记者梁晨)喜迎“七一”,为庆祝中国共产党建党103周年华诞,充分发挥博物馆爱国主义教育基地的作用,传承红色基因,日前,哈尔滨市博物馆的中苏友好协会旧址纪念馆,开展了红色研学武术拓展活动。通过武术表演来表现抗联精神,既展现了力与美的结合,又体现了武德精神与革命理念的交融。

孩子们顶着烈日,不惧炎热,跟随武术教练认真地学习表演拳法,力求把每个动作都做到最标准。一招一式不仅表现了中华武术文化的魅力,还表达了孩子们爱国爱党的珍贵情感。



随后,孩子们走进哈尔滨中苏友好协会旧址纪念馆进行了一场生动的红色研学活动。讲解员施展引导孩子们学习了党的由来、发展等历史知识后,深情讲述了许多感人的东北抗联英雄故事,使同学们对中国共产党有了更加全面、深刻的了解,激发了同学们的爱国情怀。

活动的目的和意义被清晰地传达给参与者和观众,即通过武术这一传统体育形式来庆祝中国共产党的伟大历史成就。本次活动引导孩子们感受革命先烈不惧艰险、甘于奉献的伟大精神,希望他们能够茁壮成长,努力成为有理想、敢担当、能吃苦的中华民族好少年。

学习党史、重温入党誓词……

冰城物业小区 系列活动迎“七一”

生活报讯(记者仲亮)为庆祝中国共产党成立103周年,传承红色基因,提升物业带给业主的幸福,在“七一”来临之际,哈市四季上东、中海、昌隆等物企党支部联合街道办、社区及部分业主,在各物业小区陆续开展了“参观党史馆”“红色文艺汇演”“重温入党誓词”等一系列活动,表达了对党的热爱和崇敬之情。



参观党史纪念馆

昌隆物业公司党支部组织开展了“迎‘七一’,学党史,颂党恩,跟党走”主题活动。

重温入党誓词

在香坊区四季上东小区,和平路街道办上东社区四季上东物企党支部开展了以“共忆峥嵘岁月,强化初心使命”为主题的活动,旨在传承红色基因、赓续红色血脉、强化党员理想信念。

活动中,青年党员干部为老党员佩戴党徽、献上生日鲜花,并一同观看《一句誓言,跨越百年》党建宣传片。观看结束后,老党员们分享了他们入党多年的心路历程,让聆听者

了解到,虽然时间不同,但加入中国共产党的骄傲与自豪,以及为党奉献的初心从未改变。在本次活动中,全体党员还面向党旗庄严宣誓,重温入党誓词。

在寰宇天下小区,中海物业党支部走访慰问了业主宋阿姨,向这位老党员送上了祝福和问候。在认真聆听老党员讲述过去的奋斗历程的同时,还共同交流了对小区治理的意见及建议。

开展大型文艺汇演

在中海雍景熙岸小区,中海物业携手业主歌舞团共同开展了以“不忘初心永向党携手共进谱新篇”为主题的大型文艺汇演。

本次文艺汇演在歌曲《我爱你中国》中拉开了帷幕,包括舞蹈、歌曲、诗朗诵等近

20个精心编排的节目,吸引着小区业主的目光,博得了现场观众的热烈掌声。

活动中,物业管家们组成志愿服务队,维持现场秩序,并为现场人员发放小食及饮品,气氛温馨。



哈市残健融合文艺展演 暨助残志愿服务队授旗仪式举行 残疾人代表载歌载舞创佳作

生活报讯(记者李丹)为庆祝中国共产党成立103周年,展现残疾人自强不息、乐观向上的精神风貌,激励更多志愿者投身残疾人事业,6月28日上午,由哈尔滨市残疾人综合服务中心主办、道里区残疾人联合会承办的哈市残健融合文艺展演暨助残志愿服务队授旗仪式在道里区抚顺社区举行。

活动现场,来自哈市的残疾人代表及志愿者们带来了丰富多彩的文艺节目。残疾人代表向观众们展现了坚韧的意志及追求美好生活的信心,除了舞蹈、歌曲、朗诵等既有专业的文艺表演,也不乏来自民间的自创佳作,赢得在场观众的阵阵掌声。

哈市助残志愿服务队授旗仪式上,医疗、助学、文化等十类助残志愿者服务队整齐列队。这些服务队

将为哈市残疾人提供更加专业、贴心的服务,帮助他们解决生活、学习、工作中的实际问题。同时,为表彰优秀志愿者的辛勤付出,现场还为助残志愿者代表颁发了荣誉证书及聘书,鼓励他们继续发挥模范带头作用,为残疾人事业贡献更多力量。

为感谢多年来为残疾人文化事业作出突出贡献的省、市群艺馆,主办方还特别准备了锦旗,表达对他们们的感谢。省、市群艺馆长期以来以积极组织文艺活动,丰富残疾人的文化生活,提高残疾人的文化素养,是残疾人事业发展的重要力量。此次活动不仅展示了残疾人体的风采和力量,也彰显了社会各界对残疾人事业的关心和支持,让残疾人倍感温暖。

图片由哈尔滨市残疾人联合会提供