装备包物品增加了 每人一盒维生素AE 还有抽奖等着你

浦发银行·2025第十三届黑龙江国际徒步节报名火热进行中

生活报讯(见习记者**王艳** 记者**陈莹**)浦发银行·2025第十三届黑龙江国际徒步节报名已正式启动。目前团队和个人报名均在火热进行中。为感谢广大读者的踊跃参与,本次徒步节装备包物品增加啦!国药控股星鲨制药将给所有报名参与者每人提供一盒维生素AE胶丸。同时,还有600盒星鲨维生素D作为本次徒步的互动抽奖奖品回馈幸运参与者。

徒步爱好者报名踊跃

“每天刷微信步数,不如来点真实的!我和几个小伙伴都约好了,5月18号当天我们要PK一下。”市民小王,是生活报徒步节的忠实粉丝,已经连续参加三年了,看到本届徒步节的消息后,马上就报了名。

不止个人报名踊跃,很多企事业单位团队也积极组织参与本届徒步节!截至目前已经有百余支团队预约报名本届徒步节。更有公司包下百余个名额,“生活报的徒步活动组织得好,去年我们公司就没报上名,今年看到消息,同事们赶紧就组织报名了,既锻炼了身体,也算是一场与众不同的团建活动。”负责人说。

今年的万人徒步节延续了往年的经典沿江行进线路,从群力音乐公园广场出发,途经多个冰城地标性景点,终点设在太阳岛青铜钢琴,路程约11公里,适合各年龄段人群徒步。迄今为止,生活报运动季·黑龙江国际徒步节已成功举办12届,今年的徒步节以“健康行走,乐享生活”为主题,诠释良好生活姿态,展现哈尔滨旖旎风光,并将继续秉持“健康、绿色、惊喜、旅游”的理念,让群众积极参与到运动健身活动中来,让越来越多的人喜欢并爱上徒步,并通过徒步了解哈尔滨。

装备包物品增加

本届徒步活动恰逢季节交替,为回馈广大参与者,国药控股星鲨制药特为活动提供了星鲨维生素AE胶丸,助力参与本次活动徒步的读者补充维生素A,所有报名参与者每人均可领取一盒,既能补充维生素,也可保护视力,减少眼睛干涩和疲劳。

徒步后还有幸运抽奖

另外,本次徒步节增加抽奖环节,国药控股星鲨制药还将提供600盒保护骨骼健康的星鲨维生素D,用于本次活动的抽奖互动环节。活动结束后,生活报将在公证人员监督下,从符合报名条件参与者中,抽取幸运观众。

装备包里都有啥

速干T恤
遮阳帽 背包
哈肉联午餐肉(2片)
悦活饮用天然苏打水
悦活饮用天然矿泉水
星鲨维生素AE

活动详情

集合时间:5月18日(周日)7:30

徒步路线:11公里哈尔滨最美沿江风景线

音乐公园广场–友谊西路–防洪纪念塔–滨洲铁路桥–警备街–风景街–太阳岛青铜钢琴

集合地点:音乐公园广场(音乐博物馆群力馆:景江东路与友谊西路交口)

报名费:20元

个人报名方式

1、关注“新街派·生活报”微信公众号。

2、点击菜单栏中“徒步报名”。

3、按要求选择领取装备地址,填写好相关信息并付款成功即可。

4、付款后即生成电子卡券,在规定时间,按选择的地址,凭电子卡券领取装备即可。

团队报名方式

1、20人(含20人)以上即可成团。

2、报名电话:15045112315(工作日9:00–16:00)。

3、报名后,填写每一个人的姓名、身份证、电话,回传给工作人员。

4、团队装备由队长统一领取后发放。

报名须知

1、每位参与者需交20元报名费(含保险)。

2、元保保险经纪为本次徒步节唯一保险支持单位(注:如报名个人信息填写有误,耽误出险后果自负)。本活动人身意外伤害保险范围为12周岁以上、70周岁以下参与者。

3、因人数众多,报名后因个人原因无法参加,一概不退报名费。

4、活动名额有限,额满即止。

活动流程

1、确认报名:提交个人信息并确认交费成功即报名成功。

2、领取装备:报名人员需提前领走装备。

3、活动当日:穿着活动定制T恤,按时抵达音乐公园广场,简短的仪式后集体出发。(提前出发将无法领取补给水哦!)

4、行进路程中设有补水点。

主办:生活报 浦发银行 SPD BANK

保险支持单位:元保 持牌保险专家

合作伙伴:(排名不分先后)

中国邮政储蓄银行 POSTAL SAVINGS BANK OF CHINA 黑龙江省分行 HEILONGJIANG BRANCH
哈肉联 HRL Since1913
广汇电器
Coca-Cola 中粮 COFCO
元保 持牌保险专家
刘素烤鹅 LIUSU ROAST GOOSE
PICC 中国人民保险
星鲨D

免责条款

凡报名参加活动者需身体健康,并具有完全民事行为能力;如在活动中发生人身损害等不良后果,均在本次约定之保险范围内解决,召集人不承担其他任何赔偿和相关责任。70岁以上人员不在活动保险理赔范围,不得单独报名,如要参与应至少有一名成年家属全程陪同且做好自身评估,所有风险自身承担。关于免除组织者赔偿责任之约定效力适用于本次活动所有参加者,报名即视为同意本声明。

浦发银行·2025第十三届
黑龙江国际徒步节诚邀合作伙伴
咨询电话:13936523013(工作日拨打)

声明·作废 刊登电话 13946092977

●回明宇,身份证号2301031990****2219,不慎将哈尔滨中海云麓二期停车位使用协议丢失,E032,特此声明作废。

●高明霞不慎遗失哈尔滨乐松商业有限公司开具的租金保证金收据一份,金额合计8214元整,收据号码:05144037,声明作废。

●高明霞不慎遗失哈尔滨市永明博物业管理有限公司开具的物业保证金收据一份,金额合计1786元整,收据号码:03773690,声明作废。

●姓名:孙启溟,性别:男,于2002年9月23日出生于富锦市妇幼保健站,父亲:孙长军,母亲:温淑艳,原出生证明编号:C230113382,将出生证明丢失,声明作废。

●姓名:刘永才,身份证号:230103194006052211,协议编号:01110602646,原动迁地址:香坊区文景头道街19号4门,此协议原件丢失,特此声明。

●哈尔滨市南岗区老妈湘菜馆,统一社会信用代码是:92230103MA1B3YDP5H,食品经营许可证编号:JY22301030312887,不慎将食品经营许可证正本丢失,声明作废。

公告·公示 刊登电话 13946092977

股东会议通知

黑龙江柠柚科技有限公司,联系人:房鑫,联系电话:18480629312,会议地址:黑龙江省哈尔滨市南岗区红旗大街242号福恩特大厦2007号房,通知全体股东于2025年5月8日参加股东会,会议议题为:办理企业注销登记,未到场股东视为放弃表决权。

黑龙江柠柚科技有限公司
2025年4月22日

解除劳动合同公告

丛思雨,身份证号码:230103********5744。你于2024年12月1日至2025年3月25日工作期间,因个人原因导致工作严重失职,并且多次违反相关管理制度。自2025年3月27日旷工至今,连续旷工时间已超过15天,单位无法与你取得有效联系。依照相关法规及解释,经单位研究决定,自2025年3月27日起,单位与你解除劳动关系。请你于2025年4月30日前,前来单位办理相关手续及工作交接。逾期将视为自动解除劳动关系,按照相关规定处理。

特此公告。

哈尔滨市南岗区权权水果店
2025年4月22日

寻找死者家属启事

于德海

2024年10月16日道外公安分局新一街派出所送押1名因故意伤害人员,该人自称名叫于德海,出生日期:1958年12月1日,该人无户籍,自称出生地北安市,身高163厘米,体重60公斤,上身穿黑色帽衫,其于2025年4月18日在哈尔滨医科大学附属第一医院(群力院区)死亡,现寻找其家属。

联系人:张警官,电话:18846114237;
王警官,电话:13946196111
哈尔滨市公安局道外分局第一看守所
2025年4月22日

出租出售 刊登电话 13946092977

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,因房主迁移外省着急售卖,价格可面谈。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,因房主出国着急售卖,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。小区还配套高尔夫球练习场、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103室
刊登 84681180
电话 15004697804
13613600156

敬告客户
对易广告请通过公共平台媒介广告提供者或媒体相关平台:1.进行投放平台或公布的产品刊登电话办理;2.到生活报社103室现场办理。
加客户登记网络平台,第三方中介等非本报授权或委托进行推广者传播,以及的纠纷由客户自行承担法律责任。如出现争议,请以官方直接联系实际对接的实际人员协商解决,我们将尽协助提供必要信息,但不承担因此给造成产生的经济责任。

我省首家“残疾人智慧居家托养服务”项目在北安实施

智能手环+一键呼叫 为残障人士提供助餐助浴等服务

生活报记者 **刘维娜 李丹**

无人照料、无力看护是一些残障人士家庭长期以来面临的问题。而在北安,一个智能手环就解决了很多残障人士的难题。当残疾人小陈按下智能手环后,1分钟内就有工作人员接通,并在得知小陈的需求后,半个小时内就来到小陈家,为他进行了包括验血在内的健康监测。这是我省第一家“残疾人智慧居家托养服务”项目,近日在北安市开展。项目围绕残疾人多样化服务需求,通过“智能终端+人工服务”模式,实现“托养一个人,幸福一家人”的目标。

为残疾人家庭减负

“据统计,北安市现在约有2016人患有精神残疾、智力残疾、重度肢体残疾,他们的生活都不容易,家庭负担很重,基于这些我们通过购买服务的方式,引入了瑜璟养老护理中心作为第三方服务机构,依托智慧养老服务平台,构建了‘点菜单式’服务体系,以帮助残疾人减轻家庭负担、提升生活品质。”北安市残联副理事长韩溶丽告诉记者,服务包括提供助餐、助洁、助医等10余项居家托养服务和线上一键接入、紧急救援、定位寻找服务。

“这样的服务,每户残疾人家庭每年至少可以享受10次,每次服务时长不少于半个小时。”韩溶丽介绍,“残疾人居家托养服务的条件是,精神残疾或智力残疾1–4级,肢体残疾1–2级,女性年龄在16周岁至54周岁,男性年龄在16周岁至59周岁。”

专业人员提供服务

17日,北安残联康复股科员国松和瑜璟养老护理中心工作人员一起来到残疾人老李家中,为他做了一顿热乎可口的饭菜。“今天上午老李按下了智能手环,接通后,他告诉工作人员,今天家里只有他和年迈的母亲,午餐没有办法解决,希望工作人员能上门帮他们做一顿午饭。”国松说,了解老李的需求后,他与养老护理中心工作人员一起前往老李家。养老护理中心工作人员仅用10分钟左右,就买齐了适合老人和残疾人的食材,并来到了老李家。老李躺在床上,正在努力支起床边的铁架子,“老李是肢体残疾,他平日里就靠床边的铁架子来活动,平时会有家里人给他送饭,今天家里人有事,他就寻求了我们的帮助。”国松介绍,养老护理中心工作人员进入老李家后,一边熟练操作,一边和老李及其母亲聊着家常,不一会儿,两个家常菜就做好了,老李在工作人员的帮助下坐在床上用餐。

“我们的服务平台现在有20余名工作人员,有专业的营养师、护士、护工,还有助浴工等,专为这些困难残疾人家庭进行服务。”瑜璟养老护理中心负责人薛美喜告诉记者。

为卧床病人助浴

今年60岁的何大姐有两个身患进行性肌营养不良的弟弟,随着年龄的增长,她的两个弟弟病情越来越严重,如今只能卧床,无法自理。负责照顾他们的何大姐随着年龄的增长,越来越心有余而力不足。“我的两个弟弟一个59岁、一个55岁,他们从20多岁患病一直到现在。如今,只有我和90多岁的老父亲照顾他们俩,家里条件也不是很好,请人我们也负担不了。”何大姐无奈地说。

今年3月,北安市残联来到何大姐家走访,为她的两个弟弟佩戴了智能手环,并告知他们如何使用以及服务范围有哪些。“听他们说能帮我两个弟弟洗澡,我特别高兴,因为弟弟们洗澡是个大难题。”何大姐告诉记者,两个弟弟因病身体无力,坐不住,日常只能给他们擦擦身体,洗澡对他们来说是个大难题。“他们坐在那都需要有人扶着,因为他们的脖子和腰都没有力气,我的老父亲扶不住他们,之前洗澡只能靠我一个人,一边扶着一边冲洗,每次都累够呛。”

4月初,何大姐为两个弟弟按下智慧手环,预约了助浴服务。约定好时间后,3名助浴人员准时上门服务。“他们拿了很多助浴工具,有盆、手套等,很专业,但是我家情况特殊,我就让他们把我的弟弟们抱到厕所里坐着洗。助浴人员特别理解,很细心地帮他们洗澡,洗的过程中特别轻柔,还一直暖心地和我的弟弟们聊天。”看着细心操作的助浴人员,何大姐很感激,“洗完澡,我的弟弟们都和我说特别舒服,感觉身体轻松了很多,十分感谢助浴人员。我只要一想到以后每个月都有专业人员上门帮弟弟们洗澡,就感觉特别开心,这可为我家解决了大难题。”

助浴工王天旭是此次为兄弟俩服务的助浴人员之一,从业3年多的他经验比较丰富,“我之前服务的对象大多是老年人,这次残联做了居家托养服务项目,我又开始为残疾人服务。”王天旭告诉记者,为残疾人服务要比为老年人服务更加用心,因为很多残疾人的身体更加不方便,“就像给兄弟俩洗澡的时候,他们的皮肤因为常年卧床特别地嫩,力度就一定要小,这样就需要仔细地多洗几遍才能洗干净。这份工作需要细心、耐心和爱心,才能更好地为残疾人服务。”

“在残疾人居家托养服务实施过程中,我们残联将与服务机构保持密切沟通,从优化服务流程到拓展服务内容再到提升服务质量,务必使残疾人的居家托养服务更加智能化、个性化。”韩溶丽表示,北安市残联会定期回访残疾人家庭,对托养服务进行实时跟踪,监督服务动态,确保残疾人居家托养真正落到实处,科技赋能+人文关怀,北安的这一创新模式,让当地的残疾人家庭获得了温暖。

图片由北安市残联提供