

公园广场可增加哪些健身设施 如何推动儿童体重管理……

@哈尔滨人 管理体重请你出招

生活报讯(记者张立)9日,记者从哈尔滨市政府获悉,“健康体重 你我同行”建言献策征集活动开始了,即日起哈尔滨市委社会工作部、哈尔滨市政府人民建议征集办公室、哈尔滨市卫生健康委员会、哈尔滨市教育局面向全市征集体重管理好点子,对优秀的建议将给予奖励。

面向全市征集体重管理建议

据介绍,体重管理是维护身体健康的重要环节,不合理的体重状况可能引发多种慢性疾病,严重影响市民生活质量与预期寿命。为积极推动文明健康生活方式的普及,进一步提高市民对体重管理的认知与技能,有效预防和控制超重与

肥胖现象,倡导健康生活。按照市委市政府畅通渠道、倾听民意、广纳民智工作要求,哈尔滨市委社会工作部、哈尔滨市委社会工作部、哈尔滨市委社会工作部人民建议征集办公室、哈尔滨市卫生健康委员会、哈尔滨市教育局面向全市征集建议。

推动家庭参与儿童体重管理

针对儿童群体,除学校体育教育外,如何推动家庭参与儿童体重管理,如开展亲子运动、家庭营养教育等。对于老年人体重管理,如何结合社区养老服务,提供上门健康指导、定制化运动与饮食服务。

孕妇体重管理涉及特殊生理时期,如何建立妇产科、营养科、康复科等多学科联合的孕期体重管理服务体系。慢性患者的体重管理与疾病治疗紧密相关,如何促进医院与基层医疗机构联动,为慢性病患者提供持续、规范的体重管理服务。

基层社区举办健康体重管理知识讲座时,如何邀请具有丰富实践经验的一线医护人员、营养师,提高讲座内容的实用性与

针对性。哈尔滨市大型企业在与医疗机构、健康管理机构合作开展员工健康体重管理项目时,如何建立长期效果评估机制,确保项目持续发挥作用。

教育部门与卫生健康部门联合促进中小学生保持健康体重,除加强体育教学与体质监测外,如何在课程体系中融入健康体重管理教育内容。

除现有措施外,如何利用社会公益力量,如慈善组织、志愿者团队,参与到全民健康体重管理的宣传与服务工作中。

在提升全民体重管理意识和参与度方面,如何制定相关政策,鼓励企业、社会组织开展健康体重管理相关的公益活动与项目。

对优秀建议给予奖励

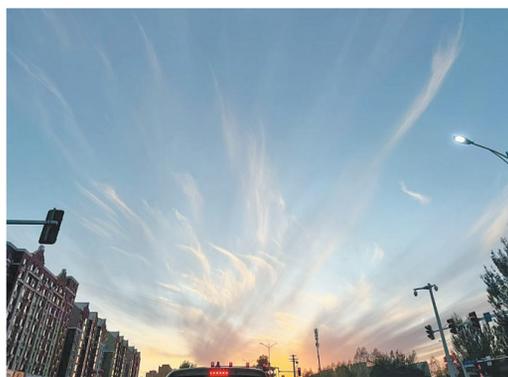
据悉,中共哈尔滨市委、哈尔滨市人民政府人民建议征集办公室对征集到的建议,将按照《哈尔滨市人民建议征集奖励办法》的有关规定认真办理,对有价值的建议认真组织落实,对优秀人民建议给予奖励。征集活动截止至10月10日。

建议要一事一议,请写清建议人真实姓名、所在单位或家庭住址及联系电话。

建议可通过人民建议征集绿色通道(在信封的左上角粘贴人民建议邮资免费标识,注明:“健康体重,你我同行”建言献策),直接邮寄到中共哈尔滨市委、哈尔滨市人民政府人民建议征集办公室(地址:哈尔滨市南岗区文昌街26号,邮编:150008);建议人也可通过电子邮箱:hrbjyb1308@163.com。

“泼墨卷云”惊艳冰城黄昏

气象专家:预示气温波动或雨雪降临



图片由市民提供

生活报讯(实习生林亚楠 李娜 记者赵政府)9日17时许,哈尔滨西边的天空出现了非常漂亮的云彩,像泼洒的墨水一样,从地平线“射”向天空。正值下班高峰,很多行人目睹了这一美景,纷纷用手机拍下发到朋友圈。

省气象台专家兰朝生告诉记者,哈尔滨天边出现的是钩卷云、毛卷云、密卷云,都是卷云,属于高云族的一种,是正常的气象现象。卷云通常由微小的冰晶组成,形状纤细如丝,呈羽毛状或纤维状,在高空受强风影响下被撕裂,呈现出舒展、飘逸的形态。被

风撕裂的云丝在夕阳的映照下,呈现出绚丽的色彩,是卷云在大气光学作用下的美丽表现,这种云一般出现在即将转变的天气中,往往预示着天气会有所变化。

冷暖空气互搏就会形成锢囚锋。锢囚锋是暖气团、较冷气团和更冷气

团相遇形成的锋面系统,通常由冷锋追上暖锋或两条冷锋迎面相遇导致,迫使暖气团抬升至高空,然后形成钩卷云、卷积云等一些具有指示意义的高云。民谚有“天上钩钩云,地下雨淋淋”的说法,未来几天哈尔滨的气温会波动或者有雨雪降临。

老年公寓
华泽养老院
招自理、半自理、卧床老人,吃的好,住的好,玩的好,对半自理和卧床老人提供专业护理,交通便利,配套设施全、药店、洗衣房、食堂、专业医护队伍、老年大学、琴棋书画特色班、24小时热水、冰箱、互动电视、无线网络等。哈西红星城3号楼
电话:0451-51025111,18545866229
乘坐57.58.236路公交车直达

公告·公示
根据市政府关于历史遗留不动产办理的相关规定,现对以下房屋不动产权受让人及相关情况予以公示:
本人吴丹,身份证号232128198110084896,现为哈东之星小区16栋1单元2201房屋(建筑面积:104.06平方米)的受让人,房屋协议编号:01110500022,原房屋所有人刘玉华已将该房屋实际交付给本人,由本人实际占有。本人自愿承诺:该房屋已为本人所有,产权无争议,如本人承诺与事实不符,因该房屋产权发生任何纠纷由本人承担全部法律责任。
如有异议,请自本公告之日起十五个工作日内,将异议书面材料共同分别送达哈尔滨市香坊区城市更新局和哈尔滨市不动产登记交易事务中心香坊一分中心。
异议书面材料送达地址:哈尔滨市香坊区城市更新局,地址:香坊区民生三道街21-7号;联系电话:0451-82105738。
哈尔滨市不动产登记交易事务中心香坊一分中心,香坊区中山路17号,联系电话:0451-55150370。

百业信息
热线 13946092977

金福来全屋定制
家装工装一体化
承接家庭装修、办公场所装修;家装、工装整体家具定制;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)。
工厂设有样板展厅,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

生活报申缝广告
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
15004697804
电话 13613600156

记者现场直击 哈尔滨路演现场一票难求 导演“归乡”、主演“认亲”

“小说家2”主创团队 分享冰城独家故事

生活报记者 吴海鸥 王雪莹

“十一档”人气电影《刺杀小说家2》自上映以来,热度和话题度均位居前列。10月8日,该片全国路演来到哈尔滨,导演路阳携领衔主演董子健,主演丁程鑫、王彦霖现身冰城五家影城与影迷热情互动,并一一分享了与哈尔滨的“独家故事”。

记者注意到,路演场的每一站,现场气氛都超级热烈,甚至出现了“一票难求”的火爆场面。不少影迷激动地表示:“一下子集齐了三位主演,太那个了!”



中影中数国际影城路演现场



缘虹巨幕影城(道外店)路演现场

主创团队和哈尔滨“沾亲带故”

作为路阳导演打造的奇幻动作巨制,电影《刺杀小说家2》凭借充满东方美学的异世界奇观以及“反抗既定命运”的深刻主题,力求让观众体验一场热血沸腾之旅。

记者看到,电影开篇时出现了不少哈尔滨元素,比如雷佳音、董子健“玩梗”时随口说出的“锅包蟹”“哈尔滨红啤”等等。其实这部电影的主创团队中,许多人都和哈尔滨“沾亲带故”,除了饰演“入云龙”的辛芷蕾外,导演路阳就出生在哈尔滨,在他看来,哈尔滨是一座很特别的城市,“小时候,我家住在海关街,我很喜

欢坐在马路牙子上看马车一辆一辆经过。”

辽宁籍演员王彦霖直呼每次来哈尔滨就跟回家了一样,“东北孩子对家乡都有一种特殊的情感,尤其是过年的时候回来,闻到空气中那股寒冷劲儿,觉得既浪漫又温暖。”说完,他还不遗余力地宣传起哈尔滨的美食,“炖鸡、炖鹅、烧烤、盒饭、锅包肉……好吃的太多了。”

即便是第一次来哈尔滨的丁程鑫,也对鼎鼎有名的冰雪大世界和锅包肉充满了向往,“特别期待去冰雪大世界,早就想吃锅包肉了。”

现场分享幕后故事

路演现场,主创们还分享了许多幕后故事。导演路阳多次表示了对东方古典美学的追求,坦言希望把国风的韵味自然融入到电影的语言中。比如赤发鬼以动态水墨画卷记录罪状的场景,既传统又新颖,力求让观众感受到亲切而震撼的视觉体验。

谈及影片的创作理念,导演路阳认为虽然电影讲的是小说家的故事,但其实每个人都能在其中看到自己——在生活困境中努力改变,即使初心一度歪曲,最终仍能

找回初心。

王彦霖表示,《刺杀小说家2》是一部老少皆宜的片子,非常期待快乐又温暖的片子,并畅谈角色切换的挑战:“路空文和空文是两个独立角色,空文代表内心向善的一面,拍摄时压力巨大但极具成就感。”他还在现场借角色传递信念:“不被权力所诱惑,坚持自己的内心,就是真正的少年侠气!”

图片由影院提供

南岗区2025阳台音乐会落幕

150场演出打造冰城音乐新地标

生活报讯(记者于海霞)生活报记者从哈尔滨市南岗区政府获悉,从4月30日启幕至十一假期收官,历时五个月的南岗区2025阳台音乐会正式落下帷幕。这场以“阳台传乐韵 冰城聚知音”为主题的文化盛宴,累计呈现150场演出,吸引20万人次观众驻足聆听,不仅让音乐走进市民日常生活,更以“音乐+文旅”模式成为哈尔滨文旅新名片。

每当夜幕降临,在南岗区意大利领事馆旧址二层阳台,暖光与不远处南岗体育场“大雪花”雕塑灯光交相辉映。演出期间,专业演艺团队带来多元曲目:既有《莫斯科郊外的晚上》等经典外国乐曲,也有《我爱你中国》等饱含家国情怀的本土作品;乐器演奏涵盖俄罗斯巴扬琴、小提琴等,让中外音乐文化在方寸舞台碰撞交融。“不

用买门票,在家门口就能听到高质量音乐会,太幸福了!”市民李女士的感慨道出了众多观众的心声。

据统计,五个月间共有20万人次现场观演,掌声与旋律成为南岗区街头巷尾的“日常浪漫”,这场“免费文化大餐”也被市民称为“最具氛围感的城市文化活动”。观众在欣赏演出后,步行即可抵达花园街历史文化街区,在俄式“黄房子”建筑群中品尝俄式西餐、手工面包,打卡玫瑰熊、复古电话亭等网红布景;黑龙江省博物馆、国际饭店等文化景点近在咫尺,让文化体验从听觉延伸至视觉、触觉,形成“一站式文旅路线”。

“音乐会带来的人流,让整个秋林商圈的烟火气更浓了。”据南岗区秋林地区管理处相关负责人介绍,文旅融合的效应直接体现在消费市场的升



图片由南岗区政府提供

级,周边商家顺势推出特色服务,咖啡店增设露天座位,供观众赏乐小憩;老字号门店客流激增,手工面包、奶油冰棍等特色产品时常供不应求。音乐会成功将流量转化为消费力,推动区域商业活力持续释放。