

公益课一座难求 凭会员卡免费参加

本周新课上线,足浴养生、结艺、葫芦丝、书法,赶紧报名吧!



读者们在学吹葫芦丝。

记者 王晓明 摄

□记者 范洪雷 实习生 耿铭

生活日报8月7日讯 本报“生活大讲堂”新一周公益课又开始啦!听养生专家聊聊正确的足浴足疗方法,跟着结艺大师学编中国结,跟葫芦丝老师吹响美妙音符……赶快预约报名吧。

百病从寒起,寒从脚下生。脚一直都有“人体第二心脏”的说法,因此,爱足护足就显得非常重要。下周二的养生公益课堂,中国传统文化研究员、高级健康管理师皇甫振涛就将为大家聊聊足浴养生那些事儿。

中国结好看又喜庆,您想知道它

是如何手编出来的吗?下周三的手工艺课堂,开始上结艺课,济南市非遗传承人、山东大学外聘结艺教师胡立华将给大家讲解中国结的起源,详细介绍结艺的一些基本特点和编织方法。

此次结艺课连上三次,每节课胡老师都将教给大家编一样作品,包括手链、龙虾、花柱等。“师傅领进门,修行在个人。”她说,学会基本的编织方法后,多加练习,读者们慢慢就能创作出自己想要的作品来。

温馨提示:报名参加生活大讲堂公益课,必须是生活日报读者体验中心或读者俱乐部会员,一律凭会员卡参加。

生活大讲堂一周活动安排表 (2017年8月8日—13日)						
时间	公益课	课程内容	报名人数	主讲人	备注	
周二上午(8日)	养生	主题:《足浴养生》。百病从寒起,寒从脚下生。讲座中,专家告诉您正确的足浴足疗方法。	50人	皇甫振涛:中国传统文化研究员、资深藏文化评论员、高级健康管理师、高级营养师培训师。	直接参加	
周三上午(9日)	手工艺	结艺制作。连上三节课,每节课教编一样作品:手链、龙虾、花柱等。	40人	胡立华:济南市非遗传承人,山东大学、山东师范大学外聘结艺教师。	可报名	
周四上午(10日)	葫芦丝	第二期葫芦丝班第三课:讲解基本乐理知识,学习葫芦丝吹奏技巧、练习曲练习。	40人	马宏光:知名葫芦丝巴乌指导老师,国家二级演奏员、副教授。现就职山东省艺术中心,山东省老年大学葫芦丝巴乌高级班指导老师。	报名第三期	
周五上午(11日)	书法	第二期书法班第三节课:书法三要素:笔画、结构、章法。	40人	路阳:中国书协研究会会员,路阳书法创办人。	报名第三期	
公益讲座	周六上午(12日)	主题:白内障的早期预防和治理。白内障是一种老年常见疾病,如何早期发现和预防?白内障手术安全吗?权威专家解答疑惑。	100人	李忠恩:山东中医药大学附属眼科医院副主任医师,眼科硕士。长期从事眼科临床、教学与研究工作,在诊治白内障等方面具有丰富临床经验。	可报名	
	周日下午(13日)	智能手机+防金融诈骗	50人	智能手机使用;防金融诈骗知识讲座	报社理财工作室 可报名	

活动时间:上午9:00—10:30;下午2:00—3:30

疾病风险筛查 健康全面评估

本报读者体验中心免费为读者查体,每天限额30人

□记者 范洪雷

生活日报8月7日讯 重大疾病风险如何提早预判?哪些亚健康问题需要注意?来本报读者体验中心健康体验馆,免费为您提供最全面的健康评估,9大生理系统检测,558项健康评估参数,让您对自己的身体了如指掌。赶快预约报名吧,每天限额30名。

“京城第一台功能医学派特云图健康检测系统就落户在了咱们读者体验中心。”工作人员介绍,该

检测系统是航天级新品,价值高达280多万元,目前包括北京310医院等在内的多家知名医院都在使用该产品。

这套检测系统的目的就是为了让提早发现疾病的隐患,尤其针对慢性病和亚健康人群。“1分钟完成检测,3分钟出具体检报告,全面筛查人体9大生理系统,出具558项健康评估参数。”工作人员称,派特云图体检系统利用生物电检测原理,实现对人体全身各组织器官的3D动态描绘,并建立了适用于中国人

进行无创检测的标准数据库。

记者还进行了亲身体验,体检前,无需空腹、抽血、憋尿,平躺在体检平台,头部戴上相关体检设备,该设备与计算机终端相连,随即,开始进行检测。仅约1分钟后,工作人员就告诉记者,体检结束了。

过了大约3分钟,电子体检报告出炉,清晰地指出了身体存在的潜在健康风险,并对相关风险进行了评估,还给出了健康建议等。比如,报告指出,胃肠病发风险较高,报告还进一步给出了相关健康建议。

报 名 电 话 :
87976666 82921919
85193404

读者体验中心地址:历山路118号(优品汇奥特莱斯广场负一层,肯德基北面电梯下楼)
乘车路线:103路、2路、79路、K59路历山路或和平路站下车。

想要全面了解自身的健康状况,想提早发现慢性病风险,赶快来本报读者体验中心,免费体检吧。活动时间自8月9日至13日,生活日报读者体验中心VIP会员均可到中心免费预约体检,每天限额30名。

浪漫七夕 金婚婚纱照免费开拍

本周三起拍摄,还想报名的读者请抓紧啦

□记者 范洪雷

生活日报8月7日讯 浪漫七夕,金婚婚纱照本周三免费开拍啦。本报读者体验中心免费为60岁以上读者拍摄婚纱照的消息发布后,得到众多读者的积极响应,不少读者结伴前来体验中心报名。

七夕将至,经与拍摄活动的承接方市中区艾莉尚婚纱摄影中心商定,从本周三(8月9日)起,连续三天,将在体验中心为报名成功的读者拍摄精美婚纱照。如果还有想参加拍摄的读者朋友,请抓紧时间报名啦。

“这是我送给老伴的最好的七夕礼物了,特别感谢咱们生活日报读者体验中心。”得知本周三将要拍摄婚纱照后,63岁的读者郝先生难掩激动之情。他告诉记者说,报名成功后,才把消息告诉老伴,老伴也特别高兴。

体验中心的工作人员介绍,活动消息发出后,读者报名特别踊跃,“很多读者都是结伴来的,想和亲朋好友一起参加这个很有意义的活动。”由于报名的读者较多,前期预约报名的读者,请按照工作人员电话通知的时间,分期分批前来体验中心来进行拍摄。

体验中心为将所有前来拍摄的读者朋友提供免费背景、免费化妆、免费试装(婚纱、唐装)、免费挑片等全方位的服务,力争让所有读者朋友拍得满意,拍得高兴,留下精彩的瞬间和美好的回忆。本次活动将赠送每对参加拍摄的VIP会员24寸婚纱彩照一张,并赠送12寸“全家福”摄影优惠券一张。还没来得及及报名的读者朋友,请抓紧时间报名,所剩名额不多。

凡是年满60岁以上、身体健康的老年朋友均可报名参加;只要办理生活日报读者体验中心VIP会员卡就可参与活动。



拍金婚婚纱照,留下美好回忆。

周末艺术欣赏会 招募志愿演出团体

□记者 王晓明

本报读者体验中心7月1日正式开业后,以实用的公益课程,丰富多彩的活动,受到广大读者欢迎,活动几乎场场爆满,好评如潮。

为进一步丰富读者体验中心活动,带给读者文化生活享受,读者体验中心准备在每周日举办“周末艺术欣赏会”,邀请志愿演出团体到生活日报读者体验中心,进行京剧、曲艺、音乐等公益表演,并读者进行互动交流。

现面向社会招募公益演出团体,不论专业团体、民间社团,还是票友,只要您愿意参加公益演出,都可报名参加。生活日报将对每场公益演出进行报道。

报名电话:
85193189 85193404

爱生活 爱艺术 本报艺术团招募

□记者 范洪雷

生活日报8月7日讯 爱生活,爱艺术,本报读者体验中心“新生活艺术团”即将成立,现招募团体会员,凡是人数在50人以上文艺团体均可报名成为团体会员。

生活日报“新生活艺术团”是生活日报读者体验中心组建的公益性文艺团体。包括:京剧艺术团、合唱艺术团、广场舞艺术团及其他门类艺术团。

新成立的“新生活艺术团”,将有艺术名家为艺术团提供最专业的指导,让艺术团的表演更专业。此外,“新生活艺术团”还将联合相关部门举办各类艺术比赛,为大家提供最具魅力的舞台。

此外,“新生活艺术团”还将招募团长一名,要求您在艺术领域有所建树,有一定的影响力和知名度;有艺术及相关领域社会资源,能够协调组织各种艺术类比赛及活动;热爱公益事业,有责任心和奉献精神。欢迎广大读者踊跃报名。

报名电话:
85193189 87976666

生活日报热线电话:85193939