



今天市区天气

阴有雷雨或阵雨
南风3-4级转4-5级
雷雨地区雷雨时阵风7-9级
26~30℃



明天市区天气

中雨转阴
东南风4-5级
25~28℃



后天市区天气

小雨转阴
东南风3-4级
25~31℃

我市发布雷电黄色预警信号

今天阴有雷雨或阵雨,市区最高气温30℃

本报讯(YMG全媒体记者 纪殿国)昨日,全市以南风为主,市区最高气温29℃。全市最低气温24℃,最高气温31℃。

今天全市阴有雷雨或阵雨,南风为主,雷雨地区雷雨时阵风7-9级。明天全市阴有中雨,局部大雨或暴雨,伴有雷电,东南风,雷雨地区雷雨时阵风7-9级。后天全市阴有雷雨或阵雨,东南风,雷雨地区雷雨时阵风7-9级。

烟台市气象台27日发布天气预报:

雷电黄色预警信号,预计

27日夜間到28日,我市大部地区仍有雷雨或阵雨,雷雨地区雷雨时阵风7-9级。请注意防范雷电、雷雨大风和短时强降水等强对流天气对海陆交通、工农业生产和城市生活等的不利影响。

烟台市区,28日白天,阴有雷雨或阵雨,南风3-4级转4-5级,雷雨地区雷雨时阵风7-9级,最低气温26℃,最高气温30℃。

29日,中雨转阴,东南风4-5级,25~28℃。

30日,小雨转阴,东南风3-4级,25~31℃。

烟台各区市,28日白天,阴有雷雨或阵雨,南风,沿海及内陆3-4级转4-5级,雷雨地区雷雨时阵风7-9级。最低气温,沿海25℃,内陆24℃;最高气温32℃。

28日夜間到29日白天,阴有中雨,局部大雨或暴雨,伴有雷电,东南风,海面6级,沿海及内陆4-5级,雷雨地区雷雨时阵风7-9级,23~29℃。

29日夜間到30日白天,阴有雷雨或阵雨,东南风,海面6级,沿海及内陆4-5级,雷雨地区雷雨时阵风7-9级,25~31℃。

四面智能时钟落户烟台火车站北广场

本报讯(YMG全媒体记者 杨春娜 通讯员 宋大伟 陈连珺)昨天上午,记者在烟台火车站出站大厅看到,一座高约10米的四面智能时钟已经落户火车站北广场,清晰醒目的时钟刻度为来往的市民旅客提供了精准的“时间引导”服务。

在火车站广场日常管理过程中,市城管局数字化城

市管理服务中心工作人员发现,经此过往的市民旅客,经常是手拎行李,行色匆忙地赶火车,没法准确掌握时间。鉴于此,烟台市城管局数字化城市管理服务中心广场管理人员结合自身管理和便民服务实际,在烟台火车站北广场新增一项“智能时间管控系统”惠民服务基础

设施工程,形成一处新的地标设施建筑。该工程的时钟基准信号采用北斗/GPS时间信号,通过中心母钟控制四面钟盘的走时准确度;同时增设夜间显时功能,四面钟盘每个刻度及钟针都呈现了不同程度的亮光,建成投入使用后将为火车站广场提供共用精准的时间引导服务。

本周五“律师来啦”继续聊物业纠纷



本报讯(YMG全媒体记者 任雪娜 摄影报道)本周五,“律师来啦”栏目继续邀请烟台芝罘正旭法律服务所主任姜兆江做客直播间,为物业领域常见的法律问题提供法律咨询服务。

姜兆江从事基层法律服务工作已有12年,主要从事一般民商事案件的调解、诉讼、仲裁工作,尤其擅长处理物业、婚姻家庭及建筑工程合同纠纷。

本期节目聚焦如何成立业

主委员会等物业问题展开普法。有需要的市民可以拨打烟台民意通热线0535-6601234,也可以于周五晚7点-8点在抖音平台上搜索“烟台观察”或“法治烟台”观看直播,在评论区留言法律问题,做客嘉宾将现场解答。



本报“老于帮办”明天到楚祥社区

本报讯(YMG全媒体记者 徐鲲 吕金滙 通讯员 范俊妤)烟台晚报“老于帮办”进社区活动受到广大市民欢迎,明天上午,活动第320站将走进芝罘区只楚街道楚祥社区。届时,“老于帮办”栏目记者将和晚报城市服务联盟单位志愿者一起,与市民面对面,倾听市民烦心事,帮助市民解难题。活动地点在德润路楚祥社区门前连廊,时间是上午9点-11点。

本周活动内容丰富多彩,将为市民朋友带来更多的实惠和更周到的服务。届时,环球美发学校的年轻美发师们应邀来到活动现场,为社区百姓义务理发。如今市民家中大小家电种类繁多,一旦坏了不知找谁修理,晚报特邀“老于帮办”栏目帮办员孙德荣、于培湖、李肇平老师,他们将到现场为市民修理各类小家电、缝纫机、钟表等老物件。

健康义诊最受老年朋友欢迎。爱尔眼科医院专家教您如何保护视力,并为市民免费检查各种眼部疾患。洛神口腔专家莅临现场,为您检查口腔,教您如何保护牙齿。芝罘区关心青少年视力保护中心专家为孩子们检查眼部疾患,教孩子们如何正确预防近视;惠耳听力北马路店听力专家将携带专业设备在现场为听力障碍人士免费检测,他们还为大家免费做外耳道健康检查。

法律问题是市民关注热点,周六上午,山东同济律师事务所王智光律师将亲临现场,为市民提供法律咨询,您有任何法律方面的问题可现场找律师求助。

近期有不少市民致电6601234,他们需要保洁员、钟点工、保姆、育婴师等,“老于帮办”栏目特邀恒誉家政公司工作人员,他们的志愿者将在现场接受市民咨询,您有家政方面的需求可与他们联系。近年来,老旧小区加装电梯受到关注。加装电梯邻里之间如何沟通?由谁出面组织?专业技术问题找谁咨询?出现矛盾找谁调解?“老于帮办”本周邀请山东省加装电梯技术标准参编专家、芝罘区加装电梯社区服务中心主任徐绍军带领专家、律师、调解员团队来现场给大伙儿答疑解惑。

红社·民购新媒体电商平台携我市部分优质商家现场为居民带来诸多优惠福利。烟台日报传媒集团小报童发行公司工作人员将现场为市民订报,白玉口腔、养奶家也派出志愿者为市民提供服务。近期有多位市民拨打记者电话,咨询珠宝首饰鉴定和维修问题,本站“老于”特邀珍爱钻石珠宝保养师张力现场为社区居民鉴定、评估珠宝首饰,并免费清洗、维修。

温馨提示

市民可乘坐12路、18路公交车到芝水北站点下车。

因活动现场人员较多,建议大家把反映的问题提前写到纸上,如:求助具体内容、相关部门地址、负责人姓名和联系电话等,这样可提高效率。

届时如遇大风雷雨等特殊天气,活动将延期到下周同一时间举行,不再另行通知。



老于帮办

御花园里话养老系列文章

作者:高新区御花园老年养护中心12号楼706室入住长者 张荣年

御花园的早晨,静谧而温馨。随着东方冉冉升起的朝阳,身着白色太极服的长者们,便络绎不绝地来到御花园老年养护中心福苑广场。广场周围松竹环绕,空气湿润清新。老人们先是自由活动,有的转腰踢腿、伸筋拔骨,有的相聚交谈。时间一到,随着轻松而有节奏的音乐响起,老人们便自觉排成整齐的方队,认真地打起了太极拳。大家动作整齐划一,颇为壮观。

说起御花园里红红火火的太极拳运动,教练王守萍老师功不可没。她为人诚实热情,颇具舞蹈等表演天赋。退休后,她开始

习练太极,她天资聪颖,悟性极强,很快脱颖而出成为太极骨干。因表现突出,多次参加省市乃至全国的太极展演比赛,并多次拿到个人表演金牌。在有她参与的“全国导引养生功五人团体赛”中,曾连续三次获得全国一等奖,被体育界誉为“烟台五朵金花”。她曾任烟台市老年大学健身体育科太极与舞蹈教师,并在市福利中心做太极教练十多年。入住御花园后,她遵照董事长宋华西所倡导的“活动活动,活着就要动”的思想理念,义不容辞地担当起御花园太极拳教练的角色。面对体态僵硬、毫无拳路基础的老头老太太们,她态度和蔼、海人不倦,带领老人们从“零”开始,一

招一式地讲解,一点一滴地示范。她耐心细致,百教不厌,学员们深受感动,加倍勤学苦练。她先后带领老人们学会了拍打操、八段锦、十二功法、八法五步、十四式太极拳、四十二式太极拳、东岳太极拳、三十二式太极剑、四十二式太极剑、太极球、太极扇等多套功法,每套功法需要连续教授十多天甚至一个多月,直到老人们全部掌握为止。后期入住的姜淑真老师也参与到助教工作。太极队从最初的十几个人发展到今天的100多人,新入住的老人也在陆续加入,队伍不断壮大。御花园太极队多次参加我市举办的全民健身太极展演,受到广泛好评。

御花园里有30多个活动社

团,太极队是诸多社团中人数最多活跃度最高的团队。疫情刚一缓和,太极队立即开始活动,大家每日晨练,风雨不误。长期坚持不懈地锻炼,让拳友们尝到了实实在在的甜头。大家高兴地说,天天练,天天轻,一时不练身子硬。练着练着,精神更加振奋了,心里更加阳光了,关系更加融洽了,朋友更加亲密了,喘气更加顺溜了,腿脚更加稳当了,身体更加健康了,觉着好像年轻了。董事长宋华西只要不外出开会,每晨必到;副董事长张宝英老师说,她原来患有腰腿痛病,一面进行推拿理疗,一面坚持天天打太极,腰腿痛病逐渐消失。如今她晨练时,下蹲仆步轻松自如,其幅度之

大不亚于年轻人。曾任栖霞食品厂党委书记的刘淑珍老人84岁了,她长年打太极,风雨不误,每次晨练早到晚走。她步履轻盈、心胸开阔,越活越硬朗,越练越年轻。年逾九旬的李树芬、柳忠琴、殷参葵等老人,也都习练太极,长年坚持不懈,如今她们精神矍铄,一点看不出老态龙钟的样子。

如火如荼的太极运动,像一股强劲而温润的春风,吹拂着御花园里的老人们,成了老人们的健康依托,也是御花园里的一道靓丽的风景线。

养老需求如排山倒海般到来,养老床位,越来越贵,准备养老,越早越好。御花园老年养护中心尊老热线:7399999

御花园里话太极