



今天市区天气

多云间晴
南风短时北风3-4级
11~19℃



明天市区天气

多云转小雨
南风转北风3-4级转5-6级
9~20℃



后天市区天气

晴
北到西北风4-5级转3-4级
7~15℃

今天多云间晴 市区最高气温19℃

本报讯(YMG全媒体记者 纪殿国)今天多云间晴,南风短时北风。明天多云转阴,局部有小雨,南风转北风。后天阴有小雨转多云,北到西北风。
烟台市气象台18日发布天

气预报:
烟台市区,19日白天,多云间晴,南风短时北风3-4级,最低气温11℃,最高气温19℃。
20日,多云转小雨,南风转北风3-4级转5-6级,9~20℃。

21日,晴,北到西北风4-5级转3-4级,7~15℃。
烟台各区市,19日白天,多云间晴,南风短时北风,沿海及内陆3-4级。最低气温,沿海11℃,内陆9℃;最高气温,沿海

19℃,内陆20℃。
19日夜间到20日白天,多云转阴,局部有小雨,南风转北风,沿海及内陆3-4级,11~21℃。
20日夜间到21日白天,阴有小雨转多云,北到西北风,沿海及

内陆5-6级阵风7级转3-4级,7~18℃。
森林火险气象等级预报:24小时:一级(低风险)。48小时:二级(较低风险)。72小时:一级(低风险)。

鹿扬集团与蒙古国棒球协会签署战略合作框架协议



本报讯(YMG全媒体记者 金海善 摄影报道)10月17日下午,山东鹿扬集团与蒙古国棒球协会在内蒙古国际文化交流中心签署《战略合作与棒球发展框架协议》。双方将以此为契机,确立合作共同愿景与战略框架,合力推动棒球运动可持续发展,深化东北亚区域体育协作。
根据协议,双方合作将坚持青少年优先、长期可持续发展、诚信合规与规范治理、创新与专业竞技导向、开放协作等原则,致力于普及棒球运动,打造覆盖各年龄层的全民终身参与体育项目;通过体育参与、素质教育与健康生活方式引导青

少年成长;依托体育外交与民间人文交流,深化中蒙两国友好合作;推动体育产业创新、可持续运营与良性规范化发展。
在合作领域方面,双方拟围绕棒球项目发展、青少年发展与体育教育、市场合作开发与体育产业发展、运动科学技术创新与运动员健康保障、体育赛事联合与国际交流合作等方面开展协作。内容包括联合举办相关区域性棒球赛事、推广五人制棒球(Baseball5)、开展基层普及活动,合作开发校园棒球课程、共建青训学院和青少年发展中心、开展教练员和裁判员培训,推进品牌打造、赞助招商、体育旅游及棒球装

备服饰市场拓展,加强运动科学、运动医疗、数据分析与数字化技术应用,以及推动中蒙棒球专项赛事、国际人才交流和跨境集训参赛等。
协议还明确了双方职能分工。蒙古国棒球协会将开展蒙古国棒球运动相关发展工作;鹿扬集团作为产业战略合作方,依据自身业务能力及另行签署的专项协议,提供专业技术支撑、生产制造产能、产品创新研发、行业经验共享、项目配套支持和国际资源对接等协作。
此次签约将为中蒙棒球运动交流合作搭建新平台,助力蒙古国棒球运动普及提高和区域体育协作发展。



扫描二维码观看视频

星海艺校少先队员为“老兵”送祝福



本报讯(YMG全媒体记者 张孙小嫒 通讯员 贺婷婷 摄影报道)近日,为弘扬中华民族敬老爱老的传统美德,厚植青少年爱国拥军情怀,星海艺校的少先队员们走进烟台警备区第三、第六千休所,开展“情暖重阳·致敬老兵”重阳敬老慰问活动,为千休所的“老兵”们送上重阳佳节的诚挚祝福。

爱心人士走进芝罘区宏盛养老院



本报讯(YMG全媒体记者 张孙小嫒 摄影报道)重阳节到来之际,社会爱心人士纷纷走进芝罘区宏盛养老院看望慰问老人。活动现场,芝罘岛三里桥秧歌队的志愿者们身着特色服饰,与老人们一起挥舞红绸、载歌载舞,现场欢歌笑语,热闹非凡。

社交是老年健康“刚需”

“妈,重阳节,我陪您去看菊花展吧?”
“不去啦,人挤人,我在家挺好的。”

农历九月初九迎来重阳节,这样的对话并不少见。医学专家提醒:家中老人越来越“宅”,老友联系越来越淡,可能是老年医学中一种需警惕的健康状态——社会衰弱。帮助父母保持社会联结,是一项重要的健康任务。

“性格变了”可能是健康在报警

家住上海市的袁大妈退休前性格开朗,退休几年后不仅变得沉默寡言,还动不动就唉声叹气、夜里失眠……亲友以为她年龄增长性格有变,实际可能是健康在报警。

北京大学人民医院老年医

学科主任医师魏雅楠介绍,社会衰弱与躯体衰弱、认知衰弱并列,是影响老年健康的三大维度之一,指因社会参与度降低、社会联系减弱导致的健康问题。

当前,我国人口老龄化程

度持续加深。有研究数据显示,城市社区老人中大约每5位就有1位正在经历社会衰弱,识别它可对照三个信号:孤独感,主观上觉得“没人懂我”;社会隔离,客观上缺少接触与互动;社会脆弱性,遇到困难时能求

助的资源越来越少。

“如果说躯体衰弱让腿脚变慢、认知衰弱让记性变差,那么社会衰弱,是一个人慢慢从‘我们’退回到‘我’。”魏雅楠说,这种状态会增加认知障碍、抑郁、残疾等重要的老年健康风险。

社交是老年健康“刚需”

魏雅楠说,老年人社交不是“锦上添花”,是健康与生存的“刚需”。它和吸烟、高血压一样,是独立影响寿命的风险因素。

社会衰弱危害有多大?一项涵盖148项研究、超过30.8万

人的大数据分析显示,对老年人来说,社会关系强的人比关系薄弱者生存可能性高出50%;社会衰弱老人更易出现新发失能、抑郁、认知下降,还与“运动认知风险综合征”——步速变慢加主观

认知下降直接相关。

专家提示,老年人退休、丧偶、搬离熟悉社区、住院出院后,是社会衰弱风险明显上升时段,家人此时要多关心、多“搭把手”。专家建议,老年人可以把

“出门见人”当成和吃药一样重要的健康任务,包括每周两三次、每次半小时以上的固定外出,结伴走路、打太极、跳广场舞等,要“加强联结,主动防衰”。

据新华社

山东商务职业学院为新生开展法治教育



本报讯(YMG全媒体记者 张孙小嫒 通讯员 范传波 焦俊阳 摄影报道)日前,为深入推进校园法治建设,切实提升大学生法治素养与安全防范意识,山东商务职业学院特邀高新技术产业开发区人民法院马潇泉法官入校,为2026级新生举办法治教育专题讲座。

针对大学生社会经验少、易被诱导的特点,马法官勉励新生主动学法守法,提升自我防范能力。遭遇欺凌或诈骗时,应摒弃极端方式,学会用法律武器维护权益。