

体彩“中国红” 助力“2021暖橙行动”

省体彩中心为环卫工人捐赠1500顶帽子和1500副手套

2021
暖橙行动



雪是冬天的标志,可马路上的积雪往往给市民的出行也带来了麻烦。不过,在长春有这样一群人,他们以雪为号令,披星而出,戴月而归,为大家的出行更安全,一直在默默地奉献着。

为传递中国体育彩票公益公信理念,吉林省体彩中心联合城市晚报社、省慈善总会开展“体彩‘中国红’助力2021暖橙行动——全城捐助向环卫工人致谢”大型公益活动,让环卫工人在这个多雪的冬天工作时,能感受到来自社会各界的温暖。

这一次,吉林省体彩中心给环卫工人准备了1500顶帽子和1500副手套,让他们在工作中能够感受到来自中国体育彩票的关爱。体彩人捐赠的帽子为红色,颜色鲜艳,能够更有辨识度,保障环卫工人的工作安全。体彩人捐赠的手套为迷彩户外运动款,更耐用同时也兼顾了良好的保暖性和灵活性。

体育彩票自发行以来,始终秉承“来之于民,用之于民”的发行宗旨,弘扬传播大爱,践行公益责任。从2005年开始,以体育彩票公益金为重要组成部分的中央彩票公益金,用于补充全国社会保障基金以及广泛用于抗震救灾、农村医疗救助、城市医疗救助、教育助学、未成年人校外教育事业、残疾人事业、红十字事业、文化、扶贫、法律援助等多个社会公益事业。如今,有越来越多的百姓开始感受到,体育彩票带来的不仅仅是一种快乐的游戏感受,还有一份暖暖的爱心。

城市晚报全媒体记者 陆续 省体彩中心供图

轿车突然起火 消防部门快速扑救



近日,长春市人民大街与湖滨路交会处附近,有一辆小轿车突然起火,情况危急。长春市消防救援支队南关大队繁荣路消防救援站接到群众报警,迅速赶赴现场将火扑灭,所幸未造成人员伤亡。

消防救援人员到达现场后,发现一辆小轿车停在路边,火势正处于猛烈燃烧阶段。结合现场情况,消防救援人员在做好现场警戒的同时,使用水枪对着起火车辆进行扑救。经过5分

钟的紧张处置,火灾被扑灭。据了解,该轿车疑似自燃。

对此消防救援部门提醒广大车主朋友:冬季风干物燥,车辆在行驶前应对车辆的油路、电路、制动、转向、轮胎和发动机、变速箱等进行日常检查,不要轻易私自改装机动车,在行车途中闻到烧焦气味,要立即下车检查,车内尽量配备必需的灭火器具,确保行车安全。

城市晚报全媒体记者 吕闯 消防供图

白城一女子包内5300元钱丢失 没想到是一起喝酒的朋友干的

近日,白城市公安局洮北分局海明派出所接到辖区居民张女士报警称,一大早发现自己的皮包内少了现金5300元。

据张女士回忆,当天晚上自己约几个朋友在一起吃饭喝酒,后来又一同来到市区某酒吧继续消费,当时大家玩得很尽兴,也没在意包内钱物。直至深夜,送走朋友后,张女士就近找了一家宾馆入住休息,早上打开包才发现现金丢失。

接警后,海明派出所办案民警逐一调取张女士和朋友所到过各场所的监控录像,意外发现与张女士同桌的男性

朋友王某(化名)在酒吧唱歌时动作诡异,形迹可疑。办案人员通过大量摸排,当天下午在王某家中将其抓获。

经突审,嫌疑人王某终于承认了自己趁他人不备盗取包内钱物的犯罪事实。据悉,王某与张女士并不太熟悉,当天是通过朋友介绍才一同前去。在酒吧消费时,他看见张女士出手大方,不停地从包里取现金,才临时起意,没想到还没来得及逃跑就被民警抓了个正着。

目前,嫌疑人王某已被刑事拘留,案件还在进一步侦办中。

城市晚报全媒体记者 吕闯

/ 参与方式 /

(一)捐款
1.账户捐款
账户信息:吉林省慈善总会
账号:2205 0145
0100 0933 3333
开户行:
中国建设银行长春西安大路支行
附注:
暖橙行动(打款时备注一定要写)
暖橙热线:18088681882
(微信同步)
2.二维码扫码捐赠(注:机构捐赠时,“捐赠人”处需填写与开发票一致的机构名称)

3.在城市晚报官方微信公众账号“掌上吉林”上为“暖橙行动”捐赠。

(注:机构捐赠时,“捐赠人”处需填写与开发票一致的机构名称)

可根据实际情况认领捐赠暖心包数量。每捐赠60元即可认领一个暖心包,包含:环卫专用冬季保暖手套1副、冬季保暖帽子1顶、保暖棉袜3双、保暖贴1包(10片)。



机构不论以任何形式捐赠,打款到账后,省慈善总会都将开具捐赠发票,该发票可以抵税。

(二)捐物

可自行采购暖心物资,在捐赠当天运送至捐赠地点。请保留好采购发票,提供给省慈善总会换成捐赠发票。

(三)成为爱心驿站,为环卫工人提供歇脚处

机构给环卫工人提供温暖歇脚处,让他们进来暖暖身子,或者可以提供热水、食物加热、卫生间、休息处。我们将把这些温暖歇脚处绘制成“暖橙行动”长春地图,发放给环卫工人,给他们以帮助,解不时之需。



降雪持续 低温预警! 为何寒潮如此频繁?

受冷空气影响,今冬第四场寒潮来袭,东北成为降温、降雪的中心,11月29日和30日,我省出现明显降雪过程。

回顾:东部地区出现大到暴雪

11月29日5时-30日5时我省东部地区出现大到暴雪,中部出现小雪,全省降水量平均为2mm,前十位为:白山7.6,靖宇7.4,通化7.2,通化县6.8,江源6.1,柳河6.0,集安5.4,东岗4.9,抚松4.5,临江4.3。

随着11月30日低涡东移,加上有明显水汽输送进来,11月30日我省继续出现明显降雪过程,特别是东部地区降雪最鼎盛,有大到暴雪,新增积雪也主要在东部。

未来:白山今日最低气温-20℃

12月1日白天全省多云转晴,长白山保护区部分地方有小阵雪,

12月1日夜间到2日白天,全省晴转多云,吉林东部、白山、延边西部、长白山保护区有小雪。

12月2日夜间到3日白天,全省多云有时晴,吉林东部、延边西部、长白山保护区部分地方有小阵雪。

雪后气温将继续下降,12月1日全省最低气温出现在白山,将达到-20℃,省气象台11月30日8时50分持续发布寒潮蓝色预警信号,提醒公众外出做好防寒保暖措施。

12月1日白天,全省大部分地区最高气温为-8~-5℃。长春市12月1日白天最高气温-6℃。

释疑:为何寒潮如此频繁?

11月以来我省已经遭遇两次大范围强降雪,这次过程将是11月第三次大范围强降雪过程,据中国天气网气象分析师张娟介绍,寒潮频

繁袭来和已经形成的拉尼娜事件有一定关系,通常在拉尼娜事件影响下的冬天,影响我国的冷空气势力会偏强,同时在气候变暖的大背景下,气温较常年同期偏高明显,冷空气一来,又出现明显的降温,气温大起大落幅度大容易达到寒潮标准,人们会感觉寒潮频繁。

提醒:寒潮下减少户外活动

- 1.政府及相关部门按照职责做好防雪灾和防冻害的应急工作;
- 2.交通、铁路、电力、通信等部门应当加强道路、铁路、线路巡查维护,做好道路清扫和积雪融化工作;
- 3.减少不必要的户外活动;
- 4.加固棚架等易被雪压的临时搭建物,将户外牲畜赶入棚圈喂养;
- 5.交通、公安等部门要按照职责做好道路结冰应对准备工作。

城市晚报全媒体记者 王跃

HERBALIFE
NUTRITION

康宝莱聊健康

超简单! 学会这四招 帮你迈出运动健身第一步

一项健康习惯的养成需要长期不断的坚持才能实现,康宝莱全球运动表现和健身副总裁萨曼莎·克莱顿的几点建议,可供大家在日常锻炼时去参考。

1、将运动计划融入你的日常时间表

刚开始制定运动计划总觉得自己没时间去锻炼?萨曼莎建议可以尝试将运动计划融入日常生活。每天抽出30分钟时间去锻炼并坚持下去,不仅可以养成良好的运动习惯,还有助于避免久坐带来的消极影响。

2、设置运动提醒

萨曼莎建议,以每一个小时为最小单元,可以平均分段设置1-3个提醒,每次运动1-3分钟。不论你是做一分钟的仰卧起坐,60次蹲起还是20次伏地挺身,都可以让你的身体动起来,久而久之会让你的身体愈发强壮,还能帮助你在一整天里都保持旺盛的精力,让工作更有效率。

3、一些简单易行的动作

No.1 开合跳

动作:肩部力量抬起双臂,背部力量下压双臂,用手臂带动身体进行跳跃,双脚随之分开合并,重复动作。

要点:手臂要举过头顶,腿部分得越开越好。

No.2 分腿深蹲

动作:弓步下蹲至前侧膝盖盖90度,手臂置于身体两侧,双臂与臀部发力进行起跳,跳至身体回归站立状态,换另一侧腿进行弓步下蹲,再起跳回归站立姿势,重复动作。

要点:抬起胸部,保持背部挺直。

No.3 跨步跳跃

动作:下蹲至前侧膝盖呈90度,双臂用力完成起跳,在空中迅速换腿,落地时前侧膝盖呈90度,双腿连续交替进行跳跃。

要点:上半身保持与地面垂直,下蹲时后侧膝盖不要着地。

4、均衡饮食

除了运动之外,萨曼莎也建议大家保持健康的饮食习惯,多吃水果、蔬菜适当补充蛋白质。