



12月21日,汶上县中都街道崇德社区联合汶上县农商银行、汶上县摄影家协会共同开展了“饺香迎冬至 邻里情更浓”包饺子主题活动。现场欢声笑语,其乐融融,邻里情谊在活动中进一步加深。
(济宁晚报全媒体记者 董绍进 通讯员 何丽娜)

河道总督署遗址公园 入选第三批省级考古遗址公园

济宁晚报全媒体记者 王艳茹

近日,省文化和旅游厅公布第三批省级考古遗址公园名单,我市任城区河道总督署遗址公园成功入选。截至目前,我市共有国家级考古遗址公园2家(曲阜鲁国故城国家考古遗址公园、大运河南旺枢纽国家考古遗址公园),省级考古遗址公园3家(金乡县鱼山垌堆省级考古遗址公园、嘉祥县武氏墓群省级考古遗址公园、任城区河道总督署省级考古遗址公园)。

河道总督署遗址位于济宁市任城区古槐街道,2013年被列为第七批全国重点文物保护单位。河道总督署始建于明永乐年间,清末被裁

撤,河道总督署曾是大运河最高行政管理机构。河道总督署省级考古遗址公园由展示馆、文化广场和遗址保护展示区三部分组成,全面展现了元明清三代国家河道管理最高机构的历史。遗址保护展示区将考古揭露的大门、院内中轴道路、甬路、过厅、大堂等重要遗迹进行了模拟展示。

作为集保护、展示、研究、休闲、旅游于一体的遗址类公园,河道总督署省级考古遗址公园不仅再现了元明清三代河道管理的历史、运河的变迁,更成为市民、游客休闲和沉浸式感受运河文化的重要窗口。

“体育外卖”悄然走红 让运动触手可及

只需在手机上轻轻一点,送来的不是餐食,而是一位携带运动器材的专业教练。这种被称为“体育外卖”的上门体育培训服务,正在中国部分城市悄然走红。

周六上午9点,在云南省昆明市五华区一小区楼下的空旷地带,王先生10岁的儿子正在足球教练指导下练习传球等动作。“孩子本身喜欢足球,以后想往特长生方面发展,今年初我就给他点了这个‘体育外卖’,总体效果还不错。”

同样给孩子选择“体育外卖”服务的还有上海市普陀区的张萍女士。她儿子今年上小学五年级,因体育成绩不太理想,就在朋友推荐下接触了这项体育领域的新服务。“教练上门,一个小时200多元,但给我们省去了来回跑体育馆的时间,个人觉得比较划算。”

这种省时省心的灵活授课模式,成为“体育外卖”吸引消费者的核心优势。事实上,“体育外卖”新模式能快速打开市场,离不开需求端的推动。

近年来,随着国民健康意识的提升,不少家长都把加强体育锻炼当成孩子在学习之余的另一个重要事项,中小学生家庭成为“体育外卖”市场的重要群体。

南京理工大学动商研究院院长王宗平介绍,成熟的“上门经济”商业模式为体育培训的“外卖化”提供了可复制的路径。在数字平台的整合下,体育服务得以像外卖一样实现线上下单、服务到家,一定程度上重构了教育资源的空间布局。

一些双职工家庭表示,在寒暑假期间,上门教练解决了老人没法带孩子运动的难题,灵活的单次付费也避免了预付费课程包可能带来的风险,因此他们很看好这项新模式。

家门口体育场地的持续改善,也为“体育外卖”的兴起提供了重要支撑。近年来,我国各地的

社区健身房、口袋公园等设施持续增加,公共体育场馆开放程度提高,为上门教练提供了便利的教学场地。

长期从事上门服务的昆明拳击教练孙奕周说,外卖的形式意味着体育培训服务不需要实体店,可以有效降低从业者经济成本。

当前,这种将体育培训与“上门经济”深度融合的新业态,正从北京、上海等一线城市逐步延伸至部分二三线城市,为全民健身提供一种新选择。相关数据显示,2024年中国青少年体能培训市场规模同比激增127%,其中上门服务占比超过四成。

“体育外卖”不仅便利了有体育锻炼需求的家庭,还盘活了当地体育专业人才资源,为体育院校学生、退役运动员等提供了灵活的就业渠道。

刘子恒是云南师范大学体育专业学生,去年下半年他利用课余时间“在体育外卖”上接单,带小学和初中阶段的孩子练习篮球。刚开始他带的学生仅有3人,半年不到就增加到10人。有时接单最远的两个小区相隔30多公里,上午出门晚上才能赶回宿舍。“我身边很多同学都在兼职上门教练,既可以补贴生活费,也能积累宝贵的教学经验。”

如今,“体育外卖”的应用场景持续增加,改善肥胖、体能差、视力弱等问题,以及体态矫正等个性化健康需求,也成为不少消费者下单的重要动力。业内人士指出,体育外卖市场远不止于青少年,未来术后康复、老年人康养等都是潜力较大的重点领域。

尽管前景广阔,但作为新兴业态,“体育外卖”在快速发展过程中也暴露出一些问题和风险。王宗平说,相关部门需对这一新模式加强引导监管,让便利与专业并存,实现健康效益与行业可持续发展的共赢。
(来源:新华社)

云端带岗促就业 鲁渝携手助振兴

近日,“鲁渝协作·职聘有约”——2025年鲁渝联合直播带岗乡村振兴专场招聘会在济南圆满落幕。本次活动以“精准对接、赋能就业、助力乡村振兴”为核心宗旨,成功搭建起鲁渝两地求职者与优质企业高效互通的桥梁,成为深化东西部劳务协作的生动实践。

为切实提升本次活动实效,精准匹配企业用工需求与劳动者就业诉求,济宁市就业人才中心紧扣全市“一个万亿 五个倍增”经济发展目标,主动靠前服务,深入对接本地重点产业链标杆企业,全面宣讲用工优惠政策,细致挖掘劳务协作意向岗位。经过层层筛选与精准对接,最终确定山东时代新能源科技有限公司、山东乐和家新材料科技有限公司两家行业龙头企业参会,以优质岗位资源助力鲁渝劳务协作走深走实。

本次活动创新采用“云端带岗+人企探岗+专家指导”三位一体模式,全方位满足求职者需求。活动期间,济宁市就业人才中心工作人员通过生动宣讲,详细解读了两家企业的核心业务、岗位信息、薪资待遇和晋升通道等内容,重点发布新能源、新材料等领域优质岗位信息2000余个。

(济宁晚报全媒体记者 万德龙)

济宁市技师学院 第二课堂成果展演圆满落幕



近日,“青春逐光 技展锋芒”济宁市技师学院第二十一届校园文化艺术节闭幕式暨第二课堂成果展演在学院学术报告厅上演。青年师生用青春的方式,将第二课堂育人成果绽放成舞台上的点点星光,共同奏响属于技师青年的华彩乐章。

(通讯员 胡国正 郑文硕 张广华)

冬至养生重在“护阳、防寒”

昨日迎来了冬季的第四个节气“冬至”。中医专家介绍,这一时节寒冷加重,阴寒之气最盛,但阳气开始萌动,因而冬至也是调养身心、蓄养正气的重要契机,养生防病重在“护阳、防寒”。

首都医科大学附属北京中医医院血管外科副主任医师王雷永说,冬至时节气温持续偏低,而寒邪最易损伤人体阳气,保暖不当或过度劳累易导致畏寒怕冷、四肢不温、乏力倦怠等不适,还可能诱发心脑血管事件或呼吸系统疾病。

“顺应天时,冬至养生重在‘藏’,通过保存精气、减少无谓消耗,为来年阳气生发积蓄能量。”王雷永说,此时饮食应“温补而不燥、滋养而不腻”,可适量选择羊肉、牛肉、鸡肉、核桃等温补食材以补益气血、温养脾胃;尽量避免食用生冷寒凉、过度油腻的食物,防止损伤脾胃运化功能。

同时,这一时期宜适当“早卧晚起”,保证充足睡眠,以利阳气潜藏;做好头颈、腰腹及足部保暖,减少寒邪从薄弱部位侵袭机体;可选择节奏缓慢、动作柔和的运动方式,如太极拳、八段锦、中医导引术等,以活动筋骨、促进气血运行。针对寒证和阳虚表现,可用艾灸、热水泡脚、经络拍打等方法来调养。
(来源:新华社)