



皇马加冕欧洲“王中王”

星报综合消息 北京时间8月10日,第41届欧洲超级杯在挪威特隆赫姆展开较量,欧冠冠军皇马加时3:2击败欧联杯得主塞维利亚,第3次获得欧洲超级杯,追平利物浦,并列夺冠排行榜第三位,仅落后于同样5次捧杯的AC米兰和巴塞罗那。

皇马包括BBC在内的6名欧冠决赛首发未能先发,回归的莫拉塔与卢卡斯-巴斯克斯、阿森西奥组成进攻线。

齐达内成为了自安切洛蒂、西蒙尼、瓜迪奥拉、路易斯·恩里克之后,第五位先后以球员和教练身份获得欧洲超级杯冠军的主帅。2002年齐达内帮助皇马获得欧冠冠军,随后银河战舰3-1击败费耶诺德获得欧超杯冠军。

此外,算上11座欧冠冠军、2次欧洲超级杯冠军,4次洲际杯(国际杯、丰田杯、世俱杯)在内,皇马已经20次获得国际赛事冠军,这一纪录创下了欧洲俱乐部的最高纪录。

安徽健身瑜伽爱好者有了“家”

星报讯(记者 江锐) 8月9日下午,安徽省健身瑜伽协会在池州正式成立。今后,安徽省健身瑜伽的推广、普及和研究有了专门的机构,广大健身瑜伽爱好者与体育行政部门也有了联系沟通的桥梁。

瑜伽缘自印度,有数千年历史,但传到中国以后,由于受中国传统文化与养生保健理念的影响,种类繁多,门类杂乱,管理体系上也是群龙无首。为使瑜伽更适合中国的文化传统、民族风习,国家体育总局社体中心与全国推广委员会正式推出的“健身瑜伽”,让瑜伽中国化、本土化,成为全民健身的重要组成部分。

去年,国家体育总局社体中心与全国瑜伽推广

委员会在池州九华山的“健身瑜伽营地”,召开了“全国瑜伽工作会议”,正式发布了《健身瑜伽体位标准(108式)》、《健身瑜伽裁判法与竞赛规则》、《健身瑜伽管理办法》等规范性文件,从而使中国瑜伽走上规范、健康发展的新轨道。

据统计,安徽省目前瑜伽练习者众多,共有各类瑜伽馆600多家,除少部分在各地工商部门注册外,多数无注册记录,缺乏有效管理。

安徽省健身瑜伽协会成立后,将争取把健身瑜伽列为工商登记后置审批的项目,使愿意从事健身瑜伽经营又符合条件的健身瑜伽会所(馆)顺利办理工商登记营业执照,再经过协会的后置审批取得健身瑜伽的经营许可。

凌桂明将来肥讲“艺术人生”

星报讯(记者 吴笑文) 8月20日下午,由合肥市委宣传部、市文联主办的“大湖之约——艺术名家大讲堂”,将在合肥大剧院迎来芭蕾舞剧《白毛女》中的大春扮演者凌桂明,主讲自己的艺术人生。

凌桂明是我国著名舞蹈家、芭蕾舞教育家、国家一级演员,先后在舞剧《天鹅湖》、《吉赛尔》和中国芭蕾舞剧《白毛女》、《红色娘子军》等担任主要演员,尤其是《白毛女》自1964年首演至今,已演出1500多场。

本次讲座是公益文化惠民活动,市民可凭有效身份证件到合肥大剧院售票厅、安徽图书城等处免费领取两张入场券。

《清明》读书会周日举行

星报讯(记者 张亚琴) 第四期“安徽图书城·《清明》读书会”将于周日(8月14日)上午在安徽图书城四楼展演厅举行。

本期读书会可谓门类齐全,中短篇小说、散文随笔、诗歌等均有佳作呈现。中国文艺评论家协会理事、省文艺理论研究室主任史培刚,省作家协会副主席、著名诗人、诗歌理论家沈天鸿,青年评论家赵蓉等将出席本期沙龙。他们将各自的角度,解读本期《清明》的特色,点评作品。作者视频和著名播音员、全国“金话筒奖”获奖者闻昱的加入,无疑将为本次活动增添活力和色彩。

《湄公河行动》定档9月底

星报讯(记者 吴笑文) 取材震惊世界的“10.5湄公河跨国大案”,由林超贤执导,张涵予、彭于晏等实力派演员联袂主演的警匪动作巨制《湄公河行动》,定档9月30日登陆院线与观众见面。近日,片方公开了两款角色海报,张涵予和彭于晏意外打破之前公开的“警察”身份,以令人意外的造型亮相,似乎暗示着复杂的案件背后另有隐情。

张涵予曾经透露自己为了塑造这个角色接受了各种打戏的训练,更被导演林超贤“强制”练成了“动作演员”,而每场打戏都一度让他吃不消:“有时候要背着各种重武器打,有时候要穿着西装打,天气又非常热,当时就觉得这个导演太魔鬼了。”

中国老年保健协会糖尿病专业委员会、中国老龄事业发展基金会联合启动糖尿病爱心互助公益活动 糖友也“追星”，跟最美老太太学巧控糖

合肥糖友马上拨0551-64229010 报名免费领取398元讲座门票、免费领498元品牌血糖仪1台及全年试纸150条,名额有限,欲报从速!



孙树侠

■今日关注

糖尿病人,能像正常人一样自由吃喝吗?为响应2015年联合国糖尿病日提出的“健康生活与糖尿病”号召,8月15日,本报将特邀中国保健协会食物营养与安全专业委员会会长孙树侠莅临合肥,现场向糖友讲授如何通过食疗巧控糖,吃饱吃好,血糖还不高的秘诀。

即日起,合肥市糖友电话报名,即可参加本次公益巡讲活动,免费领取孙老讲座门票,报名成功者,还有机会获得组委会提供的198元血糖仪一台和全年血糖试纸150条等千元健康礼包。

机会难得!
她能帮助你改变一生命运
打破糖尿病饮食禁忌,
走出不敢吃的“雷区”

“标志性的银发,爽朗亲和的笑容,她被称为中国最美老太太。她怀揣公众营养教育的理念,走遍了全国几乎所有地区。1400多场营养教育活动,培养营养师17万人。”作为第八届健康中国论坛(2015年),评选出的影响中国百姓健康的“十大人物”之一,可以说是我国最为有影响力的营养专家。

“糖尿病不是红斑狼疮病,没有想象那么难治”。曾经身患顽疾的她,通过营养治疗,彻底停服了激素药物。她指出,不敢吃不敢喝,会让本就身体虚弱的糖尿病雪上加霜,一个人如果连饭都吃不饱,又怎能有一个强健的体制对抗疾病。糖尿病其实完全能享受美食,也能像健康人一样自由饮食。她摸索出的餐前一碗汤等营养良方,解决了万千糖尿病患者不敢吃的饮食禁忌,让大胆饮食不再是糖尿病治疗中的“雷区”。

如果你正在被饮食所困扰,如果你的血糖长期居高不下或反复波动,如果你药越吃越多,因为高血糖,陆续出现瘙痒、失眠、手足麻凉、冠心病、脑中风等并发症,赶快报名参加吧,或许一场讲座,将改变你一生的命运!

抓紧报名! 糖友不用花一分钱
免费见名专家,免费领取498元
血糖仪及全年试纸150条

孙树侠教授指出,每年联糖日都将有最新糖尿病防治举措出台,本界提出的七天快速稳血糖方案,系首次发布,无疑将会给广大糖友带来新的康复福音!

合肥市糖尿病患者请于今日8:30至8月14日17:30之间,快速拨打0551-64229010报名,除免费领取价值398元孙树侠“食疗巧降糖”讲座门票,还可享受以下系列援助:

- 1、免费赠498元品牌血糖仪一台及全年血糖试纸150条(三甲医院制定使用血糖仪)。
- 2、免费提供268元胰岛功能检测一次。
- 3、免费提供280元多普勒彩超颈动脉斑块检测一次。
- 4、免费提供价值1088元“4D核磁”体检一次,并制定个性化方案。
- 5、申请加入本协会会员,可享受终身饮食、运动、用药等专家指导。

特别提醒:本次活动由中国老年保健协会糖尿病专业委员会举办,所有项目不向患者收取任何费用,请广大糖友相互告知!名额有限,欲报从速。

主办单位:中国老年保健协会糖尿病专业委员会、中国老龄事业发展基金会。

领票地址:1.金寨路与望江西路交口,望江西路向西50米路北(望江宾馆南面西10米)厚德仁店;2.阜南路与阜阳路交口,阜阳路往北100米路西(五环大厦一楼)厚德峰胶店。

- 世界卫生组织健康教育促进研究中心顾问
- 联合国绿色工业组织专家委员会委员
- 卫生部健康教育指导首席专家
- 中国保健协会食物营养与安全专业委员会会长