

# 现代快报

讲真话 办实事 树正气

2017.2.8

星期三 今日2叠共24版

农历丁酉年正月十二  
第6292期 总第7258期  
24小时读者热线 96060

**ZAKER南京**  
最懂南京 最懂你



## 推广工间操 南京能否动起来

省人大代表阚延静关于推广工间操的建议  
得到南京市长缪瑞林支持

封3~6

### “保健专家说

每天坚持做工间操，可以减少办公室职业病，能缓解肩周炎、手腕关节痛、视力疲劳等，还能调节身心。

### “骨科专家说

不要小看工间操，看似简单的动作，把身体各部位都活动到了。而且不受场地限制，非常适合久坐办公室的人。

打造民生工程，宿迁从细节做起

封14

鸡年体彩开市喜迎开门红

封8

目前国内不少城市都在推广工间操 CFP供图