

# 读者专属自驾游 古城邯郸巨惠行

## 出行巨惠套装:每个人油补60元+150元心动大礼包



京娘湖

一年一度的清明节到了,读者朋友们,4月5日一起开车去游玩吧。燕赵古都邯郸正敞开怀抱,笑迎宾客的到来!

燕赵古都邯郸,有以下几个景点可供读者朋友们游玩:

**广府古城** 被誉为“北国小江南”,是我国北方唯一的旱地水城,它呈现出“芦苇茂盛,鱼虾共生,碧水风荷,雁戏鸟鸣”的南国水乡之景。

**弘济桥** 位于永年县广府古城城东2.5公里的东桥村,距邯郸20公里,所处的滏阳河段为南北流向,故为东西横跨桥,东桥村因在桥东而得名。

**黄梁梦吕仙祠** 始建于宋,后经历代修复,现存为明清建筑风格的建筑群,属省重点文物保护单位,是一处名扬海内外的名胜古迹。

**京娘湖** 因宋太祖赵匡胤千里送京娘的故事发生在这一带,故得此名。这里山水环绕,群峰竞秀,层峦叠嶂,川谷深幽,赤壁丹崖,色彩斑斓,林木茂盛,波光粼粼,风景秀美,造化神奇,现已凭

借其山川水色成为旅游风景区和避暑胜地。

电话:63232365、18937998799

地址:洛阳日报报业集团定鼎路办公区4号楼103室 新闻旅行社

**发车时间:**4月5日早7:00在瀋河高速口准时出发,请提前报名!

**费用:**380/人(参加活动车辆每人补60元油费,另每人赠送价值150元大礼包。大礼包包含:50元的新乡辉县秋沟景区门票一张、雨伞、水杯、摄影卡等礼品。)

**费用包含:**独卫独浴双人标准间,一早三正餐,景区门票、船票,全程优秀领队服务,旅游意外保险。  
**代售山西王莽岭、新乡秋沟优惠门票**

读者体检医院专家提醒你:

## 春季谨防桃花癣

春季,一些儿童和年轻人面部常常会出现一片片红斑,有时奇痒难忍。春季预防桃花癣成为人们关心的话题。洛阳日报报业集团健康健身俱乐部将联合读者体检医院洛阳市第三人民医院为广大读者举办各类健康知识讲座,本次讲座由市第三人民医院皮肤科主任孙晓峰大夫为大家讲解如何防治桃花癣。

孙晓峰介绍说,桃花癣是单纯糠疹、过敏性皮炎、脂溢性皮炎及春季性皮炎等皮肤病的总称,与医学上所说的癣(一种皮肤浅部真菌病)是两码事。表现症状为出现一片片发白或淡红色色斑,表面有细小鳞屑附着,有时出现瘙痒症状,通常见于面部,但在颈部、肩及上臂也可出现,受到紫外线的照射,可有一系列炎症反应,如皮肤痒、发红、脱屑等。桃花癣多发于儿童,偶见成人发病,且多在春秋季节发病。

就如何防治桃花癣,孙大夫建议:一、注意脸部皮肤的保护。避免风吹日晒,不用质量不好或存放时间过长的护肤品;不用碱性大的肥皂洗脸;外出回家后要立即洗脸。二、尽量消除可能性病因。如有肠道寄生虫,就应驱虫;如有内分泌紊乱、消化不良等疾病,要及时治疗。三、生活要有规律。按时休息,保证睡眠,少沾烟酒,多食新鲜蔬菜、水果。对于患桃花癣的人来说,不要通过热水烫或蒸面等方法来解痒,更不能乱用癣药。症状轻者可用些保湿性的护肤品或药品,反复发作者在医生指导下用药。



## 锻炼身体 放飞梦想 市总工会百万职工健身行精彩乐不停

3月31日上午,市总工会百万职工健身行在南华新村社区如火如荼地进行。女选手郭丹丹以一分钟内转动160圈呼啦圈的好成绩夺得本周呼啦圈快乐转组别的冠军,赢得现场观众的一片喝彩。

活动现场,社区职工积极报名。“今天是周末,一大早看到社区有活动,全家都过来了,重在参与嘛!”同时报名踢毽球和呼啦圈快乐转的选手邓拂晓正在场边进行着准备活动。

本场比赛共设跳绳、踢毽球、篮球投篮、呼啦圈快乐转4个组别,近百名社区职工参加了比赛。参赛选手争分夺秒、各显其能,场外观众激情饱满、助威呐喊。比赛现场人声鼎沸,气氛火爆。



经过一个小时的激烈角逐,每个项目分别决出冠、亚、季军各一名。

据了解,百万职工健身行活动由洛阳市总工会主办,洛阳市工人文化宫、洛阳日报报业集团读者俱乐部承办,每周日将走进一个社区组织广大职工开展形式多样的体育活动,目前共设跳

绳、踢毽球、篮球投篮、呼啦圈快乐转4个组别,今后还将举办健美操、骑马舞、武术、羽毛球、乒乓球、象棋、围棋等多项比赛活动,职工可自由参加。活动共分周赛、月赛、决赛三个阶段,周赛将对各组别前三名的选手分别给予奖励,月赛将从周赛获奖选手中选拔出各组别前三名的选手参加决赛,最终决赛将决出各组别前三名获奖选手。

本周六(4月6日)上午,市总工会百万职工健身行活动将走进兴隆花园社区,如果你想放松心情,如果你想挑战纪录,快到现场报名吧!

咨询电话:63232410 (李冰)

市总工会美丽洛阳系列活动之二

## 2013小记者四、五、六年级大型联测考试启动

小记者俱乐部联合睿源教育推出“领”掀“2013小记者四、五、六年级大型联测考试”活动,本次考试将针对语文、数学、英语三科进行全面检测,对孩子的学习情况进行综合分析,科学有效规划新学期,为小升初作好准备。

参加对象:小学四、五、六年级学

生。报名截止时间:4月4日(报名后需领取准考证),考试时间:4月6日下午4点至6点。名额有限,请从速报名!

报名热线:64930358、63939039

## 刷招行卡 享免费美食

每周三,持招行卡到加盟商家消费,可免费享受美食一道。同时,诚邀更多餐饮企业加入。加盟热线:63232732

王府九号公馆

菜品:马寺钟声、王祥卧冰  
电话:63113999  
地址:政和路

洛阳东山宾馆

菜品:砂锅腊味小木耳  
电话:64686333  
地址:洛阳龙门东山

莲花岛文化食府

菜品:乾坤福袋  
电话:62131666  
地址:高新区滨河路与芙蓉路交叉口

潘加园火锅城

菜品:精品羊肉  
电话:64837211  
63928322  
地址:太原路、唐宫路

八百碗豫香楼

菜品:至尊美味虾球  
电话:65505275  
地址:新区丹尼斯斜对面

巴蜀家宴

菜品:麻辣羊蹄  
电话:18037928697  
地址:老城区黄梅路大张南侧50米

新友谊大酒店

菜品:上汤煨春笋  
电话:64686556  
地址:牡丹广场

上海风情酒楼

菜品:红烧狮子头  
电话:65555559  
地址:珠江路

蟹王海鲜小厨

菜品:炭烤生蚝  
电话:13803793673  
地址:老城区正义街

德庄火锅(旗舰店)

菜品:芙蓉肉卷  
电话:64158899  
地址:涧西区银川路

常记陕西哨子面

菜品:酸辣爽口哨子面  
电话:18736289210  
地址:关林零号路82号、七一北路13号

清真不二家滋补火锅

菜品:老母鸡扛枪(母鸡炖牛鞭)  
电话:18737969010  
地址:北大街唐宫路口

巴贝拉西餐厅

菜品:千岛黄金虾  
电话:62312888  
地址:新都汇