森林低价转让

因急还银行贷款，低于法院拍卖价一半转让，伊春市嘉荫两个林场2500亩林子，可分开转让60年。电话：18515103263 17710296038

难忘和奶奶在一起的日子

康丽艳

今天有亲戚从乡下来，带来了家里菜园新鲜的黄瓜、茄子、豆角等蔬菜。看着这些水灵灵、绿油油的纯绿色蔬菜，让我情不自禁地想起了美丽、要强、勤劳、聪慧、善良的奶奶。奶奶是最疼爱我的亲人、更是我生命中最难忘、最感激的亲人。

干净要强的奶奶 每天都帮家人做家务

奶奶长得很好看，尤其眼睛很大，60多岁时看上去眼睛还那么明亮有神。从我记事起奶奶就是把长长的头发盘在脑后，圆圆的发髻用黑色的纱网映衬得更加好看。直到70多岁时，胳膊抬不到那么高，梳头费力时，才把长头发剪成短发，但依然别上几个头夹子，这样没有一丝零乱的头发散下来。她的个儿不高，走起路来很快。奶奶的穿着一直都干净利索，而且大部分衣服都是自己亲手做的，立领、偏襟带蒜头扣的衣服，大绒面黑色的鞋口总是露出白色的袜边。

奶奶是一个要强的人。虽然年龄大了，但是她一直不服老。她每天都帮家人做一些家务。农忙时，家里最缺人手，奶奶每天便照顾更小的弟弟们，还要做一家人的饭。有时间还要给鸡、鸭、鹅刹出一天的食物。奶奶是小脚儿，一天下来，脚是很累的。每当半夜，我睡一觉醒来时，常常看见她坐在炕上揉脚，我想她一定是脚疼得厉害，但第二天她依然继续做她能做的一切。

逝者生平：

刘雅珍，1921年出生于哈尔滨市呼兰区白奎镇望山村，2001年7月1日去世，享年80岁。

心灵手巧的奶奶 绣的花样让人羡慕

奶奶的针线活非常好，她看不好别人的活。自己的棉衣、棉鞋都要亲手做，而且还要给儿孙们做。那时她已60多岁了，有时眼花得穿不上线，她就会让我们小孩儿给她穿好线，她再继续做活。她还会用不同的布料盘许多种好看的扣子，尤其那种大绒的布料盘出的蒜头扣子很别致，所以邻居们都会来和她学习，但是有的人教几遍都不会。奶奶依然会耐心的教，直到教会为止。

奶奶也会裁剪一些简单的衣物，我小时的衣服都是奶奶亲手裁剪的，而且能用手针做好的，她就会一针针的缝。奶奶还会用手针绣一些漂亮的蝴蝶图案，记得我的衣服上、鞋上都有奶奶亲手绣的花样。我穿出去的时候，邻居们看见了都很羡慕。

善良的奶奶 同学邻居都记得她的好

奶奶是一个善良的人。我的同学现在还常常和我提起，记得小时候，同学们常常来我家玩，赶上饭口奶奶就会留他们在我家吃饭。小的时候没有太多的零食，冬天的冻豆包就是我们常吃的零食。每次奶奶给我拿豆包的时候，都会给我的同学们各拿一份。冬天家里会炒一些玉米花，只要小伙伴们赶上了，奶奶就会给他们每人揣两兜。记得有个邻居，家里常常吵架，有时候半夜就打了起来，受了委屈的阿姨就会哭哭啼啼的来敲门。每次奶奶总是把那个阿姨让进门来，还让她在家里住下，等第二天她的家人不生气了，再把她送回去，还要劝说她的家人。后来那个阿姨就很少再吵架了，直到今天那个阿姨都感激奶奶当年的好。

奶奶就是这样一个和蔼的人，她和邻居从不斤斤计较，总替别人着想，所以邻居都很尊敬奶奶。奶奶的明事理是认识奶奶的人常常挂在嘴边的，奶奶的好口碑一直在亲戚、邻居中传颂。所以我为有这样慈祥的奶奶而骄傲。

心疼我的奶奶 我怎么淘气她都不生气

记得小时候我特粘奶奶，每天放学后，我一进家门，如果看不见奶奶就会东找西找，直到在菜园找到摘菜的奶奶才会放心。那时没有太多玩耍的地方，一有时间就和奶奶去自家的土豆地，是一件开心的事。土豆秧开花的时候很好看，有紫色的、红色的、白色的，仿佛一只只蝴蝶在空中跳舞。当土豆成熟的时候，我就和奶奶一起去地里挖土豆。那时的土豆秧都已枯萎了，拔下一棵秧，就会看见秧下有那么多胖胖的像鹅蛋大的土豆。而最好看的是那些肥肥嫩嫩的豆角，在大地的最里面有一小片玉米杆上爬满了豆角秧。豆角秧紧紧地纠缠在玉米的杆上，长出来的豆角高高在上，我总是摘不到。于是自认为聪明的我就会向上一跳，这样豆角和多余的豆角秧都会被拽下来了。奶奶看见了就会说这孩子，真是的，还有没长大的豆角和秧子都被你拽下来了。我不想听奶奶继续唠叨，就会跑到挨着的向日葵地，像圆盘似的向日葵花每天面向太阳，跟随太阳的脚步在成长，金黄色的花看上去像火苗一样在燃烧。禁不住诱惑的我还是会向上一跳，又拽下一个葵花头，可怜没成熟的一个葵花盘又被我给弄夭折了。当然难免又被奶奶责备一番，但是最终也没什么大事儿，因为我知道奶奶并不会真的生我的气。记得那时只要我去土豆地，就很少没有幸免遇难的植物了。所以最后我又会跑到角瓜秧前，看见绒嘟嘟的黄色的、喇叭样的角瓜花，我就会偷偷地摘下两朵，放在衣兜里，准备回家后放在罐头瓶里养几天……

唉，小时候的自己其实是很懂事的，只是和奶奶在一起的日子我就会放肆些。因为我知道无论我做什么奶奶都不会真的责备我，因为我知道奶奶是真心疼我、爱我。

亲爱的奶奶 永远是我生命中最难忘的人

我和奶奶在一起的日子真的很难忘。从我上高中住校到后来上大学，和奶奶在一起的日子越来越少了。听老妈说，我不在家时，奶奶常常去大门外张望，希望能看见我回家来。但是无论她多想我，她都不会让我知道，因为她不想影响我的学习。如果有一天我突然回家的时候，她会像个孩子一样的开心，然后把家人给她买的好吃的都拿出来让我吃。看着奶奶花白的头发，满脸的皱纹，还有越来越弯的脊背，我突然感觉奶奶真的老了，再也不是曾无数次带我去土豆地玩耍的奶奶了，我就会感觉鼻子酸酸的，赶忙把脸转过去偷偷地擦掉眼泪。

2001年，奶奶的身体每况愈下，老年病都找上门来了，后来吃药都不管用了。最终我们没能挽留住奶奶离去的脚步，这件事对我的打击很大，我好久不能摆脱失去奶奶的痛苦。想起和奶奶在一起的日子，曾经是那样的快乐，那样的开心，现在想起奶奶，心里依然很难受。那种思念的痛苦真的会让人肝肠寸断……

生命中总有那么一些令你无法摆脱的遗憾，更有一些无法弥补的遗憾。有些痛苦，有时会让你痛不欲生，尤其逝去亲人的这种痛苦会伴随很久，也许是永远的痛吧！希望天堂的奶奶能感觉到您孙女对您的想念，也希望奶奶能体会到我对您的感激之情。奶奶您永远都是我生命中我最难忘的人，更是我永远感恩的人。奶奶愿您在天堂一切都好！

征稿中……

每个人的远离，对亲友来说都是痛彻心底的悲伤。请打开记忆听说哀思，把您的思念和追忆告诉我们，我们将用心倾听，记录下他(她)也许平凡、却意义非凡的一生……

投稿方式：

发电子邮件至shengming120@126.com

注：来稿请留下作者姓名、电话、详细地址、邮编以及逝者生平、逝者照片。(本版稿件要求真人真事)

亿林靓号

哈市 AAAA 靓号
《无抵消 全国打1毛2 接免费》

哈市移动	17067355555	69999
哈市移动	17067170000	16000
哈市移动	17067178888	37000
哈市移动	17067350000	15000
哈市移动	17067356666	32000
哈市移动	17067358888	36000
哈市移动	17067359999	36000
哈市联通	17094580000	12000
哈市联通	17161860000	13000
哈市联通	17161864444	8000
哈市联通	17161870000	13000
哈市联通	17161871111	14000
哈市联通	17161872222	12000
哈市联通	17161873333	14000
哈市联通	17161874444	8000
哈市联通	17134580000	14000
哈市联通	17134581111	15000
哈市联通	17134582222	13000
哈市联通	17134583333	15000
哈市联通	17134584444	9000
哈市联通	17134585555	19000
哈市联通	17134586666	30000
哈市联通	17134587777	35000
哈市联通	17134589999	35000
哈市联通	17161812345	25000
哈市联通	17164534567	25000
哈市联通	17151845678	33000
哈市移动	17067356789	35000
17134582345	3000	17164530123 699
17164532345	2000	17164535678 5500
17164536789	5500	17161811234 2500
17161815678	6500	17161816789 6500
17161860123	799	17161866789 6000
17161870123	799	17161871234 2500
17161873456	2500	17161875678 6000
17161876789	6000	17161876543 4000
17161453 6453	2000	17706735 6735 2500
17161181 6181	3000	17161186 6186 2500
17161187 6187	2500	17161868686 2000
17161878787	2000	17164 535353 1500
1716 456789 3	2000	1716 4567898 3500

哈市 AAA 靓号
《无抵消 全国打9分 接免费》

17161812000	690	17161814000	550
17161815000	790	17161817000	890
17164531000	590	17164532000	590
17164535000	650	17164536000	650
17164537000	650	17074693000	590
17161812111	750	17161815111	790
17164530111	650	17164532111	650
17164534111	490	17164535111	690
17164536111	690	17164537111	690
17164538111	690	17164539111	690
17074587111	750	17161810222	650
17161814222	550	17161815222	680
17161817222	750	17161860222	650
17164530222	550	17164531222	550
17164535222	590	17164536222	590
17164537222	590	17164538222	590
17164539222	590	17074601222	590
17067359222	890	17161810333	750
17161819333	890	17161860333	750
17164530333	650	17164531333	650
17164535333	690	17164536333	690
17164537333	690	17164538333	690
17164539333	690	17074697333	650
17084517333	750	17134582444	590
17164530444	299	17164531444	299
17164538444	350	17164539444	350
17161812555	1250	17161817555	1390
17164530555	1190	17161810555	1290
17164531555	1190	17164532555	1190
17164536555	1250	17164537555	1250
17164538555	1250	17164539555	1250
17074602555	1250	17094587555	1190
17084517555	1490	17161810666	2190
17161814666	1600	17161815666	2290
17161817666	2500	17161819666	2500
17161860666	2190	17161864666	1600
17161866666	2250	17161869666	2250
17161870666	2190	17161871666	2190
17161872666	2190	17161873666	2190
17161874666	1600	17161876666	2190
17161878666	2250	17161879666	2250
17164530666	1999	17164531666	1999
17164532666	1999	17164534666	1500
17164535666	1999	17164537666	1999
17164538666	1999	17164539666	1999
17161814777	1700	17161864777	1700
17161866777	4500	17161868777	2800
17161869777	2800	17161874777	1600
17161871777	2399	17161872777	2399
17161875777	2700	17161876777	2800
17161878777	2800	17161879777	2800
17164530777	2500	17164531777	2500
17164532777	2500	17164534777	1600
17164535777	2499	17164536777	2499
17164538777	2499	17164539777	2499
17074603777	2299	17074690777	2299
17074692777	2299	17074584777	1500
17161810888	3400	17161814888	3000
17161815888	3400	17161860888	3400
17161864888	2900	17161866888	5000
17161869888	3500	17161870888	3400
17161871888	3400	17161872888	3300
17161873888	3400	17161874888	2900
17161875888	3400	17161876888	3500
17164531888	3199	17164532888	3199
17164534888	2500	17164535888	3300
17164536888	3300	17164537888	3300
17164538888	3300	17074602888	2999
17074690888	2999	17161875999	2900
17161812999	2800	17161815999	2900
17161817999	3000	17161860999	2800
17161864999	1700	17161866999	4500
17161868999	3000	17161870999	2800
17161871999	2800	17161872999	2700
17161873999	2800	17161874999	1700
17164530999	2399	17164531999	2399
17164535999	2499	17164536999	2499
17164537999	2500	17164538999	2600

哈尔滨4挂1/个性靓号
《无抵消 全国打1毛 接免费》

17134580001	1299	17164530001	799
17164533330	599	17164533331	599
17164533332	599	17164533334	399
17164533335	999	17164533336	999
17164533337	999	17164533338	999
17164533339	999	17161811110	599
17161811112	599	17161811113	599
17161811114	399	17161866669	1200
17161811116	999	17161866653	599
17161866662	599	17161866660	599
17161877773	599	17161860001	899

一 哈市电信2分卡
1.33包190分钟全市通话+30全省流量2.59包1500全省通话+5G全省流量3.79包2000全国通话+6G全省流量+1G全国流量资费四.29包300分钟全国通话+1G全国流量资费五.38包500分钟全国通话+1G全国流量资费六.50包700分钟全国通话+2G全国流量资费七.68包700分钟全国通话+4G全国流量资费八.89包1500分钟全国通话+4G全国流量资费九.119包2000分钟全国通话+6G全国流量

市区免费送卡 客服可查详单

地址：道里区钢铁街95号
钢铁街与前进路交口
运华茶城对面，顾乡文警大队前
电话：156-450-35000(微信)
电话：156-450-35111(微信)

亿林顾问

免费铺货 创富先机

康卫者——一次性水晶餐具

免费热线400-800-9114

您去饭店就餐时，还用热水涮一涮吗？还先为支付一元“钱的不洁餐具周发勉吗？商机来了。

康卫者水晶餐具，一次性使用，杜绝传染病毒，防止病从口入！让顾客：餐餐舒心，用着放心！

水晶餐具是一次性“快速消毒品”，日均消耗快，补充量大，利润空间50%以上，蛋料可回收，是传统消毒配送餐具的理想替代品！

现面向全国诚招经销商联营者！

独家区域保护 十大扶持政策

专家面对面

记忆力减退 小心老年痴呆

高谊街的王大妈，今年64岁，最近记性变差了，心情不大好，总是怀疑老伴有外遇。想问人老了大都如此吗？

温馨提示：初步判断她为轻度老年性痴呆，并伴有轻度抑郁。进一步询问后了解到，这位女士三年前就被诊断出颈动脉闭塞和椎动脉狭窄，出现痴呆的症状是在三个月前。专家介绍，大脑没有糖和氧的储备，能量代谢几乎全靠血液供给。因此，脑组织对缺血和缺氧十分敏感。血管性痴呆会伤害大脑的认知系统，让人“记不住东西、找不着家、算不好数、认不出亲人”。

百病之源五脏为根，尤其是心脏、肝脏。心主血脉，是人体血液中枢；肝主筋，藏血。所以，我们要清除血管垃圾，补充血液，让血流正常运行。

建议选用人心的中药三爪龙、狮子尾，然后配合保肝的青藤、四方藤、万筋藤等。同时缓解抑郁症，然后用红药和当归补血活血。保持好心情，您的病情很快会缓解的。

中老年人夜尿增多 警惕大病来袭

65岁的董先生，有高血压病史6年多，不久前体检查出：小便1+尿蛋白。平时晚上小便次数就多，夜尿多的情况大约两年了，一直没重视。后去医院检查，确诊为高血压肾病。

温馨提示：高血压肾病，早期仅有夜尿增多，尿液较清的现象，继之出现蛋白尿，短暂性肉眼血尿。由高血压引发的肾衰，治疗上除了要平稳血压外，还要补肾养肾。中医理论认为，高血压是肝的疏泄功能不好导致的，即肝阳上亢，这与心脾肺肾密切相关，所以调养上要五脏同调，这样既平稳了血压，又缓解了肾病，还避免了肾负担。建议服用具有“双重降压”的红杜仲，疏肝通瘀的过岗龙，再配合养心的红药、当归藤，腱脾的土生地、土茯苓，润肺的五爪龙、白芷，补肾的首乌藤、黑老虎根等，从根源上平稳血压，又修复了肾脏的微循环，同时因高血压引起的其它疾病也得到了治疗。另外，中老年人夜尿增多，除少数病变、前列腺增生肥大、糖尿病、心功能不全等外，多数都与肾脏病变有关。发现夜尿增多，切莫大意，避免肾炎、尿毒症等疾病的发生。

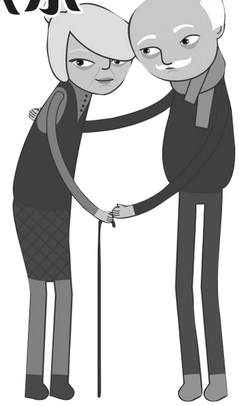
五脏养生堂

栏目热线 0451-83097466 >>>

这里是大型爱心养生栏目《五脏养生堂》，这里有跨越千年的中医精纯，这里有贯通古今的养生精华，这里有健康妙招。从大病到小症，我们认真解答；从急症到慢病，我们见招拆招。小编时刻帮您忙！健康就在《五脏养生堂》！

冷暖自知苦乐在心

随遇而安健康快乐



老年人十分喜欢怀旧，常常会陷入冥想之中。有时喜欢听着以前的歌，想着以前的人，看一个又一个陌生人来来去去，心里特别不是滋味。苦涩、酸楚、悲伤，一股劲的在心里翻滚，他们只能苦笑。

有时候，他们面对身边的人，突然说不出话。有时候，一直坚持的东西，一夜间面目全非。有时候，想放纵自己，痛痛快快歇斯底里发一次疯。有时候，觉得自己拥有整个世界，一瞬间又觉得一无所有。有时候，梦想很多，却力不从心。有时候，发现自己也进入暮年不免心生悲凉，对于未来更是茫然若失。有时候，突然觉得好累……

其实，走过了所有的路，才知道幸福是用来感受的，伤痛是用来成长的。有时候，我们需要的，只是一颗静下来的心。然后看淡一切，提醒自己，我是谁，要去哪里。世界太大，生命太短，要过得尽量像自己想要的样子才对。用漫不经心的态度，过随遇而安的生活。一切过往皆成空，唯有健康快乐最珍贵！

药 热点聚焦

缓解房颤过速的中药疗法

房颤过速轻者会使人感到心悸、心慌、胸闷、多尿……重者将导致中老年人晕厥、室颤、脑动脉栓塞，甚至心脏骤停，引发生命危险。

48岁的张先生2010年被诊断为房颤过速，左心房大，原发性扩张心肌病，每天吃洛丁新、贝特乐克、地高辛、阿司匹林、维生素B1，6年了，担心把肝脾肾吃坏了，想请问问医生，吃点什么中药好？

心脑内科医生介绍，心房颤动(简称房颤)是常见的持续性心律失常。随着年龄增长房颤的发生率不断增加，房颤时心房激动的频率达300～600次/分，心跳频率往往快而且不规则，有时候可达100～160次/分，不仅比正常人心跳得多，而且绝对不整齐，心房失去有效的收缩功能。

中医治疗房颤就是养心安神，用中药膏方较适合，改善心悸气短的症状，膏方中一定要加川芎这味人心的药物，缓解早搏，胸部闷痛，失眠多梦，神倦赖言等症状。

老人为啥总感觉眩晕？

家住李家街孙阿姨，今年67岁，最近总感觉眩晕，一瞬间感觉天旋地转，有一次差点跌倒，请问这可能是什么病？

中国保健协会理事特聘专家孙本新答：老年人出现眩晕常见的病因是后循环缺血综合征，又称椎基底动脉供血不足，其特点为患者通常50岁以上，反复发作的眩晕，伴恶心、呕吐、平衡障碍，一般不伴有耳鸣、耳聋，常常合并颈椎病。此外，小脑及脑干血栓形成也会导致眩晕严重。

治疗上，如果为明确的后循环缺血或小脑脑干血栓形成，应进行抗栓、降脂调养；若为颈性眩晕，可适当做颈椎理疗。本例患者由于年纪大，五脏衰退，血栓形成，血管狭窄，或颈椎病，都是五脏功能低下的体现，所以五脏同调，五脏恒通，各种老慢病经过调养，眩晕症状自然就有所缓解了。

专家信箱

心绞痛救命药 你用对了吗？

硝酸甘油和速效救心丸作为冠心病人治疗心绞痛的救命药，虽然成分上完全不同，但目的都是扩张动脉血管。而硝酸甘油和速效救心丸，并不是适合所有人，对于一些特殊患者，则需要二者择其一。

1、青光眼、颅内压高、低血压和对硝酸甘油过敏的患者，建议选择速效救心丸。

2、速效救心丸中含有冰片的成分，所以脾胃虚寒、拉肚子的患者不建议服用。

3、无法确定自己是否属于心绞痛，但是一直胸闷且胸前区隐隐作痛(针刺样)，建议服用速效救心丸。

4、对于心绞痛较重的患者，含服速效救心丸无效时，应当立即服用硝酸甘油救急。

5、对于大部分没有禁忌的心绞痛患者、长期吃硝酸甘油容易产生耐药性、长期吃速效救心丸又容易产生依赖性。同时，这两种药物不可叠加服用。

另外提醒有冠心病的患者平时总感觉有胸闷、气短、心悸等症状，建议服用五脏同调的中药膏方，它能舒筋活络，温肾补血，改善心悸、气短等不适症状，且不会产生药物依赖性。

如果你或家人正忍受着病痛，不知如何治疗，都可拨打健康热线进行咨询，我们有调养方案，我们有日常养生常识和小偏方，一对一指导！

扫描二维码 赠送精美礼品一份

★★★ 如果您对自我诊断没把握，可拨打我们的健康热线：0451-83097466咨询 ★★★

葛洪五脏同调 远离老慢病 年终钜惠

3万盒 狂送还剩二天

中老年朋友，今日慢病咨询热线0451-83097466，仅限8:00~16:00。

重要通知

葛洪2016年度还剩一次原价购药还有千元软玉扶阳毯赠送，2017年价格每瓶涨20元！

全民疯抢国药！搭上健康末班车！

3万盒葛洪桂龙药膏运抵哈尔滨的消息刚一传播开来，订货热线就沸腾了，一上班还没坐稳，电话就响个不停，一天下来，工作人员嗓子都哑了，大家的抢药热情太高涨了！电话中，广大朋友直接询问还能否用原价抢到国药和赠品？元旦后涨价，软玉扶阳毯价值千余元，数量有限，提醒没抢到药的老病友抓紧预约，赠完即止！

省下一半钱 调养一身老慢病

国药准字号，葛洪牌桂龙药膏对49种老慢病，如高血压、高血脂、冠心病、心律不齐、心绞痛、动脉硬化、脑中风、心脑供血不足、风湿、类风湿、腰脱、腰间盘狭窄、颈椎病、痛风、老慢支、哮喘、肺心病、尿频尿急、慢性腰腿痛、糖尿病并发症等有缓解，3万盒货送完涨价。

葛洪五周年大庆 豪礼相送

买20赠6 再送
葛洪软玉扶阳毯1套 葛洪足浴方剂8盒

买30赠12 再送
葛洪软玉扶阳毯2套 葛洪足浴方剂12盒

送 用脚吃补药的道家泡脚茶

买50赠22 再送
葛洪软玉扶阳毯3套 葛洪足浴方剂20盒

以上均可获赠养生论与光盘

葛洪养生论1本，益寿光盘1张！

送 软玉扶阳毯

送葛洪软玉扶阳毯
1、恒温水疗；
2、药疗通脉；
3、远红外疗法；
4、玉疗；
5、透穴磁疗。

黑龙江各大医药连锁店均有销售【哈尔滨伟德医药连锁、人民同泰连锁店、宝丰医药连锁、建国医药连锁、泽林医药连锁、健康医药连锁、海晖医药连锁】【牡丹江康太大药房、泽仁堂大药房、现代大药房等各大药店】【海伦：新药特药新店、百福堂、同康、益佰大药房新店】【安达永康大药房】【望奎泰华大药房】【绥芬河人民药店】【拜泉为民药店】【五大连池老乔家乐买药店】【嫩江泰华大药房】【黑河市人民同泰、鸿鹏大药房】【北安市健康医药连锁】【双鸭山人民康泰连锁】【双城泰康医药连锁、延寿百姓医药连锁、通河新特药大药房、宝圣大药房、益民大药房、阿城、呼兰、尚志、五常均有销售】

咨询热线 0451-83097466