



生活报  
17日讯(记者吴海  
鸥 薛宏莉)17日,第24届哈  
尔滨冰雪大世界迎来试开园,向  
全国乃至世界热爱冰雪的朋友,展  
现了今年的冰雪奇迹。流光溢彩的  
冰雪建筑、美轮美奂的雪花摩天轮、超级  
酷爽的500米长大滑梯、充满“呐喊  
声”的梦想大舞台,还有提前来“助  
阵”的哈尔滨极地公园的企鹅们,  
带游客们在这个冬天,解锁越  
冷越热情的无限欢乐。

雪花摩天轮、超级大滑梯吸睛  
非凡冰雪引赞叹

据了解,第24届哈尔滨冰雪大  
世界以“冰雪之都 创意无限”为主  
题,在81万平方米的园区里,用15  
万立方米的冰和雪,建成上百个冰  
雪景观。从空中俯瞰,哈尔滨冰雪  
大世界主园区宛如美丽的丁香花  
环:中心的花蕊是今年的主景观冰  
雪之冠,周围的花瓣是冰雪娱乐体  
验项目,花瓣花瓣相互串联、环环相  
扣,将底蕴深厚的中国文化与国际  
化的现代风格相融合,极具艺术观  
赏性。

当晚,随着夜幕降临,游客们纷  
纷来到景区,在一个个流光溢彩的  
冰雪建筑前打卡。他们有的驻足在  
精美的冰雪建筑前,举着手机连连  
拍照;有的乘坐“小火车”环游整个  
景区;有的直奔今年的特色项目雪  
花摩天轮、超级大滑梯等。

市民王女士早早来游园,她说  
自己是这里的常客,“哈尔滨冰雪大  
世界每年都带给她不一样的惊喜,  
流光溢彩,太漂亮啦!”

记者看到,大家纷纷想乘坐雪花  
摩天轮这个冰城新地标,从高空俯瞰  
哈尔滨冰雪大世界和松花江两岸的  
城市风光,把冰城之美尽收眼底。



## 冰雪大世界试开园啦

### 雪花摩天轮、超级大滑梯格外吸睛

游客跟着『呐喊声』跳起兔子舞  
冰雪欢乐超级加倍

据景区工作人员介绍,今年的哈  
尔滨冰雪大世界,冰雪娱乐项目更加  
丰富。除了冰城新地标雪花摩天轮闪  
亮登场,最受游客欢迎的网红项目超  
级大滑梯,也全面升级,滑道增加到了  
8条,滑道的长度延长到了500米,为  
历届最长。游客在乘坐滑梯时,可以  
获得更多的速度与激情,感觉更加刺  
激。为方便游客合理安排游玩计划、  
带来更好的游玩体验,雪花摩天轮和  
超级大滑梯采用扫码预约方式,游客  
朋友可以凭借预约码,在预约的时间  
段内到摩天轮和大滑梯等候区验码  
游玩。

同时,今年园区首次打造了园中  
园,占地面积近10万平方米的冰雪欢  
乐汇,集合了雪地汽油车、雪圈漂移、  
冰上碰碰车、激情八爪鱼、香蕉船等冰  
雪娱乐项目,或极具动感,或疯狂刺  
激,或趣味十足,满足游客们不同的游  
玩需求。娱乐体验区里还有冰上自行  
车、雪圈、雪地转转、冰奈、十二生肖等  
娱乐项目,让游客畅玩。让很多人期  
待已久的梦想大舞台也欢乐回归,大  
家跟着主持人的喊麦声热情舞动,跳  
起了欢乐的兔子舞,尽情地感受了一  
把哈尔滨冰雪大世界的热情。

此外,夜幕降临前,哈尔滨极地公  
园的1只“淘学企鹅”和5只白眉企鹅也  
来到哈尔滨冰雪大世界“助阵”,在主塔  
和雪花摩天轮等处与游客们互动。



生活报讯(记者王秋实)为应对奥  
密克戎,许多家庭准备了“居家小药箱”,  
连花清瘟和布洛芬几乎是每个家庭都想  
拥有的药物,那么连花清瘟和布洛芬能  
一块吃吗?17日,省卫健委做出提醒。

据介绍,在《新型冠状病毒肺炎诊  
疗方案(试行第九版)》中根据不同症状  
和证型推荐了相应的中成药。身上不  
感觉冷,而是发热、有汗、咽痛明显、或  
流黄鼻涕、咳嗽痰、舌质红苔黄,这时可  
以选择功能可中清热、解毒的,如金花  
清感颗粒、连花清瘟胶囊/颗粒、疏风解  
毒胶囊、宣肺败毒颗粒等。而对乙酰氨  
基酚和布洛芬是西药中解热镇痛的主  
推荐药物。对于新冠病毒感染来说大多  
是对症治疗,那么对于都能缓解发热症  
状的连花清瘟和布洛芬来说,就没有必  
要重复用药,选择其中一种即可。

使用中成药的注意事项  
1、可否同时使用两种中成药?

推荐只使用一种。不推荐同时使  
用两种具有相同功能主治或药物组成  
相近的中成药,服药前一定认真阅读药  
品说明书。

2、儿童可否使用中成药?  
儿童尽量选择儿童制剂,如选择成  
人制剂时,建议在医生或药师指导下使  
用。使用时注意用法用量,一般3岁以  
内服用成人量的1/4,3-6岁服用成人量  
的1/3,6-10岁服用成人量的1/2,10岁  
以上可以与成人量相当。

3、使用这些中成药时应该注意什  
么?  
首先辨证用药,关键看功能主治。  
这些中成药建议饭后使用。忌烟、  
酒及辛辣、生冷、油腻食物,饮食宜清  
淡。

不宜在服药期间服用滋补性中药,  
如具有补肝肾功效的六味地黄丸等。  
脾胃虚寒易腹泻者慎用清热、解毒  
药,必须使用时可减量或者使用生姜水

送服,咨询医师或药师。

对于有高血压、心脏病或排尿困难  
的患者,应慎用含有麻黄的中成药。对  
于有腹泻的患者,应慎用含有大黄的  
中成药。对于有肝病、肝功能异常的  
患者,应慎用有肝功能异常不良反应的  
中成药。对于糖尿病患者,建议慎用或  
禁用含糖制剂。

感染新冠患者使用中成药不宜超  
过7天。

中成药与西药联用时,建议至少间  
隔1小时。

使用中成药的注意事项  
1、避免重复用药  
对乙酰氨基酚、布洛芬、阿司匹林、  
洛索洛芬、去痛片等都属于同类药物,  
一定不能重复用药,否则会导致急性肝  
衰竭!

常见的感冒药、部分中药感冒药中  
多含有对乙酰氨基酚成分,因此要避免

与退烧药同服,服用感冒药前需要仔  
细查看药品说明书,核对药物成分。

2、避免超剂量、超频次使用  
过量的药物不仅不能缓解症状、加  
速康复,还会导致更多的毒副作用。对  
乙酰氨基酚每日剂量不超过2g,布洛芬  
每日剂量不超过2.4g。

使用布洛芬退烧时,应注意每次间  
隔6小时,一天用药不超过4次;使用对  
乙酰氨基酚退烧,若持续发热或疼痛,  
每4-6小时可重复使用1次,一天用药  
不超过4次。

3、用药小贴士  
使用布洛芬可能抑制凝血功能,用  
药后可能更容易出血,应避免受伤。

使用布洛芬或对乙酰氨基酚期间  
可能诱发或加重高血压,应密切监测血  
压。

有些感冒药中含有氯苯那敏、氯雷  
他定等药物,使用后请不要驾驶汽车或  
高空作业。

百业信息

刊登电话13796106320

富氧泉负氧离子液

富氧泉负氧离子液诚招全国代  
理商,负氧离子液使用方便,持久释  
放负氧离子,含量达5000/cm<sup>3</sup>净化空  
气,抗菌除醛,新房净化、学校、办公  
场所优选。

加盟电话  
19845256893

金福来全屋定制  
家装工装一体化

承接家庭装修、办公场所  
装修;家装、工装整屋家具定  
制;承接同行二手单柜体定制;  
工厂一站式服务—设计—加工  
—安装。

橱柜门、衣柜门定制加工  
(种类有PVC吸塑、PET、高光纳  
米板材等);免漆板材加工定制柜  
体(材料与环保等级自选)。

工厂设有样板展厅,欢迎参  
观选购。

定制热线  
18904515815  
15846048899

工厂地址:哈尔滨市南岗  
区王岗镇哈双公路592号,金  
福来家具有限公司

城市印象

冰城雪韵

绘画:王焕堤

广告置换易货

食品饮料

餐饮代金券

建材家电

广告全省覆盖

联系电话  
13796106320

生活报中缝广告

受理地址:哈尔滨道里区地段  
街1号生活报一楼阳光大厅

刊登 84681180

电话 15004697804

## 钟情老日历

小夏  
每到年终岁尾,我都会买一本老  
式日历,厚厚的一大本,三百六十五  
页。

越来越觉得时光更迭得太快了,  
仿佛一眨眼,这一年就又过去了。我  
不愿意买那种只有薄薄几页的台历,  
一眼就望见了年底,仿佛时光都变  
“瘦”了,心里莫名的恐慌。

还是日历本好,往书桌上一放,那  
么厚的一叠,一天撕掉一张,放慢脚  
步,来年的日子慢慢过。虽然时间不  
会因此增加一分一秒,可是心里不慌  
啊,毕竟有那么多日子在等着我。而  
且每天撕掉一页,我也会因为这小小  
的仪式感,更加珍惜当下。

我把自己对老式日历的感受说给  
朋友们听,她们笑我矫情:“怎么过不  
是一天啊,背着抱着还不是一样沉。”  
仔细想来,我买日历的这个习惯,跟奶  
奶有关。小时候每到年末,奶奶都要  
买一本日历牌,挂在屋里最亮堂的  
地方。日历的封面永远是大红色,预

示着新的一年红红火火,而里面的星期  
六,是我最喜欢的绿色,星期天是喜庆  
的红色。那时候还没有双休日,一看  
到绿色的星期六,心里就雀跃,因为马  
上就可以不用上学啦。每天早晨,奶  
奶用粗糙的大手,撕下一张,然后抚摸  
着新的一天,似乎想把这一天抚得平  
整顺滑。就是这个不经意的一个小作  
,深深地打动了我,让我久久难忘。

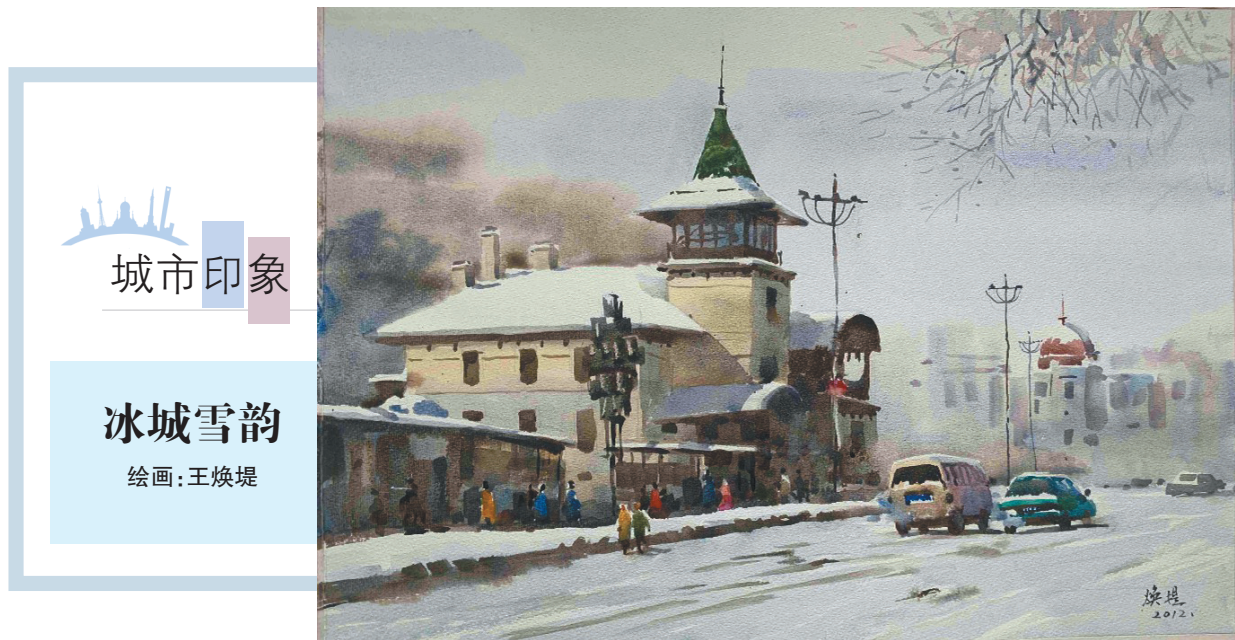
撕掉的那些日子,有风雨,有霜  
雪,有欢乐,也有忧伤。生活虽然清  
贫,但是因为有家人的陪伴,并不  
觉得艰难。奶奶不会写字,可是她  
却认真地标记好每个重要的日子,比  
如全家人的生日,哪个节气该吃什  
么就画上什么,亲人故去的日子要祭  
墓,叔叔、伯伯、姑姑哪天要来家里  
也要记上一笔。日历上没写一个字,  
画满了圈勾和图画。

有些年份,奶奶不撕日历,用一根  
橡皮筋把日子一张张地别过去,到年  
底依然是厚厚的一叠。不同的是,这  
一叠已不同于年初,经过365个日照

与黄昏,以及烟火的熏染,蓄满了情感  
记忆。

后来生活条件越来越好,和那些  
清苦年代的老物件一样,老式日历逐  
渐远离了我们的视线。有了香车美女  
的台历、挂历,甚至电子日历。随着网  
络时代的到来,几乎所有的电子产品  
都可以显示时间,日历在生活中越来  
越无足轻重。过去的时光,从清晨轻  
轻撕去日历的那一刻缓缓流过,仿佛  
听得见岁月流逝的喘息,不管多么不  
愿意面对逝去的日子,不管多么不愿  
意让青春成为往事,我都必须坦然面  
对它。一张张被丢弃在时间荒野里的  
日历,镌刻着我们的回忆,也雕刻着每  
个人的心灵和容颜。

无论时光如何催白了青丝,把唤  
不回的过去留在昨天,我这个恋旧  
的人,依然固执地保持着在新年换  
新日历本的习惯。喜欢那厚厚的老  
日历,享受那厚厚摞起来的情感记  
忆,也愿在以后的日历上写满幸福  
的故事。



## 奔赴一场冬日盛宴

王调忍  
这个寒风凛冽的冬天,卡塔尔世  
界杯点燃了人们的热情,令全世界的  
球迷为之疯狂。大家每天最期待的事  
情,就是守在屏幕前,享受绿茵场带  
给我们的视觉冲击。那是力与美的结  
合,也是心灵的洗礼,更是一场精神盛  
宴。生活的不易,身心的疲惫,仿佛  
在这一刻彻底得到了释放。

我本是个伪球迷,对足球没有太  
多了解,只是看过几位足球巨星的传  
奇,被他们执着且不认输的精神所吸  
引。先生和儿子却是不折不扣的球  
迷,特别是儿子,为了学习和观赛两不误,  
写作业的速度也比平时快了很多,  
只为第二天有时间看回放。最初,我  
有些担心这会影响到他的学习,儿子却  
一脸真诚地说:“这叫劳逸结合。”好  
吧,青春也不过是几届世界杯的事,他  
刚刚叩响青春的大门,就像刚破土的  
种子,对一切都充满了好奇。我无法  
阻止他探索世界的力量,唯一能做的  
就是正确引导和及时提醒。

自打世界杯开赛,父子俩聊得最  
多的话题,就是某某进球了,某某队又  
赢了。儿子开心地手舞足蹈,仿佛进  
球的那个人是他。每当我听到那个熟  
悉的名字,内心也会跟着欢呼雀跃,就  
这样,我对足球的热情也被他们点燃  
了。

每天中午和晚上,儿子写完作业  
之后,我们会打开电脑一起欣赏球  
赛。虽然知道了最终的比赛结果,但  
心还是会随着绿茵场上的足球悲喜交  
加。看到喜欢的球队进球了,会拍手  
叫好;看到一群人围着球跑来跑去,就  
是踢不进,只能干着急;看到球员错失  
点球,在赛场上掩面痛哭时,我们也跟  
着难过。

但足球最大的魅力不就在于“一  
切皆有可能”吗?我们眼中最强的,有  
可能会爆冷出局,一些不被看好的,反  
而能杀出重围。而所谓的“黑马”也不  
是与生俱来的,那是多少血与汗拼出  
来的结果。就像克罗地亚对阵巴西,  
面对强大的对手,克罗地亚人没有丝



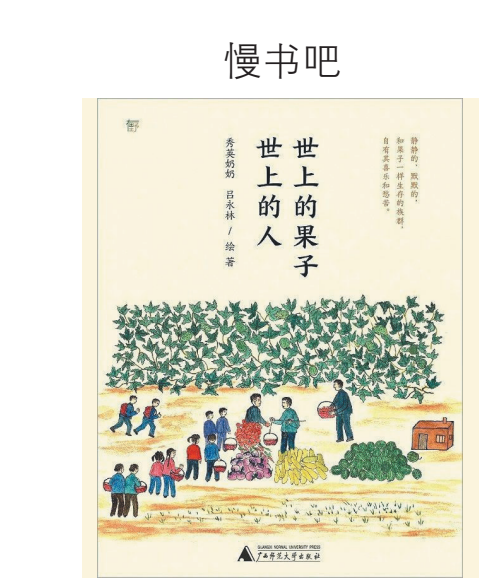
十二月  
窗户

气温终于下降。人们必须  
穿过薄雾  
才能来到爱人身边

破碎的梦,需要沉默来修补  
或者把自己  
扔在荒芜的旅途中

这就像弹簧,使劲它才跳舞——  
音乐经历低潮  
才会迎来高潮的顶峰

十二月,就是这样月份  
在生命弧度的底部  
等待一场雪轻轻覆盖下来



《世上的果子，  
世上的人》

作者: 秀英奶奶/吕永林  
出版社: 广西师范大学出版社  
出版时间: 2022年9月

本书由一位农村出身且只  
读过一年半小学的秀英奶奶写  
作并绘图。在秀英奶奶的记忆  
里,总有一些旧人、旧事萦绕,常  
常念叨、叹息而无法释怀,在儿  
子和儿媳的建议和帮助之下,她  
再次用笔,将搁在心头的絮语用  
文字和绘画表达出来。内蒙古  
特有的植物和身边的亲友故人,  
从她不愿放手的记忆里走出来,  
互相交织,勾勒出内蒙古河套平  
原六十多年来的生态和历史。  
果子和人相照映,留下生命的鲜  
活印记。这是一部平民史,是一  
个普通劳动者见证的她所归属  
的群体的集体命运。

本报所摘部分稿件,作者姓名  
及地址不详,请与编辑联系,以便寄  
奉稿酬。

投稿邮箱: 1736305488@qq.  
com