

“五一”假期“开心游龙江”十条措施出炉  
观鸟品鱼、踏青赏花、东极探秘、烤肉文化展……

## 快来龙江品尝文旅大餐

生活报讯(记者张立)“五一”假期将至,很多人都计划来一次说走就走的“龙江游”。为了让游客有一个开心、舒心的旅游体验,28日,省政府新闻办举行的“五一”假期“开心游龙江”十条措施新闻发布会上,黑龙江省文化和旅游厅厅长何晶、黑龙江省商务厅副厅长邢颖娜、哈尔滨市文化广电和旅游局局长王洪新对相关内容进行了介绍。

### “开心游龙江”十条措施



3 举办形式多样促消费活动

- 特色促消费活动  
“美食嘉年华”  
“缤纷夜市”  
“赏花节”  
“开江节”

### 全省预计投入4500万元促消费资金

品牌主题  
促消费活动

全省“五五焕新节·棉纺消费季”  
哈尔滨市“美食嘉年华”  
大庆市“春来连环湖 鱼跃黑龙江”  
七台河市“东南亚美食灯笼节”

预计投入  
促消费资金

哈尔滨市  
家电以旧换新  
最高补贴1500元  
佳木斯、鸡西市  
购车补贴  
每台最高补贴8000元  
牡丹江市  
家装建材优惠满减  
最高补贴1万元  
绥化、大兴安岭地区  
餐饮、住宿等全品类消费券  
单笔消费最高补贴100元

4 升级完善景区设施

- 景区出入口  
停车场  
导览标识系统  
游步道  
旅游厕所  
休憩场所

### “一城租多城还”开通392个经营网点

#### 春游系列产品 涵盖全省249个 旅游目的地

- 从严格规范旅游市场秩序  
抓好旅游安全生产工作  
健全督查问效机制  
强化全方位宣传推介

#### 我省经营租车业务

引进神州租车、一嗨租车、携程租车等  
已有运营车辆9400多台  
经营网点392个  
实现“一点租多点还、一城租多城还”

2

推进文旅融合发展

- 黑龙江首届自驾登山节  
2023哈尔滨国际风筝节  
齐齐哈尔烤肉文化展  
牡丹江达子香赏花节  
佳木斯市第十三届三江杏花节  
七台河乡村研游活动  
鹤岗市萝北县第十二届开江节  
绥化四季文旅——春服(福)节

5 全面提升服务水平

- 以游客需求为导向  
对标国内国际先进标准  
加大从业人员教育培训  
引导企业和人员诚信经营  
组织志愿者提供便利服务

6 积极实施“交通护游”行动

- 抓好旅游安全工作  
健全督查问效机制  
强化全方位宣传推介

#### 春游系列产品 涵盖全省249个 旅游目的地

- 从严格规范旅游市场秩序  
抓好旅游安全生产工作  
健全督查问效机制  
强化全方位宣传推介

#### 我省经营租车业务

引进神州租车、一嗨租车、携程租车等  
已有运营车辆9400多台  
经营网点392个  
实现“一点租多点还、一城租多城还”

搬家专栏  
刊登电话13946092977

### 退役军人搬家

军人素质,真诚服务,七折优惠,全市各区均可发货  
18745057660  
18845765103

### 老年公寓 华泽养老院

招自理、半自理、卧床老人,吃的好、住的好,对半自理和卧床老人提供专业护理。交通便利,配套设施齐全,药店、洗衣房、食堂、专业医护人员、老人大学、琴棋书画特色班、24小时热水、冰箱、互动电视、无线网络等。哈西新城3号楼

电话:0451-51025111,18545866229  
乘坐57.58.236公交车直达

### 百业信息 刊登电话13946092977

#### 回收茅台酒

回收酒,名酒,库存酒,折价,冬夏酒,茅台牛乳。  
联系电话:13214618275

哈尔滨市道外区光宇老酒钱币行

地址:哈市道外区勋业路14号3单元2楼2号(住宅)

### 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(产品与环保等级自选)。

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

### 出租出售 刊登电话13946092977

### 复式住宅出售

出售:红旗大街双龙绿色家园复式住宅,板式高层,三室两厅两卫,南北向,不临街,楼间距大,采光好,电梯,使用面积120平米,自带花园露台和仓储室,精装修,品牌家具家电,毗邻哈工程大学和黑龙江工程学院,交通便利,临近地铁1号线、3号线。

18745013008

### 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

07 生活报  
执行总编:安刚 本版主编:孙铮  
编辑:周际娜 版式:倪海连

## 慢阅读

### 打开书本自有答案

陆玄同

生活,难免有烦恼、有忧愁。对于如何消解,曹孟德认为“唯有杜康”,李太白哂笑,“举杯消愁愁更愁”。面对烦心事,不同的人有不同的应对方

面。狂欢当歌也好,借酒浇愁也罢,都只是暂时的麻醉和忘却,治标不治本。以读书消解烦恼,不失为一种恰当而友好的方式。林语堂在《论读书》这样写道:“读书,可开茅塞,除鄙见,得新知,增学问,广识见,养性灵。”

其实,人的烦恼是一脉相承的,随时而更迭,环境变迁,虽形式多样,总能找到本来模样。诸如没钱花、买房难、被催婚、996、沉迷游戏等等,我们

的烦恼,古人也有。沉浸在读书中,你会发现,有些烦恼,不再是烦恼。与书本相遇,既读书也读自己,重要的是厘清烦恼根源后的释然。

说起“没钱花”这个烦恼,几乎是贯穿整个历史的。盛世奢华与糜烂背后,贫穷是底色。比如你翻开《唐代衣食住行研究》,你会发现,连韩愈这样大文豪,日子也紧巴巴的。他常言“家贫不足以自活,应举免官”“终朝苦寒饥”。

再看《隋唐人的日常生活》,分城市和农村,讲述了普通人的衣食住行。古人把普通生活过得有声有色,靠的也是一种积极豁达的心态。

与现代人一样,古人也有身材焦虑。杨玉环为什么喜欢泡桃花浴,据说不仅滋补养颜,还能让人腰肢变

细。《长恨歌》中有“春寒赐浴华清池,温泉水滑洗凝脂”的表达,也说明温水桃花浴可以控制脂。环肥燕瘦”的赵飞燕也不例外,《飞燕外传》记载“赵飞燕体轻,能为掌上舞”,据说这是通过内服仙人掌控制食欲、降脂解毒来控制体重的。

不同年代的审美,造就了不同形态的美女。身材焦虑也随着社会文明演变,或激烈或温润地进行。不管怎么样,对于美,大多数情况下还是包容的。但在楚王这里,就有些作妖了。这位君王“好细腰”,且不分男女,折磨大臣们一天一顿饭、饿得两眼冒金星,走路扶墙走,一张张营养不良的面孔,煞是瘆人。

至于痴迷游戏,成为荒废事业的博徒;比如朱瞻基痴迷斗蟋蟀,让百姓不堪重负;比如《国语·齐语》里记载“妇人十五而嫁”,而越国规定“女子十七不嫁,其父母有罪”。到了汉代,十五岁不结婚就是大龄女了;再比如,明朝是出了名的加班累死人不偿命的朝代。

其实,翻开历史,烦恼是相通的。这些跨越时代的共鸣,潜藏在泛黄的纸张里,期待有缘人拾取。从书中寻求消解烦恼的“灵丹妙药”,是我们突围的课题。烦恼并不可怕,是郁闷沉沉,还是潇洒面对,答案其实就在选择里。

你看,在富庶的宋代,也有很多如你我一样的人,为生计发愁,为房子苦恼。但他们对生活的理解,用三

### 绝句

冷盈袖

走在草木间,是一件幸福的事  
累了可以随意找棵不认识的树

挨着坐下

像是挨着最宽阔的肩膀

阳光踏着绿叶,一步一步来到面前  
似乎还可以听见它们

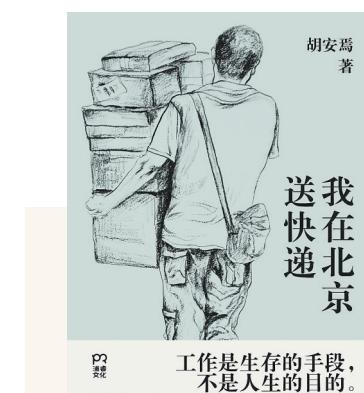
叫喊的声音。地上小小的蚂蚁

匆匆奔跑。午后的阴影

像我的倦意,再大的风也吹不走  
空气湿热浓稠,夏日已经来临

而我的一生,不过是在夏日的天空下  
发了会儿呆

### 慢书吧



胡安焉 著  
送我快

工作是生存的手段,  
不是人生的目的。

一个“快”字打动人十年,快成员们为人的内心世界  
诠释了什么是人生,诠释了什么是快,诠释了什么是人生  
的快乐,诠释了什么是人生,诠释了什么是人生,诠释了什么是人生

### 《我在北京送快递》

作者:胡安焉

出版社:湖南文艺出版社

出版时间:2023年3月

进入社会工作至今的十年间,胡安焉走南闯北,辗转于广东、广西、云南、上海、北京等地,做过快递员、夜班拣货工人、便利店店员、保安、自行车店销售、服装店销售、加油站加油工……他将日常的点滴和工作的甘苦化作真诚的自述,记录了一个平凡人在生活中的辛劳、私心、温情、正气。

质所在!

爱是世界运行的法则,如果没有爱,就会彼此仇恨,互相倾轧。可这样的理想,仿佛又与物竞天择、弱肉强食的自然法则背离,似乎难以维系自然的平衡。

这时候,人类就起到了不可估量的调节作用,残暴的捕猎者曾经犯下的罪行,正被善良的人们以公益救助的方式不断缝补和弥合。

让这个世界充满爱和阳光,是人类的希望,也是熊猫的希望。正是有了这种心灵的相通,熊猫们安详而温柔地生活在人类的呵护下,乖顺得像个憨憨的顽童。它们以良善而毫无戒备之心看待人类,人类也以“国宝”的待遇,尽心照料着它们。不为互相取悦,只为和谐共处。

在中国境内,大量满足供应的竹子,让熊猫们怡然自得地生活。这是一种敬畏自然的保护,但保护的尽头,其实还是希望它们能回归自然,去过本来属于它们自己的生活。那才是尊重生命的本

质。

那样,地球才是地球的样子,世界才是世界的本来。

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