

这个版面,您是主角

身边发生的逸闻趣事烦恼悲伤,想找人说说,我们倾听。拍的照片、画的漫画、写的博客,尽管发来。



请拨本报热线 67659999

请加上本报 QQ407659842 群号 7738277、87496334

稿件、图片请投入本报邮箱: cjj@zzwb.sina.net

国庆非常“7+1”,征集非常玩法 想不想骑车去黄河边野炊?

“非常征集”持续升温,“集体活动”最招人爱

不知道十一怎么过?就来看看吧!昨日,晚报联合新浪河南网组织的《国庆非常“7+1”,征集非常玩法》又收到许多读者的创意和想法,有人提议到黄河边上野炊,有人准备去敬老院、孤儿院、困难户家里送爱心……

晚报记者 李丽君 实习生 种晓涵

小家庭活动:可以这样过

昨日,又有许多读者、网友通过打电话、发邮件、跟贴等方式参与活动,说出自己的想法和创意。

市民翟振国先生给记者发来一份详细的十一安排,这个安排几乎可以把大郑州了解一遍,非常适合小家庭使用,没有计划,不知道该怎么过十一的朋友可以参考一下。

“国庆大阅兵必看,一定很壮观。”翟先生说,接着郑州一日游。三环内逛完了,择日参观郑东新区,去金水东路参观省地质博物馆(有看头)。

逛完市内逛市外,先是黄河风景名胜一日游,然后郑州近郊游。

骑车去黄河边来场野炊

众多的“创意”中,读者对集体活动情有独钟。“假期里,旅游景点人多门票又贵,何不搞一次生态游,既省钱又回归大自然!”网友“采姑娘的蘑菇”发帖支持活动,他说,可来个“黄河一日游生态游”。

创意是这样的,早晨出发,以自行车为交通工具。“集体骑着自行车出游,绝对是郑州街头一



大亮点!有兴趣的还可以赛赛车。”到达目的地后,可钓鱼,玩玩游戏。到饭点时,埋锅造饭,大家把事先准备好的食物拿出来就可以野炊!吃完饭,有体力的可以顺着黄河走上几公里。下午五六点的时候返回,可以一起看电影。

如果可以的话,晚上也可以不回。带上帐篷在黄河边露营,再点上一堆篝火,彻底原生态

一把。“如果有条件,组织者也可以带上投影仪和影布,在黄河边上放个电影就更好。”

这个活动最好的地方就是省钱,环保。“这只是初步想法,还需完善细节,当然更需要一个组织者,大家要是喜欢,可以跟贴,我们一起策划下。”

过节,不要忘了“特殊人群”

“我建议十一假期去敬老院、孤儿院,到军烈属、五保户、困难户、孤寡老人家里送爱心。”网友 wuhh07 说,每到过节,每个人都会想着自己怎么玩,其实那些在敬老院的老人、孤儿院的孩子,还有孤寡老人更希望有人能想起他们。

参与创意,大奖等着你

昨日,许多读者打电话、跟贴表示想要参加活动,有的想做组织者,有的想参与活动。从今日起,每个被推荐的“想法”,我们都会在新浪河南论坛发布专帖,你只要进入论坛跟贴参与就可以。同时,市民也可以自己组织、联合相熟的朋友来选择喜欢的方案进行活动。

国庆非常“7+1”,非常玩法正在征集,你有什么招,能让市民不用出远门,就能轻轻松松过一个有意义的假期呢?如果你的玩法非常酷,可行,并得到读者们的认可,还有机会获得奖品哦!选出最酷玩法1名,奖品为价值500元的新浪背包;参与奖10名,奖品为新浪酒瓶盖。集体郊游、联欢派对、吃喝玩都行,大家有好的创意,赶快来PK吧!

活动这样参与:拨打热线:67659999,说出你的方案;发送邮件至:297236318@qq.com;跟贴参与: http://henan.sina.com.cn/bbs/bbslyhw/2009-09-15/bbs_11304325.html。



读者留言板

找桐柏南路23号 “老郑州”找了俩小时 没找到

武先生:我家在郑密路附近住,前几天到桐柏南路23号办事,在问了附近居民的情况下,找了两个多小时也没找到。按理说我是个“老郑州”了,没想到找个地方竟也那么费事。我本来要到一家公司办事的,网上标注他们公司的地址是桐柏南路23号,谁知桐柏南路上不仅没找到23号,而且19号到21号中间是98号,21号南边竟然是300多号。这里的号码牌也太不规范了,不知道是哪个单位负责装的号码牌。郑州人找地儿还难找些,如果外地人来郑州该多难找地方啊!希望有关部门关注一下。

买东西,钱被掉包

张女士:我爱人前几天在汽车北站附近一家商铺买东西,给对方张百元大钞,老板让他自己到货架上拿货,借此之机,老板将我爱人给的真币换成假币,说钱少个角,让换一张。我爱人也没在意,回家后才发觉钱被掉包了。在这里通过晚报提醒大家,以后消费,要先看清自己的钱(编号),这样就不容易被掉包了。

晚报记者 李丽君 实习生 种晓涵

椎间盘突出患者赶快报名 可免费接受中韩著名专家治疗

“全国中西医结合疼痛解决方案学术培训班暨研讨会”在郑举行,中韩著名专家莅临,将一显身手,5名椎间盘突出患者将享受免费治疗。

2009年9月18日-20日由河南亚太骨病医院诚邀国内著名疼痛科专家来郑州举行中西医结合疼痛解决方案学术培训班暨研讨会和免费为五名患者实行现场手术。参会人员由具有丰富临床经验的中科院望京医院支满霞教授、西安唐城医院柳健主任、北京荣国福疼痛研究院创始人王荣教授、韩国冲击波临床应用专家JOEY SHIH、河南亚太骨病医院院长王瑞等著名专家进行讲座。

专家阵容

支满霞 主任医师、硕士研究生导师、麻醉科主任、中国疼痛医学杂志编委,中华医学会疼痛分会麻醉与疼痛学组副组长,中国中医药研究促进会软组织疼痛分会常务理事。获得中国中医科学院科技进步二等奖,自主研发课题4项,参与编著《颈肩腰背痛非手术治疗》、《脊源性腰腿痛》、《老年乐指南》3部著作。

柳健 主任医师,椎间盘、关节病治疗中心主任,陕西省医学会脊柱分会委员,中华医学会继续教育部椎间盘微创技术培训中心主任,广西中医学院客座教授,青岛希敏骨科医院,长春骨伤科医院名誉院长,国

**5名椎间盘突出患者
免费手术**

为庆祝9月18日~20日“全国中西医结合疼痛解决方案研讨会”在郑州隆重举办,河南亚太骨病医院面向全省征集5名(颈、腰)椎间盘突出患者实施免费手术,国内知名专家莅临并亲自为患者手术。患者可享受免费到会场听专家讲座,根据自己病情可选择专家为您做治疗。在家门口让您享受国际一流的治疗,机会岂容错过!欢迎广大颈、腰、腿痛患者积极报名参加。

**报名热线: 0371-60109120
截止日期: 9月18日~20日**

内最早应用微创技术创建椎间盘专科,在微创技术应用中,根据其特点及人性化的治疗原则,已其独特的视角针对微创技术首创了“点对点”的特色疗法,为微创技术的应用和发展奠定了基础。

JOEY SHIH 国际软组织疼痛研究会理事,国际椎间盘微创第一人,汉一冲击波主设计者,韩国著名冲击波治疗专家。

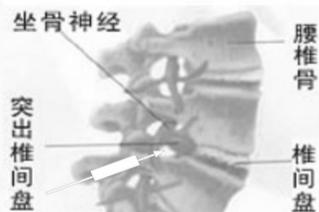
王荣 世界中医骨伤联合会常务理事、中国软组织疼痛研究会理事、山西省运城市颈肩腰腿痛医院院长,中国软组织疼痛第三临床诊疗中心主任,中国软组织疼痛研究会副秘

兼办公室主任,山西省青年医学专家。编著《软组织劳损性颈肩腰腿痛非手术疗法》《颈肩腰腿痛康复与治疗》。

王瑞 河南亚太骨病医院党支部书记、河南亚太骨病医院院长、河南亚太骨病研究院院长、中青年骨科专家、医学硕士、副主任医师,中国传统医学科学院教授、中国针刀学会理事。从事研究与治疗骨科疾病多年,对骨坏死、强直性脊柱炎、类风湿性关节炎、颈椎病、腰椎病、膝关节病、骨结核、骨髓炎、骨肿瘤等诊治有较高造诣,尤其运用椎间盘镜、膝关节镜、激光、射频消融术等微创新技术对颈、肩、腰、腿痛的治疗达到立竿见影的效果。曾发表国家级论文十余篇,并开发申请了多项国家发明专利。

河南亚太骨病医院引进目前国际领先的微创新技术,制定出一系列治疗颈、腰椎间盘突出症的特效方案,针对不同类型的椎间盘突出症,分别采用经皮激光髓核气化学、臭氧微创髓核溶解术、射频消融术、德国脊柱STorz椎间盘镜微创新技术。具有治愈彻底根治,安

全有效、时间短、无痛苦,个性化治疗方案使广大患者不但免除手术风险,已为众多颈、腰椎间盘突出症患者解除了痛苦,使他们重新回到了工作岗位。



河南亚太骨病医院
HENAN ASIA PACIFIC HOSPITAL

- ◆ 省级非营利性骨病专科医院
- ◆ 无假日医院 省、市医保定点医院
- ◆ 新农村合作医疗定点医院
- ◆ 中华中医药学会唯一指定“全国骨病临床技术继续教育基地”

医院总机: 0371-60109120
网 址: www.yatai120.com
医院地址: 郑州市景明街4号(经三路与晨旭路交叉口向东200米路北)
乘车路线: 市内乘21、80、98、K9、7路公交车到经三路畜牧场站下车