

E 杭州便利

《城市假日》周刊分类信息由
浙江广育时讯广告有限公司
独家代理

联系电话:88379606 传真:88379607
联系地址:杭州市湖墅南路247号浙江城市广播电视报大楼6楼

九月: 实惠与美景同行



文 / 胡鸿

“终于等到九月了，现在旅游最实惠了！”对于旅行者来说，每年九月都是他们不可放弃的一个出游时节。正如他们所期待的，8月底，不少热门线路随着暑期市场的结束而逐渐变淡，价格开始下调。记者从杭城各大旅行社了解到，不少旅行社纷纷推出特惠线、特价线。而机票折扣下降是线路价格调整的主要原因，中国内线路和东南亚线路价格下调幅度最大，降价400元——500元，而欧美澳非线路则未出现较大幅度的降价。

目前，除了成都、西藏、新疆、九寨沟等9月旅游的热门线路之外，大部分暑期线路都出现了不同程度的降价。浙江省海内外旅行社的王建萍告诉记者，主要调整的是暑期主打的海滨线和避暑线路。例如云南线路比7、8月份降低400元左右，青岛和大连线路价格的下调幅度也在300元

左右。浙江省中旅推出汉城、济州、釜山五日韩国游的线路价格调整为3699元，比8月中旬价格便宜500元。该线路8月29日和9月4日的团队一经推出就报名满额了。而一些常规线价格调整并不大，例如厦门、张家界、西安等地一年四季价格都趋于平稳，9月份价格降幅仅在百元左右。

不少精明的旅游爱好者选择9月出游，甚至把休假放在了这个时候。浙江省中旅的日韩部经理郭笑权开始筹备自己今年的休假计划，目的地锁定云南。在业内人士看来，9月是出游的黄金时间，气候、旅费以及各地的旅游资源和客流都达到了最优化的时候。9月是黄金周之前的过渡期，不少打算十一出游的人也将行程提前到了9月。九月，哪里旅游最实惠？一起来看看杭州各旅行社推荐的9月经济实惠的线路有哪些！

旅行社	线路	8月份价格(元)	9月份预计价格(元)	降价幅度(元)
杭州新世界旅行社	北京豪华双飞五日	2080-1980	1760	300
	昆明大理丽江束河古镇双飞六日	3580-3280	2980	300-500
	青岛大连豪华双飞五日	3080-2880	2480	400-600
	桂林豪华双飞四日	2080	1880	200
杭州大厦旅行社	蓝色牧场南麂列岛二日游	570-688	598	90
	浙东大峡谷松兰山二日	398	298	100
	北京双飞五日	2080	1780	300
	昆大丽双飞六日	3980	3380	600
	昆明、大理、丽江、香格里拉双飞八日	4680	3880	800
	厦门双飞四日	1680	1580	100
	成都九寨沟黄龙峨眉山双飞七日	4280	3880	400
浙江中青旅	青岛威海蓬莱烟台双飞五日	2980	2480	500
	昆明大理丽江虎跳峡三星双飞六日游	3830	3320	510-710
	海南五星纯玩双飞五日游	2900	2680	220-500
	青岛大连三星双飞五日游	2850	2680	170-300
	成都九寨沟黄龙乐山峨眉山双飞七日游	3800	3650	150-350
	北京三星纯玩双飞五日游	2220	2080	140

(以上线路价格仅供参考,以当日旅行社信息为准。)

- 资讯 E2
- 旅游 E3- E5
- 数码家电 E6 E7
- 通信数码 E8 E9
- 汽车 E10-E12
- 房产 E13-E16
- 教育培训 E17 E18
- 招聘求职 E19 E20
- 优惠 E21-E23
- 地图 E24

曲美

流行与欧美同步



减肥药芬氟拉明被美国食品与药品管理局(FDA)下令撤出美国市场后，引起了国际社会对减肥药品安全性的广泛关注。值得欣慰的是，曲美正是由于其独特的减肥效果和安全性，才在市场上风靡开来。由于减肥药安全问题的敏感性，盐酸西布曲明自80年代末在国外成功合成以后，国外的药学和医学科学家便以其进行了长期大量的动物毒理学、人体安全性试验。盐酸西布曲明近期和远期的有效性及可靠性被进行了充分评估。

就在国外科学家对盐酸西布曲明进行科学研究的同时，中国科学家也在以自己的聪明才智，对盐酸西布曲明进行着自己的研究。1996年以来，中国科学家用盐酸西布曲明对动物进行了长期毒理试验。1999年10月，盐酸西布曲明获中国SDA(国家药品监督管理局)批准，在中国进行有效性和安全性试验，探讨本品对中国人的有效性和安全性。这是其明显不同于保健品的地方，也是消费

者最关心的话题。经过长达半年的临床研究和医学科学家首肯，同期太极集团向SDA提出申请，并很快在2000年7月获得批准在中国上市，成为SDA批准的第一个减肥药。

曲美，道义与自信同行

任何药品都要求其必须遵医嘱或按说明书服用，曲美也不例外。这是曲美安全性的前提保障。曲美的推荐起始量为每天服药一次，每次10mg，可于早晨单独服用或与食物同服。如体重减轻不足，可将剂量调整至每天15mg。不推荐使用15mg/日以上的剂量。任何药品都有不良反应。曲美的不良反应多为轻度，根据曲美的药理作用和治疗作用预测，一般发生于起初服药的一段时间，多呈一过性，少数人持续时间稍长，多见于口干或饱腹感。发生这些现象时无需停药。

应对药品不良反应，药品说明书至关重要。美国FDA和欧洲CPMP关于药品不良反应有严格规定。因此，其对药品说明书的严格性达到了苛刻的程度。按照其要求，任何药物说明书都应将患者的健康保障放在第一位。如：对于在临床试验过程中药物可能导致的或不能明确是否与药物有关的任何不良反应均列入说明书，不良反应中或予以解释，即使仅仅有一例；对可能疗效不佳或不适于药物治疗的人群均需列入注意事项中。这些规定是为了充分保障消费

者的人身权利、理性消费权和身体健康而采取的措施，并成为发达国家制定药品说明书的通用标准。

曲美的说明书包括不良反应从美国说明书原文翻译而来，是我国最先参加国际通用标准(包括FDA标准)制订的药品说明书之一，这对于规范我国药品说明书并逐渐与国际接轨具有非常重要的意义，其意义超过药品说明书本身。同时更加有力地说明药物的科学性和安全性，此举将在以后的新批药物中逐步推广。应该说，只要严格按照曲美药品说明书规定的方法来服用，曲美的安全性会更有保障。



曲美“30-20-10”科学减肥法

曲美“30-20-10”瘦身法，是指每天30分钟有氧运动+每天减少20%热量摄入+每天1粒10mg曲美

每天30分钟有氧运动如：
1、跑步、打羽毛球、游泳、爬楼梯等；
2、饭后尽量站一会儿或散一下步，加快消耗，切忌立即坐或睡；
3、最好选择方便且自己能坚持的运动形式。

每天减少20%热量摄入：
其实做到这一点并不难，比如少吃一袋零食、少喝一瓶饮料、少吃一两米饭，尤其注意晚餐饮食不宜过多、过油、过饱，睡前尽量不就餐。

每天1粒10毫克曲美：早晨服用一粒，减肥效果持续一整天，无论坐卧走动，均可持续消耗脂肪；曲美可帮助养成良好的饮食经，并提高运动发热效率，配合适量运动和合理饮食能达到事半功倍的效果。

温馨提醒：

- 服用曲美时，因为加速了脂肪的燃烧，体内水份散失，可能会出现口干等正常生理现象，应多喝水多吃蔬菜，帮助加快代谢；(具体参见曲美正确服务方法)
- 如果由于种种原因，实在不能控制自己的“嘴”和“腿”，单吃曲美也同样能达到理想的瘦身效果。