

□韩爽

这一周，气温降得猝不及防，隔着厚厚的冬衣，也能感受到凛冽寒风的威力。

还好，当我们迫切需要相互取暖时，有那么一些或远或近的人和事，像冬夜里温暖摇曳的小火把，绵绵不绝地传递着光和热，让人心里暖暖的，感动满满的。

其中一个举起火把的人，是一位大洋彼岸的纽约警察。他那张送鞋给光脚流浪汉的照片，在短短两周内被全球数百万网友浏览和转发，还登上了《纽约时报》，被誉为寒冬中最温暖人心的一幕。事情的起因经过很简单：一个晚上，警察德普利摩在纽约时代广场执勤时，看到一个流浪汉光脚坐在地上，便聊天问了鞋号，然后买了双靴子送给他。一名路过的游客正好拍下这一幕并上传到网上，一双温暖全世界的靴子由此诞生。

而这个冬天里更多充满温情的画面，其实就在我身边上演。本周一，济南一名微博网友上传了一张照片，画面中，一位老大爷穿着打补丁的单薄衣衫低头坐在路边卖山货。该网友在山师附近偶遇这位81岁的老大爷，攀谈中得知，老人家凌晨四点从彩石镇出发，挑着扁担徒步走到闹市区兜售自制的山货，“希望济南的朋友如果看见他，多买点大爷的山货，让大爷温暖过冬。”连同我在内，转发这条微博的有近千人，大家纷纷表示，有机会一定会去这家山货摊照顾老人的生意。喜欢看这类充满正能量的“草根帖”，温情平实，却蕴含着人性的力量，唤醒了每个人内心深处爱与光。

很多时候，外界的寒冷，反而会驱使人们寻找内心的暖意；很多时候，我们哪怕仅仅拥有一点微不足道的热量，却也总想与他人分享——下班路上，从街边瑟瑟发抖的小贩那里买点东西，不去讨价还价，也算帮点小忙；得知近郊菜农的萝卜白菜快要烂在地里，趁周末开车去采购一番，回来分发给同事邻里，花钱不多，却可以为菜农减轻燃眉之急，又能拉近人际关系；响应单位号召，为贫困地区的人们捐出闲置的棉衣棉被，既帮助他人御寒取暖，亦可腾出家中被挤占的空间……

一个个小小的善举，在带给别人温暖的同时，也充盈着自己的人生。

原来，可以让我们心生暖意的，不是衣橱里昂贵的裘皮大衣，不是写字间里香浓的热咖啡，也不是和朋友“吃着火锅唱着歌”，而是心底萌生的善念，和寒冬时节向陌生人伸出的那一只只温暖的手。原来，一点点微弱的正能量，经过层层传递和叠加，足以汇聚成消融世间一切冰雪的力量。就像那轮与世无争的冬日暖阳，用一点温柔的热量，就能带给人们无限的温暖和希望。

在这个“起床靠毅力，洗澡靠勇气”的季节，不妨也试着给自己补充一点正能量，不要把心灵也包裹上厚厚的冬装，让日子过得像冬季的色彩那般灰暗无光。本期《都市消费》，我们将向你推荐一些兼顾温度与风度、提升腔调与情调的温暖小物，提醒你在冬季穿衣戴帽、起居方面格外花些心思。室外的温度虽然降下来，但生活的温度却要升上去。给自己和他人多一点爱和呵护，尽情享受家人的关怀、爱人的拥抱，你会发现，与“悲秋、伤春、苦夏”相比，原来冬天，才是一年中更容易感到温暖和快乐的季节。

温度，无关天气，而在心灵——心若有爱，阳光常在。

消费，
是一门艺术
消费，
是一种态度



本期主打>>
冬日暖洋洋 06-07

微节气>>

今日“大雪”

通常在每年的12月7日或8日，视太阳到达黄经255度时为“大雪”节气。《月令七十二候集解》说：“至此而雪盛也。”到了这个时段，天气更冷，雪往往下得大，范围也广，故名大雪。它和小雪、雨水、谷雨等节气一样，都是直接反映降水的节气。

微声态>>



@齐鲁晚报都市消费
山东，济南

五花八门各色消费
物语、败家宣言、生活
感悟持续搜罗中……

◎新浪健康

【哪些身体部位尤其其应防寒？】1.头，外出要戴帽子；2.鼻，每天用冷水洗鼻有利于增强鼻黏膜的免疫力；3.颈部，是人体的“要塞”，戴围巾穿立领装是防寒好办法；4.背，中医认为背为肾脉所居，感冒受风寒多从背部起始，所以保持背部温暖，可防感冒、固肾强腰。

◎武汉晚报

【冬天赖床5分钟有利健康】爱赖床的人有福啦！医生证实：从中医角度讲，冬季起床宜慢不宜快。人平躺时血液循环较平缓，如起身过猛血流不能立刻将氧气输送到脑，血压上不来，便可能产生头晕等不适。醒来后在床上多赖五分钟，对健康有益。

◎美图GIF

【冬天最讨厌的事】1.早上从温暖的被窝里爬出来；2.用很凉的水刷牙洗脸；3.在凛冽寒风中等公交车；4.为了保暖穿得很臃肿；5.浴室冲澡冻得瑟瑟发抖；6.只要是出门就不喜欢；7.骑车去上课或上班；8.洗衣服；9.很干燥必须大量喝水不停上厕所；10.没血气手脚一直冰凉。

◎窝窝团

【巧除衣服上的火锅味】冬季是吃火锅的好季节，但每次吃完火锅，衣服都会吸附浓浓的火锅底料味。这里跟大家分享一个小妙招，让你消除顾虑，大饱口福——找一个灌满清水的喷壶，加入一两滴柠檬汁，均匀地喷在衣服上，再到通风处晾干，就能轻松去除衣服上的火锅味道。喜欢吃火锅的童鞋不妨试试看！



中国 济南
国家AAAA级景区

九顶塔雪之舞滑雪场

本周六盛大开幕

住宿、会议、游园免费滑雪

多条独立雪道 最先进的压雪车 儿童专用雪道

品质 舒适 安全 实惠

游园内容：

- 1、16个少数民族文化村文化展示；4、揭秘国内首个杂把地；
2、6个齐鲁民俗文化村文化展示；5、非洲风情歌舞表演；
3、民族歌舞表演；6、特色小吃；土特产、工艺品展销。



马术健身（全天开放）



非洲风情舞蹈



民族狩猎舞



火龙钢花歌舞晚会

华东最丰富的冰雪娱乐项目

省内最专业的滑雪教练

江北最大的民俗文化节

各大旅行社均可报名

4006-353-999

www.9dingta.com

济南市历城区柳埠镇

直通车：泉城广场西北角早8:00发车（提前电话订座）

公交：88路、67路



聊城阿尔卡迪亚国际温泉酒店
LIAO CHENG ARCADIA INTERNATIONAL HOT SPRING HOTEL

—园林式五星温泉养生胜地—

"泉暖银冬"身心排毒之旅

人体的4S保养，您体验过吗？一天时间，为身体做一次“大扫除”，宛若重生！

* 御临泉一日游（通过济南各大旅行社报名参加，可享受团体特惠价格）

门票包含：温泉室内外区域、数码影视厅、健身房、休息厅、温泉泳池、温泉自助餐两顿

* 680元特惠套餐

（可通过济南各大旅行社或携程网/同程网/芒果网/艺龙网/旅游互联网/中国航信网预订）

含温泉门票2张+早餐(西餐)+中晚餐(温泉)+高标客房1间(一家三口小孩1米以下温泉门票)



御临泉

—鲁西的西双版纳—

济南各大旅行社均可报名 酒店驻济南办事处电话:0531—86985657 酒店电话: 0635—5181818 地址: 聊城市湖南路 最终解释权归聊城阿尔卡迪亚国际温泉酒店所有