

# 第二届新民晚报巅峰青少年减肥夏令营即将开营

去年夏天,新民晚报活动专版联合上海巅峰体育管理有限公司共同举办了首届新民晚报巅峰青少年减肥夏令营,帮助百余名肥胖青少年健康减肥,获得学生和家长的认可。今夏,第2届减肥夏令营将于暑假开始,现开始接受咨询报名。

**问:**夏令营对象是哪些学生?  
**答:**对象为小学一年级至大学在校学生。报名学生需满足以下条件:1.年龄:7至25岁;2.体重属超重和肥胖范围;3.身体健康,无传染性疾病,适宜参加体育运动。

**问:**夏令营活动主要涉及哪些?  
**答:**有氧运动项目,如游泳、有氧操、篮球等;关爱成长励志活动;健康减肥知识讲座;文化休闲旅游活动;大型文艺晚会活动,如营员

集体生日晚会、减肥明星表彰大会、文艺晚会等;“我的瘦身梦想”征文活动,择优刊登在晚报上。

**问:**夏令营是寄宿式的吗?每天的安排是怎样的?  
**答:**夏令营为寄宿式管理模式,每天早上安排1小时的军训晨练活动,上午和下午各安排1次持续时间为2个小时共计4小时的运动,晚上安排1.5小时活动,主要有:暑期作业辅导、健康知识讲座、阳光心理活动、观看电影等。每周外出旅游1次。

**问:**夏令营的报名时间?活动时间多久,地点在哪里?  
**答:**即日起至7月2日报名。入营时间7月8日,结束时间8月5日,为期28天。夏令营中基地是在上海体育学院,运动场馆和餐厅均在

上海体育学院内,住宿宾馆为上海体育学院旁的宾馆;夏令营大班基地是在东方绿舟,运动场馆、餐厅、住宿宾馆均在东方绿舟运动员训练基地。

**问:**夏令营费用是多少?都包括哪些内容?有二次收费吗?  
**答:**一次性收费,无其他收费,中班16800元,大班13980元。收费内容包括:1.入营前的体检和体质测评;2.入营后食宿费用、运动培训费用和旅游费用;3.营员运动背包、T恤2件、文具1套、雨伞、太阳帽、水杯及防蚊虫药品等。

**问:**电话和地址在哪里?  
**答:**全国免费咨询电话:400-880-2005(每天上午9时-下午6时,周末不休)。报名地址如下:  
1.晚报咨询报名地址:上海市

静安区威海路755号文新大楼42楼新民晚报活动专版部 联系人:冯老师 咨询电话:15001999822

2.巅峰减重咨询报名地址:上海体育学院科技园西座1楼(上海市杨浦区恒仁路350号) 联系人:刘老师 15000789669、袁老师 13761845673

**另:**夏令营减肥专家、上海体育学院博士生导师陈文鹤教授运动减肥专题讲座活动即将于6月16日举行,限100名学生及家长;预约参加讲座前50名家庭,将免费获赠陈文鹤教授主编《运动减肥》一本。讲座内容:1.免费肥胖度测试和诊断;2.夏令营减肥专家与家长面对面交流,答疑解惑。拨打电话:021-35321918 预订席位。

## 家乐福少儿京剧庆儿童节

6月2日,在天蟾逸夫舞台,家乐福(上海)联合宝洁、徐福记公司小观众们奉献了一场极富文化气息的儿童剧表演——少儿京剧专场。活动还特别邀请了上海福利院和新民晚报小记者团的小朋友。家乐福上海区长马丁还代表公司向浦东残疾人康复中心捐赠了价值3万元的康复设备。

本次少儿京剧专场剧目包括盘丝洞、三岔口、霸王别姬、火凤凰等经典剧目片段。国粹艺术华美的服饰、悦耳的唱功、精彩的打斗让观众大呼精彩。马丁介绍说:自进入中国以来,一直致力于企业本土化发展,努力融入中国文化,关注孩子们的健康成长,京剧是中国传统文化的精髓,已有几百年历史,对自己祖国文化的了解有助于孩子们增加对祖国的感情,希望所有孩子过一个与众不同的、有意义的儿童节。活动还邀请了福利院的孩子共度节日,体现了家乐福对弱势群体的特别关注。

## 高血压书籍免费发放

事实证明,高血压已成为我国在疾病控制领域的重灾区,并被确认为是导致中老年人致残、致死的“头号杀手”。专家指出:高血压治愈率低、易反复的主要原因是人们不重视和盲目用药,以致治疗效果不理想。

如何在治疗过程中减缓药物毒害及避免错误治疗,安全、有效、平稳地降压,就成了患者和医务人员关注的焦点。

北京出版社出版的《不用药物降血压》IS-BN 978-7-2000-7232-7介绍:只要有效地防治高血压,就能大大地降低并发症发生率和患者的死亡率。错误的药物治疗不仅会导致各种药源性疾病,而且还有可能加重某些相关疾病,因此,非药物治疗已越来越受到人们的认可和接受。

为普及高血压疾病防治知识,天地仁医药科技面向全国高血压患者免费赠送学习“高血压不吃药”的实用书籍。书中全面阐述了近年来高血压科研领域的全新成果,主要针对长期大量吃药、盲目用药、并发症不断出现并且日益严重的现象进行深度剖析。本书将告诉您一套全新针对高血压的方法,让您尽早摆脱病魔,走向康复。

**免费送书热线:**  
**400-062-3199**

## 茅台路上服商厦 中山公园龙之梦9楼 上服集团举办外贸集市夏季服饰秒杀周

598元桑蚕丝T恤 99元秒杀 满388元送128元骨瓷三件套

上海服装集团汇集国内各大外贸服饰在茅台路567号和中山公园龙之梦9楼举办夏季外贸服饰秒杀周活动。主办方从各地出口服装生产基地汇集到的各种当令新款时尚服装,采用集市式的开架方式,有各种真丝棉麻男女上衣、男女全棉恤衫、特大女装等都推出了不到百元的限时秒杀价格。指定专柜满388元送外贸骨瓷三件套,价值128元。

**580元梦中狼免烫衬衫 75元**

在这里梦中狼、海螺品牌的全棉衬衫免熨烫可机洗,专柜500多元的衬衫,这里只卖75元,并有特大尺寸。

**90欧元国外设计师品牌** 知名设计师品牌 LEVICKY 源自欧洲设计师设计,与欧洲专柜同步销售,原价90欧元,现价80元人民币。

**外贸品牌样衣专区5元起** 单鞋凉鞋99元/2双 在龙之梦9楼的城市奥特莱斯,加工出口丹麦及美国等地区的外贸订单单现成为秒杀

达人专区,花车陈列开来的T恤、牛仔裙、连衣裙等5-20元不等,时尚男女单鞋凉鞋99元两双。

**99元秒杀产品聚人气** 本周两处外贸集市推出了人气秒杀产品,皮尔卡丹牛仔纤维被99元,冠军鹿高档桑蚕丝上衣99元,水袖秀丝麻裤59元。

**地点1:** 茅台路567号上服商厦 电话:52060242

**地点2:** 长宁路1018号中山公园龙之梦9楼 电话:52393120

## 金贵的冬虫夏草 您吃对了吗?

《本草从新》记载,“冬虫夏草甘平保肺,益肾,补精髓,止血化痰,治膈症皆良。”因此,对于各种有养生需要的人群来说,可在日常进补些冬虫夏草来提高机体免疫力,从而预防各种疾病的发生。但如何鉴别真伪选择优质的冬虫夏草?新草为何更优于陈草?又如何科学食用?专家有话说。

据了解,冬虫夏草主要生长在海拔4000~4500米以上的高原雪域,而我国3000~4000米左右基本上都是藏族同胞生活的地区。因此,也有说是藏草,藏草三大主要产地是那曲、玉树和川北,每年4月中旬至6月中旬是藏区虫草的产新期,从低海拔区到高海拔地区陆续产新。在此春夏之交新冬虫夏草上市之际,世界卫生组织上海健康教育与健康促进合作中心健康宣教与康复辅导基地将特邀上海市瑞金医院沈小珩教授为广大市民讲解《金贵的冬虫夏草您吃对了吗?》,现场并将为听众展解新草与陈年草、真虫草与伪虫草的鉴别方法,让广大市民获得更多有关虫草的知识。课后还设置了答疑时间,就听众提出的相关问题一一解答。

**时间:**6月10日(周日)下午1:30—3:30 **课题:**《金贵的冬虫夏草您吃对了吗?》**专家:**上海市瑞金医院 沈小珩 **地点:**中国科学院学术活动中心(好望角大饭店 徐汇区肇嘉浜路500号)五楼 宗洛厅

详情可询:021-64311772  
相关活动可登录:www.shjjid-who.com

## 肿瘤转移不等于晚期

《癌症的免疫疗法》(ISBN978-7-81121-195-5 上海中医药大学出版社)指出:肿瘤患者免疫系统普遍存在缺陷并受抑制,进行综合免疫疗法能增加手术成功率;帮助顺利完成化疗;更能及时清除化疗难以杀灭的残存肿瘤干细胞。有助于阻止肿瘤复发转移延长生存期。

早在20年前,欧美日就开始把

肿瘤发生发展通常要10到15年,机体免疫保护功能远大于肿瘤扩散能力,但过度治疗往往会加速肿瘤的扩散和转移。免疫疗法在欧美日占据着肿瘤治疗主导地位,患者5年生存率高达70%-80%,而上海患者5年生存率仅稍高于30%。免疫防护意识淡漠、过度放化疗、盲目治疗造成了这一巨大落差。摘自《癌症只是慢性病》

常规治疗对进展或晚期肿瘤仍束手无策,患者多死于耐药和转移。

## 口臭口干对因治疗是关键

或不足,产生胃灼热痛、口腔溃疡、口干口臭、肠燥便秘,严重时使脾胃消化代谢能力减弱。口臭口干治疗的关键在于滋阴生津,清热泻火,行气消积三管齐下:阴液充裕可以滋养脏腑,改善消化代谢功能;养阴泻火可排除虚热内火;行气消积,使气机顺畅,疏肝解郁。患者可选用“养阴口香合剂。”养阴口香合剂名牌产品,国药准字专利产品,精选贵州鲜品金钗石斛;善补阴虚,补五脏,强阴益津。配以12味地道药材,每次30ml,量足

药好。治疗口臭口干、口腔溃疡、牙龈肿痛(牙周炎)、肠燥便秘、胃灼热痛等效果良好。有糖耐量异常者代谢功能患者可按说明书使用。建议患者按疗程使用,调整生活习惯,效果更佳。“养阴口香合剂”贵州万顺堂生产,全市各大药房有售批准文号:国药准字Z20025095 黔药广审(文)2012040056 上海备案号:2012年4月28日 请按药品说明使用或在药师指导下购买 电话:62041665



**黑黛,轻松解决您的脱发形象!**  
拨打电话到公司咨询 **4000-890-900**  
享4大免费体验,再送500元增发抵用券



# 对待脂肪肝酒精肝刻不容缓



# 安立清 保肝卫士护全家

安立清软胶囊,原料100%加拿大原装进口,引进德国科技,高提纯,高品质。国家食药监部门批准的专业对化学性肝损伤有辅助保护功能的保健食品,富含独特的肝细胞脂质分解因子,有助于清除肝脏多余脂肪,恢复脂肪代谢平衡。

**清肝养肝 远离酒精肝 摆脱脂肪肝**

浙食健广审(文)第2012040045号

适宜人群:有化学性肝损伤危险者  
不适宜人群:儿童、孕妇、乳母

轻松点击健康到家   **咨询热线: 400-821-3659**

世界卫生组织上海健康教育与健康促进合作中心脂肪肝防治科普教育基地

上海华氏、国大连锁药房有售,到下列门店购买“安立清”有惊喜:第一医药商店;雷允上药城;平民大药房;上海药房百盛;得一凯虹店、长华店,龙之梦店;国大曹杨店、天山店;联华复星港汇;汇丰淮海店、大木桥店;华氏北区桂林店、新世界店、大润发大宁店、大润发闸北店、易买得曲阳店、新特药店、家乐福武宁店、梅川店;开心人浦东店、南汇店;华源惠源店、光新店;益丰杨浦;雷北总店;养和堂张桥店、长岛店、陆家嘴店;富民金口、上南店。