

春节来哈旅游,游览、吃喝、购物选哪儿更有性价比

这份旅游攻略 带你玩转哈尔滨新区

□本报记者 张焱

春节来哈尔滨旅游,游览、吃喝、购物选哪儿更有性价比? 哈尔滨新区给你安排上,推出最全冬季旅游攻略。

哈尔滨冰雪大世界

冰雪大世界是世界上最大的冰雪艺术展览。夜幕下,在全园独特的龙形冰面上,七彩光效一路变幻,由四周照射而来,从冰面到主塔,从平面到立体,幻彩流光蜿蜒浮动,终于汇于主塔,如飞龙出水,直冲琼楼玉宇。走进冰雪美食馆,30多个优质餐饮品牌囊括了火锅、烤肉、甜品等品类,足以安抚挑剔的味蕾。

太阳岛雪博会

第36届太阳岛雪博会园区规划围绕2025年第九届亚冬会进行设计,在100万平方米的规划面积内,建设了赛事及艺术雪雕约232处,为世界各地游客打造一座洁白无瑕、美轮美奂的冰雪童话王国。

“渔嘉鳌”彩灯游园会

彩灯游园会位于龙江第一村,展示大型特色龙年灯饰和鱼灯天幕。2000余盏各色精致花灯、渔灯点亮“年味”。另外,这里还有扭秧歌、年货大集、铁锅炖……

极地公园

每天13时30分,极地公园极地广场的淘学企鹅冰雪大巡游准时开场。在这里,还有北极熊、北极狼、海豹、水獭……超多珍稀动物可以一次性解锁,让你享受与小动物的亲密时光。在茂密的热带雨林,游客可以化身“驯龙高手”。首创的极地白鲸水下表演——海洋之心,是让游客为之感动的视觉盛宴。

东北虎林园

这个冬天,哈尔滨旅游爆火,东北“金渐层”也藏不住了。在东北虎林园,还有一只网红虎,它就是受网友关注的“二埋汰”,是这个冬天虎园里最靓的仔。

黑龙江省科学技术馆

黑龙江省科技馆设置机械、能源与材料、航空航天交通、力学、数学、人与健康、电磁、青少年科学工作室、儿童科学、走进兴安岭10个展区,有600余件(套)展品。馆内还配备临时展厅、IMAX球幕影院、4D影院、科学互动剧场、学术报告厅等科



普服务设施,馆外花园式庭院里设有日晷、长征2F火箭、动脑风车等标志性展品。

哈尔滨大剧院

大剧院的设计灵感来自北国的冰雪风貌,整体建筑群犹如雪山般延绵起伏,又如同行云流水般顺畅自然。夏季像一条银色的绸带飘扬在碧水蓝天之间,冬季如江风削出的雪塑矗立于银装素裹之中。

哈尔滨音乐博物馆

音乐博物馆内展厅面积4000平方米,基本陈列依托哈尔滨百年音乐历史,立足时代发展变迁,共设15个展区,展出千余件反映不同历史时期哈尔滨音乐艺术发展轨迹的特色展品,讲述着开放、多元、包容、优雅的城市故事。

逛完景点感受商场文化

既然来到新区,一定要感受一下商场文化。这里的大型商超集吃喝逛于一体。

融创茂总建筑面积33.7万平方米,是集室内商业街、娱乐、超市、室内滑雪场、滑冰场、电影院、停车楼于一体的综合性购物中心。

哈尔滨杉杉奥特莱斯是集知名品牌折扣店铺、餐饮、精品超市、电影院、儿童乐园等为一体的名品购物中心,建筑面积逾13万平方米,场内250余间店铺,业态涵盖国际名品折扣。

枫叶小镇奥特莱斯是哈尔滨具有文化特色的欧陆小镇式奥特莱斯,是集购物、休闲、娱乐为一体的大型多功能奥特莱斯业态,是家人、伴侣和朋友购物休闲、假日旅游的胜地。

万象汇是13.5万平方米新型商业综合体,致力于打造家庭型体验式购物中心,布局儿童、餐饮、服饰等业态,引领全新消费潮流。

品尝东北特色美食

■福成厚江鱼■

地址:松北区村2路666-6号

参考价:99元/人

■胖姐渔村■

地址:松北区龙江第一村内4区(近东北虎林园)

参考价:138元/人

■松北香格里拉大酒店■

地址:松北大道1号

激情迎亚冬 冰雪暖世界

直肠癌总是悄无声息 这些“报警信号”要警惕

本报讯 近日,远东医院来了一位76岁的女患者,最近几天一直脐周丝丝拉拉的疼,还经常肚子疼,大便也不规律,时而便秘、时而腹泻,但这都没有引起重视,直到发现有便血的情况才到远东医院检查,拿到病理报告后,一如医生的预测,有好消息,也有坏消息。

越早治,预后越理想

远东医院消化内科主任(原黑龙江省医院消化内科内镜中心主任)石春林说:该患者肠内多发息肉,在进镜10cm处发现占位病变,这是她便血的原因。好消息是肠镜下精细观查肿物大小、形态及外观状态,应该还不属于晚期,如接下来检查没有发现周围淋巴结的转移,通过手术切除病变肠段加上有效的后续治疗,预后还是很理想的。石春林主任还提到,她这种病灶很典型,很容易被误认为是痔疮,肠道内出血,便血会呈深黑色,她的病灶离肛门很近,血色可能没那么深,会被误认为是痔疮,从而错过治疗时机。

查出了癌症,很多人会问:为什么是我?

为什么肠癌总找上这群人

都说癌症来时悄无声息,其实它给你发过很多“报警信号”,你都选择无视。也许是出于侥幸心理,觉得癌症找不上我;也许是出于恐惧心理,怕查出来人生无望。石春林主任说,有几类人群很容易被胃肠癌找上门,包括有家族史的,患炎症性胃肠疾病的,有胃肠息肉的,糖尿病和肥胖者,吸烟和大量饮酒者,粗粮、粗纤维摄入过低者,这些人要留意胃肠健康,有问题要及时就医。

这些“报警信号”要警惕

其实刘大娘患胃病已有十几年,这次在远东医院做的无痛胃肠镜,还查出胃内多发息肉、胆汁反流性胃炎,并通过内镜下息肉电切术将胃内息肉清除,及时解除了胃内“警报”。但肠内“警报”还需全身综合检查,来确定是否符合手术条件。刘大娘多年来一直有胃酸、胃疼、胃胀、消化不良等症状,时而便秘、时而腹泻,这些“报警”信号都没有引起重视,如今76岁了,还是第一次进行胃肠镜检查,如果提早进行胃肠镜检查,无论从治愈时机,还是花费上都更轻松许多。

冰城油画家手绘200多张明信片 为外地游客留下“哈尔滨记忆”

本报讯(记者 董艳春 文/摄)中央大街、索菲亚教堂、防洪纪念塔……在画笔的精描细绘之下,这些哈尔滨知名景点和建筑,以不同角度的美,被留在了明信片上。一个多月来,哈尔滨油画家张一杰已为各地来哈游客手绘了200多张明信片。关于冰城美好而温暖的记忆,也随之被带到全国各地。

在道里区东风街有一家名为“哈尔滨往事”的展馆,可以免费参观,张一杰在这里设有油画工作室。他告诉记者,自己平时主要创作油画。这一个多月来,随着各地游客来访,之前创作的几张手绘明信片在展馆一楼颇受关注,很多游客表达想要留存的想法。于是,张一杰开始现场绘制,这一绘就是200多张。

手绘明信片,是画家在空白明信片上作画的手稿。张一杰的手绘明信片采用两种画法:一种是先涂上主色,然后用钢笔勾勒出结构和骨架。另一种是先勾结构,再填充色彩。这也是钢笔淡彩的不同画法,后一种相对更精致一些。

来自苏州的韩女士说,之所以喜欢张一杰老师的手绘明信片,因为哈尔滨实在太美了,能把带着艺术感的美景放在一张独一无二的明信片上带回去,既有欣赏价值,又有收藏性。

因为前来参观的游客众多,张一杰经常变身哈尔滨的艺术成就宣传员。一名来自贵州的姑娘曾学习舞蹈,张一杰便告诉她,哈尔滨不仅是音乐之城,更是艺术之都,中国第一座芭蕾舞学校就诞生在哈尔滨……

看起来小小的手绘明信片,张一杰绘一张也要用半个小时,“艺术不仅仅是

靠技巧,它隐藏着城市的历史和文化底蕴”。一位南方游客对哈尔滨的老建筑流连忘返,特意让张一杰老师在自己的手套上画上马迭尔宾馆、原教育书店,两建筑中间的中央大街向远处延伸,尽头是防洪纪念塔……绘画展示的建筑风格集合了新艺术运动、巴洛克等,将哈尔滨欧陆风情的韵味巧妙地凸显出来。

