

健康周刊 Health

◎最贴心的健康专家

今年冬天不必再为健康东奔西走,我们为你打造最省时省力的健康互动

现在开始 健康100 陪你过冬

“健康100问”,免费义诊、讲座,网络互动等精彩活动等你参加,可拨打96060与我们联系

欢迎你今天又打开快报,翻起《健康周刊》。上周六立冬了。或许你根本没在意,因为那天的温度并不低。没关系,从立冬开始,冬季还要经过小雪、大雪、冬至、小寒、大寒,直至立春前一天,在这期间我们还会继续为你做健康提醒。当然你可能一直都不关心自己的健康,你觉得那些防病治病的信息对你来说基本无用。那好吧,谁也不能让你一下子就变成保健达人,但从这个冬天开始,试着多留点关怀给自己吧。你生病了,家人确实会难过,但真正遭罪的是你自己。如果你很忙,那就快速扫一眼文章的标题,相信总有一条信息对你或者家人有用。为了给你最实用的健康帮助,今天起,我们将启动“健康100”策划活动,在这个冬天为你打造最省时省力的健康互动。

“健康100”是什么?

全方位整合资源让你在健康路上省时省力

去年冬天我们做了三期《冬季保健实用锦囊》系列报道,每期针对十余种健康问题,从理论和实际出发,给读者最通俗、最具体的忠告,读者反响很好。所以今年十一长假刚过,编辑部还没开始准备下个月的选题,就有热心读者提前打电话提醒,同时还提供了各种选题建议。

很快读者嘴里的“下个月”就到了,而我们综合读者意见,精心打造的“健康100”系列活动也要面世了。“有阅读就有健康”这是我们一直想做的。你生病了,家人确实会难过,但真正遭罪的是你自己。如果你很忙,那就快速扫一眼文章的标题,相信总有一条信息对你或者家人有用。为了给你最实用的健康帮助,今天起,我们将启动“健康100”策划活动,在这个冬天为你打造最省时省力的健康互动。

“健康100”关注一切与健康有关的话题,不只是疾病

“大健康”概念是健康周

刊一直在为读者打造的——我们不只是关注身体器官、心理的健康,还有你的生活方式、美容护肤,只要与生活质量有关,我们都会把它当作健康来经营。对于“大健康”,每个人都有自己的理解和实践方法,你可以不认同这种生活,但不妨尝试一下,让自己的生活状态有一次改变的机会。或者你觉得这个概念太复杂,没关系,加入到“健康100”活动中来,这一系列活动会帮你看见、摸着“大健康”。

“健康100”能做什么?

平面活动:“健康100问”为你释疑解惑

晚上睡觉为什么老做梦?背部赘肉怎么减?怎样吃鱼更健康?多久掏一次耳朵比较好?去屑洗发水为啥去不了屑?哪些食物不能用微波炉加热?……不管你有怎样的健康疑问,大到如何吃药、看病,小到如何洗手、喝水,都可以通过各种方式向我们提问。我们将从所有问题中,挑出100条具有

代表性的,邀请专家解答。如果你的问题被选入在内,则有机会获得一份健康礼品。

现场活动:义诊、讲座给你更实在的指导

除了提问,你还可以把你感兴趣的与健康话题告诉我们,我们会以此作为参考,不定期举办各种不同形式的活动。比如,针对读者关注度最高的几个常见病种分别进行专场义诊、讲座,或者开展健康学习班,教大家一起辨认中药材,带大家一起学习中医推拿。

除了以上现场活动外,南京各大医院权威专家组成的快报全科专家团将继续为你服务。如果你有困扰多年的疑难杂症,可与专家团联系,我们将在第一时间联系相关权威专家,情况特殊的,记者也将陪你一起去看病。

网络活动:寻医问药,医生在线帮你答

袁医生在线是《健康周刊》近期推出的又一个互动平台,读者可发短信咨询也可上西祠指定版提问。由于版面有限,每次导医短信中只有个别提问能够见报,所以我们现在正着手改善这种互动方式——今后尽量将所有读者的提问放在网上回复,当然公布时我们会删掉你的手机号以及一切可能泄露个人隐私的信息。这样,提问没有见报的读者可以直接上网看到答案。同时,我们将完善袁医生在线互动平台,聘请不同科室的医生坐诊网络,及时回答大家的问题。

特别活动:送一份你能带回家的健康礼物

活动中后期,我们将会为读者送上一份可以带回家的健康礼物。届时,读者只要拨打96060报名即可免费领取。至于礼物究竟如何,何时赠送,敬请读者关注今后的系列报道。 快报记者 李鑫芳

参与有奖

无论你是有健康方面的疑问,还是对我们的活动有建议,都可通过以下方式联系我们。如果你的建议或问题被采纳,将会收到一份健康礼物。同时我们还为积极参与的读者准备了各种大奖,具体奖项设置,请关注每周一《健康周刊》。

热线:拨打快报96060,留下你的姓名、联系方式及想咨询的问题或想参加的义诊活动和讲座。

短信:江苏移动用户发短信内容到10620170881、江苏联通用户发短信内容到10620170271、江苏电信用户发短信内容到10620170631,移动和联通均免费发送,电信为0.5元/条。

邮件: kbjiankang@sohu.com
来信: 南京市洪武北路55号置地广场1815室《健康周刊》编辑部,邮编:210005(请在信中留下联系方式)

关爱。

从幼到老
在这里你都能找到自己的健康坐标
从身到心
健康不再是简单的寻医问药
衣食住行
涵盖健康的生活方式我们一起打造
健康周刊
陪你 超过“大健康”的生活