

# Leisure 假日休闲报

2019年  
3月22日  
星期五

## 北京天气预报

星期五 03/22	晴 15℃ 西北风<3-4级
星期六 03/23	晴 13℃ 北风<3-4级
星期日 03/24	晴 18℃ 西南风<3级

### 春风十里

## 不如和福彩共赴一场春日之旅

一直很喜欢冯唐的一句话:陌上花开,青山碧水,不染红尘。春水初生,春林初盛,春风十里,不如你。春天,是踏青的时节,也是恋爱的季节。在春暖花开的时光里,如果还没有遇到生命中的那个TA,不如先和福彩谈一场恋爱。买一张福利彩票,来一场说走就走的“旅行”,在拥抱春天的同时,体验福彩带来的快乐,不负光阴不负卿。

### 以春天为名 赴百花盛宴



花,最能感知春天。打破冬日积淀的沉闷,春日必定少不了一场“花事”。每年三四月间,花海丛生,置身其中,似乎忘记了人生几何。忙碌的您,若愿跟随福彩刮刮乐赴一场“花事”,享受片刻轻松,也不算辜负春天的美好。

“国色天香”是一款以牡丹为主题的即开型福利彩票,一套五张。画面上,绽放的牡丹如洛神出水般从容华贵,倾国倾城。它也是国内首款全票面带香味的彩票,低头轻闻,一股清香飘然而至,恰似被誉为国色天香的牡丹。

“玫瑰之约”,票如其名,



以玫瑰花为主画面,浪漫、甜蜜,象征着美丽和爱情。票面整体冷暖色调搭配合理,尽显热情奔放,又不失唯美高雅,充满艺术与幻想;采用银卡纸印制,使票面更加闪亮耀眼、炫彩夺目。

### 福彩刮刮乐 陪您静享春日时光

春日里,如果忙碌的您不想走出家门,那么,您可以在春日暖阳下,静静地窝在沙发上,放上一杯茶、一本书,再来张彩票,“相约咖啡”“以茶会友”,忘记过往忧愁,静享岁月的美好。

福彩刮刮乐“相约咖啡”以咖啡色为背景,咖啡豆、精美的咖啡杯、醇香的咖啡组成了刮刮乐“相约咖啡”文艺、浪漫、典雅的画面,使该款彩票充满了文化味和吸引力,寓意相约咖啡,共享温馨舒适、恬静安逸的休闲时光。

“以茶会友”是国内首次推出的两款香味彩票中的一款,票面采用油画形式展现中国的茶文化,渲染了茶清纯、幽雅、质朴的气质,具有极强的艺术感染力。刮开区采用特殊香墨工艺印制,随着摩擦刮开涂层,幽幽茶香飘然而至,使彩民们仿佛置身茶园。

我们总喜欢在春天里畅想有关美好的故事。那故事,或许正在发生,或许还未到来。不管“或许”,春风十里,让我们与福彩结伴而行,共赴一场春日之旅!



### “北京印象”带您领略历史名胜



欣赏过百花的浓烈,一款即开型福利彩票“北京印象”带您领略北京的历史名胜、人文景观。

“北京印象”是一款以北京著名景点为主题的彩票,票面采用流行的手绘风格清新唯美地呈现出北京的6个景

点,包括故宫、天坛、颐和园、北海等,充满了浓郁的京都风韵,使人有身临其境之感。

北京或许很远,但“北京印象”很近,它就在您身边的福彩站里。买张即开型福利彩票“北京印象”,就能领略北京的风采。

### 特色即开票 与您赴浪漫之旅



分别印有御笔峰、西海、宝峰湖、卧龙岭、鬼谷栈道等享誉中外的张家界著名景点;10元面值的“张家界风光”以张家界的金鞭岩为主题——金鞭岩是武陵源著名景点。

山东是旅游大省,一些著名的景区景点成为山东刮刮乐专题彩票的重要取材对象。东岳泰山名扬天下,“中华泰山”专题彩票便选取岱庙等五个景点的图片作为主画面,并以景点名称作为奖符。

黄河——中华民族的母亲河,在山东东营入海,“畅游天下——黄河口”彩票便取材于此,“日出黄河口”等十幅图片较完整地呈现了黄河的绚丽多彩;枣庄台儿庄——被称为天下第一庄,乃乾隆皇帝御笔所题,“畅游天下2——天下第一庄”彩票便取材于此,五个画面显现了这里的风光;趵突泉——被誉为天下第一泉,“趵突腾空”名扬天下,“畅游天下3——趵突泉”彩票便取材于此,五个画面将趵突美景纳入画中。它们共同构成了山东刮刮乐专题彩票中的“畅游天下”系列。

极具地方特色的福彩刮刮乐,票面上的景观或为高山峻岭,或为戈壁瀚海,或为一泻千里的河流……面对它们,很容易被这些鬼斧神工般的自然风光所陶醉。跟着福彩的脚步出门踏青赏花,体会福彩与自然人文融合的美妙之处。

“张家界风光”系列彩票是首款以湖南本土文化元素为主题的即开型彩票,票面设计浓缩了张家界的湖光山色,将风景名胜融入进入游戏娱乐中,是福利彩票和自然风光的美好结合。

“张家界风光”系列彩票有5元和10元两种面值,票面均以蓝色为主色调,给人清新、自然的感觉。5元面值的“张家界风光”一套5张,票面

### 健康小常识

#### 春季饮食养生的3个小技巧

随着冬天的过去,春天的到来,整个世界都开始悄然发生着变化,而我们的饮食方式也需要做一些改变。那么,你知道什么样才是春季健康的饮食方式吗?下面这些小建议送给你。

1、恰当的烹饪方式:中国美食种类繁多,同时中国食物有着多种多样的烹饪方式,爆炒煎炸等方式受到很多人的喜爱,这样的饭食看起来色泽更加的鲜美,味道更加的丰富,但是经常食用煎炸或者爆炒的食物可能会影响我们的身体健康,例如造成肥胖或者体内油脂过多,诱发心血管类疾病。

蒸煮的饮食方式是一种非常健康的饮食方式,可以在日常生活中更多的选择蒸煮来烹饪我们的食物,当然,并不是说爆炒或者煎炸的食物不可以食用,但是可以减少爆炒食物的次数,尤其是减少煎炸食物的食用次数。同时很多人可能会忽略掉凉拌的菜式,其实凉拌的菜更能保存食物中所含有的维生素以及多种矿物质,让我们获得更多的营养物质。因此在烹饪食物时,可以选择更加清淡的烹饪方式,也可以适当加入一些凉拌的菜食,这样更有助于我们的身体健康。

2、饮食均衡:现代生活中很多人都特别注重养生,蔬菜中含有着很多有益于我们身体健康的物质,但事实上我们不能偏重于某一种事物,健康均衡的饮食方式才是有助于我们身体健康的。适当的肉类;新鲜的蔬菜水果;一定量的鱼虾;一定量的蛋类,这些丰盛的食物可以让我们的营养更加均衡,我们的身体是由多种元素多种物质所构成的,营养均衡才有助于我们的身体健康。

3、避免重油重盐:在春季到来之时,清淡的食物更有助于我们的身体健康,但是我们对于味觉的感受同样不可忽略,丰富的味觉体验可以提升我们对饭菜食用的欲望,以及能够更好的促进肠胃消化。在日常生活中,过多的食用重盐或者是其他味道比较重的调料可能会给我们的身体造成一定的伤害,其实我们可以在日常生活中使用一些天然的调料,比如番茄和柠檬汁就可以提供一些酸性的味道。擅长使用自然界中这些天然调料可以更好的让我们食用到纯天然的饭食,更好地保护我们的身体健康。

春天渐渐到来,万物开始复苏,我们的身体也在慢慢的开始亲近大自然,一个健康良好的饮食习惯,对于我们每个人来说都非常的重要,学会以上这些春季的饮食方式,可以更有助于保持身体健康,让我们更好的去拥抱生活。