

春风十里不如读书的你

精品阅读渐成市民主流

□本报记者 盛丽文/摄

4月23日是世界读书日，书籍和阅读是人类文明传承的主要载体。近年来，人们在阅读上也发生不少变化，从泛泛而读逐渐向精品阅读发展。近日，记者走进中关村图书大厦和2016北京书市，感受人们阅读的氛围，倾听图书业内人士的分析。

4.23 世界读书日

养生图书更重精品阅读

近些年，健康养生类图书受到不少读者追捧，尤其以中老年读者居多。记者就“您平时会阅读什么类型的图书”随机采访10位中老年人，“健康、养生”这样的字眼被多次提到。“现在，中关村图书大厦健康养生类图书品种有2247种。”北京中关村图书大厦营销策划管理中心主任刘艳介绍。

养生类图书广受读者青睐，调查中记者也发现，近些年，读者阅读此类书籍的心态也发生着不少变化。刘艳回忆，大概在四五年前，人们对养生书籍趋之若鹜，“可以说出一本，读者就会追着看一本。大多数读者在阅读时只是处在泛泛而读的状态。”刘艳说，“而且，当时不少养生类图书内容也多为资料罗列。但是近一两年，人们阅读养生类图书发生变化，开始更注重精品阅读。”

励志图书阅读群体扩大

近几年，不少青年人会选择励志类的图书作为自己的阅读品种。白领欧阳最近正在阅读张德芬的《遇见未知的自己》和《重遇未知的自己》这两本书。“这种‘心灵鸡汤’类的图书，人阅读的时候



时候会感觉很安静，而且通过字里行间可以更深层次地感悟不少人生道理。”欧阳介绍，她每天晚上拿出一小时来静静的阅读。

那么近几年励志类图书又有什么变化?对此，刘艳说：“最近几年，励志类图书的出版内容，由单纯向青少年以普遍的理论观念教育为主的阶段，逐渐发展细分为从经济、管理、心理等方面。”

刘艳介绍，包括成功人士的案例分析等等，这些内容成为这一两年励志图书主要出版方向。随着图书出版内容的细化渐变、目标群体的宽泛，阅读的群体也由青少年慢慢向成年人扩展。

精品阅读渐成主流

刘艳介绍，近几年，中华传统文化精品图书，尤其是名家出版社的装帧精美、内容优秀的出版物尤其受到广大读者的欢迎。

而在“2016北京书市”上，记者也发现精品阅读逐渐成为阅读主流。这次的书市，通过专题

陈列、名人推荐等方式，向读者集中推荐数万种各类优秀出版物，引导广大市民读者由过去的“淘便宜书”，转向“选好书”、“细品读”，助力推动大众阅读迈上“精品阅读”的新台阶。

本次书市在精品畅销书区的显著位置设立主题图书展区。展区内，特别开设“主旋律精品出版物展示展”。此外，在“京津冀三地优秀出版物展”专区，读者可以选购《京津冀协同发展中的北京之路》等精品好书。书市还特别推出了“冬奥会精品图书展销”专区。同时，还举办“走向2022—漫步书海、快乐阅读‘2016北京书市’徒步活动”，健康专家赵之心将亲临现场带动广大读者在花香书海中感受不同凡响的健身运动。

传统文化图书受家长欢迎

给孩子买什么样的图书，也是不少家长考虑的问题。每逢寒暑假，记者都会在不同书店儿童

图书区域，看到手捧图书阅读的小朋友。刘艳介绍，“儿童图书一直是家庭教育的首选，尤其是近两年，开发儿童头脑潜能，调动儿童发散思维被家长们高度关注，科普类图书、绘本类图书逐渐进入家长为孩子选择课外读物的必选范围。”此外，刘艳还表示，传统文化教育方面的图书，比如《百家姓》《三字经》等等也非常受家长的欢迎。

值得一提的是，在“2016北京书市”上也有不少专为小读者设计的阅读活动。比如，“童书嘉年华——全家阅读总动员”主题活动，以趣味性、知识性、互动性、参与性为原则，邀请广大家长和小朋友们积极参加，引导孩子们从小培养热爱读书的良好习惯。

多种活动促进阅读

在信息化、快节奏的时代，人们在阅读上也有着更高的要求。调查中，记者发现，越来越多的图书销售方不断思考，开始在引导读者爱阅读、阅读精品上“下功夫”。

在4月15日开幕的“2016北京书市”上，记者注意到，主办方特别邀请王蒙、杨澜、马未都、刘一达、姜华、罗振宇等知名人士为读者推荐好书。

不仅是书市，很多书店也在引导读者爱上阅读上做出多种举措。对此，中关村图书大厦的办法是组织公益活动。“我们每年都会组织公益活动200余场。”刘艳介绍，“可以说，月月有主题阅读活动，周周有公益阅读活动，形式包括讲座、签售互动活动，以及专题、特色图书展销。”

春季皮肤瘙痒? 试试苦参汤

春天人体新陈代谢能力逐渐提高，皮脂腺分泌日益增多，这个时期，皮肤非常敏感，很容易瘙痒、过敏等，苦参汤可以有效缓解瘙痒。

苦参汤成分有野菊花、银花、苦参、石菖蒲、黄柏、白芷等等。具有清热润燥，祛风止痒作用。外用具有抗炎、抗菌、消肿、抗过敏等多种药理作用，其止痒效果显著，对于多种内外因素引起的瘙痒剧烈，一般使用一

次就能见效。

苦参汤在治疗皮肤病上用途十分广泛，凡是遇到有关疥癣风癣、湿疹皮炎的皮肤病，无论是由于过敏性变态反应，还是细菌、真菌性感染，以及节肢动物叮咬等引起的，伴有皮肤红斑、严重瘙痒等，都可以使用苦参汤进行治疗，效果较为明显。建议取本品煎煮，或适当稀释2-3倍后，涂擦、清洗或浸泡，一日一至两次。

(张颖颖)

本周33种生活必需品价格走势

采集日期：2016年4月20日

单位：元/公斤

品名	崇文门菜市场	白纸坊店 美廉美超市	府右街店 顺天府超市	双井店 家乐福超市	新华百货店 物美大卖场	公益西桥店 乐天超市	太阳宫店 京客隆超市	太平桥店 永辉超市	日均价	环比涨幅
鸡蛋/公斤	7.36	7.16	7.98	7.38	7.16	7.18	7.98	6.96	7.40	-1.79%
土豆/公斤	5.98	7.98	7.96	6.78	5.98	10.96	5.38	6.78	7.23	3.70%
白萝卜/公斤	5.16	/	3.56	3.38	2.76	2.56	3.96	3.18	3.51	-14.13%
胡萝卜/公斤	7.36	5.38	5.96	4.78	5.38	11.16	5.96	4.78	6.35	12.90%
大白菜/公斤	2.76	/	1.96	1.98	5.98	3.56	2.38	3.38	3.14	-21.93%
西红柿/公斤	9.98	8.76	7.98	7.38	9.98	7.96	9.98	7.38	8.68	0.03%
黄瓜/公斤	3.38	3.38	3.98	3.38	3.38	3.56	3.92	2.78	3.47	-21.09%
葱/公斤	13.98	15.98	11.96	11.38	15.98	18.56	19.8	13.98	15.20	-6.18%
姜/公斤	6.36	5.98	3.9	4.6	5.98	5.16	5.56	7.98	5.69	-21.87%
蒜/公斤	13.98	13.98	11.96	15.98	15.98	20.96	17.98	13.98	15.60	-3.11%
圆白菜/公斤	4.36	3.38	2.96	3.38	3.36	3.16	3.76	5.98	3.79	-25.17%
芹菜/公斤	4.76	3.96	4.36	3.36	3.96	2.96	4.78	5.38	4.19	-18.88%
菠菜/公斤	3.16	3.16	5.96	3.36	3.16	11.96	3.98	5.98	5.09	-6.21%
油菜/公斤	2.76	3.16	1.98	3.36	3.96	3.36	2.56	1.98	2.89	-18.97%
富强粉/公斤(古船)	3.98	/	3.32	3.1	/	3.98	3.3	/	3.54	-3.24%
大米/公斤	4.18	4.18	5.56	3.98	4.18	4.74	5.56	4.98	4.67	2.19%
玉米面/公斤	3.96	3.76	4.36	11.6	3.96	5.96	4.78	5.98	5.55	1.84%
绿豆/公斤	11.96	11.96	14.8	11.98	11.96	11.96	13.98	11.98	12.57	-1.95%
花生油/升(鲁花一级)	27.98	27.98	27.98	27.98	27.98	27.98	27.98	27.96	27.98	0.00%
大豆油/升(金龙鱼)	9.7	9.68	8.76	8.58	9.68	8.7	8.58	8.56	9.03	-0.74%
香油/升(古井)	43.33	44	56.44	55.56	44	50.88	57.11	57.56	51.11	-6.11%
后臀尖/公斤	41.8	27.96	31.8	29.6	29.96	33.8	31.2	31.96	32.26	2.14%
前臀尖/公斤	41.8	25.96	31.8	31.8	25.96	23.6	31.96	27.96	30.11	0.82%
五花肉/公斤	57	25.96	39.8	27.42	27.96	39.6	53.8	31.96	37.94	7.30%
牛腩/公斤	87.6	37.96	67.6	49.6	37.96	105.6	79.8	55.96	65.26	-6.11%
羊肉片/公斤	87.6	/	73.6	57.6	71.6	79.6	65.6	79.6	73.60	0.00%
鲤鱼/公斤	19.6	17.98	21.6	27.98	13.98	19.8	/	11.98	18.99	11.44%
整鸡/公斤	25.8	23.98	25.6	15.96	17.98	17.98	19.76	23.76	21.40	-4.16%
鸡翅中/公斤	67.6	39.76	41.96	47.6	39.96	45.6	/	45.96	46.92	-4.60%
鸡胸/公斤	25.8	17.98	25.6	23.6	17.98	11.96	/	17.96	20.13	-1.40%
三元加钙(袋)243克	2.1	2.5	2.1	/	2.2	2.1	2.1	2.1	2.17	2.01%
加碘低钠盐(袋价)(400克)	2.8	2.8	2.8	2.8	2.8	/	2.8	2.8	2.80	0.00%
白糖/公斤	13	5.98散	12.4	10	13	11.8	13	12.4	12.23	1.66%

说明：表中各商品价格为该市场最低价。*为会员价

(以上信息由北京市职工物价监督总站提供)

丰台工商开展南中轴路综合整治行动

近日，丰台工商大红门工商所积极配合区南中轴路综合整治工作指挥部，联合大红门街道办事处、食药、公安等多部门联合开展南中轴路沿线综合整治活动。综合治理南中轴路沿线违法广告牌设置、无证无照经营行为、违法建筑等问题。丰台工商在前期数据摸排的基础上，对重点区域进行现场核查，当场取缔无证无照经营户15户，并协助其他执法部门拆除违法广告牌25块，拆除违建300余平米。有效整治了南中轴路地区无证无照经营等其他违法行为。丰台工商部门表示，将进一步对辖区内涉及重点地区和重点行业的无证无照经营情况进行核实摸

排，严厉打击相关违法经营行为，确保辖区违法经营得到有效治理。

吴建纲

