



任你外省如何降温 我省多地却超30℃

据中央气象台网站消息,受新一股冷空气影响,8日至10日,我国西北地区大部、华北、黄淮、江淮、江汉、江南等地有4~6级风,上述地区气温下降6~8℃,局地降温达10℃以上。与之形成鲜明反差的是,云南多地气温居高不下。

在云南,6日至8日,西南部、南部、东北部以及金沙江河谷、红河河谷地区,多地日最高气温超过30℃。未来受静止锋加强影响,降水的到来,会令昭

通多地的日最高气温明显下降。我省南部虽然有局地阵性降水,但大部地区的高温,还会持续刷存在感。

气象部门预计,今天,滇西、滇南有雷暴、局地短时强降水或冰雹等强对流天气。具体来看,今天,昆明主城区晴间多云,气温11~24℃。迪庆、怒江、丽江、大理、保山、德宏、临沧、普洱、西双版纳、红河南部多云有阵雨局部中雨;昭通北部、曲靖北部阴有小雨;其他地区晴间多云。

本报记者 孙琴霞

白内障手术要做好 晶体的选择是关键

白内障,是全球第一的常见致盲眼病。而白内障手术要做好,除了医生技术要好,晶体的选择也至关重要。明天下午2点,德国蔡司公司携手普瑞眼科将开展白内障公益讲座,有需要的朋友可以到现场报名参与。届时,普瑞眼科白内障专家叶叶芬,将为大家讲解如何科学选择人工晶体等眼睛健康知识。

据了解,今年,昆明普瑞眼科医院引进了蔡司首款高端非球单焦点晶体。凭借其独有的光学技术优势和最新推出的高端单焦点人工晶体,患者术后视界更加清晰。叶叶芬表示,该款新晶体是全预装式人工

晶体,手术过程中与外界没有任何接触,确保其始终处于无菌状态,操作安全、高效。晶体特殊抗偏心、抗倾斜设计,术后视觉效果非常好。

“白内障手术要做好,人工晶体的选择是关键。目前,人工晶体的品种和类型非常多,不同的晶体有不同的特点和功能。为达到良好的术后效果,除了根据患者的眼部条件来选择外,还要结合患者本身的用眼习惯,进行综合评估,从而制定个性化的诊疗方案。”叶叶芬强调,从大量的临床结果来看,蔡司单焦晶体对于一些远视力要求较高的患者来说,是很好的选择。

本报记者 苏煜

昆明旅行社(国际)有限公司 四季情旅游

东欧五国+巴尔干10国+希腊31天
6月14日 一价全含 14200元

东欧河轮奥匈捷14天
6月21日 一价全含 18200元

埃及+土耳其深度18天
5月24日 9999元/人

希腊+土耳其深度16天
5月29日,6月1日 14099元/人

以色列约旦12天
6月23日 16999元

更多团期电话详询
昆明东火车站海晏饭店昆昆附楼一楼105-106

伊朗+格鲁吉亚+亚美尼亚+阿塞拜疆18天
云南独立组团;全程4-5星级酒店;提前40天退团零损失
9月7日 一价全含 29800元

提前150天优惠3000元;100天优惠2000元;50天优惠1000元
以色列+约旦+土耳其20天
云南独立组团;精品小团,全程入住4-5星级酒店
5月5日(最后4位) 尾单特价17999元

土耳其+希腊(扎金索斯+圣托里尼)20天
云南独立组团;全程入住4-5星级酒店
5月22日(零时掉位)尾单特价17999元
金牌日本@本州+神户+三古都+双温泉7日游
5月1、8、15、21、29日 一价全含 7380元 会员立减800元

朝鲜5日游
出团:天天 报价 3680元/起
俄罗斯+北欧四国+爱沙尼亚+德国15天
出团:5月16、23日 报价 16500元

微信扫一扫
旅游攻略分享会

中商国旅·非凡之旅 电话(微信): 13678751850、18788591959
地址:春城路与环城南路交叉口百富琪B座10楼1013室

高品质旅游十八年 高源

1. 广州、深圳、珠海、香港、澳门+港珠澳大桥 火车十天友情价: 4月13日,5月9日 一价全包,16人以上小团,有领队,不收老年人附加费,进三个店,自愿消费。香港住2晚,澳门住1晚,深圳2晚,广州1晚,珠海1晚,空调中下铺,独立组团。备有高铁或飞机 3980元/2980元(6天)

2. 西柏坡、五台山、悬空寺、云岗石窟、雁门关、太原、晋祠、平遥古城、乔家大院+壶口瀑布、南泥湾、延安、黄帝陵、武则天墓、法门寺、兵马俑、华清池、华山、大慈恩寺、明城墙单飞纯玩15(16)天4890元5月11日
山西60岁以上免门票,陕西65岁以上免门票,可免费加景点,全程包车,纯玩无自费,三星酒店,30元餐标,加200元至300元可直飞石家庄,飞机比高铁还便宜

3. 华东十市:杭州、绍兴、乌镇住1晚、上海2晚、周庄、苏州2晚(拙政园、留园、虎丘)、无锡、镇江、扬州、南京2晚单飞12天3990元5月9日(慢游行程,一次游遍华东美景,可加普陀山和溪口或北京或黄山)

4. 武夷山2天(天游峰、九曲溪、武夷宫、虎啸岩、大红袍、水帘洞)、福州西湖公园、三坊七巷街、崇武古城、泉州开元寺、鼓浪屿、大厝岛、集美镇、鳌园、南普陀寺、胡里山炮台、永定土楼 高铁纯玩十天3900元(住鼓浪屿1晚)5月11日

5. 济南、泰山、曲阜孔庙、日照、青岛(栈桥、太清宫、小鱼山、八大关等)、威海刘公岛、千年蓬莱阁古迹、烟台+旅顺、大连、兴城、葫芦岛、北戴河、山海关、单飞15天5290元(可加承德或北京)5月9日

6. 环游江西安徽:景德镇、三清山、婺源、徽州古城、黄山西海大峡谷、九华山、庐山、南昌滕王阁 单卧单飞纯玩10天4590元5月11日 7. 宁波、溪口住1晚、普陀山住1晚、桃花岛、天台山住1晚、雁荡山住1晚、楠溪江、温州、江心屿 单飞纯玩九天4600元5月10日

8. 古徽州一府六县:绩溪(龙川、湖村)、歙县(棠樾牌坊群、鲍家花园、许国石坊、唐模、呈坎、潜口)、黟县(宏村、西递)、黄山西海大峡谷、休宁齐云山、婺源(江湾、李坑、彩虹桥) 单飞纯玩十天5月10日4590元

9. 贵阳、青岩古镇、荔波大七孔、小七孔、千户苗寨、舞阳河、镇远古城 双高铁纯玩六天或十二天2490元4月18、25日,5月10、16日

10. 巍山古城、无量山、凤庆、双江、冰岛村、沧源、翁丁寨、镇康孟定镇、临沧市、南浦汽车八天3380元10人小团

11. 环游大西北:西宁、黑马河、青海湖、柴达木盆地、茶卡盐湖、德令哈、托素湖、可鲁克湖、翡翠湖、大柴旦、一号公路、阳关、玉门关、汉长城、敦煌鸣沙山和莫高窟、瓜州榆林窟和锁阳城、玉门桥古城、嘉峪关城楼、酒泉圣迹、张掖七彩丹霞和大佛寺、祁连卓尔山、冰沟、大草原、阿柔大寺、门源、双飞11天5900元5月15日,6月10日(全程2800公里11天走完,早飞西宁,晚西宁飞昆明,三星级酒店,30元以上餐标,纯玩无自费,独立组团,2017年6月高原随团走过)

12. 环游川西:四姑娘山、小金土司官寨、丹巴甲居藏寨、八美镇、塔公草原、新都桥、理塘、稻城、亚丁、日瓦镇、雅江、康定情歌、泸定桥、上里古镇、成都双卧11天3890元(可加色达2天)5月15日,6月16日

13. 环游甘南:兰州、中山桥、黄河母亲雕塑、水车园、拉卜楞寺、郎木寺、桑科草原、花湖、若尔盖大草原、扎那那石城、腊子口、官鹅沟、麦积山石窟、伏羲庙、胡氏故居 双飞8日(纯玩团)4390元5月15日,6月16日

14. 环游西藏:拉萨、布达拉宫(羊八井)、三大圣湖(纳木措/羊卓雍措/巴松措)、日喀则、林芝单卧双飞14日7590元(昆明飞西宁,青藏火车到拉萨,拉萨飞昆明,慢慢逐渐适应高原海拔才安全,高标准团)

15. 西贡、贡德、黄塔、塔尔寺、拉萨(布达拉宫/羊八井)、三大圣湖(纳木措/羊卓雍措/巴松措)、日喀则、林芝单卧双飞14日7590元(昆明飞西宁,青藏火车到拉萨,拉萨飞昆明,慢慢逐渐适应高原海拔才安全,高标准团)

16. 朝鲜双飞双高铁六天 5980元5月10、16、20日(一价全包,4次接送,昆明到沈阳双飞,沈阳到丹东双高铁,住一级酒店,全程含餐)

17. 价格优惠的:日本、吴哥、老挝、柬埔寨、越南、缅甸、芽庄、富国岛、尼泊尔、斯里兰卡、西欧、东欧、北欧、俄罗斯、英国爱尔兰西班牙葡萄牙、美国、澳新、各种邮轮

手机:13577169766 高源, 13529104768 春, 13987653500 李, 15887028733 刘 新地址:春城路上国贸中心10号门四楼405BC室

昆明铁路局集团国际旅游服务有限公司 昆明铁路国际旅行社

国内游中心

1. 贵阳、大小七孔、千户苗寨、梵净山高铁6日游4月21日,5月17日 2180元/人(起)

2. 桂林、北海、涠洲岛8晚9日单卧双高铁游 5月10日 2280元/人

3. 西藏全景游:拉萨、林芝、日喀则、纳木措十二晚十三日游 5月9日 3890元/人

4. 穿行晋冀豫(河北、山西、河南)三省11晚12日 5月10日 2580元/人

5. 北京天津+华东六市双飞10日游 4月29日 3580元/人

6. 大美青海:茶卡盐湖、青海湖、祁连、张掖8日游 5月28日 2790元/人

价格优惠 代办入台证、各国签证! 我社可代办入台证、各国签证! 价格优惠 欢迎来电咨询!

出境游中心

越南老街、沙巴、河内、下龙湾、吉婆岛5晚6天游 5月1日出团 580元/人

捷克、匈牙利、斯洛伐克、克罗地亚、斯洛文尼亚、德国、法国、意大利、瑞士、奥地利 东西欧经典10国游(一价全含) 5月12、19日 16800元/人

中国台湾环岛7晚8日双飞游(港转) 中国台湾环岛7晚8日双飞游(直飞) 5月6、13、14、20、21日 个签4000元/团签4200元 5月6、8、10、13、17、20、22、24、27、29、31日 个签4600元/团签4800元

马来西亚——沙巴4晚5日游 5月1日 3588元/人

浪漫土耳其全景12日游(全程5星标准,昆明上领队) 4月24日,5月8、22日,6月5、19日 9399元/人

辽宁丹东,朝鲜(平壤、开城、板门店、妙香山)异域风情十日游 5月21日 3990元/人

俄罗斯7晚9日游(无任何保底自费) 5月3、6、10、13、17、20、24、27、31日,6月3、5、7、10日 7588元/人

报名地址:昆明火车站铁路大厦综合楼一楼出境游中心 国内组团:66302557、66302591、66302590 报名电话:66302563、66302558

“齐鲁风光、海滨风情”山东(青岛/烟台/蓬莱/威海/济南/泰山)+大连、旅顺11日游 预计出发时间:5月5日 价格:2680元起(提前报名优惠80元)

专列加高铁“华东+福建”11日游:华东五市(上海/南京/杭州/苏州/无锡/水乡)+武夷山+土楼/厦门鼓浪屿 预计出发日期:5月5日 价格:2880元起

“大漠风光·西域风情·大美新疆”大西北暨新疆深度游夕阳红“空调”旅游专列 预计出发日期:5月19日 (4月28日前报名赠送火车餐,团体会员优惠价)

线一:宁夏(银川西部影视城/青铜峡108塔/中卫沙坡头)新疆(哈密魔鬼城/吐鲁番/乌鲁木齐/天山天池)甘肃(敦煌莫高窟/嘉峪关城楼/张掖丹霞山)14日游 价格:3180元起

线二:大美新疆深度游:南部(喀什/帕米尔高原/香妃墓)/北部(伊犁/赛里木湖/霍尔果斯/吐鲁番/乌鲁木齐/敦煌莫高窟/嘉峪关城楼/张掖丹霞山)14日游 价格:3680元起

“闯关东、看草原、赏边境风情”东北内蒙夕阳红“空调”旅游专列 预计出发日期:5月31日 (5月5日前报名赠送火车餐,团体会员优惠价)

线路:呼伦贝尔大草原/中俄边境满洲里/哈尔滨/沈阳/吉林长白山/山海关/秦皇岛/北戴河/山西大同(云冈石窟、悬空寺)16日游 价格:3180元起

“寻梦俄罗斯、探访朝鲜”俄罗斯海参崴/朝鲜南阳(或平壤、妙香山)/中国吉林(琿春、图们)/绥芬河/秦皇岛/北戴河 预计出发时间:5月31日 价格:3880元起

报名电话及地址:昆明铁路 63529020、63521121、18669078500 火车站铁路大厦办公楼一楼专列部 温馨提示:10人以上团体、会员、铁路职工家属优惠价!

云南专列·游遍神州