

健康

### 重视春季护肤



春季，人体肌肤特别是面部肌肤容易变得敏感脆弱、干燥粗糙；瘙痒症、湿疹、荨麻疹等都是好发疾病。因此，加强对肌肤的保养，注意预防皮肤病尤为关键。

外：正确洁肤是护肤第一步

1、正确洁肤。洁面产品可以选择无泡沫的洁面乳，无泡沫洁面乳一般比较温和。此外，洁面不要过频。中性皮肤可以每天一次，干性皮肤每天要两到三次，油性皮肤一天一次为宜。

2、选择合适的保湿护肤品。护肤品，选择适合自己的、保湿效果好的乳液或面霜。

内：补充维 A 有助保水

多喝水，补充皮肤和体内水分的流失。此外，由于人的体液呈现弱碱性，所以多摄入碱性食物如蔬菜、瓜果、豆制品等，可以使皮肤细腻光滑。建议春季多吃些胡萝卜，因里面含有大量的β胡萝卜素。

蜂蜜对人体各个系统都有不错的调补作用，可以让机体的免疫力和抵抗力都得到一定程度的提升。另外，科学家研究发现，猪肉可以适当地对吸入体内的煤烟、重金属进行解毒。同时，猪肉里面还有大量的维生素 A，具有滋阴润燥、丰肌泽肤的作用。

商业圈

### 京城下榻好去处

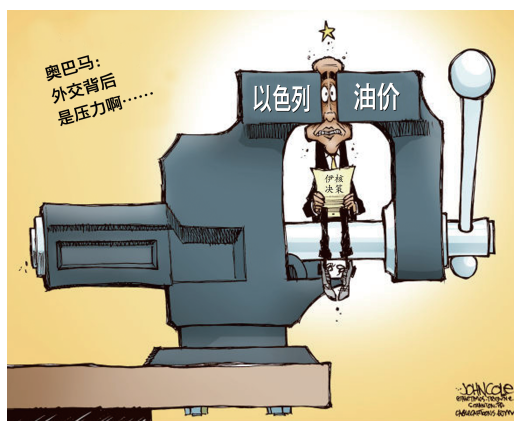


北京歌华开元大酒店是一家五星级豪华商务酒店，位于鼓楼外大街19号（010—62028888）。酒店拥有8个风格各异的餐厅和酒吧，由名厨制作杭帮菜、粤菜、湘菜、燕鲍翅等精品美味，另有意大利及东南亚风味美食供选择。

漫画

### 盟友，还是石油？

3月8日，以色列总理内塔尼亚胡在结束华盛顿的会谈返回后说，以色列将给制裁伊朗的措施一次发挥作用的机会，未来数天或数周内不会袭击伊朗核设施。对美国来说，一边是盟友，一边是石油，要摆平两头有点难。



漫画作者: John Cole

热脸

### 林建海



国际货币基金组织(IMF)执行总裁拉加德7日发表声明，宣布任命中国籍的雇员林建海担任该组织秘书长。林建海成为该组织成立以来首位获任此重要职位的中国籍雇员，也是IMF继现任副总裁朱民之后的又一中国籍高管。

### 崔永元



近日，全国政协委员崔永元在人民网做访谈节目时，谈到为什么人们总是感觉自己不幸福的问题。崔永元指出，如果看收入数字，收入肯定是比以前高了，但为什么大家并不觉得自己挣的更多了？这是因为我们挣钱的增长幅度赶不上物价的增长，“所以很难在钱这方面找到幸福感”。你呢？你的月薪够花吗？

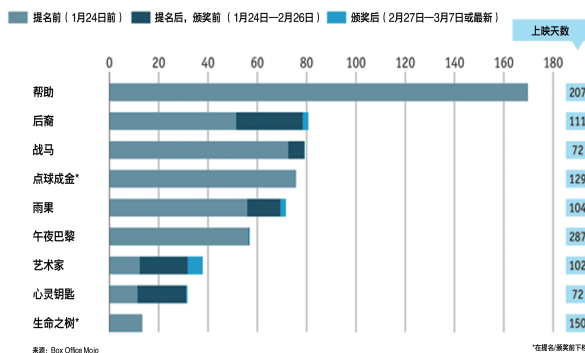
每周读图

### 奥斯卡的影响力

《艺术家》在斩获本年度奥斯卡多项提名之前只在662家美国影院上映。不过现在，这部奥斯卡最佳影片可以在1756家影院上映。目前为止，该片的总收入接近3800万美元，其中获得提名后的收入占67%。近来一些获得最佳影片的电影都有事后票房猛增的情况。

2012年奥斯卡最佳影片提名

美国票房利润，百万美元计



\*在提名颁奖前上映