



全国期发数第一女性报  
全国地方报百强之一

凤眼看世界 见证她时代

# 今日女报

凤网 www.fengone.com  
中国十佳女性网站

新闻热线 0731-82333623



官方微博  
@今日女报

官方微信  
jrnbeixin

2014.12.2~2014.12.4 第2492期 社长、总编辑：王伏虎 逢周二、周五出版 国内统一刊号：CN43-0016 邮发代号：41-7

蛋壳上绣花，她摘下湖南“最佳创意”

A07版

许愿锁压垮大桥，全球情侣爱得“沉重”

A09版

娄底一女子为拍好美食发微信，让男友全家等了15分钟

## 初见准公婆，狂拍美食拍碎了姻缘

A05版



### 冬季健身，母子上阵

登上山顶，冲出雾霾。11月29至30日，2014湖南省山地户外健身大会在长沙黑麋峰国家森林公园举行，吸引了近千名长沙市民参与。其中，最受关注的是亲子组的登山彩跑，很多年轻妈妈一路牵着孩子的手坚持跑到山顶，完成5公里挑战。图为一名年轻妈妈一路上不停伸出大拇指，鼓励孩子跑到终点。

话说“冬天动一动，少闹一场病”。但冬季健身也蛮有讲究的。据专家介绍，冬季应选择动作幅度较小、热量消耗较大的有氧运动，年轻人可跑步、登山、游泳、打足球、排球、篮球等等；中年人可选择快走、慢跑、爬楼梯等低强度的有氧运动。当然，运动着装也很重要。在室外健身，最好穿着防风、防寒的服装，特别是鞋子，必须干燥保暖。

今日女报/凤网记者 刘立稳

主创人员  
向本报揭秘——

### 《习大大爱着彭麻麻》为何5天爆红

B03版

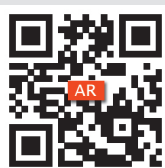
一位母亲肝肠寸断  
的哭诉——

### 熬!熬!熬!湘潭男子的6年黑砖窑非人生活

A06版

## 微信“扫一扫”，女报“动”起来

这里有新闻背后的故事、震撼人心的瞬间、创意实用的妙招、轻松搞笑的动画、意想不到的惊喜……在这里，我们让报纸“动”起来！  
今日女报推出【报动·微视频】专栏，打开微信“扫一扫”，扫描标题下方二维码即可点击观看和转发！



世界第27个艾  
滋病日彭麻麻  
为“艾”献唱

宝刀未老  
震撼发“声”



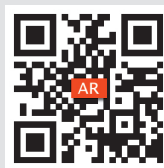
悲剧发生在5  
岁男孩吃海苔  
后……

速转给  
孩子爸妈



两千万人看完  
后默默放下了  
手机

有些爱，错过了便  
是一生！



四个普通女  
人被PS美化  
之后

居然是  
这反应？!