

# 清掉年假，为了这些梦想中的地方

眼看就要和2018年说“再见”了，但你的年假用完了吗？

当我们看着综艺节目《奇遇人生》中，春夏追到了龙卷风、小S探访到了最爱的象……我们会发现，世界有太多美丽与震撼值得去追寻，特别是在我们还有年假没有清零时！

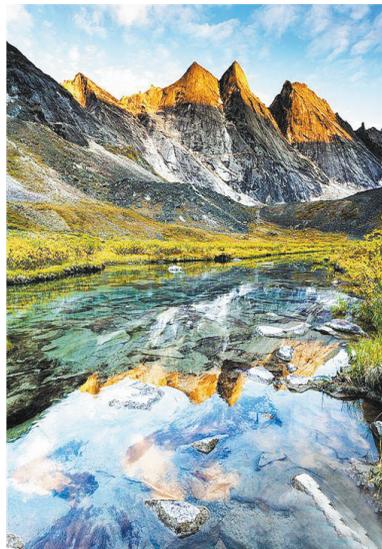
这个时候，有的地方已经在不声不响间被绒绒白雪覆盖满枝头和屋顶，一夜间变成一个纯净的洁白世界；也有的地方开始迎来它一年中最壮美的时刻，拥有着体验大自然最完美的打开方式；还有的地方又开始了最适合用脚步感受山脉湖泊的季节魅力……追逐美好，有年假有“享”法，还犹豫啥呢？

## ●徒步：尼泊尔

这个镶嵌在喜马拉雅山脉和印度平原之间的国度——尼泊尔，残败和贫穷随处可见，它是世界上最不发达的贫困国家之一，但这并不妨碍它成为无数徒步爱好者的朝圣地。

### 与雪山零距离接触

全世界超过8000米的山脉，尼泊尔境内就占



从平原到高山，从河流到湖泊，高海拔落差造就了尼泊尔的美丽。

了8座，每年都会有数以万计的徒步爱好者来到这个国家。从平原到高山，从河流到湖泊，高海拔落差造就了这个贫穷却又美丽的地方。都说徒步是游览尼泊尔最佳的打开方式，沿着蜿蜒盘旋的步道，迈腿向前，对于想要初尝徒步的户外旅行者来说，可以选择耗时六天左右的安娜普尔纳大本营，英文简称为ABC。

作为尼泊尔最受欢迎的徒步线路之一，ABC线可以让体验者在一天之中感受四季变换，从森林、草甸、田园到雪山，站在山脊上遥望喜马拉雅的雪山风光，美妙非常。

### 翱翔天际的那一刻

博卡拉是位于喜马拉雅山脚下的一座小城，为人所熟知的理由除了这里是众多徒步线路的起点和电影《等风来》的拍摄地以外，它还是世界三大滑翔伞胜地之一。

博卡拉拥有所有适合滑翔伞活动的条件：适合起飞及降落区域，稳定的上升气流以及费瓦湖为之提供更高的安全保障。乘坐滑翔伞滑过雪山之巅，速度与激情、雪山与湖泊，令人惊叹的瑰丽雪山风光尽收眼底，你只需要好好感受翱翔天际的这一刻。如果你是经验丰富的滑翔伞爱好者，你还可以在博卡拉考取国际认可的飞行执照。

### 出行Tips：

**吃什么：**想吃尼泊尔菜可以试一下Momo，类似于中国的饺子或是小笼包，素馅料一般以马铃薯、豆类为主料，比较少采用绿叶蔬菜，而荤馅料主要是牛肉和鸡肉，少数会是羊肉Momo，搭配咖喱酱或是玛萨拉酱一起食用，口感较于国内饺子偏干偏硬，没有那么多汤汁。

**交通：**尼泊尔境内没有铁路，这使得它的交通方式比较单一。游客主要选择巴士或者飞机作为交通工具，但由于陆路多为山路，而且道路崎岖不平，坐一趟巴士往往七八个小时就过去了，因此乘飞机虽然比较贵，但还是有很多人选择。在尼泊尔的旅游旺季(10月至次年4月)，机票很容易出现供不应求的情况，所以一定要提早订票。

**签证：**自2015年12月25日起，尼泊尔政府开始对中国公民开放免签证待遇，但是免签证费并不等于免签，旅客可以通过这三种方式获得签证：1.前往大使馆或总领馆办理；2.申请电子签证；3.在加德满都机场办理落地签。其中，只有在加德满都国际机场才能办理免签证费的落地签。

## ●看极光：阿拉斯加

位于北美大陆西北端的阿拉斯加州，东面与加拿大接壤，另外三面环北冰洋、白令海和北太平洋。阿拉斯加州的费尔班克斯正好处在极光



阿拉斯加州壮丽的绿色极光

带的正中心，一年之中超过2/3的时间都会出现壮丽的绿色极光，是当之无愧的“北极光首都”。

### 边看极光边泡温泉

在费尔班克斯地区，阿拉斯加唯一的天然温泉就坐落在珍娜温泉度假村。这个酒店早在自然保护区成立之前就已经存在了，其沿途绝美的极地风光也是非常迷人。当你坐在被覆满白雪的岩石包围着的冒着腾腾热气的温泉水中，在极冷的严寒和暖融融的舒适中，头顶的夜空突然出现一条条舞动的绿色极光带，如斯美景，一定难以忘怀。

### 开车冲进北极圈

北极，从前只会在教科书里看到的两个字，充满神秘和遥远，就在北纬66° 34'。Delton Highway是北美大陆唯一一条通向北冰洋的公路，同时它也入选了世界十大最危险公路。沿着这条高速公路一直深入，道路两侧的雪景也会变得越来越壮观，被厚雪压低的松树林绵延到路的尽头，放眼望去，像是误入外星球。北极圈标志点是此行的打卡点，很多人特地从费尔班克斯驾车来到这里，也只是为了一张合照。

### 出行Tips：

**吃什么：**来自原始深海的三文鱼每年夏季都要逆流而上，到达阿拉斯加的大小溪流，因而也练就了一身“腱子肉”，其肉质特别细腻鲜美。帝王蟹也是阿拉斯加的特产，肥厚饱满的蟹钳肉配以秘制的酱料真是人间一绝。

**交通：**在阿拉斯加的安克雷奇前往极光小镇费尔班克斯，你怎么能错过极地列车——迪纳利



冬天的北海道像一个浪漫白色童话世界

之星列车！12个小时的行驶带你领略阿拉斯加多个风景区的魅力，而且还能目睹北美第一峰金利山的壮阔风姿。

**签证：**除了塞班岛对中国公民免签，到美国其他地方仍需办理美国旅行签证，具体的签证流程：1.先在美国使领馆官网填写电子申请表；2.支付签证费，获取缴费收据编号；3.官网预约面签；4.参加面签；5.通过银行或者快递收取签证和护照。

## ●看雪：北海道

《情书》中“藤井树，你好吗？我很好！”惹得多少人憧憬北海道这个地方，渴望在冬天来到这个充满浪漫童话的白色世界看看。也的确，在这个日本最北的一级行政区——北海道，你才能感受到雪国最为纯粹的魅力。

### 在“大地的尽头”体验流冰漫步

知床在土著居民阿伊努人的语言中是“大地的尽头”的意思，它是一个位于北海道东北部的半岛。早在2005年，知床半岛凭借其独特的流冰现象成功申报为世界自然遗产，而这里也是北极浮冰所能到达的最南范围。

被大海环抱的这个地方，冬季最值得体验的户外活动就是——流冰漫步。穿上特制的防寒防水服，跟随专业的教练，踏上冰封的鄂霍次克海面。虽然说是漫步，其实你还需要跨、翻、跳、爬、跑等各种方式，耗费的体力可不是一星半点。当你处在茫茫流冰中，脚下是蓝白的冰块，头顶是白蓝的天空，两者都在向远方延伸，自己显然已成为浩瀚天地间渺小的一点，深感大自然的

的壮阔之美。

### 到钏路吃性价比最高的海鲜

海鲜处处有，但是最新鲜、最便宜的还是要到当地的海鲜市场。钏路市在北海道的东南方向，这里有全北海道最大的渔港。在和商市场里面，琳琅满目的新鲜海产让人垂涎欲滴，海胆、螃蟹、贝类等铺满每家商户的柜台，在这里你可以随意挑选自己喜欢的海鲜让老板帮你做成“胜手丼”，意为随心所欲的盖饭，饭面的海鲜只需蘸少许酱油就已经美味非常，不需要再多加佐料。除了盖饭，你还可以选择做成鱼生、虾生，鲜甜爽口，直击你的味蕾。

### 出行Tips：

**吃什么：**北海道的牛奶品质很高，到这里一定要来一杯当地产的牛奶才算白来，还有各种牛奶制品也是让人难忘，特别是牛奶冰淇淋，浓浓奶香于舌尖绽放，回味无穷。

**交通：**在北海道旅行，如果是家庭或者多人团，首选自驾，可以欣赏地域辽阔的沿途美景，但必须持有国际驾照，杜绝无证驾驶。北海道内交通主要以JR为主，其覆盖了北海道绝大部分城市与观光点，十分方便，出行的话可以根据实际行程考虑购买多日的JR券，相比起单程票更划算。

**签证：**日本签证分为“个人”和“团体”两种，如果准备办理个人签证必须通过有资质的旅行社办理，日本驻华领事馆是不接受个人递交的签证申请的。单次的日本签证在90天内有效，建议有到日本旅游打算的朋友提前1-2个月办理。

(新快)

# 平顶山市“弘扬宪法精神、建设法治鹰城”宪法知识竞赛

为深入学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想，深入贯彻党的十九大和十九届二中、三中全会精神，认真落实中央关于加强法治宣传教育工作和宪法学习教育的部署要求，经研究决定，在2018年国家宪法日来临之际，在全市开展“弘扬宪法精神、建设法治鹰城”宪法知识竞赛活动，大力弘扬宪法精神，引导全市人民成为宪法的忠实崇尚者、自觉遵守者、坚定捍卫者。

平顶山市全面依法治市工作领导小组办公室  
中共平顶山市委宣传部  
平顶山市普法教育工作领导小组办公室  
平顶山市人大常委会内务司法工作委员会  
平顶山市司法局  
平顶山市法学会

2018年12月3日

## 宪法知识竞赛试题

### 一、单项选择题(共20题，每题2分)

- 我国现行宪法是中华人民共和国成立以来的第四部宪法，1982年12月4日，由第五届全国人民代表大会第( )次会议通过。  
A.二 B.三 C.四 D.五
- 迄今为止，全国人民代表大会对现行宪法共进行了( )次修改。  
A.三 B.四 C.五 D.六
- 我国现行宪法除序言外，共有四章( )条。  
A.一百四十三 B.一百三十二 C.一百四十五 D.一百五十三
- 我国宪法规定，国家的( )是，沿着中国特色社会主义道路，集中力量进行社会主义现代化建设。  
A.基本任务 B.根本任务 C.主要任务 D.重大任务
- 我国宪法规定，中国坚持独立自主的对外政策，坚持互相尊重( )，互不侵犯、互不干涉内政、平等互利、和平共处五项原则。  
A.主权 B.领土 C.主权和领土 D.主权和领土完整
- 我国宪法规定，一切国家机关和武装力量，各政党和各社会团体、各企事业单位，都必须以( )为根本的活动准则。  
A.宪法 B.党章 C.法律 D.宪法和法律
- 我国宪法规定，中国共产党领导是中国特色社会主义( )的特征。  
A.最根本 B.最基本 C.最重要 D.最本质
- 我国宪法规定，国有经济，即社会主义全民所有制经济，是国民经济中的( )力量。  
A.主导 B.主要 C.重要 D.重大
- 我国宪法规定，国家保护和改善生活环境和( )，防治污染和其他公害。  
A.自然环境 B.自然资源 C.生态环境 D.生态平衡
- 我国宪法规定，在法律规定范围内的个体经济、私营经济等非公有制经济，是社会主义市场经济的( )。  
A.重要组成部分 B.必要补充 C.重要基础 D.最具活力的部分
- 我国宪法规定，国家保护城乡集体经济组织

- 的合法的权利和利益，( )集体经济的发展。  
A.保障 B.监督、管理和指导 C.保护 D.鼓励、指导和帮助
- 我国宪法规定，国家倡导( )，提倡爱祖国、爱人民、爱劳动、爱科学、爱社会主义的公德。  
A.社会主义教育 B.爱国主义教育 C.共产主义教育 D.社会主义核心价值观
- 我国宪法规定，国家工作人员就职时应当依照法律规定公开进行( )。  
A.宪法宣誓 B.就职宣誓 C.就职演讲 D.宪法学习
- 根据我国宪法规定，我国一共有( )级人民代表大会。  
A.三 B.四 C.五 D.六
- 我国宪法规定，省、直辖市、设区的市的人大代表受( )的监督。  
A.原选举单位 B.所在地区人民政府 C.公民 D.选民
- 我国宪法规定，设区的市的人民代表大会和它们的常务委员会，在不同宪法、法律、行政法规和本省、自治区的地方性法规相抵触的前提下，可以依照法律规定制定( )，报本省、自治区人民代表大会常务委员会批准后施行。  
A.法规 B.地方性法规 C.规章 D.法律
- 根据我国宪法规定，宪法的修改，由全国人民代表大会常务委员会或者五分之一以上的全国人民代表大会代表提议，并由全国人民代表大会( )通过。  
A.全体代表 B.以全体代表的三分之二以上的多数 C.以全体代表的三分之一以上的多数 D.以全体代表的过半数
- 我国宪法规定，父母有抚养教育未成年子女的义务，( )。  
A.子女有赡养扶助父母的义务 B.成年子女有赡养扶助年老父母的义务 C.子女有赡养扶助丧失劳动能力的父母的义务 D.成年子女有赡养扶助父母的义务
- 我国宪法规定，城市的土地属于( )所有。  
A.集体 B.公民 C.政府 D.国家

- 我国宪法规定，国家为了公共利益的需要，可以依照法律规定对公民的私有财产实行( )。  
A.无偿征收或者征用 B.征收或者征用并给予赔偿 C.有偿征收或者征用 D.征收或者征用并给予补偿

### 二、多项选择题(共20题，每题3分)

- 根据我国宪法规定，我国现阶段的爱国统一战线是由中国共产党领导的，由各民主党派和各人民团体参加的包括哪些人的广泛的政治联盟？( )  
A.全体社会主义劳动者 B.社会主义事业的建设者 C.拥护社会主义的爱国者 D.拥护祖国统一和致力于中华民族伟大复兴的爱国者
- 根据我国宪法规定，以下哪些机关由人民代表大会产生，对它负责，受它监督？( )  
A.国家行政机关 B.监察机关 C.审判机关 D.检察机关
- 根据我国宪法规定，以下哪些自然资源可以依法属于集体所有？( )  
A.森林和山岭 B.滩涂 C.矿产 D.草原
- 根据我国宪法规定，下列哪些选项既是公民的权利，也是公民的义务？( )  
A.劳动 B.服兵役 C.纳税 D.受教育
- 根据我国宪法规定，对我国行政区划划分表述正确的选项是( )。  
A.全国分为省、自治区、直辖市 B.省、自治区分为自治州、县、自治县、市 C.国家在必要时得设立经济特区 D.国家在必要时得设立特别行政区
- 根据我国宪法规定，对我国公民的宗教信仰自由含义表述正确的是( )。  
A.有信仰宗教与不信仰宗教的自由 B.有信仰这种宗教的自由，也有信仰那种宗教的自由 C.在同一宗教中，有信仰这个教派的自由，也有信仰那个教派的自由 D.有过去信教而现在不信教的自由，也有过去不信教而现在信教的自由
- 根据我国宪法规定，我国公民在行使自由和权利的时候，不得损害( )的自由和权利。  
A.国家的 B.社会的 C.集体的 D.其他公民的
- 根据我国宪法规定，公民的政治权利包括( )。  
A.平等权 B.选举权和被选举权 C.言论自由 D.批评建议权
- 根据我国宪法规定，下列选项中哪些公民的合法财产受法律保护？( )  
A.收入 B.储蓄 C.房屋 D.其他合法收入
- 我国宪法规定，国家( )非公有制经济的发展，并对非公有制经济依法实行监督和管理。  
A.鼓励 B.支持 C.引导 D.促进
- 根据我国宪法规定，以下哪些属于我国公民的监督权？( )  
A.调查权 B.申诉权 C.控告检举权 D.批评建议权
- 根据我国宪法规定，下列选项中哪些人员由全国人大选举产生？( )  
A.国家副主席 B.国家监察委员会主任 C.国务院总理 D.中央军委副主席
- 根据我国宪法规定，中华人民共和国主席根据全国人民代表大会的决定和全国人民代表大会常务委员会的决定，可以行使下列哪些职权？( )  
A.宣布进入紧急状态 B.任免国务院总理 C.进行国事活动 D.发布特赦令
- 根据我国宪法规定，下列哪些人员属于国务院组成人员？( )  
A.国务委员 B.中国人民银行行长 C.审计长 D.各委员会主任
- 根据我国宪法规定，下列哪些职务应当由实行区域自治的民族的公民担任？( )  
A.自治区人大常委会主任 B.自治区主席 C.自治州县长 D.自治州州长
- 根据我国宪法规定，我国监督宪法实施的国家机关是( )。  
A.全国人大 B.全国人大常委会 C.国务院 D.最高人民法院
- 根据我国宪法规定，退休人员的生活受( )的保障。  
A.国家机关 B.社会 C.国家 D.单位
- 根据我国宪法规定，下列哪些机关在办理刑事案件时，应当分工负责，相互配合，相互制约，以保证准确有效地执行法律？( )  
A.国家安全机关 B.人民检察院 C.公安机关 D.人民法院
- 根据我国宪法规定，以下哪些职务每届任期同全国人民代表大会每届任期相同，连续任职不得超过两届？( )  
A.国家主席 B.国务院总理 C.最高人民法院院长 D.国务委员
- 我国宪法第四章的主要内容是什么？( )  
A.国旗 B.国歌 C.国徽 D.首都

### 答题和评奖说明

- 各单位要认真组织工作人员答题，并填写汇总表。可以从《平顶山日报》载下汇总表(样表)、答题卡(可复印)，也可登录平顶山新闻网、平顶山普法网或关注微信公众号“法治鹰城”“鹰城掌上12348”，点击进入平顶山市“弘扬宪法精神、建设法治鹰城”宪法知识竞赛，下载试题、答题卡和汇总表。欢迎各界群众积极参与。
- 答案用水笔填写，不能涂改、污损，复印无效。
- 汇总表和答题卡请务必于2018年12月14日前送或邮寄(以邮戳日期为准)至市普法教育

工作领导小组办公室(启蒙路5号)，逾期不作为成绩。邮寄的请在信封注明“宪法知识竞赛”字样。  
4.主办方将从优秀答卷中抽出一等奖10名、二等奖20名、三等奖30名，对获奖参赛人员颁发荣誉证书，并给予一定物质奖励，对优秀组织单位通报表彰。  
5.各县(市、区)普法教育工作领导小组办公室统一组织当地竞赛活动，汇总表2018年12月21日前报市普法教育工作领导小组办公室。  
联系电话：7095189 7086716

## 平顶山市“弘扬宪法精神、建设法治鹰城”宪法知识竞赛答题卡

单位：	姓名：	手机号：
一、单项选择题		
1.( )	2.( )	3.( ) 4.( )
5.( )	6.( )	7.( ) 8.( )
9.( )	10.( )	11.( ) 12.( )
13.( )	14.( )	15.( ) 16.( )
17.( )	18.( )	19.( ) 20.( )
二、多项选择题		
1.( )	2.( )	3.( ) 4.( )
5.( )	6.( )	7.( ) 8.( )
9.( )	10.( )	11.( ) 12.( )
13.( )	14.( )	15.( ) 16.( )
17.( )	18.( )	19.( ) 20.( )

## 平顶山市“弘扬宪法精神、建设法治鹰城”宪法知识竞赛汇总表(样表)

单位：(盖章) 填报人：

数量	应参赛人数	实参赛人数	总参赛人数	参赛率
县级				
科级				
科级以下				