

2021年12月02日 星期四
责编:肖星平
美编:刘昭彤
校对:袁一平

影讯

美达影城(12月02日)

扬名立万

09:50 10:50 12:10 13:10 13:45 14:30
15:30 16:05 16:50 17:50 18:25 19:10
20:10 20:45 21:30 22:30

门锁

10:20 11:20 12:20 13:20 14:20 15:20
16:20 17:20 18:20 19:20 20:20 21:20
22:20

野马分鬃

09:50 11:20 12:15 14:40 17:05 19:30
22:00

银行家

11:30 13:45 16:00 18:15 20:30 22:45
芦淞区钟鼓岭七星湖流物公园五楼(株洲书城对面)
订票热线:28106878

开奖

(开奖日期:2021年12月1日)

福彩

3D 第2021321期
中奖号码:3 9 7
七乐彩 第2021138期
中奖号码:03 06 07 08 13 23 24 16

体彩

大乐透 第2021138期
中奖号码:09 11 12 15 31 05 11
排列三 第2021321期
中奖号码:9 7 7
排列五 第2021321期
中奖号码:9 7 7 7 4

柿子虽好 食用有讲究

柿子不仅是美味的水果,还有较高的药用和保健价值,被誉为“果中圣品”。

柿子虽好,但也有食用禁忌,最好不要和以下食物一起吃。

1.螃蟹。《本草图经》记载:“凡食柿不可与蟹同,令人腹痛大泻。”

2.章鱼。章鱼味甘、性咸寒,无毒。其性冷而不泄,柿子甘涩性寒,二者同食,有损肠胃,易致呕吐、腹痛、腹泻等症状。

3.海带。海带中的钙离子可与柿子中的鞣酸结合,生成不溶性的结合物,容易影响消化吸收,导致胃肠道不适。

4.白薯。吃白薯后胃里会产生大量盐酸,柿子在胃酸的作用下产生沉淀。沉淀物积结在一起,形成不溶于水的结块,既难于消化,又不易排出。

同时,建议大家适量食用柿子或柿饼,最好不要空腹吃,而且脾胃虚寒、痰湿内盛、外感风寒、脾虚泄泻,或患有疟疾等症的人群均不宜食用。

(据中国中医公众号)

今天天气 晴 3—15℃
明天天气 晴 3—16℃
后天天气 晴 4—17℃
一周天气早知道,请拨电话96121
(市气象局12月1日16时发布)



▲近日,河西湘江边,温暖的阳光下,服装经营者正忙着为新款的冬装拍照。
株洲晚报融媒体中心记者/谢慧 摄

天气连晴 早晚寒冷



快了。倒是应了那句老话:“人生天地之间,若白驹过隙,忽然而已。”
其实,换个角度想想,这可能也是在提示我们,不要去感叹光阴易逝,往事不可追,想办法让自己高兴起来吧。
比如,在一年的尾巴上,给了我们一个又一个好晴天,这样的日子日复一日,不觉得倦怠。这样的日子也将继续。市

气象台说,本周接下来的日子,株洲都将是晴天的天气,最高气温14—17℃,最低气温3—4℃。
不过要提醒,同样是晴天,这周的晴会比上周要冷一些,而且早晚会很寒冷,冬天将展现冷酷的模样。
不管你是否准备好,2021年倒计时已经启动了,最后30天,请记得好好谢谢自己!

2021 株洲市首届全民健身知识竞赛启动



本报讯(株洲晚报融媒体中心记者/温琳)响应全民健身号召,普及全民健身知识,倡导正确的健身方式。日前,记者从市文旅广体局获悉,2021株洲市首届全民健身知识竞赛报名正式启动,在全市掀起新一轮的全民健身热潮。

12月为株洲市全民健身宣传月,市文旅广体局启动2021株洲市首届全民健身知识竞赛。大赛共分为三个阶段:

第一个阶段为个人网络挑战赛,时间为12月1日至12月13日,广大市民通过“全民健身线上知识竞赛”答题平台参与,

无年龄限制,每人每天有3次限时答题机会,每次随机派发20题,答题成绩以积分形式计入参赛成绩,总成绩排列取前12名选手,组成大众组代表队,进入线下半决赛。

第二个阶段是全民健身知识竞赛半决赛,时间在12月16日,通过抽签的形式,将各个县区代表队以及大众组代表队分为两个小组,各组通过抢答题、抢答题等形式,凭积分排列名次,各小组前四名的队伍晋级总决赛。

第三个阶段是全民健身知识竞赛总决赛,时间在12月24

日,总决赛分为四轮环节,分别是“有问必答”“你做我猜”“争分夺秒”“决战到底”四个环节,最终诞生本次竞赛总冠军。

首届全民健身知识竞赛赛制新颖,环节趣味性强,期待广大市民积极参与。市民可以扫二维码参赛,咨询热线:18507336669(陈女士);报名地址:荷塘区红旗中路途悦酒店7楼。



扫一扫,参加首届全民健身知识竞赛。



微信公众号
新闻热线 28829110
广告热线 28835396
总第7261期

我市出台“五个一批”方案
严控民办义务教育结构

- 缩规一批 缩减一批民办义务教育学校的招生计划和办学规模
- 转公一批 将符合条件的民办义务教育学校转为公办义务教育学校
- 转设一批 鼓励和引导有意向转设的民办义务教育学校转为非义务教育民办学校
- 关停一批 对办学条件不达标,逾期整改不到位或不具备整改条件的,依法依规关停
- 购买学位一批 由地方政府向民办义务教育学校购买学位

A02



贡柚黄澄澄
欢迎来采摘
A08

黄金贡柚是柑橘和柚子杂交的新品种,只有橘子般大小,但口感似柚子。今年,雷打石镇铁篱村170余亩贡柚种植基地迎来大丰收,远远望去,黄澄澄的一大片。12月4日,基地将正式开园,有兴趣的市民,可前往享受冬日田间采摘的快乐。

▲昨日,村民在采摘贡柚。
株洲晚报融媒体中心记者/旷昆红 摄

两艘渡船不够用,且服役多年
株洲岛居民热盼新渡船

A04

网络直播刷礼物成“洗钱”新手段
一个月不到,数百万元资金被“洗白”

A06

洞见

讲好中国故事,就该有故宫的意识

陈江

关于博物馆,有一句名言:“博物馆不在于拥有什么,而在于它以其有用的资源做了什么。”而近日,故宫宣布好消息,以其有用的资源,为全国少年儿童做了一件大好事。

故宫博物院发布公告称,为进一步贯彻落实《中华人民共和国未成年人保护法》,故宫决定在原有6岁以下或身高1.2米以下儿童以及每周二统一预约的中小学生免费的基础上,试行所有开放日对未成年人免费开放。从2021年12月3日20时起,可通过故宫博物院售票网站、“故宫博物院观众服务”微信公众号,预约2021年12月10日以后包含

珍宝馆、钟表馆在内的未成年人免费门票。消息一出,引来社会各界的普遍关注。有专家表示:此次免票对象是所有未成年人,他们本身没有收入,让他们免费进故宫参观,有利于弘扬爱国主义、民族情怀。“可以说,故宫是牺牲了自己的小部分收入,做了一件利国利民的大事。”

博物馆、博物院作为保护和传承人类文明的奇妙之地,连接起过去、现在和未来,是让历史说话,让文物说话的有力见证。随着回归传统文化的热潮兴起,各地博物馆越来越受到公众的欢迎,越来越多的

少年儿童走进这个特殊的课堂,追寻感悟历史,开阔了视野,收获了成长。

正是基于此,《未成年人保护法》规定,博物馆、纪念馆、科技馆、展览馆等场所要对未成年人实行免费或者优惠开放。此前,有不少博物馆是在特定时间向未成年人免费或优惠开放,而这次故宫将免费时间由特定日期改为所有开放日,一方面是对这一规定的积极回应,另一方面是博物馆对自身教育和学习功能的再次强化。

毫无疑问,博物馆是重要的收藏机构,同时也是一个向所有人开

放的公共文化机构。如果说,收藏是博物馆的心脏,那么教育则是博物馆的灵魂。尤其对未成年人而言,参观每件历史文物,都意味着开启了一个与文明对话的时空,博物馆帮助他们从最近的历史之地出发,触摸历史发展的脉搏,聆听了不起的中国故事。在这一过程中,他们的认知与观念会发生某种改变,最终转化为个人成长和社会进步的积极因素。

不惜付出和投入,升级对未成年人的服务,让他们更好地接受历史文化熏陶,作为博物馆界的“带头大哥”,故宫开了个好头。

(本栏目欢迎投稿,已发稿的作者请联系本报编辑部领取稿费。)

珠百超市 ZHUBAI MART 活动时间:12月3日-5日
双店同庆
工大店四周年 & 山水洲城一周年
· 店庆有礼 ·
凡当日在超市一次性购物
满88元送金沙河面条一支750g
满168元送抽纸一提
部分面条/面粉 部分散装休闲食品 部分国产奶粉 (品牌不参加) 部分伊利/蒙牛常温奶 与好客有礼/霸王/霸王/霸王 卫生巾/尿裤片
8折 7.5折 7.5折 7.5折 7.5折 5折
(促销价商品不参加以上折扣活动)