

# 请你讲述一路上的动人故事 湘江毅行开展“征文征图”大赛



▲2017年湘江毅行资料图 记者 谢慧 摄

本报讯(记者 刘娟)作为一项融入环保、助学、全民健身的大型户外公益活动,湘江毅行已经伴随市民走过整整10个年头。昨日,记者从中国人寿2018第十一届徒步湘江环保毅行组委会获悉,今年毅行活动将继续开展“征文征图”大赛,收集毅行文章和毅行图片,以见证大家在毅行路上的突破与成长,分享感动与温暖。征稿时间为4月29日至5月10日。

## 相关新闻

### 全程只留下脚印 只带走回忆 200多名环保志愿者将一路提醒别乱扔垃圾

湘江毅行是一次亲近湘江母亲河的环保活动,2008年第一届毅行活动,就倡导“绿色奥运,节水先行”的环保理念,当时有200多人在湘江沿岸考察自然环境,宣传环保知识。此后每一届毅行活动,都将“环保”理念贯穿其中。本届活动,组委会成立了环境保护小组,志愿者们沿途将一路提醒大家注意保护环境。

环境保护小组共有252名志愿者参与,分别来自湖南工业大学科技青年志愿者联合会、湖南铁路科技职业技术学院铁道机车车辆与机械学院小红帽青年志愿者服务队、湖南铁路科技职业学院微笑青年志愿者服务和湖南铁道牵引学院社会实践部青年自愿团队。

他们将一路穿插在毅行队伍中,每人都携带有环保垃圾袋,毅行者一路产生的垃圾,可以直接放进他们携带的袋子中,沿途发现掉落的垃圾,他们也会捡起来。

活动组委会提示,希望大家不随地丢弃垃圾,自己的废弃物,到达签到点再投入垃圾桶中,全程只留下脚印,只带走回忆。

## 参与要求

不论是毅行者、志愿者还是路人,只要记录下本届湘江毅行活动内容,均可投稿参与。

征文不限字数,不限体裁;征图彩色、黑白不限,可做适度后期处理,但不可合成、添加、大幅度改变原始影像。

参赛作品必须为投稿人原创作品。

## 投稿方式

征文请附上作者姓名、单位、联系电话,投稿需发送至QQ邮箱:3530645160@qq.com。文件名请写:毅行征文·作者姓名。

征图需进入株洲晚报微信公号首页,点击子菜单“毅行征图”,然后按提示操作即可,每人限发3幅照片。

## 评奖办法

征文:对征文作品进行筛选后,组委会将评出10篇优秀奖,奖励纪念奖品一份,并择优在株洲晚报志愿者联合会微信公众号刊发。

征图:经株洲晚报微信公号投票评选,按票数高低,前10名给予人气奖,11-50名给予纪念奖。

此次大赛奖品由主赞助商中国人寿保险股份有限公司株洲分公司提供。



▲扫上方二维码报名



2018徒步湘江毅行

## 我市大学生创新创业大赛落幕 2个优秀项目获投资

本报讯(记者 戴凛 通讯员 王亚)昨日,株洲市2018年大学生创新创业大赛落下帷幕,创新组、创业组各评选出两个一等奖项目。据悉,本次决赛优秀项目将获得株洲市创业导师指导,符合申报条件的创业项目还可以申请创业扶持资金。

据了解,经综合评审,“基于‘互联网+’的十八洞苗秀产品开发项目”“旋转式摩托车、电动车、自行车立体停车库项目”,获创新组一等奖;“CPS—智能立体汽车停车库项目”“安全智能型车用充电器”,获创业组一等奖。

另外,通过此次比赛,湖南工业大学的“轨道交通车辆刮雨器系列产品”项目、湖南铁路科技职业技术学院的“CPS—智能立体汽车停车库”项目,已获投资人投资。

据悉,本次决赛优秀项目还将被推荐参加第四届湖南省“互联网+”大学生创新创业大赛及其他省级创业大赛。

## 辅具流动服务车开进攸县 57名贫困残疾人享免费服务

近日,由市残疾人康复中心组织的工作组来到攸县开展辅具流动服务车重点康复项目筛查活动。活动当天,工作组的技师和专家共为攸县57名贫困残疾人提供了服务。

家住黄丰桥镇万新村的贺凤娇于2002年因一场意外导致双腿被截肢。在得知市残疾人康复中心的工作组来了攸县后,一大早,她和丈夫就从黄丰桥赶到活动现场。技术人员在仔细查看贺凤娇的截肢部位、假肢佩戴情况后,当场为她免费装配了假肢,这让家庭困难的贺阿姨高兴不已。“到私人医疗机构装假肢要一万多元,现在残联和政府免费帮我装,感谢党的政策好!”贺凤娇说。

除现场为41名肢体残疾人提供假肢、矫形器评估、取型服务外,当天,工作组还为14名听力残疾者进行听力评估和筛查,为2名孤独症儿童开展了心理咨询等服务。(记者 肖捷 通讯员 左振华)

## 我们是好朋友了



▲我们是好朋友了 通讯员供图

有这样一群孩子,他们的父母为了生计背井离乡,他们被交付给爷爷奶奶抚养,他们害怕孤单,他们渴望得到关爱。这是一群被“遗忘”的孩子,他们有个共同的名字叫——留守儿童。近日,北星小学298班的师生和家长们,共同策划了一场与留守儿童联谊的爱心活动。

4月22日,北星小学298班的师生和家长们带着他们准备的爱心物资——包括图书角的书架、课外书籍、文具用品、体育器材等等,历经两个半小时的车程抵达株洲县生田小学。期间,北星小学把捐赠物资分发给生田小学的每个孩子,把图书角建立起来,生田小学的孩子则回赠给北星小学的孩子最朴实的礼物——土鸡蛋。(通讯员 李红艳)

# 每天2元 补出大健康 低至178元/斤



三七,又称田七,《本草纲目拾遗》称:“人参补气第一,三七补血第一。味同而功亦等,故人并称人参三七,为药品中之最珍贵者。”三七主产于云南文山地区,质量也最好。是中药界公认的,防治心脑血管病,效果最好的天然良药之一。在经常服用三七的人群中,心脑血管病,恶性肿瘤的发病率几乎为零,所以三七又称为“长生草”。

在云南地区很少有人患高血压,冠心病,脑血栓等心脑血管疾病。据专家考证分析,这主要得益于,当地人长期进补“三七”和饮用“三七花茶”的生活习惯。

# 文山三七 明日开抢

### 三七+西洋参 保护心脏 远离三高 仅限4天

#### 原产地保障 精挑细选 本色三七放心买

三七对心脑血管具有很好的保护作用,有“血管清道夫”的美名,但是只有优质的真品文山三七才有这样的效果,据了解,如今市面上假三七,劣质三七泛滥。一些商家为了牟取利益采取不法手段来欺骗消费者。经过抛光和打磨的“三七”大部分不是新三七,这些“三七”表面有残留的滑石粉或食用蜡等物质,长期食用这些物质会对人的身体健康造成危害。

本周五“云南名贵特产直销惠”主办方深入云南文山三七种植基地带来品种齐全,质量有保证的文山从云南产地直接选购,与种植农户对接,健康原味。自然本色,手工水洗,营养充足,品质上乘,保证不打磨、不打蜡,吃真三七,买好三七周六到解放街骏通云南珍草堂。



云南文山三七交易市场



云南文山三七种植基地

#### 春夏季三七 更宜“搭档”西洋参

三七的“黄金搭档”西洋参,跟三七粉同时服用,能够让三七粉的功效发挥到最佳。

中医以三七作为活血化瘀药物治疗冠心病、心绞痛取得显著疗效。西洋参有抗疲劳、抗氧化、抗应激、抑制血小板聚集、降低血液凝固性的作用。西洋参中的多糖成分对于降血糖和治疗肥胖有很大的疗效;西洋参中帮助体质虚弱的人增强体质,提高免疫力。三七粉与西洋参粉搭配服用,一方面三七可化痰通络,另一方面,西洋参可气阴双补,这对心脏是一个全面的养护,这样心脏的气、血、阴、阳都得到补充。心脏保养,三七+西洋参,能够给你意想不到的效果。

三七粉、西洋参粉混合均匀,每日温水冲服。用量根据病情增减,一般人每日服用混合粉末5-8克即可,对心脑血管的保健治疗效果显著。

#### 三七适用人群



三高人群

贫血人群

爱美人士

女性经期紊乱者爱

亚健康上班族

饮酒者

## 一勺三七粉,浑身百病消

吃过三七粉的都说,没见过哪种药这么好的!癌症肿瘤患者、心脑血管病人、糖尿病人、关节炎、痛风、慢性炎症、胃溃疡、每天吃一点三七粉都能感受到非常好的效果!甚至月经不调、脸上有色斑的女性,每天吃一点都能逐步地治疗和改善。

它是清除自由基的超人,它是血管的王牌清道夫,它是提高免疫力的王者,它的镇痛能力仅次于吗啡!云南文山三七粉拥有无可匹敌的治病功效!无论是西医还是中医都对它颇为敬仰!

## 三七的功效

- 降低肝脏脂肪 防治肝脏纤维化
- 缓解慢性疲劳综合症 使人精力充沛
- 适用三高人群 稳定血压、血糖、降低血脂
- 缓解失眠、神经衰弱 使大脑清醒
- 增强免疫力,气流畅通 活动轻松
- 美容养颜,排除毒素 增强气色



## 知识链接

### 文山人宁可不吃肉 每天必吃三七

在文山当地人每天都会用三七来炖肉和煲汤,上至老人下至孩子基本都知道三七具有活血、排血液、抗疲劳,提高机体免疫力,护肝等方面有着独特的作用,因此祖祖辈辈吃三七,各种心脑血管发病率极低。在当地素有“吃三七,远离心脑血管病”的说法。

云南当地一位七十多岁的老人说,小时候随父亲上山采野生三七,把采来的三七根入药,剪下来的须拿来煲汤,炖肉,现年七十六的他,身体结实,精神抖擞,血压、血脂、血糖,血粘都正常。老人还说,尤其是人年过四十以后,常常感觉心慌无力,

眼涩昏花等,更应多服用三七,把体内血液毒素排出来,身体会越来越棒。

### 与虫草或海参相比 三七物美价更廉

与虫草相比,三七对人体健康的功效毫不逊色,而且三七在护肝、清理血液中毒素等方面,有着不可替代的作用。但不同的是虫草与三七的价格相差甚多,尚未经市场炒作的三七目前依然是性价比较高的健康补品。

和虫草相比,三七的价格不仅亲民就算是现在营养价值受消费者普通认可的海参,也抵不上三七物美价廉!有业内人士表示虫草、海参对人体均有很大的补益作用,但价格偏高,只要与三七的价格稍加对比,就知道买哪个划算。

# 文山三七 明日开抢 仅限4天

## 现场更有新鲜那曲虫草、雁荡山铁皮石斛欢迎选购

### 时间锁定: 4月28日起-5月1日止

### 电话订购前50名有惊喜, 详情咨询话务员!

现场还有虫草、西洋参、天麻、玛咖、铁皮石斛、高丽参、红参、驴鞭、海狗鞭、黑枸杞等各种名贵滋补品。价格优惠,欢迎选购!

直销地址: 天元区新闻路

## 晚报一楼大厅

### 咨询电话: 28230768