

每日金句 不做才以骄人,不以宠而作威。——诸葛亮



▲昨天,烟雨笼罩下的神农公园别有一番景致 摄友 易安

渐寒的日子里 想赖会儿床吗?



前段时间的这波雨水实在是坚持得太久了。而今天,是这一波雨水的最后日子,在这之后,阳光归城,是最美金秋时。从目前的预报来看,今天,小雨转晴,7—11℃,明天,晴天,6—15℃,本周接下来的日子,也都是好晴天。
到了11月底,冬天的感觉愈来愈浓郁,特别是早上,是一天中最冷

的时候,这时候,起床成为一件很困难的事情。

在古籍《黄帝内经》里提到过秋冬季节保健养生时说:“冬三月,此谓闭藏,水冰地坼,无扰乎阳,早卧晚起,必待日光……此冬气之应,养藏之道也。”这段话翻译成现代汉语,意思就是:冬天的三个月,气候寒冷,是万物生机潜伏闭藏的季节。当此时节,水寒成冰,大地龟裂,人应该早睡晚起,待到日照耀时起床才好,不要轻易地扰动阳气。

所以,天气渐寒,在上班不迟到的前提下,赖床一下也无妨。这不仅不是冬天专属的幸福事,对身体健康也有好处。(记者 王娜)



今天天气
小雨转晴
7—11℃

明天天气
晴
6—15℃
后天天气
晴
7—17℃

风向
北风

风力
2—3级

一周天气早知道,请拨打电话96121

市气象台(20日16时发布)

我要晒图

这是我们家的宝贝小玉米,一岁半了,刚学会走路。调皮的小玉米还有一个念高二的哥哥,全家人都很宠爱她。这是国庆节假期小宝贝在美丽的万丰湖留下的影像。
供稿:老周



征集

关注晚报微信 晒照片

1. 株洲老照片(拍摄于株洲的老照片皆可,可以是原片也可以是翻拍);
 2. 天使笑容(您自己或您的父母、子女、朋友等笑容灿烂的清晰照片皆可)。
- 随照片请您配上200字左右的文字(图片拍摄时间、地点、内容简述)。



▲扫微信二维码,关注公众号“株洲晚报”,直接发送图文,或送至株洲晚报218室

征美图

晚报现向株洲爱好摄影的朋友征集天气美图,图片要求为提交当日拍摄,内容为反映株洲天气情况、季节变化和美丽景色的图片,并附上拍摄者姓名和图片拍摄的时间、地点,图片中的情景、故事等,提交方式:加入株洲晚报摄影QQ群:594612733,直接在群里提交。

停气通知

- 11月22日 14:00—17:00, 停气范围:天元区神农文化休闲街4栋商业用户。
 - 11月22日 9:00—11:00, 停气范围:荷塘区东方名园10栋用户。
 - 11月22日 21:00—次日7:00, 停气范围:荷塘区红旗路以西、601生活区及大坪路以南、东环线以北区域及附近散户(HZ1、HZ2、HZ3、HZ4、HD1、HD2、HD3、HD5、HD6)。
 - 11月23日 14:00—17:00, 停气范围:芦淞区芦淞路京广线以西、一水厂以北、车站路以南区域低压用户。
- (株洲新奥燃气)

影讯

美达影城 (11月21日)

毒液:致命守护者	10:30	11:00	11:30	12:30	13:00	13:30
	14:30	15:00	15:30	16:30	17:00	17:30
	18:30	19:00	19:30	20:30	21:00	21:30
	22:30					
神奇动物:格林德沃之罪	10:40	11:40	13:10	14:10	15:35	16:40
	19:10	20:10	21:40	22:40		
无名之辈	10:00	11:05	12:00	13:05	14:05	15:05
	16:10	18:15	19:20	20:20	21:25	22:25
李保国	18:10					
信仰者	17:15					

地址:钟鼓岭七星潮流购物公园五楼(书城对面)
(影片放映时间以当日票房为准)
招商热线:18973310464(汤)
订票热线:28106878
团购热线:22283988

开奖

(开奖日期:2018年11月20日)

福彩
3D 第2018317期
中奖号码:2 0 3
双色球 第2018136期
红球号码:10 12 15 25 26 27
蓝球号码:14

体彩
排列3 第2018317期
中奖号码:2 9 9
排列5 第2018317期
中奖号码:2 9 9 8 6

今日16版
戊戌年十月十四
2018/11/21
星期三

株洲晚报

用新闻纸建设新株洲



爆料 28829110
发行 28823900

长大、长高、变绿、变靓 改革开放40年,株洲城市天地新

A04



“建宁驿站”

首个于昨日启用
看看到底啥模样?

A05

“建宁驿站”外观 记者 刘震 摄

停车收费疏导效果初显
泊位日均周转次数从9次增至16.1次
A02

这家谈物管色变的小区
为何和新来物管成了“一家人”?
A06

老人手机放在口袋中
通话6个小时不知情
A09

重品质·懂生活
株百家电 60周年
ZHUHAI APPLIANCE since 1958
销售热线: 28258018 28258078

11月22日 感恩聚惠 来株百抢家电

闭店狂欢
凭券入场

株百家电2018感恩节 惊爆特款 限时抢购

国产名牌
40英寸4K电视

1122

元 限20台

名牌
大1匹冷暖空调

1122

元 限20台

名牌
209-220升节能三门冰箱

1122

元 限20台

小天鹅&海尔
10公斤水魔方&桶动力全自动

1122

元 限20台

以上精选爆款限指定机型,数量有限,11月22日凭票购买。