



诗词园地

过年啦！你的心情如何？或许古诗词中也藏着你对亲人、团圆的期盼。这期诗词园地，我们也来读一读与春节有关的诗词吧。

唐代：孟浩然

昨夜斗回北，今朝岁起东。
我年已强仕，无禄尚忧农。
桑野就耕父，荷锄随牧童。
田家占气候，共说此年丰。

唐代：李世民

暮景斜芳殿，年华丽绮宫。
寒辞去冬雪，暖带入春风。
阶馥舒梅素，盘花卷烛红。
共欢新故岁，迎送一宵中。

唐代：高适

旅馆寒灯独不眠，客心何事转凄然。
故乡今夜思千里，霜鬓明朝又一年。

宋代：王安石

爆竹声中一岁除，春风送暖入屠苏。
千门万户曈曈日，总把新桃换旧符。

宋代：陆游

北风吹雪四更初，嘉瑞天教及岁除。
半盏屠苏犹未举，灯前小草写桃符。

宋代：文天祥

乾坤空落落，岁月去堂堂；
末路惊风雨，穷边饱雪霜。
命随年欲尽，身与世俱忘；
无复屠苏梦，挑灯夜未央。

元代：张雨

江梅的的依茅舍，石漱溅溅漱玉沙。
瓦砚蓬底送年华。问暮鸦：何处阿戎家？

明代：文征明

不求见面惟通谒，名纸朝来满敝庐。
我亦随人投数纸，世情嫌简不嫌虚。

清代：纳兰性德

收取闲心冷处浓，舞裙犹忆柘枝红。
谁家刻烛待春风。
竹叶樽空翻采燕，九枝灯灭颤金虫。
风流端合倚天公。

清代：李慈铭

翠柏红梅围小坐，岁筵未是全贫。
蜡鹅花下烛如银。钗符金胜，又见一家春。

自写好句祛百病，非官非隐闲身。
屠苏醉醒已三更。一声鸡鸣，五十六年人。

近现代：董必武

共庆新年笑语哗，红岩士女赠梅花。
举杯互敬屠苏酒，散席分尝胜利茶。
只有精忠能报国，更无乐土可为家。
陪都歌舞迎佳节，遥祝延安景物华。

趣味年俗

我国地理面积辽阔，民族众多，风俗多样，每年过年除了贴春联，吃团圆饭，各地也都有自己的独特年俗，你的家乡有什么有趣的年俗吗？

北方人的春节必须有饺子，无论你们家吃的是什么馅饺子，十二点的年夜饭饺子一定要放硬币，吃到这枚硬币的人在新的一年里就能财源广进。吃过饺子还没作罢，再端上一盆子的冻梨来解油腻。冻梨是早早就备好的，把秋梨放在窗外，只需一晚上，就变成了冰溜子。第二天拿出来用冷水冲泡，化了冻直接吃，这种水果是不少北方人的儿时记忆。

大年初一早上不碰水、不碰扫把，以免把财运和福运洗走、扫走；不刷碗，避免碰撞的声音，预示一年家庭不和睦；这一定是妈妈制定的规矩吧！

在湖北，有很多地方的年夜饭几点吃要看家里的姓氏。姓王的，在早晨五点多钟就开始合家团圆了；姓高的，则一般在中午十二点左右才开宴；姓杨的，则只能在晚上十二点以后。

扬州人特有的“走大局”，扬州方言中，运气叫做“局气”，走运叫做“走局”，吃橘子的习俗也正是取了谐音。新年第一天早上起床就要吃，代表诸事顺利。而且，春节期间要买葱放在家里，寓意小孩聪明。

位于怒江区域的傈僳族，男女老少会在春节这天于怒江温泉沐浴，意味着祛除灾祸疾病。

在广西，人们都要在春节时买完整的甘蔗，放在家门，寓意一年从头甜到尾。

厦门的拜年时间可是有限制的，初二还没拜访完的，初三就不能去了。初三被认为是“赤狗日”很不吉利，还会和他人拌嘴。

过了正月十五这个年就算画上了圆满的句号，但成都正月十六这天过了才算结束，十五灯会结束，十六还是要出门游玩的。这一天还被称为“厚脸年”，许是应了成都人的性子，要让日子过得更加丰厚。

在重庆，人们有一个特定的年俗。选择命大、脏、丑、邋遢的人拜一拜，可以保佑子孙平安长大。所以，人们会去街头巷尾寻找保保(叫花子)来拜，当然，大多会给上一些钱的。

找不同

以下两幅漫画共有5处不同，快来找找看吧！



(答案可在本期内找)

开心部落

魅力所在

每次遇到觉得我没有魅力的女人，我就会存一美元。

这么多年过去了，她们开始觉得我有魅力了……

最大的牙洞

“嘴巴张大点儿，”牙医一边给病人检查，一边吩咐。

“天哪！”他吃惊地说，“这是我见过的最大的牙洞……我见过的最大的牙洞。”

“好了，医生！”病人生气地说，“我已经够害怕的了，您不用说两遍。”

“我没有！”牙医说，“那是牙洞的回音。”

让命运决定

丽莎买鞋成瘾，到了一定地步，连她自己也觉得该戒掉这个瘾了。这次她真的下定了决心，为了避开最喜欢的那家鞋店，她甚至改变了驾车路线。

那天，丽莎又带着一个鞋盒回到了家。丈夫冲她呵呵一笑，但这丝毫也没让她感到尴尬。

“这双鞋很特别，”丽莎解释说，“我恰好开车经过鞋店，橱窗里摆着一双鞋，那是我见过的最完美的鞋子！我觉得这不是偶然，所以我想让命运来决定：要是我能在鞋店门前找到一个停车位，这双鞋就注定是我的。果然，就在我绕着那个街区兜到第八圈时，停车位出现了！”

●找不同答案



●悟一点

在童话中，一个人做他想做的事；在现实中，一个人做他能做的事。

——埃莱娜·费兰特所著《那不勒斯四部曲》之三《离开》中的一句话。成熟意味着在实际生活和理论之间画出一道界线。

我懒得想，但是你必须做出让我满意的选择。

——所谓“随便”。

过分为子女操心，事无巨细，总想为他们安排得万无一失，这是很多做父母的一个最大失误。

——父母之心。

葡萄酒有裙子，有腿部，有眼泪，有曲线。

——裙子，指“酒裙”，即葡萄酒的色泽外观；腿部，指的是葡萄酒因其所含糖分及酒精度等因素而形成的质地特征；眼泪，指的是摇晃酒杯，使酒液升至杯沿后往下滴流的状况；曲线，则指葡萄酒的生命曲线。



老年人过年吃喝玩乐要得法

忙碌了一年的家人在节日里合家团圆，外出旅游、走亲访友。餐桌上鸡鸭鱼肉琳琅满目，老年人难免要山珍海味、美酒佳肴一番。但在开心之余，千万注意别让“节日病”靠近你。

●“吃”有选择 谨防消化道闹情绪

每年春节期间，中心医院消化内科都要收治大量的消化道出血以及急性胃肠炎的患者，大部分都有连续多日出席各种聚餐活动的经历。消化内科医生提醒，一定要注意饮食，照顾好消化道的情绪，特别是老消化道溃疡病、老胃炎、重症肝炎的患者。

节日期间饮食无规律导致胃肠功能严重削弱，如果进食了含有病原菌及毒素的不安全食物，容易引起胃肠道黏膜急性炎症，而出现腹痛、腹泻、呕吐等症状。

一旦出现这些症状时应该怎么处理呢？医生建议：病情较轻的，可以服用氟哌酸、口服黄连素片之类药品，食用稀饭、蔬菜等食物，减轻胃肠道负担；如无明显好转病情严重的，一定要到医院诊疗，以免并发肠穿孔、败血症而危及生命。

●“喝”有方法 忌空腹混饮，宜水果解酒

美酒佳酿，怡情助兴。老年人过年免不了喝酒，但一定要避免饮酒过量，防止出现语无伦次、行动不稳、意志失控等酒精中毒症状，乐极生悲。

中国有句古语叫“空腹盛怒，切勿饮酒”。专家解释，酒进入人体后，乙醇是靠肝脏分解的。肝脏在分解过程中又需要各种维生素来维持辅助，如果此时胃中空无食物，乙醇最易被迅速吸收，造成肌理失调，肝脏受损。因此，饮酒时应佐以营养价值比较高的菜肴、水果，这也是饮酒养生的一个窍门。

●“玩”有分寸 劳逸结合，忌熬通宵

亲朋盈门，应接不暇，会使人忙得不亦乐乎，特别是爱热闹的老年人。电视节目精彩纷呈，各种文艺演出也纷纷登场，老年人看得时间长了，难免头昏眼花。老年麻友们熬夜打麻将，虽然玩得很痛快，却大大伤害了身体。

由于老年人正常的生活规律被打乱，极易引起人体的抵抗力下降，导致种种疾病的发生。心血管疾病就是其中之一。医生解释，寒冷的刺激、情绪波动、无规律的起居饮食、过分劳累等，都是心脑血管疾病的隐患。

专家强调，最重要的是要劳逸结合，保持一个较为合理的作息习惯；同时加强锻炼，提高免疫力。

老年人春节养生看过来

春节长假，家人团聚，是娱乐休闲的好时光。而有些老年人突然家里热闹起来，心理可能有些不适应。所以老年人要学会自我心理调节，保持精神振奋，积极向上，心胸开阔，心平气和，乐观愉悦。不断陶冶自己的情操，使身心与大自然相适应。

【防寒保暖】今年立春是2月4日，立春过后，阳气升发，草木生长处于萌芽期，阴寒未尽，是阴退阳长寒去热来的转折期，由寒向暖过渡的节气。从冬季到春季，老年人对气候转变不适应，身体抵抗疾病的能力较弱。如果不注意防寒保暖就有可能被感染疾病。

“春捂秋冻”是民间保健谚语，春季天气逐渐开始变暖，天气变化无常，早春气温变化大，温度忽高忽低，忽冷忽热，容易诱发上呼吸道感染、支气管炎、肺气肿等呼吸道疾病，特别是年老体弱者、慢性病患者和幼儿，要注意防寒保暖，防止受风遇寒，引发疾病。所以，人们在外走亲访友，一定要注意防寒保暖。春节期间适当捂一捂，可减少疾病的发生。

【调理饮食】春节家人团聚，朋友聚餐，饮食要以健脾扶阳为原则，宜甘而温营养丰富的食物。春节养生主要是养肝，春季与肝相对应，要做到养肝护肝，如果不注意饮食调养，易使肝气过旺。汉代养生家张仲景认为“当春之时，其饮食之味，宜减酸增甘，饮食不可废之一日，以养脾气”，故春季饮食滋补脾胃宜甘甜少酸。如大枣、红薯、大米、小米、白萝卜、菠菜、胡萝卜等甘味食物。酸味食物易入肝，其性收敛，多吃

不利于阳气生发和肝气的疏泄，使肝气旺盛而损伤脾胃，所以，少吃过酸或过于油腻的食物。【防止疾病】春节期间是多种疾病的高发季节，生活不规律，或因寒冷天气变化，稍不注意就可引发疾病。心脑血管疾病。春节前后是心脑血管的高发期，特别是老年人易发病。由于天气寒冷，人体血管收缩，特别是冠状动脉容易出现收缩和痉挛，使体内供血不足，导致栓塞；另外，春节期间人们过多摄入高脂肪、高热量等食物，易导致血脂增高，血液粘稠度增加，引起心脏病、中风等疾病；春节小长假，亲朋好友团聚打牌、玩麻将等刺激性娱乐活动，容易使人情绪激动，心率加快，血压升高，可诱发脑中风、心脏病的突然发作；老年人聚餐时大量吸烟、喝酒，过度兴奋熬夜，不注意休息，生活不规律，容易引起心率加快，血压增高，诱发冠心病、脑溢血等疾病。

急性胃肠炎。过节期间，生活不规律，走亲访友，吃饭饥一顿、饱一顿，冷一顿、热一顿，使胃肠功能紊乱失调，导致老年人胃肠不易消化、吸收，引起胃肠道黏膜急性炎症改变。如恶心、呕吐、腹痛、腹泻、发热等症状。

酒精中毒。春节期间亲友相聚少不了推杯换盏，老年人大量饮酒可引起酒精中毒。亲朋好友相聚时，饮酒要适度，切莫贪杯，不要过量饮酒、酗酒，更不能空腹饮酒，易引起酒精中毒。所以，喝酒时一定要把握好度，既做到尽兴，又不伤害自身健康。（摘自河北工人报）

更正及致歉声明

因本报工作人员失误，在2月2日的头版标题中，将文章中“2018年12月，县域房产销售量首超市区”，错误地表述为“县域房产销售量首超市区”，对市场及读者产生了严重误导。实际情况应为，县域销售量仅12月份超过市区，全年累计未超过市区。特此更正。并向相关单位及广大读者表示诚挚的歉意。 本报编辑部

关于株洲市道路临时停车泊位春节期间免收停车费的通告

为方便群众春节期间走亲访友，2019年2月4日(农历除夕)至2019年2月10日(正月初六)春节期间，株洲市道路临时停车泊位第一期第一批收费路段全部免收停车费，2019年2月11日(正月初七)起

恢复停车收费管理。特此通告。

株洲市停车设施建设和管理工作领导小组
2019年2月1日



春节期间雨日较多 气温总体比往年偏高

马上，就要开始的春节长假，恐怕是一年中我们最期待的时光。

这个时候，“冷”依然不是你担心的问题，不管是晴天还是雨天，淡淡的春意依然会延续。昨天，市气象台发布春节期间天气专报称，春节期间(2月4日至10日)，整个城市阴雨相间，雨日较多，雨量不大，气温总体比常年偏高，不会有明显的低温、降雪、冰冻天气。

从昨天发布的春节期间天气来看，这个春节雨天较多，但没有连阴雨，说来也是弱冷空气帮忙的缘故。

市气象台说，春节期间将有两股冷空气影响，分别是3—4日和7—8日，第一股冷空气，因为强度不强，并不会带来特别大的降温和雨雪冰冻天气，在暖湿气流的配合下，只会下一些小雨，而且是稍显温暖的春雨，而它离开之后，到大年初二，也就是6日那天，最高气温或将有的20℃，年初三，18℃。

第二股冷空气，威力似乎大一些，从目前的预报来看，它带来降雨的同时，气温也将一路下跌，春节假期后半段，或将雨水多一些，到年初六(10日)，最低气温将跌至0℃，不过，毕竟还有这么久，等这股冷空气来了，到底降温多少，天气如何，还要再等等。

2月4日，也就是除夕这一天，还是“立春”。“立”是开始的意思，立春是二十四节气中的第一个，由此，新一轮的节气轮回开始了。

过了春节，很快就是春天，这样的期待真是让人心情愉快。今天可能是很多人年前的最后一个工作日，祝大家春节愉快，猪年大吉大利。

(记者 王娜)