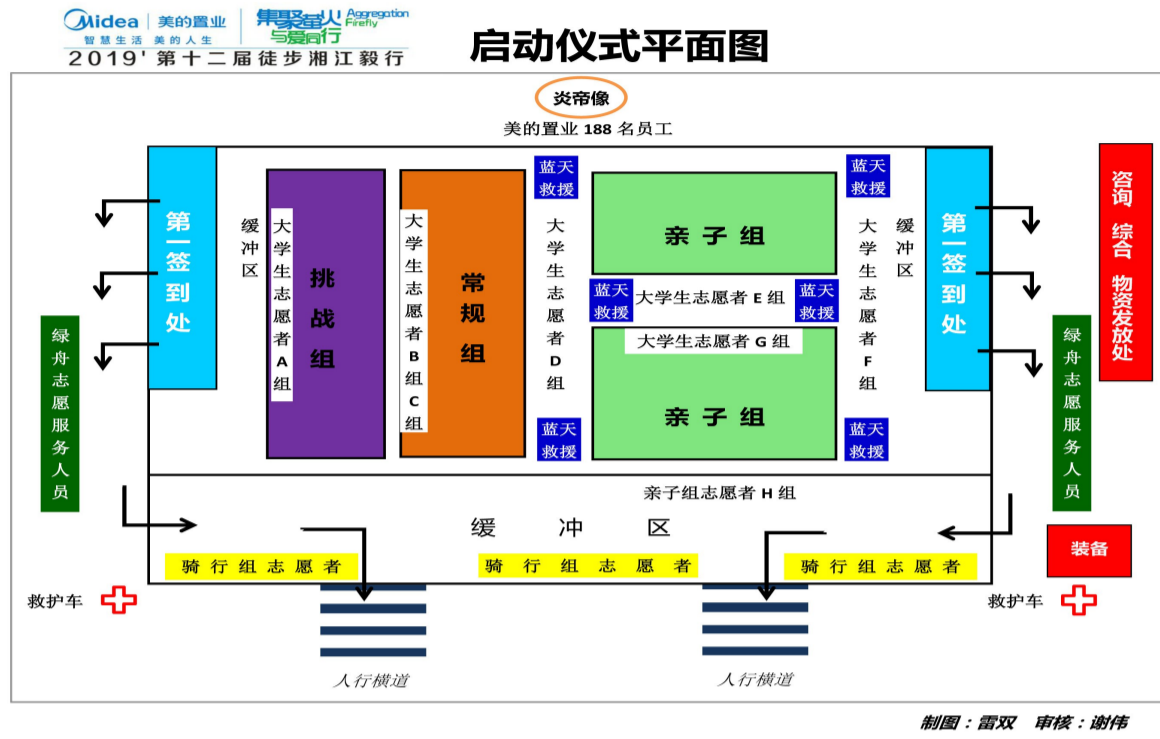


徒步湘江毅行进入倒计时

快来看看这份完整版攻略



本报讯(记者 肖蓉 刘珊)本屆徒步湘江毅行,组委会和株洲晚报专门开设了毅行互动平台供毅行者沿途及时互动交流,同时设置“我们的毅行,你我的故事”征文征图比赛,不论你是毅行者、志愿者还是路人,都可以把毅行路上的美好记录分享给更多的人。

8:00启动仪式,毅行人员按指定区域站位

启动仪式将于5月1日早上8:00正式开始,毅行者请提前半小时到场。现场按挑战组、亲子组、常规组划分了站队区域并贴有地标,每个区域都有志愿者在队伍前方举牌领队,毅行者须找到自己对应组别及编号区域站位。

如有需要托运的包裹,请在启动仪式前,凭毅行胸卡在神农广场北侧托运点免费办理托运(不得超过20千克,易燃易爆及危险物品不允许托运)。

新启扫码签到,在神农广场首签激活

与往年不同的是,今年每位毅行者胸牌上都有专属的二维码用于电子签到。没有胸牌,无法获得毅行证书以及路上所有补给。

启动仪式结束后,请毅行者务必根据现场志愿者的指引,有序排队扫码、激活签到程序,再开始徒步。其中,亲子组在神农广场北侧签到点签到,常规组、挑战组在南侧签到。

首签激活后,从第二签起,毅行者每次成功扫码后都能收到相关短信提示。此外,毅行者还可微信关注“株洲晚报志愿者综合服务平台”,只要绑定个人毅行信息,就可以了解自己的签到状态、步数排行、距离统计等等。

沿途设6个签到补给点,亲子组设两个游戏点

常规组和挑战组线路沿途共设6个签到点,可同时提供医疗、安保、饮水补给等服务。常规组和挑战组在中午前有一次麦波蛋糕提供的路餐补给。但徒步体力消耗较大,毅行者还需自备适量干粮,并携带轻便水壶。

用于沿途装水。

亲子组终点设在河西风光带航模广场往前200米处。到达终点前,一桥附近篮球场和五桥下设有互动游戏点,有游戏玩,还有小奖品拿,小朋友和家长们不要错过。

万丰湖露营地,民谣音乐晚会19:30开唱

常规组第一天露营地在万丰湖。当晚,大型民谣音乐晚会将在19:30激情开唱。观看晚会,常规组之外的毅行者需要自行解决来回的交通问题。宿营当日晚餐和次日早餐需自行解决。万丰湖畔商家(电话:17307451456)可提供帐篷租赁和订餐服务,有需要的毅行者可以自行联系预订。

量力而行,真的走不动可下撤

毅行不是比赛,能走多远自己尽力就好,一定要注意安全,了解自身的身体状况。如果真的走不动了,可及时到下撤点或附近的公交点自行返回。沿途下撤点共有两个,只为第一天毅行人员服务,分别位于河西沿岸武广桥下、河东沿岸芙蓉大桥下。

部分路段车辆严禁通行

鼓励选择搭乘公共交通,将自驾车尽量留在家里。为保证徒步行人安全,跟随队伍的保姆车有两处路段严禁通行:1、河东二桥至武广桥中段(过港口后小河桥);2、河东京珠桥段,如遇以上路段请自行绕行。

今天是领取毅行胸卡的最后一天

今日是领取毅行胸卡和物资的最后一天了。记者获悉,截至昨日,仍有近千名报名者暂未领取。志愿者们将在株洲晚报大楼一楼大厅里,坚守到今日18:00。

参与征文征图才情秀出来

本报讯(记者 肖蓉 刘珊)本屆徒步湘江毅行,组委会和株洲晚报专门开设了毅行互动平台供毅行者沿途及时互动交流,同时设置“我们的毅行,你我的故事”征文征图比赛,不论你是毅行者、志愿者还是路人,都可以把毅行路上的美好记录分享给更多的人。

“毅行互动”“毅行征图”参与方式

关注微信公众号“株洲晚报”,点击底部“湘江毅行”菜单栏,进入“毅行互动”和“毅行征图”专题页面。株洲晚报志愿者联合会微信公众号亦有相关链接。征图比赛最终评比结果由选手得票数决定,得票数前20名者,为人气奖;得票数排名在21名至70名的,给予纪念奖。比赛时间为:5月1日—7日。

“毅行征文”参与方式

征文比赛不限体裁。诗歌、散文、记叙等均可。
文稿发送至“2019第十二届毅行征文”邮箱(249672593@qq.com),投稿时间为5月1日—7日,文件名请用“毅行征文+作者姓名”命名。文内请留单位与联系电话。
组委会将邀请专业评委对作品进行评审,并评选优秀奖10篇、纪念奖20篇。

●特别声明

- 参赛作品必须为投稿者本人原创作品,并拥有独立完整的著作权。作品所涉及的名誉权和隐私权等引起的法律纠纷,由投稿者本人承担一切法律责任,主办方不承担任何责任。
- 组委会有权将所有参赛作品用于相关的展览、网站、宣传等非商业用途,不再另付稿酬。

下列证件声明作废

·株洲市公路管理局机关后勤服务中心遗失J5520000411301号开户许可证正本

·蒋志超遗失株洲华都房地产开发有限公司2017年1月6日开具的9064795号湖南省株洲市地方税务局预收款专用凭据(房款金额35000元)

·天元区大嘴巴风味小吃店遗失430211600115075号营业执照正、副本

·株洲市芒果艺术培训学校遗失52430221095914955Q号民办非企业登记证书正、副本

·中泰财富湘江17栋1116室肖乐遗失株洲中泰房地产开发有限公司开具的6070465号购房收据一张,金额16000元

·湖南省春晓工贸有限公司遗失J5520001691302号开户许可证正本

·谢勳、徐双前遗失30006652号湖南省株洲市地方税务局预收款专用凭据

·中泰财富湘江17栋2405室易佩君遗失株洲中泰房地产开发有限公司开具的4012079号(金额7150元)、4012080号(金额10000元)、4012100号(金额1000元)购房收据

·张岁新、张琦遗失湖南新华企业集团股份有限公司开具的60109001号往来结算统一收据,保证金10000元

·株洲市天元区刘厨私家菜馆遗失国税的税务登记证正、副本

·株洲市石峰区神农农庄遗失J5520000781601号开户许可证正本

28823919
28835396
广告接待热线

聪明的小侯

□ 李伟明

办公室的小侯,是同事们公认的聪明人。吴小丁分管办公室,经常使唤这个年轻人,有时也不得不承认小伙子脑瓜活络办法多。

比如,吴小丁叫小侯去复印一份文件,不巧的是,文印室的复印机正忙着,一时排不上队。换了一般人,也就先等等再说,小侯却很快把复印件交过来了。原来,为了省事,他直接就在自己办公室的传真机上把文件给复印好了。又如如,有一阵子,大家流行用手机记录行走步数,小侯在微信上晒出的步数却相当惊人,后来还是他自己“解密”:原来,这小子晚上散步时,把手机绑在自家的宠物狗身上……总之,什么事到了小侯手上,都能被他玩出不一样的花样。

小侯负责吴小丁分管这摊子工作的汇报材料、总结材料等文稿工作。需要文稿时,别人往往在加班加点调研、思考,小侯却足不出户,常常用最快速度把这些文稿搞定。起先,吴小丁也很佩服这家伙思维敏捷,行动迅速。可后来,有一次,吴小丁参加市里一个座谈会,发言稿意外地与另一个单位的领导撞车了,这才知道原来小侯这家伙是在走所谓的“捷径”。他的方法其实很简单:直接网上“拿来”,全不费功夫。为此,吴小丁狠狠地批评了他一回,只是小伙子据说背并不服气,还评论吴小丁思维僵化、不懂变通。

小侯的第一学历本来只是大专,可后来却轻轻松松地成为了一名硕士研究生。这里面自然也有取巧的成分。原来,就在别人花苦功夫通过自学考试、成人高考等方式读本科的时候,小侯直接从网上买了一个本科学历,然后,以这个学历报考了某大学的研究生。这样,和他条件相当的人取得本科学历时,他已顺利地完成了硕士研究生的学业。

小侯脑子好使,更多的功夫还是用在搞活经济上。和一般机关干部“收支简单”的生活不同,小侯“钱进钱出”是常态。只要有银行职员上门推销这卡那卡的,小侯必办一张,也不知他需要那么多卡干嘛。听同事隐约说过,他经常采取拆东墙补西墙的方式,在这些卡里不停倒腾,从中可以获点小利。吴小丁不懂这些,也没兴趣关心这些。他只是觉得天天算计这些数字,累死太多的脑细胞,不值得。但有一点他很奇怪,那就是连职工医保卡,也是小侯发挥聪明才智的地方。

说起来,吴小丁常年身体健康,别说是医院看病,连去药房买个感冒药的机会都基本没有。所以,他的医保卡上,每月只有进账没有支出,甚至都忘了有医保卡这么回事。就这小侯名堂多,居然连医保卡也“月光”。不仅自己的卡“月光”,连他妻子的医保卡也一并要用完。一个人无病无痛,哪能消费那么多药品?听到这事,吴小丁不禁连连摇头。

前些时候,局里拟提拔小侯当办公室副主任。不料,在考察公示期间,有人举报他学历有问题。核查档案时,小侯这个网购的本科文凭很快被识破,提拔的事当然泡汤了,糟糕的是,由于本科学历是假的,他的研究生学历也不算数了,最后,经组织认定,小侯的最高学历又回到了大专。

祸不单行。不久,吴小丁突然听说小侯出大事了:有关部门把他从家里带走了。原来,小侯和社会上的“药品收购”人员长年打成一片,按照他们的清单,利用自己和妻子的医保卡,在医院购出阿托伐他汀钙片、埃索美拉唑镁肠溶片、阿卡波糖片等药品转卖出去。多年来,他充分发挥医保卡的作用,在“药品收购”人员手上“赚”了不少钱,涉案金额已达十几万元。现在,他这种骗取医保统筹金的行为已经构成诈骗罪……

听到这个消息,吴小丁半晌才回过神来。整理好心情继续工作,在翻阅案头的材料时,他发现,上次小侯帮他复印的那份文件居然褪色了,已经变得一片模糊。他把文印室的小谢请过来,咨询她这是怎么回事。小谢看了看,告诉他,这是传真机上复印的,和复印机当然有区别,本来就不能久留的。

怀念一株花

□ 刘新宁

我常会想起一株花来,它不是很大,约一尺多高,分出的枝杈也只有六七根,也不怎么鲜艳,花朵只有一枚一元硬币大小,紫白色的,在风中摇曳。它生长在30多年前北国一个小城的郊区,一片农田的地头。那时我还是个少年,家中养着几只鸭子。一到假日,就要骑上单车,带一条编织袋去城外的野地或田间扯一些野菜来喂它们。

一个暑假的中午,我在一片豆地里挖了不少苣荬菜和车前草,拎着口袋到

了停放自行车的地头,又累又渴,太阳热辣辣地照着,不时有昆虫在鸣叫。我想找一株幽幽秧来吃一吃,忽然看到一株花,静静地矗立在那儿,一只蝴蝶叮在它的身上,大约在吸食花蜜。我突然感觉到,大自然是这样美好,也明白了人们为何说世界是美丽的。我静静地坐在那儿,就看着那株花,那只蝴蝶。蝴蝶很快飞走了,花仍随风摇曳。

不知过了多久,我起身离去,一连多日还想着那株花和那只蝴蝶。两个多月后,再去扯野菜时,特意又去了那儿。花秧还在,只是花朵已凋谢了,没了当初的鲜艳和蓬头,只余了稀疏和沧桑。蝴蝶没有来,花秧下有两只不知名的虫子在活动,还有几只蚂蚁。我呆呆地看了一会儿,想到两个月前的样子,不免有些感慨,但也只是一个少年的惆怅和惋惜。

此后数十年中,我读过许多书,去过许多地方,也见过许多花。那些花草有养在室内的,生在田间的,长在野外的,开在路边的,却没有哪一个给我印象如此之深。而在读过的诗文中,一遇到写花草的,我仍会联想到它。“野芳发于深山,不以无人而不芳”,我感觉那株花便是如此,它开在野外,少有人来,来了也是路过,但它并不自弃,依然绽放着美丽;“落红不是无情物,化作春泥更护花”,它凋零后,也是零落成泥碾作尘,肥沃脚下的土壤,帮助其它生命成长;“花有重开日,人无再少年”,这句诗更让我怀念它,也怀念当年的岁月,并警醒自己要珍惜时光。日本作家池田大作说过,“青春是人生之花,是生命的自然表现”,那么花朵呢,它当是人生路上的灯盏,既装点着人的行程,也明亮了人生的旅途。

一株花,陪伴了我30多年,还将继续陪伴着我。它丰盈着我的往昔,也帮助我解读这个世界,解读生命和美。佛经里说,一朵花里看世界。我在这株花里看到的已不只是世界,还有更多的东西。

挠痒痒

□ 陈红滔


上了年纪之后,母亲略有发福迹象,背后挠痒痒的时候很不方便。趁着周末,我和孩子回去看望她老人家,母亲看到我们回来很开心,又见我拿着大包小裹,连连摆手说,“哪用得着这些东西,平时也吃不完。就想着呀,等你来帮我挠痒痒呢!”

过了一会,母亲打来电话,说刚才忘记问我和孩子想吃啥,我说随便吃点什么都行,母亲不依,非要我买点几个菜不可。听出母亲在电话那头的坚持,我无可奈何地报了几个简单的菜,又叮嘱她快点回来。

接完电话,孩子忽然说,“妈妈,等你老了我也要给你挠痒痒。”我心里顿时暖洋洋的,嘿!这孩子真是好学的啊,果然言传身教是很重要的,正准备夸他几句,只听他接着说,“到时候你就知道,一直挠同一个地方有多疼!”

孩子按坐在椅子上,让我们歇一会。孩子才一坐下就不安分地扭着身子,非要我给他挠痒痒。小孩子细皮嫩肉的,我特意放轻了力度,阳光下他舒服地眯缝着双眼,随着我的节奏哼哼唧唧,恰似一只晒太阳的小猫咪。正好外面阳光暖暖的,我搬了一把椅子放在庭院,请母亲过去坐下,一边帮她挠痒痒,一边轻声细语地闲聊着家常。孩子本来无所事事地在另一边抬头看天空低头找蚂蚁,或许是觉得太无聊了,慢慢地被我和母亲的互动所吸引,看着母亲一脸享受和舒爽的表情,也心里痒痒的,缠着我,表示自己也想挠痒痒。

我正要斥责他不懂事,母亲笑着站了起来,说刚刚挠痒痒浑身爽快了许多,准备去街头买点菜做午饭吃。还把




创意思艺第9届护发节

消费多少送多少

5月1日至30日

各连锁店同步进行

我的发型我的色彩 我的创意思艺



创意思艺河西店 滨江一村株洲大厦一楼 28824088

创意思艺旗舰店 建设南路银河大厦29号 22168786

创意思艺精品店 体育路2号101、102号 28241888

创意思艺钻石店 耀华锦园嵩山路205号 28232388

创意思艺红旗店 红旗广场伟大国际 22526135

创意思艺栗雨店 天元区株百栗雨店二楼 22332631

创意思艺锦绣店 芦淞区太子路1726号锦绣江山9栋、10栋附213号 22782078

创意思艺银天店 黄河路口银天商务写字楼天虹百货楼上720室 27592222

创意思艺白云店 荷塘区红旗中路大润发四楼 28631913

创意思艺大拇指店 天元区庐山路136大拇指商场五楼 28318287

创意思艺奥园店 天元区泰山路、珠江南路交汇处奥园广场3F3-08号 22876133

创意思艺共和店 河西长江南路共和城利江花园门面297号 22613913