

地名记忆

株洲大道,构筑西大门的重要通道

株洲大道随季节变化,春赏樱花、紫玉兰,夏看花石榴,秋观果实,冬品梅花,春夏秋冬各有景致,一年四季美得让人心动。株洲大道被誉为湖南省样板路,株洲市样板路、景观路、文明路,是一道美丽的风景线。

构筑株洲市西大门的重要通道

株洲大道以前是条土路,原名为长江北路。600多个日日夜夜,无数次奋斗,为打通株洲市区向西的通道,很多人俯首躬行,在泥泞中拓荒。它经历一次混凝土浇灌,而后又用沥青铺路,到今天我们所见的样子。它现在是株洲市最漂亮的城市主干道,是湖南省首条立体化的生态景观大道。

据《株洲市地名录》记载,株洲大道东起东湖立交,西至京珠高速公路大石桥收费站,全长4.11千米,组合路幅宽度为100—120米,双向12车道。2003年9月12日开工建设,2005年9月30日全线竣工通车,历时23个月,工程总投资2.55亿元。同期开工建设株洲市第一座大型城市立交桥——东湖立交。东湖立交桥位于快速环道西环路与株洲大道交汇处,2004年9月竣工。

株洲大道以前是条土路,原名为长江北路。600多个日日夜夜,无数次奋斗,为打通株洲市区向西的通道,很多人俯首躬行,在泥泞中拓荒。它经历一次混凝土浇灌,而后又用沥青铺路,到今天我们所见的样子。它现在是株洲市最漂亮的城市主干道,是湖南省首条立体化的生态景观大道。

延伸段是“长株潭”三市的“黄金干道”

株洲大道内连快速环道西环线,外接京珠高速公路,是株洲市对外交通重要的出入口,是连接长株潭的重要纽带,也是推进长株潭一体化、构筑株洲市西大门的重要通道。

据《株洲市地名录》记载,株洲大道延伸段建设,总投资6.5亿元,2009年6月开工,2011年4月26日竣工通车。东起大石桥,西抵湘潭县边界,全长4.7千米,双向6车道,幅宽80米—120米,以原天岳公路为主线,两侧各新建1条辅道,建设内容包括主道提质、两条辅道、9座桥梁、1个地下通道,铺设人行道3万平方、沥青路面25万平方以及路灯600盏、公共管线130公里等管网配套设施。道路主道为双向6车道,设计时速为80公里/小时;辅道为双向混合两车道,设计时速为40公里/小时。利用5组匝道,6个上下穿越桥涵实现主、辅道交通转换,构建园区便捷交通和主道无障碍过境交通。

湖南首条立体化的生态景观大道

株洲城市的绿也随着株洲大道一直延伸,那些缠绕在城市里的片片绿,犹如一个又一个生命的音符,谱写着一首难以忘怀的绿色之歌……当年修建株洲大道时,种植各类乔木1.3万多株,绿化面积达85万平方米,按四季主题,点线面相结合,营造有气势、有韵律的生态景观。初春,樱花朝你烂漫微笑;盛夏,花石榴摇曳多姿;深秋,硕果飘香洒下一片金黄;寒冬,梅影斑驳无比惬意。“记得早些年去湘潭,汽车下高速驶入雨湖大道时,那条路修得真得很漂亮,当时就想,株洲要是有一条这么大气的路该有多好。”老李说,“后来株洲也有了,汽车一下高速进入株洲大道,那种城市的气质和底气马上就体现出来了。”

株洲沪溪两地“株洲大道”传佳话

“置身泸溪县,不忘株洲人;走进株洲路,永记株洲情。”在泸溪县城,也有条“株洲大道”,当地老百姓会用顺口溜向你讲述“株洲大道”的来历。1994年,株洲开始对泸溪县开展对口支援与帮扶工作。26年来,株洲市从人才培养、投资合作、产业协作、劳务培训、社会支持等五个方面建立帮扶机制、整合帮扶资源、拓宽帮扶领域,助力泸溪县整体脱贫攻坚和全面建成小康社会建设。多年来,株洲市聚焦项目支持,先后无偿支持泸溪资金累计达1亿元。特别是2019年资金支持再翻番,达2065万元。开展精准扶贫以

老李记得,2011年4月26日,新马东路桥段彩旗招展,鼓乐喧天,连接“长株潭”三市的“黄金干道”株洲大道延伸段举行了隆重的通车典礼。株洲大道延伸段的建成通车,对于推动城市扩容发展,加快新马工业园和天易示范区开发建设,推进“长株潭”三市融城步伐,起到了重大而积极的作用。金德工业园、汽车工业园、体育中心、高科大厦……又是一座又一座地标建筑,美景无边。

那个年代粮食有定量,一个成年人每月也就二十几斤,因缺油少肉,根本不够吃,长身体的小孩子更是饥饿难挨。我家7口人,每个人按定量每餐蒸一小钵子饭。晚上,祖母将第二天要煮饭的米放在锅里炒一下,为何要炒?因为炒过的米蒸起来显得饭多一点。显得多,其实并没有多,只是哄一边眼睛,哄不开了肚皮。祖母一边炒来一边感叹:“么子时候才有饱饭吃?”

大家都住在简陋的家属宿舍里,厨房和住房是分开的。有一天晚上来了小偷,把各家蒸在厨房里的饭悉数偷去。现在的年轻人听起来可能觉得不可思议,还有偷饭的?但在那个年代却是千真万确的事情。偷饭比偷别



老照片

写诗的时候

宋才逢

说起株洲当代的诗歌,是绕不开照片上这些人的。

20世纪60年代,株洲化工厂的罗子英,就有《栀子花》飘香省诗坛;田心机厂的李光迪,就有几歌在上海的《小朋友》中唱响。进入70年代了,湘江氮肥厂的田章夫,其在《广场上》誉满三湘四水;木材公司的聂鑫森,更是耀眼,缪斯青睐他的才华与勤奋,全国大部分省级报刊有他的诗歌张扬;电业局的程政,电力诗在《湖南日报》等发表;田心机厂的彭建祖,国际题材诗上了《萌芽》,彰显难能可贵。当然,学步如我,窝在空压机厂弄些分行句子见诸报刊……

那年头,工农商学兵的身份得裁明清楚,这些人,除了“诗歌作者”之外,还有一个共同的指称状以姓名之前:“工人”,或“株洲市工人”,或“湖南工人”。

株洲,是产业工人的聚集地,是各路文化交融绽放的百花园,实乃一个出工人诗人出工业诗的风水宝地。沉寂数年后的70年代中后期,文艺复兴,诗歌首当其冲发轫。株洲的文学社团似雨后春笋蓬勃,各级赛诗会、诗歌朗诵演唱会你方唱罢我登场,各种文艺创作学习班方兴未艾。北京的编辑时有来株洲组稿的,省里的编辑成上门索稿的常客。诗歌的株洲,株洲的诗歌,闻名遐迩。毋庸讳言,照片上的这些人于钢鸣铁响与机声、火花、汗水、油泥里摸爬滚打诞生,当属领军人物。——风流倜傥的三四十岁年龄,遇上七八十年代的春风化雨,他们恰逢写诗的好时候。

株洲诗歌硕果满枝的1981年初,由市文联田章夫主席带队,我们一行七人赴西南采风。

坐两天两夜火车到昆明,计划中的风景邀约而来。大观楼长联悠扬顿挫,惊艳八百里滇池波光云影,攀西山龙门敬佛,观金殿,吃过桥米线,从巍峨石林上下来,台阶远处程政的相机自动拍下了这张照片。平素在各厂忙各自的,极少齐聚集合同框。可是不巧,李光迪、彭建祖二位用的是铁路月票,工厂只给他们签了至昆明

往返,不能不打道回府,留下遗憾。

再坐火车走成昆线,平原中人文的成都扑面而来。在去旅馆的公汽上,田章夫望着窗外日出的低吟“像母亲解开了衣襟,醇醇的乳汁,喂养人间的早晨”,令我们留下了深刻的印象。置身诗的远方,武侯祠叩访诸葛孔明,杜甫草堂朝拜诗圣等,一伙诗兴在巴山蜀水驰骋。又坐火车赴重庆,雾里的山城楼宇梯次列队而来。红岩村里,罗子英笔记写得颇为详细,程政的相机“咔嚓”不停,参观渣滓洞,烈士苦斗血雨腥风的实景压向每个人心田;倒是去解放碑的一条横街上,我们尝遍了重庆小吃的精华,徜徉的脚步慢了几分;枇杷山上看嘉陵江两岸万灯灯火,仿佛快活天上人间,像李杜陶陶然也。

该乘轮船游长江三峡了,夜泊万县,白昼的瞿塘峡、巫峡、西陵峡的画卷惊心动魄接踵而来。两岸悬崖绝壁,江流湍急,奉节至宜昌两百公里间,船上的聂鑫森与程政居然对了多个时辰古诗句,沉稳矜持的田章夫含笑击节不止;罗子英时则操心着什么国家大事;我一旁寻觅远处的猿声。挥手宜昌。近半个月了,当工人的哪有不被工厂及家庭相互牵挂的,便直接坐火车去武昌,跟着坐火车返株洲。别跟我谈说绿皮火车,我们舟车兼程的车即是一路坐着它“哐哐当当”加平仄仄仄,去当名姓的“骚人”、去当古迹的“骚客”的……

不久,照片上的这些人,均有了自己的诗歌新作,并陆续登陆《诗刊》《星星》等,为株洲诗歌丰富了异光异彩。

现在,这张照片上的李光迪、彭建祖,英年去了天堂继续写他们的诗。其余五人渐入老境,值得高兴的是,大伙儿健康康,笔耕不辍,总有诗歌与文章面世,特别是聂鑫森著作等身,扛旗引领株洲文艺界。

可以说,照片上的这些人和不在照片上的一些人,与这个城市的爱诗、写诗的风气,成就了株洲“诗歌之城”的品牌,使之传承有道。

感悟

粥一饭

张人杰

不久前一位朋友请客吃饭,酒足饭饱之余,还有两个荤菜没有吃完。我建议买单的朋友打包,不要浪费。他说不需要,其他朋友也均表示不需要。我说你们不要我,晚上正好下酒。我已经养成了这个习惯,不论是家庭聚会还是朋友聚餐,只要有剩菜,我都会打包回家,实行“光盘行动”。见我如此节约,甚至有点“抠门”,有的朋友不以为然,认为我生在新社会长在红旗下,现在经济状况也不差,完全可以“大方”一点,倒掉点剩菜剩饭算不了什么。

我是厂矿子弟,从小生活在工厂宿舍区。少年时代经历了三年“自然灾害”(民间称为过“苦日子”),饿过肚子,饿过草根。饥肠辘辘的滋味刻骨铭心,至今难以忘怀。

那个年代粮食有定量,一个成年人每月也就二十几斤,因缺油少肉,根本不够吃,长身体的小孩子更是饥饿难挨。我家7口人,每个人按定量每餐蒸一小钵子饭。晚上,祖母将第二天要煮饭的米放在锅里炒一下,为何要炒?因为炒过的米蒸起来显得饭多一点。显得多,其实并没有多,只是哄一边眼睛,哄不开了肚皮。祖母一边炒来一边感叹:“么子时候才有饱饭吃?”

大家都住在简陋的家属宿舍里,厨房和住房是分开的。有一天晚上来了小偷,把各家蒸在厨房里的饭悉数偷去。现在的年轻人听起来可能觉得不可思议,还有偷饭的?但在那个年代却是千真万确的事情。偷饭比偷别

的东西更实惠,可以填饱空空如也的肚子。大家第二天的粮食被偷,十分痛心,分头追击小偷,跑出几里地,哪里还有小偷的踪影?后来工厂建了家属食堂,要求每家派两个人到食堂吃饭,我家派了祖母和我。有一天晚饭后去食堂领了一个馒头,我舍不得吃,一路捧着回到家。几个弟弟已经在家吃完晚饭跑到外面玩去了。突然,母亲一把将我拖到后面,叮嘱我赶紧把馒头吃掉,别让弟弟看见了!这些事情,如今回忆起来还令人鼻子发酸。

高中毕业后我直接进了工厂,成为那个年代少数没有上山下乡的幸运儿。但之前中学几年,每到“春耕”和“双抢”时节,我们都要下乡支农。从插秧到收割的农活都干过,烈日下农田里劳作的滋味体验过,知道粮食来之不易,一粒粮食一滴汗,浪费粮食要遭天谴。

直到改革开放之后,国家取消了粮食定量,国人才敢放开肚皮吃饭,祖母“吃饱饭”的梦想才得以实现。由于生活水平的提高,餐桌上的食品日益丰富,人们的饭量也越来越小。有的人也就不把粮食当回事了,白花花的米饭被随意倒掉。我自己不仅不浪费,见到浪费行为还会批评几句,管管闲事。有一家餐馆给每份“盖码饭”配上一大碗饭,许多食客尤其是一些女士根本吃不完,浪费一大半。我批评了这种浪费行为,建议让食客自己盛饭,店老板接受了我的建议,果然好多了。

一粥一饭,当思来之不易,有粮要想无粮时。在家做饭不浪费,外出聚餐打一个包。不论何时何地,保持节约的好习惯,珍惜每一粒粮食,才对得起面朝黄土背朝天的农民兄弟,才不辜负这个能够吃饱饭的时代。

千金影讯

8月19日

八佰(2D中文): 19:35 19:40 19:50 20:00 20:15

谋杀(3D英文): 13:30 15:45

1917(2D英文): 15:35 17:55

哈利·波特与魔法石(3D英文): 10:05 13:00 14:00 14:45 15:55 16:55 19:20

绝地战警:疾速追击(2D英文): 13:10 17:30

养生堂

立秋了,早晚温差加大,空气中的湿度较低,人们普遍会感觉到身体里缺少水分,因此会有口干舌燥、皮肤紧绷的感觉,如果不能及时改善,则会引发疾病,就是常说的“秋燥症”。秋天的养生,和其他季节一样重要,方法也不一样,一定要引起重视,谨记“三不吃,四不做”。

三不吃

1. 尽量不吃油腻、煎炸的食物 油腻煎炸、烧烤类的食物,都不易消化,如果秋天经常食用,食物会积聚在肠胃中,加重湿热,体内干渴缺水,状态会更严重,还会让很多的慢性呼吸系统疾病复发或者加重。像肥肉、炸鸡、烧烤,秋天要尽量少吃。

2. 不吃辛辣刺激的食物 秋天到了,辛辣刺激性的食物要少吃,这类食物易生燥热,这点与夏天不同,夏天吃些辛辣刺激的食物,有助于把体内的湿气排出体外,秋天则会加重体内燥热,对身体伤害极大。像大蒜、葱、生姜等辛辣食物要避免少吃。另外,生冷寒凉等刺激性食物,会影响肠胃和身体的代谢机能,也应减少食用。

3. 不要生吃水生食物 秋天里,生长在水里的一些食物,要尽量少生吃。比如生活中常见的莲藕、菱、茭菜、茭白、荸荠等水生食物都要尽量煮熟,尤其是生吃凉拌来食用。这是因为这些水生食物非常容易感染姜片虫的感染,会使肠黏膜发炎、出血、水肿乃至形成溃疡,同时,这些食物要是生吃过度会造成腹泻。

四不做

1. 不要做剧烈运动 初秋气温还很高,一般人食欲都不好,采取一些适量运动可以调理脾胃,然而,运动健身不可过量,也不可剧烈,以免流失太多水分,加重身体缺水的情况。运动以力度融合,量小为宜。身体能出汗即可,不要运动到大汗淋漓,这样最伤身体。在运动中,注意补充水分,选择早晚天气凉爽时进行。

2. 不要无病乱补 很多人在秋天养生,即使没有什么病,都会吃大量的滋补养生品,比如鱼油,如果大量食用,会引起中毒,再比如常吃一些大补食品,会造成血液中的血脂、胆固醇增高,还会引发肥胖,导致心血管疾病的发生。像服用过多的参茸类补品,会引起腹胀,不思饮食;过多服用维生素C,可致恶心、呕吐和腹泻。

3. 注意调节好心情,不要生气 “秋燥”会让人心中易生烦闷,这个时候,要注意调节好情绪,尽量避免生气。俗话说“气大伤身”,会导致大量的血液涌向大脑,增加脑血管的压力,很容易引起一系列的心脑血管疾病。对于本身就有心血管疾病的人,还有可能发生意外。秋天养生,要注意保持轻松愉悦的心情,补充水分,减少身体因干燥而引起的不适感。

4. 不要对着空调吹 炎热的夏天虽然走了,但“秋老虎”来了,初秋的气温依然较高。这个时候很多人,还会长期开着空调,结果造成寒气侵入体内,出现腹痛、呕吐、腰间疼痛等症状。因此,要避免长期呆在空调房间里,也不要对着空调吹,晚上尽量别开空调,可以常喝点姜汤,来预防空调病。本身就有慢性病如哮喘、胃肠功能较弱的人,则不易开空调。

(本报综合)

Table with 4 columns: 序号, 日期, 停电, 停电线路, 影响区域. Contains power outage schedules for various areas in Zhuzhou.

Advertisement for '2008311366' with large stylized text and a phone number.