

长春推出“十一”打卡地图 文旅活动相当“吸睛”

为庆祝新中国成立70周年,更好满足游客文化休闲娱乐需求,长春市在十一国庆假日推出了形式多样的文化旅游惠民活动,让市民乐在其中,畅享美好假期!

巴蜀映巷文化旅游商街:“十一”七天乐,天天有精彩。

(一)古典乐器演奏:扬琴、琵琶、古筝演绎古典风情。(9月30日-10月7日 11:00-16:00);

(二)名家戏曲演艺:京剧名段、单弦弹唱、东北特色二人转在巴蜀映巷齐登场!(10月1日至3日 12:00-14:00)

(三)非遗书画展:吉林省第二届知北游-惠民书画邀请展将在巴蜀映巷盛大开展,非遗大师现场作画,免费抽奖活动等。(10月1日至7日 9:30-16:00)

(四)吃喝玩乐节:火锅、兔头、涮串、麻辣烫通通走起,银器零食零售集合店火爆来袭;川剧变脸、呆萌兔子、熊猫人偶、抓钱机、画中人、砸金蛋目不暇接。(10月1日-10月7日)

(五)国际文化节:诺尔曼国际文化展即将启幕,照片、特产、美食、书籍、音乐、舞蹈、风情表演、专家讲座,多维展示世界各国文化精髓。(10月1日-6日 9:30-17:30)

长春莲花山生态旅游度假区:10月1日至7日,举办莲花山花海国庆游园活动。活动将以“山河礼筑,盛世中华”为主题,以爱国情怀和趣味国庆假期两条主线展开。包括红旗车队巡游、阅兵直播、歌唱祖国、巨型蛋糕品尝等活动。世茂莲花山花海宽城

里商业街将设古街穿越环节,作为长春最火网红打卡地,独有的唐风古街宽城里,将会为您呈现一个古色古香的街道景象。

长春庙香山度假区:“十一”期间将组织“来庙香山与超级国旗合影”活动,同时开展森林木屋、房车营地、徒步登山、花海采摘、滑沙滑草、真人CS、品关东美食,享森林氧吧等活动。

长春文庙:10月1日至7日开放(9:00-15:00),并举办传统文化系列展示活动。

(一)精品展览

10月1日至7日彭祖述长白山微刻《孔子圣迹图》展,地点:东茂;

10月1日至31日“新时代 新担当 新使命”摄影作品展,地点:东茂;

10月1日至31日“美丽长春 幸福生活”水彩画作品展,地点:西茂。

(二)非遗展示

10月2日(9:00-11:00)书法、捏泥人、剪纸、地书,地点:孔子书院、杏坛广场;

10月1日至7日(9:00-15:00)投壶游戏,地点:明伦堂西侧。

(三)礼乐表演

10月2日 9:00-11:00,地点:大成门广场。

(四)国学讲堂

10月5日 9:30-11:00,地点:明伦堂报告厅。

(五)重阳敬老

10月7日 9:00-11:00,地点:大成门广场、明伦堂报告厅。

长影世纪城:10月1日推出名字含“建国”、“国庆”免费游长影世纪城活动,当日还举办“生日快乐我的国-百人蛋糕DIY派对”活动;在10月2日开展国庆主题彩虹跑活动,现价仅需148元;10月1日至5日,将推出创意面塑体验项目,传承中国传统文化,献礼祖国。

“这有山”:10月4日,梦回汉唐·古风市集大型交互式体验活动暨“礼乐中华 盛世霓裳”2019吉林省首届汉服才艺优秀节目展示活动,届时市民将穿汉服畅玩“这有山”。“这有山”是一座具有强烈年代感的现代山丘景区小镇,它是红旗街上独一无二的集吃、喝、玩、乐、住为一体的度假山庄。

莲花岛影视休闲文化园:推出特惠门票,26元限时抢门票。9月30日至10月13日每晚18:00-22:00,莲花岛影视休闲文化园全新推出水幕灯光秀,9月30日至10月7日水幕灯光秀期间增加夜班客车,玩儿到尽兴再回家。

农安剑鹏马场:推出马术优惠课程,20节课4370元。

九台区:如果你想徒步,可到八台岭生态文化旅游区、马鞍山森林公园;如果你想看乡村美景,可到城子街大贝村、波泥河平安堡村、马鞍山村、梨树园村;如果你想感受收获带来的喜悦,可以到上河湾双顶村林果采摘基地、鑫正农业观光采摘园、九台区龙嘉街道办事处盛荣红菇娘种植专业合作社感受采摘的乐趣。如果你想住农家屋、吃农家饭、享农家乐,可以到碧水庄园度假村、龙福缘休闲旅游度假村。 / 记者 孙莹 报道

长春市儿童公园菊花展

3万余盆待公众免费欣赏

为热烈庆祝中华人民共和国成立70周年,营造喜庆、热烈、祥和的节日氛围,长春市儿童公园将于9月29日至10月7日举办菊花展,共计展出大菊、小菊、千头菊、彩菊、造型菊、艺菊、一品红、大丽花等绿植花卉3万余盆,展区面积约2万平方米,展出地区域分人民大街正门区和漱芳园正门区两部分。

本次花展主题为“盛世华章、菊舞长春”,在设计理念上突出“以人民为中心”,既体现了儿童公园特色,又充分照顾广大百姓需求;在花展布景上采取小景点与大景观相结合,精品花卉造景与公园自然植物景观相结合,在国庆节期间为广大市民呈现一场精彩纷呈的赏花盛宴。此次花展是儿童公园有史以来规模最大、数量最多的一次菊花展。 / 记者 海涛 报道

南通三车队重视主题教育

昨日一早,记者来到长春公交南通公司三车队停车场,孟队长正与同事们清洁场院,布置车厢。一面面鲜红的国旗,一句句祝词,把南通三车队的停车场烘托得格外喜庆。据了解,南通公司三车队高度重视党建工作,车队的党员和积极分子立足本职,起到先锋模范作用,在一些重要的节日,大家都会自发地通过布置,营造这样一个把爱国主义教育作为主题的氛围,激发广大员工的爱国情怀。驾驶员刘晶告诉记者,每当看到五星红旗,心里就有一种自豪感,也加深了自己对工作的责任意识,今后也会继续发扬创先争优的精神,全心全意为乘客做好服务。 / 记者 海涛 报道

13路公交中国红引乘客同框

近日,很多乘客在乘坐长春公交南通公司13路公交车时,已经完全地能够感受到浓厚的国庆氛围。来到车厢,中国结、红灯笼、与随处可见的鲜红国旗,以及带有喜迎国庆字样的彩带,还有两侧车窗张贴的“欢度国庆”贴画,让很多车上乘客情不自禁地掏出手机与这些车厢内的中国红合影自拍。国庆回长春探亲的张先生说,平日在国外工作,这次回到家乡乘坐13路回家的路上,13路车厢内这种喜庆的中国红让他心生感动,完全能够感受到13路公交师傅的用心,点赞是必须的,同时还要把这份美好传递给更多的外国友人。13路党支部书记王雪尧介绍,公交车作为一个流动的小社会,国庆期间更要将这份浓浓的爱国情在公交车厢内涌动起来。 / 记者 海涛 报道

“十一”期间长春净月潭音乐喷泉全面改版

9月30日,记者在长春净月潭景区获悉,为庆祝新中国成立70周年,10月1日至7日,净月潭音乐喷泉水舞灯光秀全面改版,每日18时准时放映,时长40分钟。

据介绍,净月潭音乐喷泉水舞灯光秀位于净月潭正门入口处女神广场,以净月女神雕像为中心点,以环岛沿路为边界进

行整体设计,采用声光电等多维度融合技术,为春城市民在夜间增添一份美轮美奂的视觉和听觉的盛宴。净月潭音乐喷泉水舞灯光秀共包含三大部分:音乐喷泉、灯光秀及水幕电影。水幕电影共分为“天、地、人、潭”四个篇章。“天”,讲述净月女神与净月潭的传说。“地”,描绘净月潭四季变换的独特美景。“人”,彰显长春城市魅力,歌颂

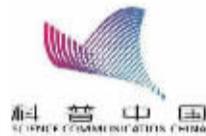
长春勤劳的建设者。“和”,弘扬国家主旋律,谱写美美与共的新时代篇章。

据了解,十一黄金周期间,净月潭景区还将开展“喜迎华诞,点赞祖国”等系列主题活动。此外,国庆当日生日的游客;即日起至7日,凡名字中带有“国庆”“建国”的游客,持本人身份证免费。 / 记者 陈霖 报道

温馨提示:集齐本专栏全年剪报可兑换科普礼品(具体兑换时间及方式将于2019年第四季度择期在报纸上刊登通知)

星期二
养生

荷花的药用价值不可小觑



吉林行

吉林省科协 城市晚报社

主办

2019年第177期 总第643期

在十种名花中,有“出水芙蓉”或“水中芙蓉”之誉者,唯荷花而已。荷花为睡莲科植物莲的花蕾。荷花浑身是宝,除莲藕、莲子可食用外,《本草纲目》记载,荷叶、荷梗、莲子、莲子心、藕节、莲须均可入药,就连莲房也大有用途。

荷花:味苦甘平,入肝、胃二经,功能为散瘀止血、去湿消风。可用于呕吐、尿血、崩漏下血,以及无泡湿疮、嘴唇上生疮、疥癣瘙痒;并可用于清心润肺、解暑除烦、月经不调和益色养颜。研粉内服,每次1克~1.5克,入汤剂6克~9克;外用多以鲜品贴患处。但内服时,忌同时服食地黄、葱、蒜。因本品季节性较强,采摘、保存较难,故临床应用并不普遍。

荷叶:多在6月~9月采收,除去叶柄,晒至七八成干,对折成半圆形,再晒一下。入药多切为丝片。荷叶性味苦涩平,主人心、肝、脾经。它被归入清热解暑药,为时令暑湿证的常用药,有良好的清暑热、利湿浊之功,以及良好的止血作用,能用治热入血分、血热妄行所致的出血证,还可用于痢肿疮毒,特别是湿疮、湿疹。对脾胃清阳不升、湿邪困脾所致的大便泄泻、痢疾,以及湿邪所致的肌肤水肿,亦有较好疗效。现代尚有人利用其化油降脂之功,用于降脂减肥。入

汤剂时,干品多用3克~10克,鲜品可用15克~30克。内服亦可入丸、散。外用适量,捣散、研末掺或煎水洗。但本品质轻、升散,久用有耗气散精之弊,故不宜长时间使用,虚弱之人不宜用。

莲子:为莲的成熟种子,剥去壳皮。《神农本草经》列为上品,历代研究者均认为:“莲子得天地清芳之气,合稼穡之味,为脾之果”,自古以来就是公认的老少皆宜的滋补品,为极常用的药食两用之品。《本草纲目》称能“交心肾,厚肠胃,固精气,强筋骨,补虚损,利耳目,除寒湿,止泄滑久痢,赤白浊,女人带下崩中诸血病”。当代中医用其补脾止泻、益肾涩精、止带、养心安神,多用于脾气虚弱之面色萎黄、纳少腹胀、呕逆、久泻久痢;以及肾气不足、精关不固之遗精、白浊;脾肾亏虚之带下;心肾不交之虚烦、惊悸、失眠等病症。小儿营养不良及单纯消化不良、慢性肠炎、神经衰弱、支气管炎、慢性萎缩性胃炎等可辨证用之。入汤剂多用

9克~15克。作为配菜、煮粥、做羹、炖汤,用量可适当增加。因长时间大剂量服食可致腹胀、呕吐、消化不良,甚至痞满、痞胀或大便秘结,所以,不宜大剂量常食。

莲子心:即莲心,为莲的成熟种子中的绿色胚芽。本品味苦涩性寒,入心、肾经,长于清心火,善治热扰心神、发热神昏,或心烦失眠之证;因苦寒之品能清泄、涩味能收敛,故又能清热凉血、收涩止血,用治血热吐血;既能苦涩固敛而入肾,故可敛肾固精而止遗,用于遗精滑泄之证。本品含莲心碱、异莲心碱、荷叶碱等生物碱,并含钙、铁、锰等多种微量元素,尚含黄酮及其糖苷、多糖、核酸、蛋白质等成分。所以,具有扩张外周血管,降低血管阻力的作用,有一定的降压效果,并能抗心律失常、抗心肌缺血、抑制心肌收缩力。入汤剂用量为1.5克~3克。因苦寒之品易损人体阳气,故脾胃虚寒者应慎用。

莲房:亦名莲蓬壳、莲蓬、莲壳,见《食疗本草》,为莲的花托。多

于9月~10月果实成熟时,割下莲蓬,除去莲子及梗,晒干而成。其气微,有苦、涩味而性平和,入药多撕成碎块或经炒炭后用。功能为化瘀止血、去湿解毒,多用于崩漏、月经过多、胎漏下血、血痢、尿血及瘀血腹痛、恶露不尽等出血证及出血兼有瘀滞证的治疗,尚可用于痔疮、皮肤湿疮、乳裂及睾丸鞘膜积液等症。入汤剂可用5克~15克,亦可入丸、散剂用。外用适量,煎水洗或研粉调敷。需要注意的是,莲房用治崩漏时多炒炭入药。内无瘀滞者应慎用,孕妇应慎用。

更多精彩尽在:



科普中国

吉林科普微窗