

冬晒太阳 胜喝参汤

这些地方让您度过舒适的周末时光

之前在书上看到过一句谚语“冬晒太阳，胜喝参汤”。我想冬日，最惬意的事莫过于晒太阳。漫步公园度过周末舒适的时光，或与三五好友，享受骑行与欢笑，或是茶店点一杯咖啡读一本书……有了这些暖阳的诱惑，生活才充满阳光的味道。

在汝州，就有不少适合晒太阳的好地方，记者搜罗了几处，不如找个阳光灿烂的日子约起来吧！



煤山公园晒带着遗址气息的暖阳

煤山公园历史悠久，作为市区首屈一指的公园，曾经是汝州市民过年唯一的游玩去处，承载了无数人的记忆。公园内挺拔的法桐树，在温暖的阳光照射下别有一番美。市民艳峰平日只要有时间，就会去煤山公园晒太阳。

艳峰喜欢煤山公园正门进去往西就能看到的那排法桐树和柳树。她说，这些树是整个公园最大最粗、长得最茂盛的。沿着小路一直走到健身区域，两旁是小草坪，配有汝州市市花“梅花”的主题元素，随处可见一片绿意。走着走着，就来到了后方读书角上，三三两两的小朋友围坐一起，认真分享读书的样子很吸引人。

中央公园晒带着鸟语花香的暖阳

中央公园给市民晓培的第一印象是“她”的美，说起“她”的美，应该是一年四季有花草草，各类植物。春天的粉色桃花，夏天的黄色金盏菊，秋天的白色睡莲花，冬天的绿色狼尾草。中央公园如同一位美丽的公主，每一季换一身靓丽的裙摆，迎接八方宾客的到来。

夕阳下的北汝河，美轮美奂。

滨河公园晒带着泥土与青草味的暖阳

滨河公园地势平坦，整片草坪绿油油的，犹如一层厚厚的毛毯。深呼吸一下，清香的泥土与青草气息扑鼻而来，让人心旷神怡，如痴如醉。

书店里晒透过玻璃折射进来的暖阳

当你路过华予金城与福地国际花园交叉口，有一间玻璃门面的书店，透过玻璃你会看到店内摆放着高高的木制书架，古香古色的书桌，听到优雅的音乐，你会被这里的特色设计吸引，被这里的书香所感染。

陈晶 文/图

新奥燃气温馨提醒



冬天来了，又到了天然气使用气量达到峰值的季节，新奥燃气带您普及一些安全使用天然气的小知识。

- 1、“再冷也要通风” 装有燃气设施的地方不能全天紧闭，冬季长时间使用燃气，易使室内氧气不足，再冷也要通风。严禁使用无烟道热水器。老人或小孩淋浴时应留人在家看护，淋浴时间以10-15分钟为宜。 2、“闻”“看”“听”“测”，4招防事故 “闻”：如果闻到家中类似臭鸡蛋的味道，则可能发生了漏气； “看”：管道天然气客户在确认不用气的情况下用较长时间观察燃气表的末位数字是否有变化，如有则可能发生了漏气； “听”：燃气泄漏会发出细细的“丝丝”声，如有则可能发生了漏气； “测”：用刷子沾上肥皂水涂抹可能漏气的部位，如冒泡则可能发生了漏气。 燃气泄漏应急措施：发现燃气泄漏请立即关闭燃气阀门、开窗通风、不要在室内开关电源、拨打电话，立即到室外安全区域拨打燃气24小时服务电话：95158。 3、家庭燃气具的使用常识 灶具点火时如果连续三次打不着火，应停顿一会儿，确定燃气消散后，查明原因后再重新打火。灶具打不着火常见原因主要有：①电池问题（灶具或燃气表电池无电、装反、脱落）；②点火电极被一些垃圾如油垢之类的污染可以用纸巾或干毛巾擦净电极，或是清理电极上的异物；③燃气阀是否正常开启；④燃气表中无气；⑤燃气软管脱落等。如果排除了以上原因，燃气灶还是无法正常工作，请联系95158派专业人员上门处理，不要随意自行操作。 (B17905-2004)《家用燃气燃烧器具安全管理规定》规定：天然气热水器和灶具的判废年限为8年。达到报废年限的设备，安全系数大大降低，建议不再使用。 为了您的安全，请使用带有熄火保护装置的安全型灶具，避免意外熄火漏气事故发生；请到我公司营业厅或正规商场购买品牌燃气具。

大冬天里 这些安全知识请「热」去学

冬天使用暖风 这几个技巧对你有帮助

暖风是一辆车里最基础也是最有效的取暖设施，它利用发动机的循环冷却系统产生热量，通过鼓风机向驾驶室室内传递。属于热量再利用，所以暖风的功耗比空调低多了，油耗小到可以忽略不计。如果感觉开暖风费油，很可能是操作不当引起的。

今天小编就来跟大家聊聊冬天使用暖风的几个技巧。

汽车启动后不要马上开暖风

汽车刚启动的时候，机油需要一定的时间才能润滑到各个部件。如果这时开启暖风，发动机内部润滑不够，摩擦阻力增大，导致发动机负荷过高，肯定会费油，但是大家普遍会误认为是暖风惹的祸。正确的做法，是应该在汽车启动后，等3至5分钟，待水温升高后，再开启暖风。

不要开A/C按钮

A/C按钮就是空调，按下它表示压缩机开始工作了，就会增加油耗。压缩机的主要作用是用来制冷、吹冷风的。汽车中冷风与暖风是两个系统的，暖风是利用汽车自身的热循环产生的，不需压缩机工作。

循环方式设置为内循环

将空调的循环方式设置为内循环模式，车内气温会快速升高。感觉车里暖和了之后再切换成外循环，这样有助于车内空气流通。

调节暖风模式

暖风温度调节为23摄氏度最合适。另外，调整出风口风向，不要对着面部，容易导致疲劳，影响驾驶安全。把风向调为吹腿和脚部，腿脚暖和了全身也就暖和了。

最后需要注意的是，有些人很喜欢冬天开着暖风在车里睡觉，这样做是很危险的。因为发动机工作时，汽油燃烧不完全，会产生高浓度的一氧化碳。当车停驶开着暖风，车窗又紧闭时，发动机排出的一氧化碳浓度升高，会造成缺氧，严重的时候是会死人的，所以尽量避免停车开暖风。

来源：《河南法制报》

冬至吃饺子还是立冬吃饺子呢？



图片来源网络

冬季有两个节气是很重要的，一是立冬，二是冬至。许多朋友会将冬至和立冬两个节气搞混，像我妈妈就把立冬当成冬至，一个人非常有兴致地包了够四个人吃两天的饺子，然而却发现那天是立冬。不过现在，吃饺子的习俗有很大的普适性，平时犒劳自己和家人需要包饺子吧，冬天消耗大吃饺子吧，迎接亲朋的到来得吃饺子吧，新媳妇进门吃饺子吧，春节了更要吃饺子。总之，在中国吃饺子不分东南西北，不分一年四季。吃饺子的时候多了，就会迷糊是冬至吃饺子还是立冬吃饺子呢？其实立冬和冬至都有吃饺子的习俗，只不过比较常见的是冬至吃饺子的习俗。

冬至这个节气是北半球白天最短夜晚最长的一天，冬至之后太阳直射光线就从遥远的南回归线逐步返回北半球。在这寒冷的一天，吃饺子可以促进身体的血液循环，补充多种维生素。饺子的馅一般都会有萝卜和肉。不管是猪肉还是羊肉还是牛肉，只要和萝卜搭配在一起

就会有促进血液循环的作用，并且萝卜本身就含有大量的维生素。所以一到冬至超市里各式各样的饺子都卖得很火。不过有关保健专家提醒，冬至之后的饮食要以温补为主，吃饺子讲究馅料的选择，不同的馅料功效不尽相同，不同人群应根据自身需求各取所需，胡萝卜、羊肉、洋葱、牛肉等都是冬至饺子馅料的好选择。

记得，小时候吃饺子一年吃不了几次，基本就是冬至、过年了才吃。有一年我很挑食，不爱吃萝卜，偏偏那年冬至家里包饺子是萝卜馅的，那小孩子脾气立马就上来了，各种耍赖不吃饺子，家里的大人们知道后开始各种劝导：冬至你不吃饺子，就会把你耳朵冻掉啊等等一系列每年冬至都会说的话。那时候小，什么话也听不进去，就知道我不喜欢吃，你还让我吃，那我肯定不能如你所愿了，结果那一年耳朵竟然真的冻了。还真别说，耳朵冻了是真的很受罪，耳朵注意保暖了就会感觉痒，不注意了又怕伤口严重，最后反反复复才好。从此以后，每逢吃饺子的时候，不用大人们说，自己就乖乖地把饺子吃得一个不剩。

饺子在历史上最早的名字是“娇耳”，这种颇受人欢迎的食品是医圣张仲景首先发明的。东汉时期，医圣张仲景辞官回乡，当时正是冬季，他发现白河两岸乡亲面黄肌瘦，饥寒交迫，不少人的耳朵都冻烂了。便让其弟子在南阳东关搭起医棚，支起大锅，然后把羊肉、药物捞出来切碎，用面包成耳朵样的“娇耳”，煮熟后，分给来求药的人每人两只“娇耳”，一大碗肉汤。人们吃了“娇耳”，喝了“祛寒汤”，浑身暖和，两耳发热，冻伤的耳朵都治好了。后来，为了纪念张仲景，每逢冬至人们便模仿做着吃，所以就有吃饺子这一说。现在物质水平提高了，饺子想什么时候吃就什么时候吃。不过我们的传统节日可不要忘了呢。

张亚萍

·连载·

毛泽东离京 巡视纪实

- 1. 军委各副主席都出席，徐向前同志也要参加，街上有大字报不要紧，做做工作； 2. 朱总司令、刘伯承同志也要参加； 3. 各军区在京的领导同志都要参加，韩先楚一定要参加。（当时韩先楚被骂为福建的“韩老谭”“韩再道”） 4. 各兵种负责人除吴克华、崔天民不到外，其他可到会，总参彭绍辉不到。（三位不到的将军是因为早已被毛泽东点名） 5. 其他参加的人，由北京定。 6. 由杨成武同志致祝酒词。杨成武提议：“谭震林同志是否可参加？” 主席答复：“好，他一定要参加。” 7月31日下午，杨成武乘专机离开上海返回北京，向周恩来传达毛泽东的指示。 8月1日，《红旗》杂志发表反军乱军的社论《无产阶级必须牢牢掌握枪杆子》。社论写道：“目前，全国正在掀起一个对党内、军内最大的一小撮走资本主义道路当权派的大批判运动，这是斗争的大方向。” 3日，杨成武飞返上海。凌晨5点45分，杨成武向毛泽东汇报北京的情况。 8月3日至8月25日以前，杨成武没有再回北京。毛泽东从武汉转移到上海后，在这里住了将近两个月。 剧烈动荡的现实已使他难以像从前那样到处巡视，更难以自己进行以往他提倡的深入的调查研究，而主要是靠阅读文电、报刊以及从少数能同他接触的人员那里来了解国内外情况，指导工作。 毛泽东对中央文革策划的几万人长期围攻中南海，搞“揪刘火线”，揪斗刘少奇，给予了批评。 7月18日，刘少奇夫妇在中南海内被批斗。当天晚上，毛泽东在与陈再道等同志谈话时批评了北京中南海造反派批斗刘少奇等的做法。8月5日，刘少奇、邓小平、陶铸在中南海内各人家里又同时遭到批斗。当晚，汪东兴向毛泽东报告了上述情况。毛泽东大为光火，问是谁批斗中央领导人？并指示要追查。中央文革不得已，撤退了对中南海的围攻。 毛泽东制止了反军乱军的歪风。 8月上旬，被派到武汉了解情况的余立金回到上海，向毛泽东汇报武汉的情况。余立金说，现在武汉的造反派都在传达中央的指示，要打“第三战役”。毛泽东追问：是谁提出的？余立金汇报：是北航造反派向武汉造反派传达王力、关锋的谈话，说中央首长认为文化大革命已进入“第三战役”，重心转向军队，揪党内一小撮。毛泽东问：哪个首长？毛泽东还是林彪。余立金说：这些小将“通天”，不知他们说的中央首长是谁？（未完待续）

全国经济普查条例

(2004年9月5日中华人民共和国国务院令第四15号公布 根据2018年8月11日《国务院关于修改〈全国经济普查条例〉的决定》修订)

第五章 数据质量和质量控制

第二十六条 经济普查的数据处理工作由县级以上各级经济普查机构组织实施。国务院经济普查领导小组办公室负责提供各地方使用的数据处理标准和程序。地方各级经济普查机构按照国务院经济普查领导小组办公室的统一要求和标准进行数据处理，并上报经济普查数据。

第二十七条 经济普查数据处理结束后，各级经济普查机构应当做好数据备份和数据入库工作，建立健全基本单位名录库及其数据库系统，并强化日常管理和维护更新。

第二十八条 地方各级经济普查机构应当根据国务院经济普查领导小组办公室的统一规定，建立经济普查数据质量控制岗位责任制，并对经济普查实施中的每个环节实行质量控制和检查验收。

第二十九条 国务院经济普查领导小组办公室统一组织经济普查数据的质量抽查工作，抽查结果作为评估全国及各地区经济普查数据质量的主要依据。各级经济普查

机构应当对经济普查的汇总数据进行认真分析和综合评价。

第六章 数据公布、资料管理和开发应用

第三十条 各级经济普查机构应当按照国家规定发布经济普查公报。地方各级经济普查机构发布经济普查公报应当经上一级经济普查机构核准。

第三十一条 各级经济普查机构应当认真做好经济普查资料的保存、管理和对社

会公众提供服务等工作，并对经济普查资料进行开发和利用。

第三十二条 各级经济普查机构及其工作人员对在经济普查中所知悉的国家秘密和经济普查对象的商业秘密、个人信息，应当依法履行保密义务。

第三十三条 经济普查取得的单位和个人资料，严格限定用于经济普查的目的，不作为任何单位对经济普查对象实施处罚的依据。（未完待续）

经济普查五年一度 促进发展心中有数