

虽说春天最后一个节气到了,但南京的春天还有一个多月呢

今天谷雨有降雨 双休无雨赏花去

大概是为了迎接谷雨节气,今天全省大部分地区都有降雨出现,其中沿江和苏南地区以及东北部地区雨量中等,局部还有大雨。不过好在这场雷阵雨在本周六前基本结束,明天天气渐渐转好,到周日又是好天气了。

谷雨是“雨生百谷”的意思。每年4月20日或21日太阳到达黄经30°时为谷雨。今年谷雨到来的时间,是今天0点12分。谚语有云“清明断雪、谷雨断霜”,但根据历史统计资料,南京的断霜日大概在清明节气左右。因此,就

“断雪”和“断霜”而言,南京比黄河中下游地区均提前一个节气。

虽说谷雨是春天最后一个节气,但并不意味着春天已经结束。按照气象学上的标准,南京的春天还有一个多月呢。民间流传着“谷雨过三天,园里看牡丹”,还有“月季花落只去蒂,花朵随开不停滞”的谚语,形容这一节气百花盛开的人间春色。眼下,古林公园的牡丹正是最佳观赏期,莫愁湖的杜鹃也开得正红,趁这个周末,赏花去吧。

现代快报记者 刘伟伟



早鸫尾(左)和杜鹃(右) 现代快报记者 赵杰 摄

谷雨养生做做这两个运动 冷水搓鼻翼 按揉“祛湿穴”

今天是谷雨节气,南京市中西医结合医院的养生保健专家提醒,这个时候也是做好预防过敏、祛湿和护肤保健的重要时段,有两种健身功市民不妨练着试试看,会有不错的养生功效。

冷水搓鼻翼 鼻子防过敏

谷雨前后花粉、柳絮较多,需要防花粉症及过敏性鼻炎、过敏性哮喘等。每天早晚用冷水洗鼻有利于增强鼻黏膜的免疫能力,是防治鼻炎不错的办法。用冷水洗鼻子的时候,顺便揉搓鼻翼可

改善鼻黏膜的血液循环,有助缓解鼻塞、打喷嚏等过敏性鼻炎症状。

按揉祛湿穴 关节防风湿

谷雨时空气中的湿度逐渐加大,按揉阴陵泉穴能起到健脾祛湿的功效。该穴位于人体的小腿内侧,膝下胫骨内侧凹陷中,取穴道的时候,应采用正坐或仰卧的取穴姿势。每次左右腿穴位各按摩60下,每日早晚各按摩一次即可,以穴位感到酸胀为适度。

现代快报记者 刘峻

莫愁湖公园 杜鹃鸫尾唱主角

快报讯(通讯员 李军 记者 孙兰兰)正是柳絮飘零的季节,纷纷扬扬的“雪”中,莫愁湖公园两种花静静地绽放:杜鹃和早鸫尾。

莫愁湖公园里的杜鹃已经过万株,形成一定的规模。

而鸫尾在莫愁湖本来就是当之无愧的主角,这里拥有华东地区最大的鸫尾专类园,不过那主要是指公园浅水沼泽区域的水鸫尾。从2009年起,公园又特意引进早鸫尾,让游客在陆地上也能欣赏到鸫尾。

南京三日天气预报

今天 多云转阴有阵雨或雷雨,其中夜里雨量中等,偏东风,明天夜里转偏北风,风力4级,13~22℃
明天 阴转多云,14~22℃
后天 多云到晴,12~25℃

动物园邀你来看 中国版“愤怒的小鸟”

快报讯(通讯员 马海燕 记者 孙兰兰)游戏“愤怒的小鸟”实在太火了,火到国家地理杂志都来寻找它的原型。其实,在我们身边也能找到它们的原型。昨天,由南京市旅游园林局、市农委、江苏省野鸟会等多家单位联合举办的全国第31届爱鸟周活动在红山动物园启动,鸟类专家们就找出了中国真实版的“愤怒小鸟”,而且有好几种在红山动物园就能看到。红山动物园工作人员介绍,苍鹰、红嘴蓝鹊在南京的很多山林里都能看到;大嘴巴的双角犀鸟,在动物园犀鸟园里可以看到,林八哥则居住在鸣禽园。

爱鸟周期间还有主题展览、园区观鸟、鸟类助养等十大项互动内容。4月21日、22日红山森林动物园中心广场将开展以上现场活动。其中,园区观鸟活动每天有5个名额,观鸟爱好者可拨打85518101进行预约报名,报满即止。

注:部分中国版“愤怒的小鸟”
中国版火红鸟——大朱雀
中国版黄凤——金背
中国版白弹鸟——苍鹰
中国版黑炮——林八哥



愤怒的小鸟趣味知识展

现代快报记者 赵杰 摄

“最好学”的环卫工



4月18日摄于中山东路 (作者徐先生获30元话费)

须发花白的环卫工,坐在路边,手捧一本杂志看得入神。前天,徐先生路过中山东路时,用相机记录下了这个瞬间。

昨天下午,现代快报记者在中山东路上找到这位环卫工,他姓刘,安徽宿州泗县人,今年68岁了,2006年和老伴来南京打工。“我不止看杂志,捡到别人扔的报纸,也经常看看,新闻里讲了啥我记得不少。”老刘说起这些颇为自豪,“这些字我百分之九十几都认识,好歹以前在老家我也当过大队会计。”

老刘每天早上3点多就得起床,到下午5点收工,中途有点空闲的时候,喜欢看书打发时间,他有两本很宝贝的“藏书”,是去年在明故宫附近的展销会上花20块钱买的,一本是《罗通扫北》,一本是《薛礼征东》,都是有名的历史故事。说完,老刘一笔一画地在本子上将书名写给记者看。

实习生 蔡芳芳 现代快报记者 朱蓓



爱锻炼的狗狗 才是好狗狗

哪个主人这么有才,居然教会了狗狗荡秋千。3月27日摄于安怀新村 (作者张先生获30元话费)



猴子的心思 你永远不懂

身下有水偏不喝,非要搬起屁股抱着水龙头接水喝。是创意,还是讲究卫生?真难猜测。4月17日摄于红山动物园 (作者陆先生获30元话费)

互动方式

投稿请注明拍摄时间、地点、作者姓名及手机号码

有啥好照片 发给快报瞅瞅
有啥好想法 说给快报听听
支持原创图片,谢绝一稿多投

■ 移动用户发送短信或彩信到 1065830096060 ■ 电信用户发送短信到 10659396060
■ 联通用户发送短信到 1065596060 ■ 你也可以直接投稿到信箱 dajiaxiu@126.com

中国医学科学院 www.pumcdern.net
皮肤病医院
★ 皮肤激光科 ★ 整形外科
美丽专线: 85412124 / 85478041 地址: 南京市蒋王庙12号