

传承甬城藏书文化,让更多人陶醉在书香中 海曙寻找十大“醉书房”



□本报记者 陈朝霞
海曙记者站 朱尹莹

“林老先生的书不多,但贵在精,评他当‘醉专业’不为过。”“王水花家的书房布置得很清新,让人愿意坐下来品一杯茶看一本书,可以当选‘醉文艺’”……前天,参加海曙区新闻中心联合区图书馆面向全区开展主题为“寻找醉书房”活动的“醉书客”经过4天4夜的搜索,亮出自己推选的各具特色的“醉书房”,让人陶醉其中。

纷纷以摄影及文字的形式,记录家庭书房及与藏书有关的故事,共同为历史文化名城核心区营造高品质的书香氛围,最终30个家庭书房入选候选名单,参与“醉文艺”“醉开放”“醉专业”等10个“醉书房”奖项的角逐。

正是这种书的代代传承,书香才会蔓延,她将这个书房评为“醉传承”。“醉书客”陈文斌是海曙区有名的“阅读之星”。他提交了一个“醉神交”的书房。原来,这是曾居住在澄浪社区的甬上文化名人王重光的书房,曾经收藏着老先生的万本藏书。如今该书房空无一书,只剩下老先生写读书笔记用剩下的两箱笔芯和废笔。从老先生的老伴陈爱娟口中得知,老先生在去年过世前,留下的遗嘱便是将他一生的藏书捐赠给鄞州区图书馆。“这便是书的价值所在,让更多的人分享。”陈文斌说。

喜欢上看这看似简单却充满智慧和美妙的图画书,她索性辞了职,开了纸飞机童书馆,把推广儿童阅读当成自己的事业。在这个书房里,她成立了由27人组成的公益性“故事妈妈团”,让孩子们在故事中感受书香。“开放的书房甚至吸引了慈溪的孩子专程前来阅读,孩子们被书包围、听书中的故事,想想这场景就觉得很美。”杨燕笑着说。

“彩虹奔跑·公益助学” 开启网络时空马拉松 截至晚上9时许,平均每人跑了27公里

北团区委共同发起的“彩虹奔跑·公益助学”活动正式启动。短短两天时间内,活动就吸引了全大市各地近百名热爱跑步的选手参赛,截至24日晚9时30分,共有30余名参赛者发送里程截图,且被认定成绩有效,合计里程超过800公里,平均里程达27公里。根据最新统计,排名第一的选手累计跑程已达81公里,单次跑程最高达42.99公里。

北仑柴桥: 党组织建在产业链上 助农民销售亿元花木

柴桥花木公司、紫石花木经纪人协会、瑞岩花韵俱乐部、万景山花会等花木产业链上企业和协会组织中陆续建起了党支部,有效地把党组织的政治优势与花木协会的经济优势有机融合,形成了“支部引领、协会服务、党员带动、整体推进”的良好格局。

跨越220公里的爱心速递

象山15名公交志愿者专程到杭州献血

本报通讯员周唯淑 董欣峰 记者沈舜晖 前天一早,浙江省血液中心迎来了一批身穿蓝色制服的“特殊”献血者:象山公交志愿服务队的15名队员。

3000毫升以上。这也是他们第一次到宁波以外的地区献血,单位领导对此非常支持。



象山公交志愿者在省血液中心献血小板。(周唯淑 摄)

溪口首批红心猕猴桃开摘

本报通讯员卓建青 记者徐欣 奉化记者站黄成峰 22日上午9时许,奉化溪口商量岗景区东侧的东姜坑村内腰鼓阵阵,声声喧天,村民以自己的方式庆祝该镇首批红心猕猴桃开摘。这是四明山区域保护生态,溪口花木产业转型的又一成果。

野山参俗称地精、黄精、神草、还魂草等,是驰名中外、老幼皆知的名贵药材。“百草之王”,是中医药典赋予它的美称,喻示着它的神奇功效。然而,很多人受食“参”上火、吃参易流鼻血等说法的影响,认为日常生活中不易久服野山参,有些人甚至是望“参”却步。

野山参是用来救命的?吃野山参会上火?夏天不能吃野山参?年轻人不用吃野山参?

对不起,野山参 我们“误会”太深了!

■误区一: 野山参是救命的
古代由于消费能力限制,平常百姓无力消受,只在危急时煎水服用一整根3-9克的野山参,即“独参汤”以求救命,久而久之野山参被百姓奉为了“救命仙草”。但是,现代人生活条件改善,野山参早已不再是“救命草”,但是其神奇的滋补功效却没有因此被埋没,反而成为了越来越多普通百姓的日常滋补佳品。

都是不科学的。出现这样的情况,往往是在实际食用过程中吃得不得法。服用野山参,不能超量服用,成人每天一般不要超过3克,如果常服保健量,一般每天1至2克即可。

能吃野山参,会补过头。可事实上,在专家看来,野山参是老少皆宜的滋补品,青年人吃野山参和老年人吃野山参的有所差别,青年人吃野山参是为了作为能量补充剂,给身体补气加油,缓解疲劳感和亚健康状态,使精力更旺盛,体力更充沛,更有活力。

皇帝吃参大有讲究 野山参,不服不行!
史料记载,古代皇族,乾隆、慈禧等都喜欢服补劲十足的野山参,且均是受益者,他们为什么长期食参而不上火呢?在他们的长寿背后,到底隐藏着什么样的食“参”秘密?让有三十年野山参采挖经验的专家来一一告诉你。

野山参,我们所剩不多了!
9月24日—27日,新鲜长白山野山参在日报广告部二楼等你
一天下来,200多支野山参一抢而光。有市民一口气买走40支,那场景着实让人看着“壕”。接下来,如果您想选品相好一点的带回家馈赠亲友,那就请早点过来挑哟,因为,我们只空运了500支,来晚了,估计都被挑完了。9月24日—27日(9:00—17:30),请到日报广告部二楼,尽早来挑参!

- [13年—15年野山参] 单支300元,两支500元,每支约重12克—30克。
- [16年—18年野山参] 单支480元,两支800元,每支约重15克—35克。

另外,在品尝现场购买两支及以上长白山野山参的市民,当场赠送长白山园参一支(价值200元)。



史料记载,慈禧太后每天都吃野山参,一天都没断过。但如果你光是冬天吃,春天夏天秋天都不吃效果也不好。我们常说冬令进补没有错,但中医也曰“四季五补”,即春季“升补”,夏季“清补”,秋季“平补”,冬季“滋补”,四季宜“通补”。野山参属于本草上品,属于四季补品,需久服。