

21日冬至:

不同地区的夜长不同,有什么门道?

新华社天津12月19日电(记者 周润健)12月21日迎来冬至,这是北半球白昼时间最短、夜晚最长的一天。这一天我国各地的夜晚到底有多长?这一天是日出最晚且日落最早的时候吗?听天文科普专家一一道来。

冬至是二十四节气中的第二十二个节气,也是冬季的第四个节气。中国天文学会会员、天津科学技术馆天文科普专家刘仲利介绍,冬至这天,各地的昼夜长短不一。

昼夜长短的这种变化,纬度越高的地区越明显。福建省天文学会会员、天文科普专家许长榕通过不同城市在今年冬至日的日出、日落时间计算出各城市当天的黑夜长度,可以明显看到这种效应,例如哈尔滨夜长约15时20分、北京夜长约14时40分、南京夜长约13时57分、海口夜长约13时05分。

“以此推算,我国南北方主要城市冬至日夜长的最大差距在2小时以上。”许长榕说。

可能有人认为,冬至之日,是北半球全年夜长最长的一天,理应是日出最迟、日落最早的一天。实则不然。这是因为地球的自转轴倾斜约23.5度,并以椭圆轨道绕太阳公转,导致每日的正午时间略有偏差,称为均时差。

许长榕告诉记者,今年冬至当天我国各地最早的日落早在11月底至12月初就出现了,而2026年1月中旬左右才会迎来最晚的日出。这种时间差异会因地地理位置与年份稍有不同,并非固定不变。

冬至被视为“阳生”的起点,古人将其看作太阳运行的转折点,是记录太阳行踪的理想开端。“对摄影爱好者而言,如果从冬至这天起,每天在同一时间与地点拍摄太阳在天空中的位置,历经四季,就会得到漂亮的‘8字形’日行迹。”刘仲利说。

“吃过冬至面,一天长一线”,冬至过后,白昼将逐渐增长。虽然变化不可能一蹴而就,但太阳直射点逐渐北返的脚步已经开始。

迎冬至,这份健康提示请收好

12月21日将迎来冬至节气。冬至前后北方天气寒冷,流感、肺炎等呼吸道疾病也进入高发期。怎样区分流感和普通感冒?如何科学防护?针对公众关切,国家卫生健康委19日以“时令节气与健康”为主题举行新闻发布会,邀请专家进行解答。

——识别流感,合理用药。

发布会上信息显示,本周我国流感活动出现下降,但总体仍处于高流行水平。

“低温寒潮发生时间往往与流感等呼吸道传染病流行季节重叠。”江苏省疾病预防控制中心主任医师霍翔建议,积极接种流感疫苗是预防流感最经济、最有效的手段之一。同时,要养成良好卫生习惯,咳嗽、打喷嚏时用纸巾或臂弯遮住口鼻,科学佩戴口罩,注意手卫生。

如何区分流感和普通感冒?北京大学人民医院主任医师马艳良提醒,流感主要由流感病毒引起,往往一开始就来势汹汹,出现高热、全身疼痛、乏力,也会伴有呼吸道症状;普通感冒大多由鼻病毒、呼吸道合胞病毒等引起,全身症状相对较轻,主要是流鼻涕、打喷嚏、嗓子疼等。

面对市面上种类繁多的感冒药,马艳良建议遵循“对症治疗、安全用药”原则。普通感冒大多是病毒引起的,阿莫西林、头孢菌素、左氧氟沙星等是针对细菌感染,滥用反而会增加细菌耐药风险。

——养肺防感,中医有妙招。

针对一些人在受寒感冒后出现咳嗽、咽痒久不恢复的情况,中国中医科学院望京医院主任医师高峰表示,感冒后气道上皮受损,尚未完全修复,气道敏感性增强,受到一点刺激就易诱发咳嗽。中医认为这是外感后正气还未完全恢复的表现。

高峰建议,可保持室内湿度

适宜,避免干燥,必要时使用加湿器;外出时科学佩戴口罩,避免粉尘、异味、冷空气等刺激;少吃刺激性食物,可适当吃一些百合、梨、银耳等润肺止咳食物。如果咳嗽持续加重,伴有气短、胸痛等症状,应及时到医院就诊。

针对“冬天喝点酒、吃点辣可以祛寒御冷”等说法,高峰表示,饮酒后皮下毛细血管扩张,血液加速流向体表,短时间会感到面部和身体发热、出汗,但热量会更快地从体表消散,反而容易受寒、感冒。

此外,中医认为,辛辣食物易耗伤津液,可能引起口干咽燥、口腔溃疡、便秘等不适,对于有慢性消化系统疾病如慢性胃炎、消化性溃疡的患者,还可能诱发或加重病情。

——理性止痛,正确护眼。

冬季也是各类疼痛的高发期。北京大学第三医院主任医师李水清提示,止痛药不能长期随意吃,因为止痛药并不能消除病因,长期使用可能掩盖病情,耽误治疗,应按医生指导规范使用。

“老年人随着年龄增长,系统器官出现退变,容易引发疼痛。”李水清说,持续或反复发作超过3个月的疼痛是慢性疼痛,需要积极治疗,否则可能导致焦虑、抑郁、睡眠障碍、功能障碍等问题。

对于老年人高发的带状疱疹,李水清表示,接种疫苗可降低带状疱疹的发病风险,特别是50岁以上人群或免疫力低下人群建议接种。

冬季眼部干涩怎么办?复旦大学附属眼耳鼻喉科医院主任医师周行涛建议,可以通过主动眨眼、开加湿器、热敷、避免揉眼睛等方式减少眼睛干涩的症状。此外,可以在医生指导下使用人工泪液。

新华社记者 李恒 徐鹏航
新华社北京12月19日电

冬至:团圆与感恩

美丽中国



12月13日拍摄的北京八达岭长城雪景。一场冬雪过后,白雪覆盖下的神州大地美景如画。新华社记者 陈晔华摄



一条小船在赛里木湖中驶过(12月16日摄)。赛里木湖位于新疆博尔塔拉蒙古自治州,是新疆海拔最高、面积最大的高山湖泊。新华社记者 王菲摄



12月20日,游人在灯会上赏灯(无人机照片)。12月20日,内蒙古兴安盟科右翼前旗锦绣嘉年华新春灯会开幕,吸引了众多居民和游客前来赏灯。新华社记者

小至 (唐)杜甫
天时人事日相催,冬至阳生春又来。
刺绣五纹添弱线,吹葭六管动飞灰。
岸容待腊将舒柳,山意冲寒欲放梅。
云物不殊乡国异,教儿且覆掌中杯。

冬至,一阳来复

陆榕容

冬至是二十四节气中最早被测定和记录的节气之一。古人根据观察总结出“冬至三候”,认为在这半个月中,蚯蚓在地下蜷缩交缠成结,麋鹿将脱去旧角,而泉水逐渐恢复流动。

“蚯蚓结”与“水泉动”,难以入画。但“麋角解”,却有图像传世。1762年,乾隆皇帝看到鹿科动物会在夏日脱角,这与古人的记载不符。一年的冬至时节,他忽然想起放养在南苑里被称为“麋”的鹿,便派人去探察它们是否解角,派去的人果然拿着一根刚脱下的鹿角回来禀告。乾隆既诧异又欣喜,撰写了一篇《麋角解图》,感慨自然之理难以穷尽。他还让董邦达创作了一幅《解角图》(局部见图):画面右端拦起一带红墙,表明其中为皇家苑囿。其间松柏常青,其他树木均已凋零,暗示时节正逢严冬。正中空地上有3头鹿,左侧树下一头双角已脱;中间仰首而卧的一头,仅余一角;右侧的立鹿刚刚脱去一枝大角。这幅作品既为我们留下冬至时节的自然现象侧记,也间接证明古人观察自然的智慧。

冬日静寂,日头也短,此时回忆起故人来访的情景,自然会带来欢悦。顾瑛是元代晚期的文学家与藏书家,广交宾客,主持过著名的玉山雅集。他晚年曾在嘉兴合溪建有草堂,赵原为他画下了《合溪草堂图》轴。此作不以赵氏喜爱的王蒙式高山峻岭为宗,而是绘成疏疏阔阔的一水两岸。远处洲渚之中,小桥横跨。中景左侧是三叶渔舟,以船只之小反衬出水面之阔。近景树木高耸,茅屋临水而设。屋前两艘小船挨着停在一起,3只水鸟在旁嬉戏。如此布置,莫非暗示有客到访?

果然如此。画面右侧共绘4人,两人在高树下散步交谈,另一人正拄着手杖跨入堂中。而室中人身穿红衣,端坐案前,与来客打上了照面,其应该正是草堂主人顾瑛。顾瑛似乎不满足于仅在画面中出场,又题诗作跋,其中有“门无胥吏催租至,座有诗人对酒吟”之句,可见其分外得意于这份清欢与雅兴。他所作的诗和跋,落款为“至正癸卯冬至日”,正是662年前的冬至那天。

俗话说“冬至大如年”。有些地方,在冬至这一天,人们会互相往来庆祝,而更重要、更普遍的风俗则是祭祀,以怀祖先之德。时至今日,冬至扫墓的习俗仍在江南绵延不绝。在文化记忆与人之常情的共同作用之下,冬至日的“慎终追远”,依然有着感人的力量。

明代沈周的《东庄图册》,是他为同乡好友吴宽所作,描绘了吴氏家族园林“东庄”中的景象。东庄由吴宽的父亲吴融营建,后传至吴宽之侄吴奕手中,是三代人心血所系。沈周作画之际,吴融已经离世。册中的“续古堂”一开,绘出一个由墙与门隔出的小院。画面中间的小屋中悬挂着一幅人像,官帽红衣。这应是吴家人祭祀吴融之所。堂名“续古”,更表达了继承祖先遗业,不忘先世清芬的志向。

沈周另有一套4幅的《庐墓图》,后合装为一卷。这4幅图究竟为谁而绘,虽不得而知,其主题却清晰可辨——从4个不同角度描绘的某家墓园。这样的绘画,正是古人仁孝之思的折射。画家为此匠心营造,不仅经营位置,调整视角,更将这重要主题与表现四时风光的绘画传统结合起来。第一幅为春景,画的是清明时节,人们结伴祭扫,正要走到墓道跟前。第二幅为夏景,正面画出了墓亭所在的位置。越过第三幅的秋山空绕,便到了冬日,满山积雪把世界装点得一片莹白,墓道前的小径也被白雪覆盖,只余朱红的亭子与一株未及落叶的红树相互映衬,为满山寒色增添了一丝暖意。

古人有着朴素的辩证眼光。所谓“冬至一阳生”,从这昼最短、夜最长的一天开始,春意终将随着黄赤交角的变化,悄悄地、慢慢地,重新回到大地上。从这个意义上说,沈周的亭角与叶梢,更令人寄情而会心,它们仿佛遥遥预告着下一个春天。

作者为上海师范大学美术学院副研究员 据人民日报

和田地区和田河流域生态综合治理项目(于田县斯也克乡1.5万亩人工乔木造林)环境影响评价第二次公示

一、项目情况

本次项目区规划灌溉面积1.4928万亩,其中人工种植0.4928万亩文冠果,种植0.5万亩酸枣,种植0.5万亩沙枣。新建机井19眼,年取水量为309.63万m³。

二、环境影响报告书征求意见稿全文的网络连接及查阅纸质报告书的方式及途径

(1)环境影响报告书征求意见稿全文的网页链接: <https://pan.baidu.com/s/1rK8ET4Tb0vgCXOkkjzSA>
提取码:zeyq

三、公众意见表的网络链接

http://www.mee.gov.cn/xxgk2018/xxgk/xxgk01/201810/t20181024_665329.html

四、公众参与方式、途径、范围

(1)方式和途径:任何单位和个人若有宝贵

意见或建议,直接向当年环保局、建设单位、评价机构反映或采用电话、电子邮件等方式提出,也可填写公众意见表发送给建设单位、环评单位。

(2)范围:主要征求但不限于与项目相关的公众(周围居民、当地政府部门、专家学者等)。

五、建设单位及联系方式

建设单位:于田县润林生态伟业有限公司
联系人:吾加不拉
联系电话:18399131395

六、环境影响评价机构名称及联系方式

编制单位:新疆瑞瑞科技有限公司
联系人:王阔宇
联系电话:13699328661

七、公众提出意见的起止时间

公众请于本公示发布之日起十个工作日内与建设单位或环评单位联系,反馈对项目在环保方面的意见和建议。

于田县润林生态伟业有限公司

●洛浦县麦提图尔荪·纳斯尔新32-47187号拖拉机登记证丢失,特此声明。

●和田县阿布都热合曼·阿布都拉(身份证号:653221199912150034)、苏麦热曼·麦斯迪柯(身份证号:653221200002061222)之子迪力木热提·阿布都热合曼Y650079849号(出生地点:和田县人民医院)出生医学证明丢失,特此声明。

●于田县工商局J8967000110002号(账号:582101040024079,开户行:农业银行于田县支行)开户许可证丢失,特此声明。

●策勒县努尔艾力·麦提图尔荪(身份证号:653225199207031510)、阿则古丽·阿卜杜外力(身份证号:653225199301101546)之女阿米乃姆·努尔艾力P650349727号(出生地点:策勒县人民医院)出生医学证明丢失,特此声明。

●策勒县图尔荪托合提·艾合麦提托合提(身份证号:653225198909123511)20166510521000030号小学教师资格证丢失,特此声明。

●和田市居马·阿不都瓦依提新32-39904号拖拉机登记证丢失,特此声明。

●新疆鼎庆农业发展有限公司

遗失声明作废

6532011017041号财务专用章丢失,特此声明。

●和田地区石油协会(统一代码:516532006978122199)社会团体法人登记证书(正本)丢失,特此声明。

●洛浦县加帕尔·尼扎米丁(身份证号:653224193810121150)洛浦县国用(2000)字第04-198号(现坐落:洛浦县恰尔巴格镇库车村203号,原坐落:洛浦县恰尔巴格乡库车村315号)国有土地使用证丢失,特此声明。

●洛浦县阿塔吾拉·日杰普(身份证号:653224197407071415)拖拉机驾驶证丢失,特此声明。

●和田县麦提敏·吐孙托合提(身份证号:653221199711101519)大型工程机械设备操作证丢失,特此声明。

●策勒县艾麦尔·麦提库尔班(身份证号:653225197604202038)新(2020)第202002617号(坐落:策勒县恰哈乡兰贵村518号)不动产权证丢失,特此声明。

●墨玉县阿卜杜乃比·阿不来(身份证号:653222198102180815)、海茹古丽·如孜图如普(身份证号:653222198505032729)之子帕提曼·阿卜杜乃比P650463135号(出生地点:墨玉县人民医院)出生医学证明丢失,特此声明。

●和田县阿布都乃比·吾休尼亚孜(身份证号:653221199606120013)、阿依努尔·阿布都拉(身份证号:653221199211100026)之子玉苏普·阿布都乃比W650066075号(出生地点:和田县人民医院)出生医学证明丢失,特此声明。

●皮山久益农牧科技开发有限公司6532230003725号公章丢失,特此声明。

●新疆生产建设兵团第十四师皮山农场阿卜拉·库尔班尼亚孜新32-B3698号拖拉机和联合收割机行驶证丢失,特此声明。

●伊里其乡人民政府与阿力地·阿布都拉(身份证号:653201198004062012)拆迁号:C-12号房屋征收补偿协议丢失,特此声明。

●民丰县萨伍尔·麦提库尔班新32工14540号大型工程机械设备牌照丢失,特此声明。

●墨玉县西域加油站6532011072232号财务专用章丢失,特此声明。