



出门看天

今日天气



多云间晴天, 偏东风
2级~3级。

明日天气



10日, 多云转阴,
-3℃~3℃。



11日, 小雪转阴,
-3℃~1℃。

最高温度

7℃

最低温度

-6℃

听民谣, 过春节

□汉风

春节是我们最隆重、最盛大的节日,起源于以河洛地区为中心的中原。春节一般从腊月二十三开始,新年正月初一达到高潮,正月初五(民间称作“破五”)高潮期结束,正月十五进行最后庆祝。

在长期演化中,河洛地区形成的过春节民谣,较为生动地描述了中国人过春节的主要民俗活动。

留住民俗中优良的文化,就是留住我们的精神家园,现把河洛地区春节民谣所描述的春节民俗活动内容整理出来与大家共赏。

二十三,祭灶神

腊月二十三,民间称为小年,这一天一般要赶回家里过年了。这一天,要先祭祀、慰劳掌管灶房的灶神,意思是在以后的将近一个月时间内,就主要在灶房里叨扰他老人家了。这一天一般在傍晚时分烙饼祭灶,并品尝美味的“祭灶饼”,拉开春节美食的序幕,开始营造过年氛围。

二十四,扫房子

家长率领全家成员共同进行,既是相互协作劳动,也是深度感情交流。凡目之所及,都要想方设法进行清扫、整理。这既是打扫房子,也是为了养成爱干净的习惯。

二十五,割豆腐

开始准备过年的各种食品。割豆腐代指准备各种过年食品。一般也在这一天开始做各种油炸食品,包括炸豆腐、炸丸子、炸肉松等等。

二十六,煮大肉

与平时不同,就是一般百姓家,春节期间也要有丰富足够的肉食。往往需要煮一大锅甚至几大锅的肉食,以备食用。“大肉”在这里泛指又多又大的各种肉。

二十七,折柏枝

这一天往往由男性家长带着子女到野外折些柏树枝回来,年三十插在门楣上,家中青少年还要在年三十晚上在院子中燃起柏树枝篝火,以祈福、驱邪。

二十八,做年花

即制作家中过年用的各种装饰品,包括剪年花、剪窗花,在庭院、房屋中进行装饰,放置象征吉祥、幸福的各种饰品。

二十九,街上走

到二十九,过年的各种事项一般已经准备完毕。二十九要在街上走走、转转,一方面与街坊邻居交流,另一方面,则是看看街坊邻居有没有过年困难、需要帮助的。若街坊邻居有需要帮助的,则及时进行帮助和照顾。

年三十儿,贴花门儿

年三十下午各家各户要贴春联,营造吉祥氛围,迎接年初一这个隆重的节日。

年初一,去作揖

既指年初一上午,小辈要去看望长辈,要向长辈作揖,

感谢长辈的养育之恩;也指年初一上午大家要到街上活动,相互作揖,祝福新年。

年初二,看丈人

丈夫须在这一天携子陪妻去看望老丈人。

年初三,走亲戚

亲戚之间要在这一天开始相互走动,祝福新年。

年初四,看大戏

人们结伴到各处游玩、观看或参加春节期间的各种演出。

年初五,擂大鼓

年初五,民间俗称“破五”,是春节期间举行重要表演活动的日子。其中,最典型的表演活动就是擂大鼓。擂大鼓既是向上天祈福,也是春节高潮期的结束。“破五”过后,亲戚朋友多的,也可以继续走亲戚、访朋友,或参与、观看各种演出活动;若是做生意或有事情需要做,过了“破五”,即可开门营业,开始自己的工作。

年十五,逛灯会

年十五又称“元宵节”,是一年中首个月圆日。一般在这天举行灯会,并进行旱船、走竹马等表演活动,人们一般白天出去看表演,晚上结伴逛灯会、猜灯谜,赢些小礼品。这一天既是独立节日,也是春节活动的最后一天。过完这天,春节就圆满结束了。人们须走上工作岗位,创造来年的幸福安康。

练太极拳可降低中风存活者跌倒风险

□新华社华盛顿2月7日电 (记者 任海军)

中风存活者大多行动不便、协调性差,身体也大不如从前。美国的一项最新研究显示,练太极拳可降低中风存活者跌倒的风险。

美国亚利桑那大学的研究人员征集了89名中风存活者进行对比研究,这些研究对象的平均年龄为70岁,其中46%为女性,平均在研究开始3年前患过中风。

研究人员选取30人练习杨氏太极拳,28人接受日常护理,31人参加一项健身计划。太极拳小组和健身计划小组每周进行3次锻炼,每次持续1小时。日常护理组每周接受1次电话询问,并记录参加社区活动的情况。

12周过后,研究人员共接到34次跌倒报告,其中5次发生在太极拳小组,15次发生在日常护理组,14次发生在健身计划小组。

研究人员表示,练太极拳能改善平衡能力,强化力量 and 灵活性,自然能够降低跌倒的风险。此外,练太极拳还可缓解压力,提高生活质量。

这项研究结果日前在美国中风协会国际中风会议上发布。

百姓一线通

洛报集团百姓一线通
66778866
一线通特色便民项目

- 法律咨询 电话医生 心理咨询
- 脑瘫康复 家政保洁 月嫂保姆
- 家教辅导 杯赛培训 水电安装
- 家电维修 空调养护 路灯投诉
- 防水补漏 采暖供暖 水暖维修
- 管道疏通 开锁搬家 电瓶维修
- 饮水机专业清洗、保养
- 净水机专业安装、保养
- 太阳能安装、维修、清水垢
- 热水器安装、维修、清水垢
- 美术高考培训 矿泉水电话直送
- 油烟机维修清洗 家电专业清洗

你中了吗

福彩新快开

幸运武林

3选1 中奖易 10选3 奖金高

福彩3D游戏河南省开奖公告

第2013039期中奖号码

6 3 9		
中奖情况		
奖等	中奖注数	每注金额
单选	506注	1000元
组选三	0注	0元
组选六	1025注	160元

福彩“七乐彩”开奖公告

第2013017期中奖号码

基本号码: 09 29 04 24 14 08 11 10

特别号码: 10

中奖情况		
奖等	全国中奖注数	每注金额
一等奖	2注	1200809元
二等奖	34注	10090元
三等奖	560注	1225元

体育彩票

新快赢481

8选2 好中奖, 8选3 奖金高

体彩“排列3、排列5”第13039期开奖公告

玩法	中奖号码	全国中奖注数	单注奖金
排列3	911	直选	4584注 1000元
		组选3	5915注 320元
		组选6	0注 0元
排列5	91150	19注	10万元

体彩“七星彩”第13017期开奖公告

中奖号码: 7 9 2 9 4 9 3

奖等	全国中奖注数	单注奖金
一等奖	8注	500万元
二等奖	70注	7499元
三等奖	497注	1800元

空气质量 (8日)

污染指数	52
空气质量状况	良
首要污染物	可吸入颗粒物

便民电话本

电力抢修: 95598
 燃气服务热线: 95158
 供水服务热线: 9610001
 旅游服务热线: 12301
 消费者申诉举报: 12315
 城建服务热线: 12319
 劳动保障咨询: 12333
 价格投诉: 12358

环保热线: 12369
 洛阳火车站问询: 62561222
 洛阳汽车站问询: 63239453
 高速路况查询: 67872855
 67878110
 洛阳机场问询: 62328666

新郑国际机场问询: 96666
 公交服务热线: 63411661
 住房公积金咨询: 64936666
 市行政服务中心: 63917802
 市纠纷办: 63933058
 更多便民电话信息见洛阳网
 (www.lyd.com.cn)
 生活·资讯频道