



今日天气

今天阴天间多云,东南风转偏北风4到5级,5℃到13℃。

特别提醒
天气预报早知道
请拨打12121



许昌移动用户
编写11发送到10658121即可订购

许昌联通用户
编写121发送到10620121即可订购



历史上的今天 TODAY IN HISTORY

1949年4月1日 南京发生“四·一”惨案

1949年4月1日,南京中央大学、金陵大学等10所大专院校的学生和部分教职员6000余人举行了大游行,要求国民党政府接受中国共产党的八项和平条件。游行结束后,回校学生遭到预伏的国民党暴徒的围殴和毒打,被打死和被重伤致死3人,酿成震惊全国的“四·一”惨案。
(晨综)

4月 将展现春天最美的样子

本报讯(记者 王婵)眼下的天气正应了那句“欲减罗衣寒未去”。上周,天气忽冷忽热,变化得很快。本周,气温依然低迷,今明两天的最高气温在13℃左右。看来,要回到前段时间那样温暖的天气估计还要等一段时间。

本周天气有点儿凉

今天是4月的第一天。按照季候来分,3月是早春,4月是阳春。

从体感上来说,许昌的春天开始的时候偏凉,结束的时候往往偏热,真正让人觉得春色正好、气温正好的日子屈指可数。春天总是在人们“期待快点儿暖”和“抱怨热得过快”的情绪中匆匆过去。

虽然本周天气有点儿凉,但春天一天天变暖的总基调不会变。权且把

这段时间天气变化的小插曲当作一段美妙的体验吧。不管是绵绵细雨,还是艳阳高照,4月是一年当中最舒适的时候,大家好好体会春天的各种美好吧。

市气象台预报,我市今天阴天间多云,东南风转偏北风4到5级,5℃到13℃;明天阴天间多云,7℃到14℃。

马上就是清明节了。印象中,清明节大多是阴雨天气。“沾衣欲湿杏花雨,吹面不寒杨柳风。”“清明时节雨纷纷,路上行人欲断魂。”“清明处处插垂柳,院宇深深绿翠藏。”这些诗句都呈现着清明时节独特的天气韵味。

倒春寒容易引发关节炎

倒春寒大多是冷空气带来的。春季是由冬季风转变为夏季风的过渡时期。这时,冷空气不时来袭并与暖空

气相持,就会形成持续多天的低温、阴雨天气。

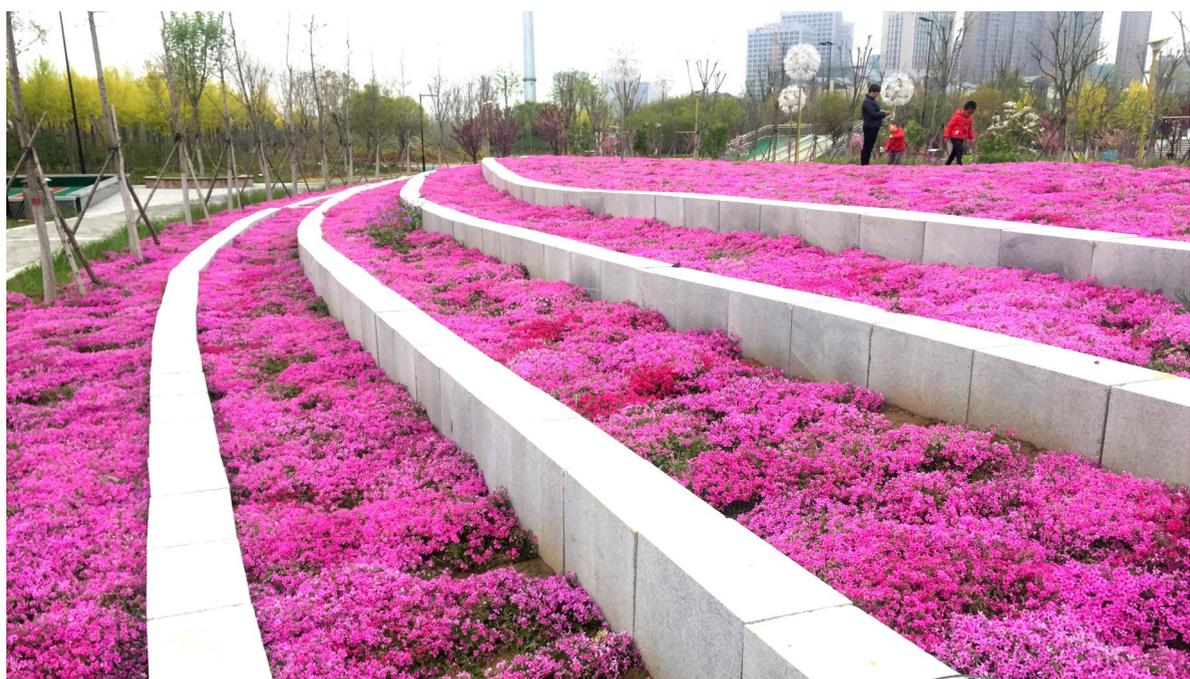
许昌市人民医院中医科主任张惠琴说,倒春寒的日子里有三大类疾病容易发作。

一是心脑血管病,老年人要特别小心。

二是风湿性关节炎。尤其是膝关节对冷空气的刺激较敏感,这时容易出现风湿性关节炎。所以,姑娘们还是不要穿短裙了,毕竟天气会越来越暖,穿短裙的机会会有很多。

三是呼吸系统传染病,比如流感、腮腺炎、麻疹、白喉、百日咳、猩红热、气管炎等。大家出门的时候还是要戴上口罩。

这几天,最要紧的防护措施是保暖。身体暖和了,感染疾病的概率就降低了。另外,大家可以喝点儿姜汤,多吃蘑菇和黑木耳。



春色宜人

3月31日,市区中央公园内,市民在盛开的针叶天蓝绣球旁游玩。针叶天蓝绣球的花瓣形似樱花,颜色有浓粉色、淡粉色等,绚

丽多彩。如今,中央公园内春色正好,每天都会吸引大量市民前来游玩。

记者 牛志勇 摄



变更公告

根据2020年3月27日的股东决议,许昌市长城发展投资有限责任公司拟向登记机关变更备案董事会、监事会成员。

特此公告
联系人:魏翱
电话:15038972396
许昌市长城发展投资有限责任公司
2020年3月27日

春天喝粥,胜似补药

3款养生粥,动手做一做

民间有“春天喝粥,胜似补药”的说法。向大家推荐3款养生粥,大家不妨动手做一做。

南瓜燕麦粥

原料:南瓜、燕麦片。
做法:将南瓜洗净并剖开去籽,切成1厘米左右的块儿。将其放入锅内,加水煮至半熟,撒入燕麦片,搅拌均匀。用小火煮至沸腾,继续煨煮10分钟即可。
功效:补虚健脾,降血脂。

薏米山药粥

原料:薏米、山药、莲子、红枣、白糖。
做法:将山药、薏米、莲子、红枣洗净,倒入锅中加水煮成粥。随后,加入白糖调味即可。
功效:补中益气,健脾止泻。

玫瑰花粥

原料:玫瑰花、粳米、冰糖。

做法:将玫瑰花脱瓣,用清水漂洗干净。将粳米淘洗干净。取锅倒入清水、粳米并煮成粥,加入玫瑰花、冰糖,煮沸即可。需要注意的是,玫瑰花不宜久煮。

功效:理气解郁,活血调经,润肠通便。

(晨综)

