

百岁老人五代同堂庆团圆

福建泉州南安向阳乡卓厝村的林累出生于1908年,至今已117岁高龄。春节期间,这位泉州最长寿的老人是如何过节的?她又有何长寿秘诀?

几十个儿孙陪吃团圆饭

除夕清晨,林累早早起床,换上儿孙们提前准备好的新衣,泡上一壶茶,静坐椅子上,等着儿孙们回来。儿媳们有的到市场上买来新鲜的鱼肉,有的采摘清洗自家种的蔬菜,为年夜饭做好准备。

老人一家五代同堂,共有内外子孙82人。看着晚

辈们忙碌的身影,老人一脸满足。

上午9时左右,儿孙们陆陆续续回来,一进门就轮流向老人家拜年并送上新年礼物。“好好好!”看着儿孙们一个个进来,老人喜笑颜开。

下午6时左右,几十个儿孙一同陪老人吃团圆饭。席间,大家陪老人聊天,有说有笑,其乐融融。吃完饭后,儿孙们又轮流给老人拜年祝寿。

到了大年初二,女儿们也带着丈夫和孩子回娘家看望老人并拜年祝寿,大家围坐一起共享团圆饭,幸福满屋。

好习惯和心态是长寿秘诀

虽是超高龄,但林累生活依然能自理,煮饭、洗碗、晾衣服、泡茶,样样都能自己完成。

老人有何养生秘诀呢?儿子姚泰山认为,主要是早睡早起、饮食清淡、常年喝茶、中药治病这四方面。他说,老人家每天早上5点多就起床吃早饭,下午三四点吃晚饭,晚上7点左右睡觉,三餐多以粥为主,有时会吃些瘦肉和海鲜,但肥肉一点都不吃。老人家还很爱茶,几乎每天都要喝。此外,老

人家平时很少生病,感冒发烧时往往自己熬点草药喝,两三天就好了。

“良好的心态也是我阿母长寿的关键因素。”姚泰山说,母亲乐观开朗,很少有烦恼。只要看到儿孙,母亲就十分开心。今年春节期间,80多岁的舅舅过来看望母亲。“母亲见到舅舅时十分激动,都快哭出来了。”两人已经多年未见,分别前还不舍地合影留念。“阿母经常和我们说,一家人平平安安健健康康就是福!”

杨泳红 陈灵

专家支招远离“节后综合征”

春节假期结束,一些人出现了身体疲惫、情绪低落、失眠、食欲不振以及胃肠不适等症状。专家提醒,这可能是“节后综合征”在作祟。

专家表示,可从以下三个方面调整身心状态,恢复生活节奏。一是规律作息。睡前1小时至2小时适当运动,有助于增加睡意,帮助身体自我调节,尽快恢复规律作息。60岁以上的老年人可选择慢走或打太极拳20分钟。二是调整心态。假期尾声应有意识地调节情绪,避免过度放纵而影响节后的工作状态。三是合理膳食。节后饮食应以清淡为主,适当减少肉类摄入,多吃谷类食物和绿色蔬菜。

张博群

T 图片新闻



亚冬会特许商品销售火爆

亚冬会7日开幕,位于哈尔滨国际会展中心一层的特许商品零售店内人声鼎沸。亚冬会吉祥物玩偶、冰雪运动徽章、琉璃冰壶等300余款特许商品引发抢购热潮。 郭俊峰

脑部特定神经元可影响进食行为

研究人员最新发现,小鼠脑部的海马体中有一批神经元专门负责关于食物,尤其是糖和脂肪的相关记忆。这些神经元直接影响着小鼠的进食行为,进而影

响体重。

研究人员表示,人们不断受到一些食品广告和特定环境的影响,这会触发人们愉快的美食体验。在食物丰富、线索无处不在的环

境中,这些记忆回路可能会使人暴饮暴食,导致肥胖。该研究成果为解决暴饮暴食和肥胖问题开辟了新的可能性。

新华社

节庆显活力 四海年味长——乙巳春节假期回眸

乙巳春节,神州大地人潮如织,消费市场人气旺盛。假日中国,在流动和忙碌中尽显生机与活力。人们在团圆欢庆中赓续文脉,在憧憬祝福中开启新篇。

流动中国活力四射

大年初一,来自珠海、江门、香港、澳门的多支醒狮队聚首珠海金湾区。随着“港车北上”“澳车北上”等便利通关政策推进,港珠澳大桥凭借“一桥连三地”的交通优势,成为春节期间内地及港澳居民跨境出行的热门通道之一。

在南京秦淮河两岸,流连于如梦似幻、流光溢彩的花灯会;在广州白鹅潭珠江河畔,看一场融入“无人机+

灯光秀”的烟花汇演;在敦煌沙洲夜市,体验制作莫高窟“同款”壁画;在内蒙古呼伦贝尔大草原,感受冰雪那达慕的精彩……这个春节假期,各地游客行走在大美中国,感受年味浓浓、文韵悠悠。

随着中国春节申遗成功,非遗旅游体验项目热度持续攀升。美团旅行数据显示,今年1月以来,春节旅游“非遗”搜索量同比增长174%。“非遗手工”搜索量同比增长321%;在抖音生活服务平台,非遗游、古城游等人气火爆,民俗游园会团购订单量同比增长462%。

消费市场“新潮”涌动

春节期间,多地打造消

费新场景、解锁消费新玩法,为假日市场增添活力与暖意。

舞台上,精彩表演接连不断;舞台下,游客们在玫红与金色交织的“烟花林”下拍照打卡……春节假期期间,成都IFS的“新”花怒放主题数字祈福交互装置全国首展现场热闹非凡。

在合肥合柴1972文创园,工业遗址与文化创意碰撞出非遗表演等消费新业态,带给游客别样的年味体验;走进文和友山西首店“钟楼街1990”,“老太原”经典生活场景被浓缩在6000多平方米的空间内,历史记忆与市井烟火气扑面而来……

线下商圈人潮涌动,线上市场热力不减。在京东平

台,非遗相关商品春节期间销售火爆,苏绣、杨柳青木版年画等商品在多地销量同比增长超200%;得物App上,滑板、露营、飞盘等户外运动商品销量走高,滑雪装备销量同比增长超80%。

四海同春共享美好

申遗成功的首个春节,中华文化在年俗活动中传承赓续,古老文脉在烟火升腾间沉淀绵延。

上海豫园灯会将古籍中的传统文化与灯会年俗相结合;在安徽马鞍山,跳马灯、莲湘舞等民俗表演走进城区,让市民近距离感受传统文化的魅力;在四川宜宾,当地居民舞起草龙,祈福一年风调雨顺;山西平遥借助“非

S 时速递

强冷空气影响 中东部地区

据中央气象台网站消息,6日起,新一股强冷空气再度自北向南影响中东部,带来大风降温天气。

黄淮及其以北大部降温6℃-8℃,其中西北地区东部、华北和黄淮的部分地区降温幅度达10℃以上,南方大部降温4℃-6℃,部分地区7℃-8℃;长江中下游以北地区伴有4级-6级大风,阵风7级-8级,其中,华北部分地区阵风9级-10级,渤海及黄海北部有7级-8级,阵风9级-10级大风。 中新

破95亿元 电影春节档 创新高

国家电影局5日发布数据,春节档电影票房为95.10亿元,观影人次为1.87亿,创造了新的春节档票房和观影人次纪录。

传承弘扬传统文化、焕新讲述神话故事的《哪吒之魔童闹海》受到广泛欢迎,领跑春节档票房榜。《封神第二部:战火西岐》讲述西岐军民共同守护家园,《唐探1900》《蛟龙行动》具有浓厚家国情怀,《射雕英雄传:侠之大者》彰显武侠风范,《熊出没·重启未来》充满童真童趣……这些影片普遍具有“合家欢”特性,与节日氛围高度契合。 新华社

台,非遗相关商品春节期间销售火爆,苏绣、杨柳青木版年画等商品在多地销量同比增长超200%;得物App上,滑板、露营、飞盘等户外运动商品销量走高,滑雪装备销量同比增长超80%。

从“中国年”到“世界年”,春节成为“天涯共此时”的欢庆。

俄罗斯圣彼得堡冬宫桥、美国纽约帝国大厦等多国地标性建筑纷纷亮起“中国红”;在阿根廷布宜诺斯艾利斯,金色舞龙翻腾跃动,民众挤满街道,争相触碰“龙尾”;联合国邮政管理局发行蛇年生肖个性化邮票版张……四海同春,五洲同乐,各国人民共享中国年味。

乙巳新岁启,神州万象新。新的一年,人们正以蛇行千里的劲头,坚定信心、开拓进取,奋力书写更美好的明天。 新华社

丢失声明

▲哈尔滨市香坊区大刘永军货物汽车运输户,不慎将车牌号黑ABH307的营运证丢失,特此声明。

▲黑龙江博深环境工程有限公司,不慎将车牌号黑AL5382的营运证丢失,特此声明。

声明作废

▲哈尔滨红娟建筑劳务有限公司,不慎将开户许可证丢失,核准号:J2610066121501,开户行:中国工商银行双城市支行,账号:3500037109200061062。声明作废。

▲姓名宋林泽曾用名(宋懿涵),男,2012年10月30日,医院名字:海伦市人民医院,父亲:宋云庆身份证232321198710096414,母亲:孙有娟身份证232321199110206426,原出生证丢失,声明作废。

▲姓名:张含,性别:女,于2004年9月23日5点20分在绥化市妇幼保健院出生,出生证编号:F230011930,母亲:王宝英身份证号:232301197809307525父亲:张明志身份证号:232301197508257536,现张含出生证明丢失,特此声明作废。

▲哈尔滨宝辰大药房有限公司不慎将银行预留印鉴财务专用章丢失,开户行:哈尔滨银行股份有限公司西城支行,账号:1261525051715827,声明作废。

▲哈尔滨宇珑文化传媒有限公司不慎将公章丢失,开户行:农业银行哈尔滨香木支行,账号:08-052501040013678。特此声明作废。

▲哈尔滨宇珑文化传媒有限公司不慎将名章丢失,开户行:农业银行哈尔滨香木支行,账号:08-052501040013678。特此声明作废。

▲哈尔滨宇珑文化传媒有限公司不慎将财务专用章丢失,开户行:农业银行哈尔滨香木支行,账号:08-052501040013678。特此声明作废。

公告

▲本人芦森,拟向不动产登记机构申请按照历史遗留问题零散户办理不动产权登记,拟登记不动产坐落于哈尔滨市双城区瀛洲新城小区二期11栋1单元101室,房屋用途为住宅,建筑面积85.39平方米,本人承诺该不动产权属无争议,所提供申请材料均真实有效,并自愿承担由此产生的一切相应后果和法律责任。

公告人:芦森2025年2月6日

▲本人邓兆昌,拟向不动产登记机构申请按照历史遗留问题零散户办理不动产权登记,拟登记不动产坐落于哈尔滨市双城区瀛洲新城小区二期11栋4单元101室,房屋用途为住宅,建筑面积76.66平方米,本人承诺该不动产权属无争议,所提供申请材料均真实有效,并自愿承担由此产生的一切相应后果和法律责任。

公告人:邓兆昌2025年2月6日

如有异议,请自本公告之日起十五个工作日内(2025年2月26日之前)将异议书面材料送达不动产登记机构。逾期无人提出异议或异议不成立的,不动产登记机构将予以登记。

异议书面材料送达地址:哈尔滨市双城区不动产登记交易服务中心,联系方式:83363358

**声明公告刊登热线
18686716631
13763511313**