

Holiday Leisure 假日休闲报

2019年
1月25日
星期五

北京天气预报

星期五 01/25	晴 5℃ 北风 3-4级 晴-6℃ 北风 <3级
星期六 01/26	晴 5℃ 西南风 <3级 多云-5℃ 南风 <3级
星期日 01/27	多云 7℃ 西风 <3级 晴-5℃ 北风 <3级

一碗腊八粥熬出人情味

1月13日农历12月初八,俗称腊八节。按照传统习俗,早早起来喝下一碗香甜的腊八粥,才是腊八节的正确打开方式。当天上午,宁波福彩春节暖心行动组将350份热乎乎的腊八粥和特制的福袋,逐一送到社区居民、环卫工人、快递小哥、地铁工人、孤寡老人的手里,给他们带去冬日里的温暖,也为他们在春节前讨个好彩头。

快递小哥:又香又甜真好吃

上午8点多,不少人还躲在被窝,位于鄞州星辰路的顺丰快递网点已是一片热火朝天。电瓶车一字排开,顺丰小哥们正搬起快递往车上放。“来来来,喝碗腊八粥再出发!”网点负责人李晶一声招呼,小哥们纷纷放下手中的活围了过来。



“又香又甜,真好吃!”陈志强是个江西小伙,去年3月才来到宁波,他告诉工作人员,每天骑着电瓶车,穿梭在宁波的

大街小巷,将客户满满的期待和惊喜安全送到,是他最开心满足的事。

而他也在日复一日的街

头,见证着宁波快速发展,“过去,大家提到我们,总是一句‘哎,那个送快递的’,好像我们低人一等似的,现在好多了,大

家叫我们‘快递小哥’,听起来很亲切。”陈志强的感慨也得到了现场不少小哥的认同。

“平时,公司里组织慰问活动比较多,夏天有冷饮避暑药品,冬天也有姜茶护手霜,但受到公司外的单位组织慰问倒不多。”李晶笑呵呵地对工作人员说,“非常感谢宁波福彩春节暖心行动对快递员的关注关心,我们将更专业更贴心的服务送到千家万户。”

环卫工人:谢谢这碗幸福的热粥

与快递小哥别过,暖心行动送粥小队又来到白鹤街道的丹顶鹤社区、白鹤社区,还没等施粥点布置好,就有不少居民围拢过来,“这么香的粥,把我们都吸引过来了!”

除了给社区居民派发腊

八粥,白鹤街道辖区的环卫工人也在同一时间喝到了腊八粥。忙碌了一早上的他们,换班后从各自岗位齐聚到此。“谢谢宁波福彩春节暖心行动给我们带来了热粥,很温暖,很幸福。”环卫工陈师

傅接过热粥开心地说。

随后,志愿者与工作人员还为丹顶鹤社区的空巢、孤寡老人送去了热腾腾的腊八粥、慈城年糕和新春礼包,让他们足不出户也能感受到腊八节的氛围。

80岁的独居老人沈友娣刚做了膝关节的大手术,腿脚不便,她接过腊八粥和礼包,笑得合不拢嘴,她说“能收到大家的祝福,心里热乎乎的。这份关爱,让我感到很幸福。”

地铁工人:腊八粥吃在嘴里,暖在心里



第三站,来到宁波轨道交通3号线儿童公园站。这是3号线一期与4号线的换乘站,

位于兴宁路与中兴路路口东北侧。这段时间,工地正在抓紧底板封底,每天在现场的施工人员多达上百名。

“腊八粥来了!”随着一声吆喝,很多施工人员都围拢过来。大家来不及换一身干净的衣服,直接穿着工作服就吃上了。工作人员注意到,施工人员工作服上沾满泥巴,甚至都看不清衣服本身的颜色,有的人

脸上还有没洗净的泥渍。看到工作人员拍照,工友有些不好意思地解释道:“不换了,待会儿还要下基坑,再干净的衣服都要弄脏。现在,施工工期紧张,我们都是加班加点干活。趁着喝腊八粥,大家歇一歇。”

大家或站着吃,或坐在花坛边,但一个个吃得很热闹。别看施工人员平日里沉默寡言,现场竟然说起“土味情话”。“腊

八粥吃在嘴里,整个人都暖了。”来自台州的赖大群是工地里的水泥工,宁波开建2号线一期工程时,他就开始和地铁打交道了。“以前,我给别人盖房子,现在能参与修建地铁,心里挺自豪。”

香味四溢的腊八粥,熬出浓浓人情味。这正如福利彩票的初心,为公益而生,为需要帮助的人而战!

●公益福彩

福彩公益金为困境儿童创造知识角

1月16日下午,重庆渝北区大湾镇明德小学的40名孩子收到了一份礼物,里面包含了10本书和一个书架。

据悉,这是由重庆市妇联、重庆市妇女儿童基金会联合发起“书香传爱——微爱小书架”公益活动。该活动为困境儿童、留守流动儿童、困难家庭儿童募集书籍和小书架,让清贫的家庭有一个角落可以发出知识的光芒,助力实现全民阅读。明德小学40名孩子收到的礼物均由重庆市福彩中心资助。

在明德小学会议室,领取到书籍的孩子们三五成群聚在



一起“研究”最喜欢哪一本,脸上满是藏不住的喜悦。

“考完试,就可以在家看书了。”拿到书的荣明慧小心翼翼的抱着书,等着下课后妈妈来接她,帮她把领取到的书架带回家。



据重庆市妇女儿童基金会秘书长孙海平介绍,2018年5月,“书香传爱——微爱小书架”项目首批募集到1000个礼包,每个按“1+10+N”的配置,即1个小书架+10本新书+区县图书馆或爱心人士捐赠的图书

N本,目前已经在全市15个区县的18个乡镇发放了礼包。

当天,除了发放书籍和书架外,重庆渝北区妇联也为孩子们准备了新年红包,以此鼓励孩子们健康成长,度过一个温暖的春节。

健康小常识

冬天坚持吃这3种水果 你会变得越来越迷人

冬天,不得不说是寒冷,又是干燥的,随之我们的皮肤也会在冬天变得更干燥,脱皮和变紧,甚至变得粗糙都是经常发生的事情。听说吃水果不仅对身体好,对我们的皮肤也很好呢?下面一起来看看吃哪几种水果能够让我们的皮肤变得水润吧!

草莓

草莓大家都非常熟悉,草莓的营养价值也很高,而且外观还很漂亮。草莓里面含有非常丰富的维生素C,草莓里面的维生素是可以抵抗氧化的,氧化作业能够促进我们皮肤的胶原蛋白的纤维生长,可以让我们的皮肤变得更加的光滑,也让皮肤变得紧致起来。

我们在冬天吃越多的维生素C,那么我们皮肤上的皱纹也会越来越少,而且也能够让皮肤更加水润。草莓的体内还有一些其他的物质在,同样是能够促进我们的皮肤变得更加白更加的有弹性。所以,草莓为什么这么贵,当然也是有理由的。既能够美白还能够欣赏。

樱桃

樱桃同样也是对皮肤很好的水果。那么这个最主要的还是因为它里面有很丰富的糖以及蛋白质。樱桃里的铁可以让我们的皮肤变得更加红润,而且还很有光泽。所以,我们也会发现,经常吃樱桃的女性皮肤一般都不会太差,皮肤是属于比较白的。而且樱桃里面含的铁是苹果的二十多倍,如果多吃樱桃的话,我们脸上那些讨厌的皱纹也是可以去除的呢!樱桃就这样变成了我们冬天里最不能少的水果了。

柠檬

柠檬不仅可以用吃的喝的来让皮肤美白,在外用方面也能够帮助我们的皮肤更好的美容。柠檬里面的维生素C是非常高的,这种物质可以帮助我们更好的去调理还有清洁脸上的油脂和垃圾,它的漂白作用也非常好,能够对我们的肌肤有着一定的抗衰老和美白的的作用。而且柠檬还是一种很健康的水果,对人体的帮助更加大。

以上就是适合养颜的几种水果了,冬天多吃这几类水果是可以美白保湿。趁着自己的皮肤还没有受到太多伤害,赶紧去买水果。