



冀云沧州客户端



沧州晚报官方微信



今日沧州客户端

今日天气 气温: 31°C—22°C 风向: 西南风3—4级 天气: 晴

天气播报

明日天气 气温: 35°C—22°C 风向: 西南风4—5级 天气: 晴转阴

节气 | 新规 | 便民 | 提醒 | 出行 | 天气 | 招聘

麦穗初齐,桑叶正肥

今天3时37分,迎来“小满”节气

“麦穗初齐稚子娇,桑叶正肥蚕食饱。”《中国天文年历》显示,北京时间今天3时37分迎来“小满”节气。此时节,麦风轻,新蝉鸣,梅雨细,小荷翻,是收获的前奏。

历史学者、天津社科院研究员罗澍伟介绍,每年阳历的5月

21日前后为“小满”节气的开始,它是二十四节气中的第八个节气,也是夏季的第二个节气。古籍《月令七十二候集解》中说:“四月中,小满者,物致于此小得盈满。”这时我国北方地区麦类等夏熟作物籽粒已开始饱满,但还未成熟,故称“小满”。

“小满”在江南往往还指江湖及秧田之水应满,否则预示天气干旱少雨,“小满不满,干断田坎”,必将影响收成。

“小满”有时也被喻为“不多不少”或“刚刚好”,用于阐发人生哲理。中国有“月盈则亏,水满则溢”“满招损,谦受益”的古训,

所以,“最好人生是小满,花未全开月未圆”,成了某种生活智慧或人生态度。”罗澍伟说。

“小满”时节公众该如何养生保健?罗澍伟结合民间传统和养生专家的建议说,此时节万物繁茂,人的生理活动格外旺盛,消耗较多,可适时补充营

养;此时节也是皮肤病的高发期,饮食宜清淡,常吃冬瓜、丝瓜、番茄、荸荠、莲藕、西瓜、山药等具有清利湿热的食物;因天干气燥,多用汤品,少食膏粱厚味,平时更是要多喝水,以排除内热,促进新陈代谢;保证充足睡眠,保持心情平顺。

征 寻

全市征寻优秀技能型残疾人

入选者将代表沧州参加省级岗位精英赛

记者从市残联获悉,即日起到6月20日,市残联将在全市范围内征寻优秀技能型残疾人。通过选拔者将代表我市参加无人机测绘操控员(无人机

操控)、网络与信息安全管理员(网络信息安全)、宠物健康护理员(宠物美容护理)、茶艺师(茶艺)等岗位精英赛。符合条件的残疾人可就近

在当地残联报名。报名时需提供姓名、性别、残疾人证号、联系方式、所报项目等资料。市残联将在报名人员中选拔优秀人员参加省赛。

健 康

“河北健康码”换上“金色皮肤”

接种疫苗就能获得金色健康码

5月19日起,“河北健康码”全新升级。凡在河北省接种过新冠疫苗的群众,其“河北健康码”中心图标会换上“金色皮

肤”,并在四周加上金色边框。边框的四个边角会根据群众接种疫苗的次数,显示相应数量的金色针剂标志,表示该“河北

健康码”持有者已接种了新冠疫苗。完成全部针剂疫苗接种者,其健康码上方会显示金色皇冠。

曝 光

地方民政部门依法取缔的第三批非法社会组织名单公布

“中国国学院”等被曝光

近日,地方民政部门依法取缔的第三批非法社会组织名单公布。社会公众如果发现名单中的非法社会组织仍在开展活动,可依法向公安机关报案。

这些非法社会组织包括:

- 中国计算机教育联合会
- 民政工作研究网交流培训中心
- 全国职业教育师资培训联盟
- 中国智慧水利科技创新发展联盟
- 中华清风书画协会
- 中国大数据健康产业工作委员会
- 全国高校大数据教育联盟
- 中国产品质量监督协会
- 中国防水材料行业协会
- 中国建筑材料企业联合会(注:中国建筑材料联合会为合法社会组织)

超级搏击王自由搏击推广中心

中国人生科学学会研究院(注:中国人生科学学会为合法社会组织)

- 中国文化发展交流协会
- 中国物业监理协会
- 中国知名艺术家协会
- 国学艺术研究院
- 国学文化艺术中心
- 中国国际民族文化艺术发展协会
- 中国环保清洁行业协会
- 全国艺术发展委员会
- 中国老龄事业互助联盟
- 全国老龄事业互助联盟
- 全国专业人才储备工作委员会
- 中国养老产业互助联盟
- 农业项目股权投资促进会
- 中国旅游网络媒体联盟
- 宇宙播蓝委员会中国总部
- 中国国学院
- 中国世贸研究院边贸书画院

本版稿件除署名者外,均据新华社、河北新闻网、《沧州日报》等



5月20日,在这个温馨的日子,我们结婚了。作为一名曾经的维和人员,我将给妻子稳稳的幸福,给妻子一个坚实的臂膀,与妻子共同营造一个温暖的家。(照片由杨朝提供)

欢迎报喜

只要你家有喜事,无论是买楼买车、金榜题名,还是喜中大奖、结婚生子……都可以来这里报喜,我们免费刊登。

照片和说明文请发邮箱: czwbszxw@163.com, 咨询电话: 3155668。



新郎:杨朝 新娘:张心森

启 事

“幸福沧州”大型摄影展征稿启事

奋斗百年路,启航新征程。为庆祝中国共产党百年华诞,深入推进党史学习教育,展现沧州大地在中国共产党领导下发生的沧桑巨变,反映广大人民群众对中国共产党的热爱,对中国特色社会主义的热爱,对沧

州的热爱,进一步坚定“四个自信”,永远跟党走,凝心聚力加快建设经济强市、美丽沧州,特举办“幸福沧州”大型摄影展。

一、组织机构:
主办单位:中共沧州市委宣传部

承办单位:
沧州市文联
沧州市摄影家协会

二、征稿时间:
2021年5月20日至6月20日

三、征稿主题:
记录精彩瞬间 反映幸福

生活

四、征稿细则:
详见沧州市摄影家协会微信公众号

五、展览时间地点:
时间:2021年7-8月(拟)
地点:待定

六、联系方式及投稿邮箱:
地址:沧州市浮阳南大道25-5号沧州摄协
投稿邮箱:
1980280910@qq.com
联系电话:13903173920
联系人:如晨