



自行车夜骑照明、结伴不能马虎 喝温水比喝冰水好 清凉要自己找

炎炎夏日,逼得人们只能困守空调房。一丝清凉,大概已是多数长沙人共同的愿望。当游泳池人满为患,外出旅游也遥不可及时,越来越多的人选择于傍晚时分,三五成群,骑着自行车,寻找大自然忘记带走的最后一点凉爽。9月1日,网友“瑶瑶”在“玩在长沙”论坛发帖咨询自行车夜骑的相关事宜,为了给他解惑,记者特地拜访了资深的八公里自行车俱乐部夜骑队。



车友周丹告诉记者:“当你远离城市的霓虹灯,沉醉骑行于温柔的月色中,吹江风,闻山气,享受高楼大厦和车水马龙给不了的自在。就算大汗淋漓,你也会发现原来长沙并没有想象中的热。”这似乎也道出了多数人夜骑最初的悸动。他们通过互联网或电话相约,骑上岳麓山,再一路而下;或骑行月湖公园、月亮岛、洋湖湿地公园、秀峰山公园、麓谷公园、梅溪湖以及青竹湖等长沙近郊有名的景点;又或者只是结伴在湘江边留下欢笑。“但不管远近,无论高低,我们都有风在身边。”周丹说。

夜间骑行,安全第一。车队负责人张荣说:“夜骑时,尾前车灯是必备的。使用普通实惠的车灯就足够了,提醒机动车辆避让。另外,车灯可以和强光手电配合使用。如果人多,尽量去车少的地方夜骑。”除了这些,晚上骑车补水也很重要,张荣说:“很多车友喜欢喝冰水或饮料,这样会使体内的温度产生骤变,伤胃的同时还容易诱发炎症。喝温度接近体温的水,不但利于吸收,还能更快止渴。所以骑行时最好是准备一大瓶温开水,尽量少喝冰水。”

见习记者 潘梁平 实习生 叶竹



女子超模组冠军李娇莉。
记者 徐德荣 摄

2012新丝路模特大赛(衡阳赛区)决赛暨颁奖晚会举行

9月1日晚,艺星整形·2012新丝路模特大赛(衡阳赛区)华源杯·衡阳模特大赛决赛暨颁奖晚会在观众阵阵叫好声中落下帷幕。当晚的决赛上,李娇莉、吴婉菁、杨猛钢分别荣获女子超模组、女子潮模组、男子超模组冠军;亚军分别由蔡亮、聂颖、李滔获得;季军分别是罗舒洁、刘柯豆、苏青。决赛前三甲将代表衡阳赛区前往长沙参加全省总决赛。

据悉,本届新丝路模特大赛(衡阳赛区)的赛事,是由北京新丝路模特公司主办,三湘都市报衡阳办事处、华声在线衡阳频道承办。赛事从7月初开始举办,吸引了衡阳地区的数百名美女、帅哥参与其中。决赛获奖名单公布后,衡阳市委常委、宣传部长谢宏治,衡阳市政协副主席李慧星等共同为冠军颁奖,并祝福获奖选手下一站表现得更精彩。 记者 徐德荣



湘涛1:2不敌武汉 主场首败来得不是时候 球迷唐韬、王忠喜中奖却不开心



王忠喜领奖。
实习生 李健 摄

9月1日,在中甲第24轮比赛中,湖南湘涛浏阳河队在益阳主场以1:2不敌武汉卓尔队,遭遇本赛季主场首败,而冲超形势也岌岌可危。

本场输给武汉队,也是主教练张旭上任以来的第二个主场败仗。上赛季前五轮比赛过后,米罗西下课,张旭上任,除了在去年4月23日主场2:3输给广东日之泉后,将近一年半的时间里,张旭执教的浏阳河队已经连续20个主场没有输球。这场失利来得太不是时候。目前,浏阳河队已经分别落后前三名上海队、武汉队、力帆队8分、3分和1分。而且武汉队还少赛一轮,身后积37分的哈尔滨队则还少赛两轮。

在湘涛竞猜活动中,共有7人猜中比分,通过抽取,唐韬和王忠喜分别获得北京红牛饮料销售有限公司湖南分公司提供的红牛1盒,由于连续的冷门,无人连续三场猜中胜负。王忠喜领奖时说:“这几轮感觉湘涛队气势不足了,觉得打强队武汉可能输球。当时真的希望自己猜错了,但结果真的输掉了,猜中这个比分真是悲剧!” 记者 刘涛

湖南队羽超三连胜

在9月1日晚结束的羽超联赛第三轮中,湖南广东商会队客场3比2力克上海兹韦克,取得新赛季开始以来的三连胜。9月6日晚,湖南队将迎来本赛季第一个主场赛事,他们将在湖南财政经济学院迎战陶菲克领衔的广州粤羽队。 记者 陈普庄

酒吧歌手成青最“完美”

8月31日晚,《完美声音》迎来全国总决赛第九场3进1“相信1”演唱会。最终,一直被贴上“酒吧歌手”标签的成青问鼎冠军,宋柯坦言,成青是其多年来看到的,把“减法”做得最好的酒吧歌手。当晚比赛,明白人组合以原创实力摘得“银牌”,拥有“磁铁”嗓音的陈宇荣则获季军头衔。9月7日19:30,《完美声音》全国十强将再聚昆明市体育馆,与三位评委进行大联欢。 记者 黄煌 实习生 刘林萍

包小柏玩起冷笑话

9月1日凌晨,三轮环环相扣的比拼后,倾情演唱的肖小丹、孟慧圆、王璐、彭莉成为青海卫视2012花儿朵朵全国4强。或许是赛制让人放松,包小柏点评时一改冷峻严苛的作风,不仅不吝夸赞,还玩起了冷笑话,第二轮时,他变戏法般地拿出一双红色高跟鞋来力挺彭莉,“我本来想先把高跟鞋穿起来再点评的!你展现了超高度的表演,皇冠离你不远了。” 记者 袁欣 实习生 李艳良

文化

文萃报美术馆 举办名家作品收藏系列展

9月1日,“湖南日报报业集团文萃报美术馆名家作品收藏系列第一回展暨书画名家创作笔会”在新闻大酒店文萃报美术馆开幕。湖南日报报业集团党组书记、总编辑董岳林等领导以及社会各界嘉宾一同出席了该活动。

此次展览共征集了30余幅书画名家作品,既有颜家龙、王超尘、余德泉、张锡良、王愨山、钟增亚、易图境、欧阳笃材、杨福音等老书画家的原作,也有石纲、胡有德、段传新、周海初等中青年艺术家的佳作;张锡良的一幅书法和画家刘应雄的一幅国画被一位藏家当场高价认购,掀起了活动的高潮。 见习记者 邓洁星

福彩助残健康行 爱心铺就人生路



“扶老、助残、救孤、济困”是福利彩票发行20多年来始终秉承的宗旨。福利彩票公益金对残疾人福利事业的支持主要表现在两个方面,一方面是使用福利彩票公益

金对残疾人福利事业的支持,另一方面是彩票公益金对残疾人福利事业的投入支持。

1987年至2010年,民政部门累计投入公益金31.05亿元,资助残疾人康复中心、精神病人福利院、残疾人康复护理、福利企业15175个,直接受益172.19万人,间接受益741.11万人。

1998年,民政部投入部本级福彩公益金8000万元,在全国开展“优抚年”活动。其中,投入6000万元,为5万多名荣誉伤残军人换装假肢、轮椅和相应的辅助设施;投入

2000万元,对50所重点光荣院进行彻底改造。

“十一五”时期,共安排中央彩票公益金专项资金15亿元,支持中国残疾人联合会组织实施残疾人康复、教育、农村危房改造和体育等项目。5年间,共救助精神病患者、肢体残疾人等70.7万人次,资助12.8万名残疾学生入学,改造贫困残疾人住房49.6万户,并支持2008年北京残奥会参赛代表团取得金牌奖牌双第一的优异成绩。

自2006年湖南福彩已连续7年开展“福彩助残健康行”大型公益活动,累计投入

4000多万元福彩公益金,资助省内贫困肢残患者6000余人次,切实解决了贫困地区重度截瘫残疾人的生活困难,为推进湖南残疾人事业的发展,弘扬扶残助残风尚,具有非常重要的社会意义。 湘福彩



经济信息

九阳提醒你:优质生活从九阳营养早餐开始!

早餐是人们一天中最重要的一餐,能量占全天食物摄取总量的40%。越来越多的上班族因时间关系过着“拼命十三郎”的生活。忽视了对健康关心。勾兑的豆浆,地沟油条,香精包子……

自1994年九阳发明第一台豆浆机以来,

自制豆浆进入百姓家。2012年,九阳倍浓豆浆机DJ13B-D58SG火爆上市,流线型的外观搭配上设计独特的炫幕控制面板,操控更轻松使用更方便。15分钟超快制浆功能,对于忙碌的上班族来说是一大福音。九阳倍浓豆浆机DJ13B-D58SG采用超微原磨技术,

将大豆聚集于更小的空间进行高速研磨,粉碎效率提升4倍,真正实现超微原磨,细化植物蛋白等营养,更易消化吸收,完美还原石磨效果,百分百还原大豆原香,香浓醇郁,入口细腻丝滑。立体熬煮技术,使得整个杯体形成立体加热空间,这样加热面积增加20%,热效率更高,豆浆受热更均匀,充分乳化的口感香醇浓郁,倍浓植物奶豆浆机令豆浆营养提升了30%。“智能营养芯”技术,则令它可以适应不同温度、电压和海拔,做

出高品质的豆浆。另外,针对不同人群特设了高钙豆浆、纤体豆浆、营养米糊功能,专属人群专属食谱。作为九阳2012年全新推出的“营养+”主题系列产品之一,设计独具特色,超大炫幕界面+银色牡丹花纹样,不仅让操作更舒适,也满足了都市大众的审美需求,引领了现代家居生活新“食尚”。

为了我们的健康,优质生活感觉从九阳营养早餐开始,拒绝“毒”早餐,像小时候一样——在家吃九阳营养早餐!