

学生填词求空调, 有请“雨神”来开唱

高温天看本报避暑“凉方”:教你自制“冰风扇”,按压三穴位能退热 本月还可玩转公园“水世界”

避暑“凉方”

吹着空调玩手机,免费WIFI随便蹭

“天气实在太热了!买了筐鸡蛋,到家变小鸡了!买了个凉席,一睡变成电热毯了!”
素有“火炉城市”之称的长沙又到酷暑,各种段子齐飞,寻找最凉圣地成为市民共同的追求,那么“凉人们”都呆在哪里呢?

妙方1:傍水而居,早出晚归
适宜人群:休闲生活的中老年人
清凉指数:★★★★

一天要卖300瓶矿泉水

“我早上7点出门,到下午5点,基本都呆在这里。”杨建新是长沙园林局退休职工,退休后帮忙管理橘子洲大桥下的湘江风光带活动区。
他说:“冷的时候,一天就几千人,现在至少有一两万人,赶上放烟花搞大型活动,人流量能达7万人。你看那垃圾车,平日一天就五六车,现在人多了一天要清理一二十车。”
上午11点,日头已经大了,但桥下的风光带座无虚席,有打牌的、下棋的、乘凉睡大觉的。借着树荫,吹着习习江风,的确凉爽。
赵阿姨在江边“雷锋便民服务站”工作,她说:“我们这里有免费茶水提供,所以平时生意不太好,可天气一热,一天能卖出300瓶矿泉水,各种冷饮生意也不错。”
到了傍晚,沿江风光带更是人流如织。

妙方2:绿树遮阳,公园爆棚
适宜人群:休闲生活的中老年人
清凉指数:★★★★

公园比市区低2℃-3℃

大树底下好乘凉。开福区王家垅的王建国爹爹早上6点就到烈士公园慢跑,他说:“天气热了,人醒得早,到公园呼吸新鲜空气还可顺便买菜回家。”
一天夏我是早晚都要到烈士公园报到的。”

家住白沙井附近的李晓玲老人每天都去白沙井公园乘凉,她说:“白沙井是个乘凉的好地方,不仅有随时供应的天然冰水,这里的平均温度要比靠近马路的地方低2℃-3℃。”
公园管理员潘云华说:“这里下午人特别多,打水的、乘凉的,晚上

! 互动

如果你发现了新的纳凉地点和好方法,欢迎拨打本报热线96258和大家一起分享。



光线不太好倒是人少些。”
南郊公园的管理人员也表示:“这两天来休闲娱乐的人数翻番,特别是上午和晚上,到处都是人。”

妙方3:商场超市,不吹白不吹
适宜人群:学生、主妇、老人
清凉指数:★★★★★

免费WIFI随便蹭

一个书包、一瓶水、一支笔,刚参加完高考的袁园坐在黄兴路步行街沃尔玛超市三楼门口的铁凳子上看书,“家里呆着闷,呆在超市既凉快又方便。”
开张不久的步行街悦方商场也热闹起来,正在闲逛的刘小姐说,“商场是新建的,开阔、宽敞,里面又有WIFI,很多年轻人都愿意来这乘凉。”
据白沙井沿线的茶楼老板反映,夏天到,茶客们也渐渐多了,最低8元钱点上一杯茶,邀上三五个好友便可坐上一日,好不惬意。
肯德基、麦当劳等很多快餐厅也成为低消费的乘凉圣地。

妙方4:书店学习纳凉两不误
适宜人群:学生、中年人
清凉指数:★★★★★

吹着空调看看书

“有书看,有空调,还有免费的WIFI,就算再远周末也会来一趟。”
湖南师大的学生李伟上午9点就到了湖南省图书馆,打算呆到下午5点再回学校。
一位退休的技术工人陈爹爹早上8点也到了图书馆,作为第一批新馆建成后的忠实读者,他有一张有着20年历史的借书证,他说:“这里既凉快又能学到知识,我带着自己泡制的凉茶,每次一来就不想走了。”
■记者 张颐佳 实习生 龙小莲 刘露

... 避暑活动

泡在水里度酷暑

6月,各大公园均在策划如何使市民度过凉爽的暑期,部分已推出“水”主题活动。
王陵公园:推出暴雨汽车影苑,可游园、休闲、看电影。
世界之窗:预计月底开放水上公园。
海底世界:暑假将推出水上公园,有各种水上娱乐设施。
省植物园:开放“水上乐园”,可游泳,水上游戏。
橘子洲头:晨练的人增多,管理人员提前1小时上班。



... 避暑支招

绿色植物双重降温

选几盆叶子大、长得旺盛的绿色盆栽植物移到室内,可起到降温的效果。需注意的是,有些植物不适合摆在室内,如兰花、百合花、月季花,它们的香气浓郁,会令人过度兴奋导致失眠或感觉胸闷;松柏类花木的气味对人的肠胃有刺激作用。

自制冰扇透凉爽

将冰块打碎放在盆中,打开电风扇对着冰块吹,这样,一款低碳环保的“冰风扇”便产生了。使用时,最好将窗开一条小缝,以保持室内空气流通。

按压3穴位提神

一些简单的小动作,比如按摩天柱、大椎和曲池三个穴位,也可起到一定的降温效果。天柱穴位于后头骨正下方凹陷处;大椎穴位于背部第七颈椎棘突下凹陷处;曲池穴位于肘窝横纹头外端。经常按压这三个穴位,能起到降温、退热、提神的作用,对预防中暑有一定的功效。电脑族还可以买一个鼠标冰垫,对降温和保护腕关节都有好处。
■记者 彭可心 通讯员 易玉婷

... 动物避暑

大熊猫24小时吹空调
东北虎少吃肉多喝水

长沙持续高温,长沙生态动物园里的动物们也热得不行,园方正考虑增加喷淋设备,或调整夏令食物。

在狮虎馆,外室的活动区域已搭上了木制凉棚,东北虎、黑豹都窝在凉棚下休息,对游客的叫声“置之不理”。狮虎馆每个外室都安装了定时喷淋系统,时刻转动喷出凉爽水雾。“从早上太阳出来就开启,一直持续到下午3点,可降温2℃-3℃。”
狮虎馆食肉二班班长陈喆说,外室前面还有一条沟渠,里面灌满了凉水降温。
大熊猫馆的避暑措施更齐全,它们早已不去室外活动,一直待在内室,透过玻璃与游客见面。里面24小时开空调,天气如再热,还会放冰块进馆降温。

大猩猩馆内,饲养员配了丰富的多汁蔬菜、水果供黑猩猩随意挑选。狮虎馆内的狮子、老虎、豹子因天气炎热,食欲不振,平时最爱吃的肉类也减少了分量,一只成年东北虎之前每天吃10斤肉,现在只吃6-8斤。吃肉少了,喝水多了。
■记者 彭可心 通讯员 易玉婷

高温分镜头



- ① 长沙市天气炎热,最高气温达到38℃,一乘客在公交车上撑开伞抵挡烈日。 实习生 何佳乐 摄
- ② 6月18日,长沙市芭茅洲巷,赤膊父子兵。 记者 童迪 实习生 夏晨 摄
- ③ 长沙市中山路,两名行人将小扇和纸张挡在头上遮挡阳光,能用的都用上了。 记者 田超 摄



天太热,电烤炉也“火”了!

@顾清朗先生:长沙市一中对面的“香好鸡”小吃店由于店内电烤炉引发火灾,长沙的天气连电烤炉都不稳定了。
@Hi都市报

【记者核实】

6月18日9点半左右,长沙市一中对面的“香好鸡”小吃店发生火灾,店内设施大部分被烧毁,电路烧断,所幸无人员伤亡。
“火是周围的居民和旁边派出所的人给扑灭的。”小吃店的老板刘女士说,“每次结束营业时都会清理炊具,检查线路,防火意识还是很强的,这次真是飞来横祸啊!”
事后,消防部门初步确认火灾的源头是店里的一台电烤炉,“初步判断是电路短路引起。”
(感谢市民顾先生提供线索,奖励30元)
■记者 陈昂 实习生 王志强 周佳佳

学子填词向校长求空调

@雯雯雯雯努力改变自己,长理学子耐性强,电风扇,背靠墙。金村云村,何处可乘凉?莫说心静自然凉,进寝室,桑拿房,辗转反侧梦难香。汗湿裳,床板烫!遥望湘江,唯有汗千行。料得今年夏更长,装空调!求校长!

【记者核实】

“装空调!求校长!”高温天让还在学校准备期末考试的高校学子们忍不住吐槽,长沙理工大学的焦同学甚至拿苏轼的词《江城子》来填词,只为求一台凉爽的空调。
《江城子》一时间火遍微博,许多高校学子把它重新填词,也只是为了求一台空调。

@湖南大学学生通讯社:《江城子·求空调》:湖大学子耐性强,破风扇,嗡嗡响,马上考试,无处觅清凉。纵使心静暑难消,进寝室,桑拿房,辗转反侧梦难香。汗湿裳,凉席烫,欲哭无泪,唯有汗千行。料得今年学期长,求空调,赵校长!!

@湖南工业大学青志联环保志愿者也转发了学妹改编的《工大·江城子》:工大学子耐性强,没风扇,脸贴墙,巍巍古城何处可乘凉?纵使心静暑难降,进寝室,躺床上,辗转反侧梦不香。汗湿裳,床板烫,欲哭无泪,唯有汗千行。今年株洲夏日长,装空调!王校长!
■实习生 杜洋 记者 魏灿

萧敬腾快来开演唱会

@淇色花:这是要逼我啊,一晚上都睡不着,一热起来我就有脾气,硬是架个电脑桌睡得我一身痛啊啊啊啊。@Hi都市报

【记者核实】

孟同学是湖南铁道职业学院大二学生,住的大寝室有12人,宿舍晚上10点半就断电,只能靠天花板上的两台小电扇给点风。
6月17日晚,孟同学顶着瞌睡流着汗,看着那两台慢悠悠的小电扇,突然灵机一动,她把凳子贴着床放,然后把电脑桌放在上面垫上被子,把头伸在外面,这样就横在寝室中间了。

孟同学表示自己搭的这张床很不错,能吹到风了,但她仍忍不住吐槽:“在寝室睡觉的状态就是湿了干,干了湿,睡着睡着就成‘干尸’了。”
各大高校寝室成“烤炉”,学子们纷纷亮出避暑绝招。

@磊子小微博是湖南工程学院学生,所住的南苑10栋宿舍楼天台已“客满为患”,很多同学扛着凉席抱着被子,在屋顶找个地就睡下了。
@啤酒鸭要早起是湖南大学的学生,6月17日半夜2点半被热醒,实在没办法睡了,与室友跑到寝室在外面开房吹空调。
@小二鱼小饿鱼在长沙学院读书,她只希望萧敬腾快来开演唱会,这样就能下雨了。
■实习生 杜洋 记者 魏灿



睡不着上走廊切磋牌技

@我练过气功可以把人气死,这么热的天不能睡了,都跑到走廊打牌了。

【记者核实】

陈同学是湖南化工职业技术学院的学生,宿舍里只有中间一台电扇转,“转过来转过去,最多也只能吹到床沿。”
6月17日晚上11点多,学校1栋宿舍的学生

热带鱼熬过冬天却死在夏天

@Godman2012:一大早来行里就发现我的鱼又死了一条,就剩下一个独苗了。这天气太热了,连热带鱼都受不了了!

【记者核实】

“热带鱼熬过了寒冬却热死在了酷暑,真是高温害死鱼!”高先生养了两条热带鱼,气温飙升后,其中一条“光荣牺牲”。
高先生在常德一银

睡不着,在走廊上架起桌子,娱乐起来。

“比起在宿舍‘蒸桑拿’,宁可走在走廊上乘凉。”四周寂静无声,除了有几只蚊子在耳边嗡嗡响,就只剩下与哥儿几个切磋牌技的吵闹声了。陈同学称,“谁不想睡觉呀,平常大家早睡了,都是天气惹的祸。”
(网友@我练过气功可以把人气死提供线索,奖励30元) ■记者 曾初 实习生 彭敏 周小莎

行工作,17日早上7点到单位,就看到热带鱼翻着白肚皮漂在鱼缸里,“我的第一反应就是鱼被热死了!好大一盆水煮活鱼啊!”

高先生说,这两条热带鱼养了半年,每天下班他都会把仙人掌顶在鱼缸上,提供点氧气,而且他经常给鱼换水。“估计是昨晚公司没开空调,顶了仙人掌,又热又闷,就死了一条。同事还笑着说,热带鱼都被热死了,我们活下来真不容易。”
■实习生 杜洋 记者 魏灿

京万红 中华老字号 中国驰名商标 OTC 乙类

京万红软膏

皮肤伤·疤·脓

促进愈合有一套

- ✓ 促愈合
- ✓ 清脓脚
- ✓ 止溃烂

中药无激素 家庭常备

天津达仁堂京万红药业有限公司生产 天津中新药业集团股份有限公司销售公司 总经理