



元旦假期
各文博场馆
活动精彩纷呈

康熙款珍贵 “素三彩”龙盘亮相

沈阳故宫展出“清康熙款黄地三彩紫绿龙盘”

■华商晨报记者 蔡敏强 摄

本报讯(华商晨报记者 高巍)元旦假期即将来临,三天小长假市民如果没有外出旅游的计划,可以去沈阳各大文博场馆参观,丰富多彩的元旦活动等着大家。

即日起至2019年3月,辽博将在1号临时展厅展出“传移模写——中国古代经典绘画摹本展”。

展览共展出35件手卷作品,通过择选部分宋、明画作原件与当代名家摹本对照展出的方式,令观众在体会传世经典画作的艺术魅力的同时,了解当代名家对经典绘画审美的深刻认知和传统绘画技法的独到解读。

此次展品中包括4件宋画、1件明画和30件当代名家摹本。其中备受瞩目的宋代《天水摹张萱魏国夫人游春图》将亮相展览。据悉,一月中旬辽博还将推出“龙泰宸宇——故宫养心殿文物展”。元旦假期辽博正常开放,开馆时间为9:30-16:30,停止进馆时间15:30。

国家一级文物“清康熙款黄地三彩紫绿龙盘”昨起在沈阳故宫敬典阁珍宝展展厅惊艳亮相,展期3个月。

此盘是素三彩的工艺烧造而成,在康熙朝属于比较新颖的瓷器品种,是日常饮食所用的盘子,充满了浓郁的宫廷皇家气派。

据介绍,晚清光绪时期,出现了这种盘子的仿制品。据清宫档案记载,慈禧太后在过50岁寿辰的时候,光绪帝就专门为她烧造了一批带有“储秀宫”款的瓷器,其中沈阳故宫馆藏的“储秀宫款黄地三彩紫绿龙盘”就是按这件器物的原样来烧造的,虽然看上去无论是色彩、纹饰、工艺都一样,但是经过对比,远没有这件精美华丽,可见康熙款黄地三彩紫绿龙盘胎质更加细腻,釉面更加光滑,看上去有着清新雅致的感觉,也体现了康熙盛世时期瓷器烧造的高超水平和工匠们的精湛技艺。

据悉,沈阳故宫博物馆将在三天小长假期间举办邀请非物质文化遗产进故宫、“非遗系列手作课堂”“清史主题亲子游”“浸没互动亲子游戏”、搭建皇宫祈福墙等文化活动,邀您和家人一起入皇宫过新年。

此外,元旦假期,沈阳张氏帅府博物馆将在五间房举办展览“隐蔽战线 辉煌业绩”;沈阳“九一八”历史博物馆将举办延安精神图片展;辽宁省图书馆将举办《巨变辽宁:1978-2018庆祝中国改革开放四十周年图片展》等,欢迎读者参观并度过特别的假期。

自制鱼肉应清蒸清炖 不食用“新奇”“野味”食物

本报讯(华商晨报记者 汤洋)元旦假期将至,亲朋聚会和外出旅游相对集中。

为使广大消费者过一个欢乐祥和的假日,昨日,国家市场监督管理总局发布关于元旦饮食的消费提示。

到正规场所购物
留心多查看标识

采购食品应到具有有效《食品经营许可证》的超市、商场,以及具有合法经营资质的集贸市场等销售场所。选购感官指标正常的食品,不选购未经检验检疫的鲜、冻畜禽产品。

选购预包装食品时,要注意查看其外包装上的标识和产品说明书。不选购外包装有破损、超过保质期以及不符合保存条件的食品。

选购散装食品(食用农产品除

外)时,应观察盛放食品的容器上的标签标识,是否注明食品的名称、生产日期、保质期、生产经营者名称及联系方式等内容。尽量选购在密闭容器放置或使用保鲜膜等覆盖的散装食品。不选购无标签标识、外观性状不正常、超过保质期的散装食品。不应徒手随意接触直接入口的散装食品。

亲朋聚餐欢乐多
合理饮食风险少

选择安全卫生的餐饮单位就餐。就餐前应查看餐饮单位是否具有食品经营许可证,建议选择卫生条件好、设施齐全、实施“明厨亮灶”的餐馆。聚餐提倡分餐制,使用公筷公勺;分餐制是减少交叉感染,预防传染病的重要措施。

注意饮食均衡,清淡荤素合理搭

配。家庭自制鱼、肉食物,建议以清蒸清炖等清淡烹调为主,尽量少用油炸、烧烤等方式。食用四季豆和大豆类食品时,一定要煮熟煮透。不暴饮暴食,限量饮酒,以免造成胃肠的不适,甚至消化系统或其他疾病的发生。

不食用“新奇”“野味”食物。不吃不常食用或未食用过的食物,以及易过敏食物;不吃变质食品,不吃感官异常和未煮熟煮透的菜肴。

妥善保管就餐的相关凭证。以备发生消费争议时可提供维权依据。

居家烹饪重安全
饮食节律掌握好

家庭制作食品时,应做到生熟分开,注重荤素搭配,食材要烧熟煮透;储藏食品时,生、熟食应存放在容器中或用保鲜膜包好,在冰箱中分层

放置。要过夜的熟食、剩菜剩饭,应及时放入冰箱,再次食用时一定要彻底加热。

如白天饮食丰盛,夜间时可选择馒头、包子、面条或牛奶等热饮即可,不可食用过多。

特殊人群要留意
饮食安全排第一

老年人消化系统功能减退,应选用容易消化的食物。尤其是要注意规律饮食、营养平衡。心脏病、高血压患者,应以清淡为主,多吃蔬菜水果,不吃过于油腻的食物,不暴饮暴食。有肝胆系统疾病的患者应忌酒。

儿童也须注意清淡饮食。婴幼儿吃鱼等带骨的肉时,注意要把鱼刺、骨头剔干净,切勿引逗正在进食的宝宝,以免进食过程出现意外。

元旦假期沈铁开行 “冬捕专列”“雪国列车” 加开8对临客 启动7对周末线

本报讯(华商晨报主任记者 刘桐)元旦假期,沈铁将加开8对临客,启动7对周末线和28对高峰线列车。此外,还开行“冬捕专列”和“雪国列车”等。

昨日,记者从中国铁路沈阳局集团公司获悉:元旦小长假运输从2018年12月29日启动,2019年1月1日结束,共4天。小长假期间计发送旅客291万人,日均72.8万人。12月29日将迎来客流出行高峰,预计发送旅客78万人。

沈铁在出行热门方向加开8对临客,具体车次为:丹东~大连北D720/19次,沈阳~丹东D7683/4次,沈阳北~丹东D7697/8次,长春~榆树K5023/4次,沈阳~凌源K5018/5 K5016/7次,通辽~长春K5035/8/5 K5036/7/6次,长春~大连K5032/1次,沈阳北~山海关K5012/1次。

小长假期间(2018年12月28日-2019年1月1日),将7对周末线列车改为每日开行。具体车次为:沈阳~丹东D7651/2次、D7653/4次、D7655/6次、D7639/34次,长春~延吉西C1051/2次、C1053/4次,沈阳北~大连G8064/3次。启动28对高峰线旅客列车。车次包括:大连(北)~沈阳(北)G9121/2次、G9123/4次、T5307/8次、T5305/6次、G9125/6次、G9133/4次,沈阳(北)~丹东D7691/2次、D7695/6次,沈阳~本溪D7667/8次、D7673/4次等。沈阳局集团公司在小长假期间加开了5对“冬捕专列”,具体车次为:临客长春~松原C1325/6次、C1327/8次,长春~白城C1353/4次,长春~松原C1351/2次、C1323/4次。2018年12月31日和2019年1月3日,开行雪国列车Y581次,列车于21:20从沈阳北站始发,一路向北,次日8:10列车抵达松江河。旅客可随车游览长白山景区,滑雪、泡冰雪温泉,尽情感受东北的林海雪原和吉林雾凇独特景致。

“2019沈阳国际 文化彩灯节”新春点 亮世博园

本报讯(华商晨报记者 杨晓明)网红彩灯、创意庙会,春节期间辽沈地区最让人期待的节庆活动——2019沈阳国际文化彩灯节将在沈阳世博园盛大登场。今年彩灯节主会场依旧设在美丽的沈阳世博园景区内,彩灯节展期为2019年2月1日~2月24日,贯穿除夕、春节、元宵佳节,是一场年味十足的视觉盛宴。

本次彩灯节的主题为“圆梦盛世”,彩灯节作品通过全新的彩灯形式进行演绎,结合习总书记提出的“中国梦”,展现祖国改革开放40周年的“圆梦历程”。彩灯节期间,还将举办彩灯节开幕仪式、创意庙会等一系列活动。新一届的彩灯节有两大特色:紧扣“圆梦盛世”主题,以光为媒介,用一系列以时代为前缀的彩灯艺术作品,向大众讲述改革开放40周年中祖国所经历的伟大历史进程;用丰富的内涵展现在时代发展潮流中,中国人敢为天下先的开拓创新精神,带给每一个人感动和震撼的观赏体验。二是全面升级彩灯节规模。本届世博园彩灯节将进行整体升级,从灯组的规模、创意、互动体验上进行提升。本届国际文化彩灯节将会以全新风貌,给各方宾客呈现出高水平的彩灯体验,感受一流的艺术盛宴,让我们共同期待沈阳世博园璀璨灯光之夜的再次到来。

省军区干休所与社区 居民举行“双拥春晚”

本报讯(华商晨报主任记者 刘桐 通讯员 盖黎黎 何智伦 梁忠春)日前,在辽宁省军区沈阳第一退休干部休养所大礼堂里,该干休所与沈阳市皇姑区舍利塔街道塔中社区举行的“逐梦2019”新春双拥联欢会。

联欢会有幼儿园小朋友带来的歌伴舞《风筝》,社区居民的京剧《红梅赞》,诗朗诵《红旗颂》、小合唱《革命人永远是年轻》、独唱《最美的太阳》等形式多样的节目,将中华民族以孝为贵、无私奉献的传统美德演到了每个人的心里……

该干休所政委宋风华说:“塔中社区有着拥军优属的优良传统,连续五年被沈阳市评为‘双拥模范社区’,近年来军地广泛开展形式多样的双拥共建活动,换来了全面建设的累累成果。”

