

盛夏伊始 万物并秀

二十四节气——小暑

文记者 张营 图记者 赵之钢

“倏忽温风至，因循小暑来。”7月7日，我们迎来了小暑，它是二十四节气中的第十一个节气，夏季的第5个节气，小暑和夏至相比，白天逐渐变短，但是温度却逐渐升高。暑，是炎热的意思，小暑为小热，还不十分热。小暑虽不是一年中最炎热的时节，但紧接着就是一年中最热的节气大暑，至此时节，炎炎热浪将奏响夏日序曲，整个城市一片郁郁葱葱。



傍晚是人们避暑休闲的好时光。

高温潮湿季节到来

连日来，我市这雨水像“连续剧”一样接连上演，不少市民反映家里潮湿的，衣服晒不干，睡觉也不是很清爽。据我市气象部门预测，今年的7月份—8月份，我市降水量较常年同期偏多，平均气温较常年同期偏高。7月7日，我市是阵雨转多云天气，最高气温27℃，最低气温24℃，北风转南风3—4级。截止到本周末，我市基本就是在多云和阵雨中徘徊，现阶段我市已经进入汛期，请市民多加防范。

进入小暑后重要的天气特征就是：天气炎热且雷雨反复，可能一会儿高温暴晒，一会儿又倾盆大雨，总之出门带好雨具，做好防晒。民间有“小暑大暑，上蒸下煮”之说。小暑开始进入伏天，所谓“热在三伏”，三伏天通常出现在小暑与处暑之间，是一年中最热、最高且又潮湿、闷热的时段。

在我们北方地区有头伏吃饺子的传统，大家一定要掐准时间吃饺子。



玉米已经抽穗。

荷花开放。

夏日荷塘美景已上线

进入小暑，我市的大小荷花池里的荷花暗自浮动，随着时间的推移竞相开放，8月份是荷花的最佳观赏期，无论走到哪个荷花池，都会欣赏到一幅清新雅致的“水墨画”，带着惬意与美好，让人流连忘返。

在我市辽河碑林公园、大洼东湖公园、鑫安源荷缘、向海大道大洼区大工路附近、辽滨沿海经济技术开发区附近、兴隆台区欢喜岭区域内、盘山县锦绣花谷附近等地，尽收眼底的将是一幅幅“荷花图”。

不要贪凉莫食冷

进入小暑节气后，天气越发闷热，一口气灌下去一瓶冰镇饮料，吃上几根冰棒……那感觉似乎真是很享受，但是这样对身体的危害很大，尤伤脾胃。尽量注意饮食调节，少食寒凉食物，更要少食辛辣食品，注意补充水分。现阶段天亮了早，因此起居和作息时间也要随之调整，中午可以进行短时午睡，消除疲劳。大多数人在这个阶段都喜欢一整天待在空调房中，而且会把温度调得很低，这样屋内的温差过大，就容易患感冒、肠胃炎等疾病，一定要科学使用空调。外出的市民也要注意，避开阳光最毒辣的时候，而且要做好防暑降温工作。同时要注意，不要过度运动，要适可而止。

小暑其实是盛夏的一个中转站，大家要保持心情平和，去迎接极致炎热的大暑吧！

盛京银行盘锦分行「普及金融知识，守住钱袋子」活动

为回馈新老客户，行庆专享个人结构性存款一年期最高预期年化利率可达4.4%

盛京银行盘锦分行 宣



办理信用卡请扫描
营业部：
兴隆台区136号 3290999
开发区支行
泰山路236号 3267088
辽河油田支行
宝源商厦50米 3291099
盘山支行
盘山县府前大街
创业大厦1楼 3710099
双合子支行
骨科医院南行20米 3710889
盘山路支行
大洼区镇花镇民生云里
二期便民小区 3790999

打卡盘锦市最美阅读空间①

市图书馆里 留住文化记忆

文冯丽 记者 张营 图记者 赵之钢

开篇语：
习近平总书记致首届全民阅读大会贺信中指出，阅读是人类获取知识、启智增慧、培养道德的重要途径，可以让人得到思想启发，树立崇高理想，涵养浩然之气。中华民族自古提倡阅读，讲究格物致知、诚意正心，传承中华民族生生不息的精神，塑造中国人民自信自强的品格。

习近平希望广大党员、干部带头读书学习，修身养志，增长才干；希望孩子们养成阅读习惯，快乐阅读，健康成长；希望全社会都参与到阅读中来，形成爱读书、读好书、善读书的浓厚氛围。

近日，由辽宁省全民读书节组委会办公室组织的图书《随心而阅：打卡辽宁省最美阅读空间》正式出版发行，盘锦市图书馆、盘锦市少年儿童图书馆、盘锦市兴隆台区图书馆、盘锦市新华书店和福德汇·当当书店（盘锦福德汇文化传播有限公司）五处阅读场所入选到此书中。

市委宣传部、市全民读书节活动组委会办公室以此为契机，联合市文化旅游和广播电视局、市文旅集团两家成员单位，特别推出《随心而阅：打卡辽宁省最美阅读空间》——“盘锦打卡阅读行”活动。利用盘锦交通文艺广播全民读书节特辑节目开展线上走进直播间活动，线下以《随心而阅：打卡辽宁省最美阅读空间》图书打卡的形式，引导市民走进阅读场所深度阅读，感受盘锦魅力。

《辽河晚报》从即日起推出系列报道，带大家打卡我市最美阅读空间。

随着社会的不断进步与发展，阅读已经慢慢成了人们休闲生活的最佳选择方式之一，图书馆不仅是一个公共空间的角色，更代表着一个城市的思想和精神。

岁月悠长，市图书馆成立至今已经成了守住人文精神的根本。

有些市民对图书馆的认识可能只是简单的阅读和学习，今天记者就带着大家打卡我市最美图书馆——市图书馆。

审美教育巧妙融入

市图书馆所处的位置是城市市中心，周围交通方便，环境安静，馆内设图书外借部、24小时城市书房、阅览部、报告厅、历史文献阅览室、读者自学空间、万卷楼文化沙龙、展览厅等服务窗口和服务项目。

走进市图书馆一楼的展览大厅，一股墨香扑面而来，一幅幅书法作品呈现在眼前，行云流水般的线条，让整个人浸入到笔墨的海洋。阅读乏倦之时，在这里可以放松身心，陶冶情操，也可以和自己心仪的作品合影留念，这已经是市图书馆举办“公众审美教育系列展览”第187回。据了解，市图书馆自2009年就开始推出“公众审美教育系列展览”，将艺术融入阅读，融入时光里，让阅读者在有限的空间内享受着艺术和书香的熏陶，同时也为艺术家提供艺术作品展示和搭建市民公共审美教育的平台。自2009年9月至今，已成功举办美术、书法、摄影、古玩艺术品、民俗风情、非物质文化遗产等展览187回。

全年无休方便读者

当记者走进图书馆门厅的时候，便感受到了浓郁的读书氛围，一楼的自习区每天都是一座难求，读者心无旁骛地阅读与学习；借阅部，一个个实木书架安静地排列在时光里，泛黄的书页渐渐融化成岁月的剪影，迎着阳光，显得苍老又宁静；阅览室老人戴着老花镜在阅览区内翻阅着报纸、杂志……多么安静祥和的景象。

刷下身份证，记者顺利进入自习区，不得不为如此方便而点赞。自习区内宽敞明亮，环境优雅，实木书桌、舒适的座椅，每一个座位都配备了电源插孔，墙壁四周的名人字画营造出浓浓的书香氛围，使用电

脑的读者也不怕，因为wifi全面覆盖，当记者坐下去的瞬间，不由自主地就融入学习当中。

据了解，近几年6月至10月，市图书馆为缓解学生自习一座难求的情况，在图书馆门外廊厅设立了自习“大排档”，还安排了专门人员管理，获得了读者的大点赞。自从2020年5月市图书馆24小时自学空间开放后，彻底打破了传统图书馆开馆时间的约束。读者随时都可以走进图书馆，在这里终究有一扇门是为读者打开，让市民真正真正享受到了全天候、高品质的阅读休闲服务，同时也发挥了自助图书馆的服务功能最大化。

智能管理尽显阅读新体验

借书证忘带了怎么办？可以用身份证。身份证忘带了怎么办？可以刷脸……“人脸识别、扫码、刷卡……”记者一路享受着智能服务。“一站式”借阅、无人值守全自动、数字化与智能化，完全实现了零接触式服务，良好的学习环境和得到读者的赞许。

近年来，市图书馆将24

小时城市书房的自助服务系统进行全面升级，升级后24小时城市书房实现了人脸识别、扫码、刷卡多种方式进入及借阅；读者还可以通过“云图有声数字图书馆”进行阅读。而且足不出户，在图书馆网站也能满足各类读者的需求。

市图书馆为满足市民阅读需求，加强了数字资源建

设并优化原有数字资源配置，强化图书馆线上服务。新增三个自建专题数据库——“盘锦日报”“夜读盘锦”“盘锦地方文献选集”，包括文章、图片、视频、音频等内容。而且还建立了10个专题数据库和1个地方文献联合目录数据库，所有数据库图片、视频音频都可以实现即时访问与使用。

据了解，市图书馆学会通过开展全民阅读推动行业发展，多次举办线上线下读书活动、讲座等。这里不仅记录着我市的文化记忆，还架起了一座让读者知晓我市独特的辽河口文化的桥梁。

在图书馆的一天，时间过得飞快，让人找到了幸福的感觉，这里充满着诗意，弥漫着芳香……



报刊借阅处环境清幽。



电子阅读。



自习室内井然有序。