春节、新年日期如何确定你知道吗

元旦代表新一年的开始，在人们心目中是个欢快的节日。有意思的是，在中国古代，元旦原本指的是现在的农历春节，还有“端日”“元正”等称呼，而“春节”“新年”以及“元旦”等名称和日期的确定，也经历了一个比较长的演变过程。

古代“元旦”两字有何含义

说起元旦，如果按照字面意思解释，可以理解为“首日”。“元旦”的“元”有开始、第一的意思，凡数之始称为“元”；“旦”是一个象形字，上面的“日”代表太阳，下面的“一”象征地平线，结合起来象征太阳从地平线上冉冉升起，新的一天开始了。所以，人们把“元”和“旦”两个字结合起来，就引申为新年开始的第一天。据说，元旦又称“三元”，即岁之元、月之元、时之元。

一元初始，万象更新。古代的元旦十分受重视，晋代诗人曾写过一首《元正》：“元正启令节，嘉庆肇自兹。咸奏万年觞，小大同悦熙。”记述的便是当时元旦的热闹情景。

“春节”名称的由来

时间走到了1912年，那一年1月份，孙中山发布《临时大总统关于颁布历书令》，要求内务部编印新历书，随后又规定阳历(公历)1月1日为“新年”，但不叫元旦。由此一来，在中国出现了两种历法体系：一种是官方推行的“阳历”，作为公共行政、国际交往等的时间标准；一种是传统社会沿用的“农历”，服务于农时与日常生活。

1914年1月，当时政府的内务部在给大总统的呈文中提出：“拟请定阴历元旦为春节，端午为夏节，中秋为秋节，冬至为冬节……”后来只有“元旦为春节”被批准，所以传统农历新年易名为“春节”，传统的元旦名称被搁在了公历的1月1日。

1949年9月27日，中国人民政治协商会议第一届全体会议通过中华人民共和国采用公元纪年，农历正月初一称为“春节”，公历1月1日定为元旦。至此，元旦成为人们欢度的节日，传统年节也受到了应有的关注。

古代“元旦”吃什么

“四季新元旦，万寿初春朝”元旦总是能给人们带来新的期待，古代元旦宫廷有隆重的贺岁之礼。三国时曹植《元会》诗：“初步元祚，古日惟良，乃为嘉会，宴此高堂”。有一种说法认为，历朝历代类似的庆贺典仪祈祀等活动，源于上古社会的“蜡祭”，主要祭祀庄稼和收获神，如农神等。在社会生产力低下的时代，人们在新的一年开始之日，要感谢“神灵”、祖先的庇护，祈祷来年风调雨顺。

此时的饮食也是丰富多彩，《荆楚岁时记》中便有明确记述。比如，元旦到了，南朝时荆楚地区拜贺完毕，接着是进椒柏酒，饮桃汤，进屠苏酒、胶牙饧、五辛盘。进敷于散，服却鬼丸，还要各吃一个鸡蛋……

仔细数数，其中有饮料、食品、药物，各有寓意。古代元旦，人们按部就班地执行着一整套习俗，忙得不亦乐乎。

（来源：中新网、人民日报）

网友热议

@kkkkir：新的一年，万事都要全力以赴，包括开心！

@哈老稳：2020，加倍爱您！

@爱吃好吃滴：太有趣了，没想到元旦日期的来历还有这么大学问……

@人民4Rlcy：先祝各位新年快乐！弘扬传统文化，人人有责。

有意思吧

高温破纪录！莫斯科用人造雪迎新年

在遭遇最冷夏天后，俄罗斯首都莫斯科又迎来百年一遇的暖冬。2019年12月18日，莫斯科气温升至5.4℃，超过了1886年创下的当月高温纪录，而最为引人注目的影响是没雪。每年10月或11月，大雪就开始覆盖俄罗斯，然而，2019年12月底的莫斯科仍迟迟没有降雪。“这太不正常了。”62岁的市民亚历山大·斯坦科称，莫斯科的冬天以前要冷得多，有些日子冻得特别厉害，而且新年的时候几乎都有雪，气候确实在一年年变暖。

一个每年要花费数百万铲雪的城市，现在竟要运雪进城，这让人感到新鲜。莫斯科市中心出现人造雪堆的视频在社交媒体上很快火爆起来，被网友们戏称为“莫斯科唯一的一堆雪”“莫斯科所有的雪都在这里了，就在红场附近被围了起来”。不少人觉得这一举动很诡异，这堆雪看着也很搞笑。也有路人称，在克里姆林宫附近能让人拍拍带雪的照片也不错。

（来源：红星新闻、梨视频）

@黑眼皮双眼圈：没有雪的莫斯科，没有灵魂！

@冬季春笋绿02817：莫斯科不相信眼泪，战斗民族不过无雪之冬！

@烟诺sweet：把东北的雪送过去一点吧……

更多精彩
欢迎下载
“无锡观察”APP>>

涨姿势

果汁和水果比，居然丢失了这么多营养

很多人以为水果榨成汁吃起来更方便，所以选择喝果汁，但殊不知，水果榨成果汁的过程中丢失了不少营养。

今天我们就拿一年四季都常见的橙子和橙汁，来给大家分析分析。首先，从能量上来说，研磨、加热等工艺都不会损失，所以果汁也好，水果也好，差别并不大。吃水果的过程，1～2个你就自然停嘴了，但要是换成喝果汁，不知不觉 300毫升下肚了。

另外，打成汁后喝起来很轻松，容易咕咚咕咚喝多，升血糖速度会比水果更快。损失最惨重的是膳食纤维，橙子本身含有2.4克/100克的不溶性膳食纤维，在果蔬中算是不错了，一旦榨成果汁，只剩下10%不到。那些想吃点水果缓解便秘的小伙伴就得不偿失咯。

另外，它们两个对热、光和空气中的氧都很敏感，榨成果汁后，橙汁的维生素C和β-胡萝卜素含量都略有损失。

如果实在吃不上橙子，要喝包装的橙汁，那就选100%的橙汁，橙汁含量低于100%的都是饮料，意思就是额外加了很多水，还往往会加蔗糖、果葡糖浆等精制糖。

帮大家总结下，从营养、健康的角度，我们更推荐吃水果本身，退而求其次选择鲜榨果汁，再往后才是100%橙汁。

（来源：丁香医生）

@图拉：道理都懂，可是剥橙子实在是太麻烦了，还是果汁好喝，用的手动榨汁器，原汁原味真好喝。

@冯先生：真果汁估计都比不过原水果，更不要说勾兑的假果汁咯。

@Pine：如何鉴别橙汁饮料？喝一喝就知道，哈哈哈，鲜榨的橙汁里有阳光的味道……

网罗天下

NASA公布银河“美照”：2300万光年外的星系烟火

近日，美国航空航天局（NASA）官网公布了一张2300万光年外的银河“美照”：巨大黑洞、冲击波、大量气体交织，仿佛一场绝美的烟火秀正在上演。

据悉，这场银河“烟火秀”在螺旋星系NGC 4258（也称为M106）中进行，该星系就像我们自己的银河系。但是，NGC 4258以两个可以发出X射线，光学和无线电光的螺旋臂闻名。这些“异常臂”与该星系平面相交。

NASA公布的合成图像中，可以看到该星系的“异常臂”，其中，来自NASA钱德拉X射线天文台的X射线是蓝色的；来自NSF卡尔·詹斯基超大型阵列的无线电是紫色的；来自NASA哈勃太空望远镜的光学数据是黄色的；来自NASA的Spitzer太空望远镜的红外数据为红色。

Spitzer进行的一项新研究表明，与超音速飞机的音爆相似，冲击波正加热大量气体，相当于大约1000万个太阳。

研究人员认为，NGC 4258中心的超大质量黑洞正在产生强大的高能粒子射流。这些喷流撞击星系盘并产生冲击波，这些冲击波又将主要由氢分子组成的气体加热到数千摄氏度。

NASA官网称，由于该星系距地球较近，宇航员可详细研究，该黑洞将对这个星系产生什么样的影响？

（来源：中新网）

@嘻嘻好的呢：浩瀚星河竟是如此！身为人却是那么的渺小啊……

@龙月-Family：未知的太空有太多秘密。

@创幻紫玉兰：宇宙绝不是大爆炸来的，是上帝安排的。

立足高质量发展，“复兴号”隆隆驶向新征程

上接第1版>>>

推进制造业转型升级、实现高质量发展，市工信局局长陈文斌表示，将在做大“增量”和做优“存量”同时发力。重点聚焦新一代信息技术产业，更加明确发展先进制造业集群的方向，重点推进物联网产业集群在国家先进制造业产业集群竞赛决赛中胜出，培育世界级先进制造业产业集群；深度参与长三角产业链分工协作，强化区域优势产业协作，打造具有无锡特色的地标性产业集群和产业链环节。做优存量主要是加快工业企业的智能化改造，以智能制造为主攻方向，促进大数据、云计算、区块链、人工智能与传统产业的深度融合，加快现有设备智能化改造，推动制造业向更多依靠数据、信息、知识等新型生产要素的增长模式转变。

■ 追求质效，全面提升整体产出水平

产业规模实力迈上新高的另一层必备内涵，是质量效益的提升。据全会透露的数字，无锡规上工业利润总额预计由2014年的873亿元增加到去年的1240亿元，增速由领先全省2.9个百分点扩大到10个百分点，省内位次由第7位提升至第3位。当好全省高质量发展的领跑者，全面提升整体产出水平，今年将如何着手？

工业企业资源利用绩效评价工作早自2017年就已启动，形成了以亩均税收、亩均销售、单位能耗税收为核心的“5+1+X”评价指标体系，在多个领域形成“倒逼”态势。上个月发布的绩效评估报告显示，截至2018年底，全市规模以上工业企业亩均销售和亩均税收双双比上年提高四分之一。据陈文斌介绍，年内将进一步强化评价结果运用，全面落实政府采购、资金扶持、排污、信贷、水电气和城镇土地使用税等差别化政策，倒逼低端低效企业为高效益、高产出、高技术、高成长性企业“腾位让路”，促进产出效率的提升。

让更多的“无锡造”成为高附加值的代名词，需要从标准、质量和品牌多个维度发力。市市场监督管理局局长许伟英“剧透”，今年我市有一家企业有望冲击中国质量奖，这将进一步奠定我市在全省乃至全国质量领域的领先优势。她表示，2020年我市将深入实施标准、质量、品牌“三位一体”工程，推动企业加强生产全流程质量管理的同时，推进物联网省级技术标准组织建设，在智能制造、乡村振兴等多个领域发挥“标准主导力”作用；实施企业标准“领跑者”制度，推动增材制造材料等无锡优势产业参与国际国内重要“领航标准”的制定，拉高产业发展的“高线”。

■ 抓本咬根，全面提升自主可控能力

重振产业雄风的五年进程中，无锡收获了一路美丽风景。实践证明，只有抓本咬根、戒虚求实，加快构建自主可控的现代产业体系和产业科技创新体系，才能不断推动产业结构迈向中高端。

全面提升无锡产业的自主可控能力，新一年的谋篇布局正在展开。市科技局局长孙海东表示，全力以赴“育主体”，创新型企业培育始终是重中之重。“不断壮大创新型企业集群，主要是完善3+2创新企业培育体系。‘3’指优化深化雏鹰企业、瞪羚企业和准独角兽企业三类企业的精准分层、扶持培育的政策体制；‘2’则是要实施高新技术企业和科技型中小企业攻坚攀登的计划。去年我市高新技术企业总数达到了2790家左右，今年要达到3500家。”需要看到的是，尽管无锡入围500强的企业较多，但真正在行业中有主导权、话语权的不多，聚力打造一批在行业中有很强影响力、带动力和号召力的龙头骨干企业，无锡担负着培养越来越多产业“定海神针”的重任。

加快创建培育“策源地”创新中心、成为更多科技成果的“原产地”，无锡科技今年的另一大目标就是要拓展“朋友圈”。“要继续加快建设无锡先进技术研究院和国家高新技术创业中心等一些创新平台的载体。”孙海东透露，无锡将建立“太湖实验室”，通过重大平台和实验室的组建，增强原始创新、自主创新和区域的创新能力，通过引进院士团队与产业深度结合；同时，融入长三角科技创新一体化，深入推进环太湖的科创走廊建设，把北太湖、西太湖打造成一个标志性、引领性的科创高地。

乘势而上，打好产业强市纵深仗

上接第1版>>>一方面要加快打造培育“世界级”产业集群，做强产业链各环节，促进产业基础高端化，提升产业链现代化水平，发展壮大16个先进制造业重点产业集群和4个未来产业集群，夯实无锡经济的“产业底盘”。同时，要加快创建培育“策源地”创新中心，使无锡成为更多科技成果的“原产地”。

产业强市主导战略实施以来，我市的产业结构不断趋于优化，但也要清醒看到，与先进地区相比，无锡在许多领域还有不小的差距。提升现代产业比重，推动无锡产业结构迈向中高端，我们一方面要做强新经济这个新增长点，牢牢把握现代产业发展方向，加快发展战略性新兴产业、智能制造、现代服务业，努力做大做强数字经济、总部经济、枢纽经济；另一方面还要加大传统产业转型升级力度，推动制造业向更多依靠数据、信息、知识等新型生产要素的增长模式转变。

无锡土地资源紧缺、环境容量有限，做好提升经济密度、整体产出水平这篇大文章尤为重要。新的一年，我们要加强工业企业资源利用绩效评价结果的使用，全面落实差别化的税收政策、工业用地政策、水电气政策、排污政策、信贷政策、产业扶持和政府采购政策，倒逼低端低效企业为高效益、高产出、高技术、高成长性企业“腾位让路”，促进产出效率的提升，使“无锡造”的质量和附加值得到进一步的提高。

一张蓝图绘到底，接续奋斗谱新篇。我们要保持定力、克难奋进，打好产业强市纵深仗，助推无锡产业“复兴号”行稳致远，让“强富美高”新无锡不断展现出新的现实模样。

释放健康红利 增进百姓福祉

上接第1版>>>这台世界上最先进的手术机器人落户锡城，为我市卫生健康领域高质量发展增添了浓墨重彩的一笔。

【观察】 名院、名科、名医，“三名”是卫生健康事业发展的基石。引进造价不菲的达芬奇手术机器人，是我市推进“三名”战略的一个缩影。全市卫生与健康大会后，卫生健康领域在渴求“三名”上不断发力。医疗机构基础设施、设备、专学科、技术提档升级，助力看病更精准精细。以前无锡老百姓看危重病只能往“北上宁”跑，而现在很多“高精尖”手术在无锡本地能够独立开展，一定程度上缓解了“看病难”。

始于去年的新一轮市属医疗资源布局调整紧锣密鼓：江南大学附属医院南院区项目目前正进行门诊医技楼、病房楼等内装修和室外景观市政及专项工程施工，今年建成并搬迁启用；儿童医院易地建设项目正在完成整体概念设计、开展可行性研究报告和交通评估方案编制工作；精卫中心二期改扩建项目将于近期开始桩基试桩工程；妇幼保健院迁址扩建项目进行产权变更，同步开展可行性研究报告编制相关工作……一系列重大项目的强力推进，旨在用高标准“优供给”不断满足民生健康追求。

凝聚力量打造聚才“磁场”，让治病有良医，成为我市卫生健康系统持续发展的“重头戏”。市卫生健康委人士表示，“三名”战略“1+5”系列政策体系的出台，不仅是推动卫生健康事业高质量发展的必然要求，也是为了更好地满足无锡百姓病有良医、就地医疗的健康服务需求。

看病更方便

接轨长三角医疗“领跑”

【场景】 “听了上海专家的诊断，我们心里踏实多了。”2019年12月初，60岁的无锡居民姚阿姨在无锡二院享受到上海专家的远程会诊后很满意。因心衰并伴有蛋白尿、胸腹水等多种疾病，姚阿姨一年来多次住院，病情反反复复。最近一次住院后，无锡二院与“结对”的复旦大学附属中山医院心内科进行远程会诊。对着电脑“隔空”问诊后，中山医院心内科专家王翔飞与无锡二院心内科共同制定了详细的治疗方案，患者与家属也全程参与会诊。一年来，无锡二院搭建起“直通车”，请上海专家远程会诊25次，让患者看病方便免奔波。

【观察】 接轨长三角，医疗领域“领跑”。作为上海瑞金医院的无锡分院，新瑞医院去年春天开诊，一定程度满足了无锡居民“家门口”看名医的需求。与此同时，锡城各家市属医院纷纷“牵手”国内顶尖，邀请上海、南京等专家教授前往无锡坐诊，双方还建立转诊“绿色通道”，优先安排病人住院或门诊治疗。这意味着优质医疗资源在锡逐渐实现同城化共享，锡城百姓“家门口”看名医更方便了。教学查房、疑难病例讨论、学术讲座……通过向上“取经”，不仅惠及了患者，更推动了本地医疗技术高质量发展。

去年长三角地区在全国先行先试，率先探索医保“一卡通”，异地门诊、住院就医都可以刷医保卡实时报销，解决了以往群众备案登记要跑腿、就医垫资费用大、回来报销流程烦的困扰。5月24日无锡与上海实现门诊直接结算，目前已惠及无锡参保人员万余人次，累计直接结算医疗费用近150万元；10月18日又完成无锡与浙江省异地就医门诊直接结算测试工作，成为省内率先与浙江直接结算的城市，目前有300余位锡浙参保人员享受到这一便民举措。接下来，医保“一卡通”还将扩大到安徽等地，进一步方便百姓看病。

此外，依托5G、大数据、云计算等越来越多的“黑科技”，医疗机构正变得越来越“聪明”，从而使医疗服务更快捷有效。去年我市全民健康信息平台通过国家互联互通标准化成熟度“五级乙等”测评，成为全国仅有的获得最高等级测评的3个地级市之一。

吃药便宜了

“救命药”降价惠及百姓

【场景】 患者张师傅最近在江大附院（原无锡四院）门诊配到了泰瑞沙。泰瑞沙是一种用于治疗肺癌的“救命药”，原本这些抗癌药只能住院时享受医保，张师傅一年只能报销7000多元，但全年的药费总数超过18万元，几乎等于自费吃药。去年我市针对17种纳入医保的抗癌“救命药”出台惠民新政策：全部参照特药管理，职工医保和居民医保参保人员个人实际支付比例分别为35%和40%，这意味着患者看病吃药的负担大大减轻。张师傅算了算账，现在一年自付药费降到6万多元。

【观察】 不仅看得好病，更看得起病。我市医保健康的“保护伞”越撑越大，数据显示，如今全市职工、居民基本医疗保险政策范围内住院医疗费用报销比例已经达到85%和75%以上，医保待遇居全省前列。

去年起探索建立的“第六险”——长期护理保险制度，为失能弱势群体日常护理加上“保护锁”。截至11月底，全市共有18350人进入长护保险统计范围，已完成失能评估8967人，其中8080人符合待遇享受条件，评估通过率90%以上。

向“看病贵”动刀，去年以来，我市卫生与医保部门联合探索药品带量采购，对1586个药品进行价格谈判，价格最大降幅51%，进一步压缩了药品耗材价格水分。值得一提的是，我市去年还进行了首次高值医用耗材的集中带量采购，全市40家二级及以上公立医院组成采购联盟，对超声刀头等4个品种的高值医用耗材进行价格谈判。谈判结果显示，拟中选品种的最高降幅为61.2%，大大减轻百姓看病负担。

“公益性”是贯穿医卫事业发展的一根红线，九大类22项基本公共卫生服务项目、重大公共卫生项目、适龄人群免费疫苗接种、早癌筛查等项目去年全面推进，助推全市健康保障网络越织越密。数据显示，2018年全市人均期望寿命达82.78岁，锡城百姓主要健康指标优于中高收入国家平均水平。