2026.11.6
星期五
丙午年九月廿八
国内统一连续出版物号
CN 41-0083
总第6798期 今日8版

天中晚报

今日驻马店　新浪微博　微信公众号

庆祝第二十七个中国记者节

新闻路上 你我同行



红色热土悟初心 笔端有声传薪火

——驻马店市新闻战线记者节集中采风活动走进泌阳县

详见2版

二十四节气

立冬



醉看墨花月白，恍疑雪满前村。

倏忽冬已至，又逢岁凉时。11月7日17时51分将迎来立冬节气。此时节，万物收藏，躲避寒冷，休养生息，为明春勃发做好储备。

冬天，是树叶纷纷落下时窸窣的旋律，是孩子们拿着糖葫芦奔跑的欢声笑语，是雪花给山川披上的雪白大衣，是暖炉的热茶，是万家的烟火，是时光的温馨……

中医专家指出，立冬时节，阳气渐收、万物潜藏，正是调养身体的好时机。立冬养生忌盲目猛补、厚补，核心原则是温而不燥、缓调固本，优先顾护脾胃、温和养肾，循序渐进调理身体状态。

11月7日，化身启明星的金星将与一弯残月蛾眉月邂逅，上演金星伴月天象。这也是金星转为启明星后，今年首次在黎明时分与月亮相依相伴。天气晴好的话，早起的公众就能欣赏到这场浪漫的“星月童话”。　（据新华社）

驻马店日报社主管主办《天中晚报》编辑部出版　邮发代号:35-82　广告热线:2838707　发行热线:2998687　法律顾问:陈翀　总值班:刘华　责编:袁子惠　户向阳