

微博热议

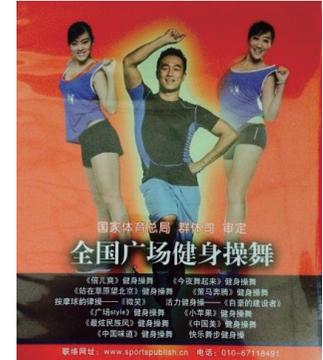
### # 官方版广场舞 #

**@央视新闻:**体育总局推官方版广场舞《小苹果》、《最炫民族风》等广场舞曲,今后有规范版本啦!近日国家体育总局在全国推出12套广场健身操舞。这些广场舞节奏欢快、动作简单,适合各类型人群。

**@RoyalCarl:**广场舞确实是现在老年人的快乐,他们经历过太多时间在流行扭秧歌唱红歌的时代,但是放心,等我们年轻一代老了也不会喜欢这种俗气的东西,除非有人思想太古板。

**@Unique1501:**专业人员更懂得怎样锻炼到身体各个肌肉部位,又没强迫你跳,有什么好嘲讽的?

**@ 大佳学术咖:**不得不说《小苹果》得到大众的认可,过去提到广场舞觉得不怎么样,现在的广场舞很繁荣。广场舞有了新的生命。



凤网博文

# 新婚“女王”伊能静:不灭的爱、梦想与勇气

文 / 伊能静

我永远忘不了多年前内伤的日子里,自己天天找书看,多数都是宗教、心灵方面的书籍。想来人在悲伤难过的时刻,总是会下意识地寻找途径来自我沉淀。我一直相信文字有着非比寻常的能量,它体现了作者的一种思想,很多时候,那种思想会让人封闭的心豁然开朗。那是比食物、安慰更具温暖的一种力量。而这种力量,我在女王的书中强烈感受到了,也让我兴起了将书改编成电影的念头。

有一天,我要去外地拍戏,在机场书店选书作旅伴时,不经意地从书架上取下了女王的这本书,当时并没有想到这是一次对自己十分重要的碰撞,而是在怀疑的状态下付了钱。

登机之后,我本想只是随便看看打发时间,谁知最后却情难自禁,又哭又笑地读完。那个时候我明白,原来世界上,真的有另外一个自己,用更理智冷静的方式生活着。

看到书里有些话总是有同感地发笑,女王说:“我就是没办法把男人当司机、奴隶、提款机。”虽然同意这句话,但女

仆习惯的情感模式偶尔也会想变成女王,而女王若是强势地要指挥王子当司机、提款机,结果女仆的还是自己。

女王言辞犀利,每一句话都入骨三分、醍醐灌顶。我想我们身边就是缺少这样清醒冷静的人。“闺蜜”会安慰你,给你心灵鸡汤,但是愿意骂醒你的却不多。我是个过度感性的人,所以非常需要清醒的朋友陪伴。

我总说女王的书是“闺蜜”书,而且是女生最需要的、清醒的、敢言的“闺蜜”。

无论怎样被伤害,都要去爱,其实,去爱比放手更需要勇气。若前一次感情失败,我们就对下个人减少付出,那最后一个爱我们的,一定是我们给得最少的。所以,失败不应该让我们害怕,反而应该让我们更加勇敢,狠狠爱,狠狠流泪,狠狠撞个头破血流,又再狠狠爱。每一次都比前一次义无反顾,华丽受伤、勇敢站起,也才能遇见那个全力以赴来爱我们的人。



### 内容简介:

《我是女王》是伊能静首次作为导演出品的同名电影原著小说。这部场景感极强的爱情小说与大多数“电子书”不同,绝非一部影视作品的剧本翻版,而是通过更多的心理描写和如果只是影像就无法清晰表达的感觉,讲述了四位美丽独立、重情重义的女人敢爱敢恨、在爱情中曾迷失自我、最终又找到自我的故事。



# 凤网网友省气象局科普游

## 化身气象小主播 零距离感知万千气象

今日女报/凤网讯(记者王静)“有机会让孩子近距离接触气象科普知识,满足孩子的求知欲,真是难得的体验。”在国际气象日到来之际,凤网带领近200位网友来到湖南省气象局,零距离感受了一番观天测雨的魅力,妈妈们兴奋地表示

参加这样的活动非常有意。在活动中大家不仅参与了好玩有趣的气象科普讲座,了解了天气预报的制作过程,而且还客串了一回气象小主播,体验气象播报带给他们的无穷乐趣。孩子们都目染心感、陶醉在气象科技知识的探索之中。



凤网第一小分队。



大家认真了解天气预报的制作过程。



凤网第二小分队。



孩子们通过模型感受风力。



孩子们认真做着笔记。



客串气象小主播。

妈妈们说

每天看似简单的天气预报,都是工作人员前期复杂的监测、分析工作才能得出结论,真是来之不易。——姗姗妈妈

前有课本中“水的变化”形成云、雨,后有柴静《穹顶之下》述说的雾霾,昭小妹带着对万千气象的认知,认真地做着笔记,解答自己的疑问。——昭小妹妈妈

女儿一路紧跟凤网的参观队伍认真学习,从她那好奇的眼神、满脸的疑惑以及听讲解后恍然大悟的表情中,我看到了她的成长!——永恒的心

孩子们说

湖南一师一附小一甲班的亲子家庭们也加入到了凤网大家庭中,家长们还晒出了孩子们可爱的日记:

我当上了气象小主播,回到家我也告诉爸爸妈妈,保护环境,从我做起。——贺德斌

我看到了世界地图,知道了蓝色是大海,黄色是沙漠,白色是冰雪。——刘坤鑫

我知道了天气预报对于水库的重要性,还记住了毛爷爷的一句名言——要把天气常常告诉老百姓。——肖紫玉