



## 衍纸作画,一起来学

各地老年大学开设的手工课程中,以传统剪纸、插花等最为多见,而在湖北襄阳市老年大学,最受欢迎的手工课则是衍纸艺术。

### “潮课”又美又实用

襄阳市老年大学开办于1986年,办学规模、办学质量居湖北省17个市州前列,曾获全国示范老年大学、全国先进老年大学等殊荣。目前,该校学员逾14000人,每天上课学员约4500人次。今年,全校共开设8个系25个专业,衍纸就是其中之一。

衍纸是一种历史悠久的手工艺术,因其华丽优雅,一度风靡于16世纪至

17世纪的欧洲皇室、教堂。近年来,衍纸艺术在我国也大受欢迎。简而言之,衍纸就是将不同宽度的彩色纸条卷成形状各异的“零件”,再修饰、拼合成一幅立体画,不仅美观,而且实用,用来作装饰画最好不过。

### 开课数年培养出“高材生”

负责襄阳市老年大学衍纸课教学的茗子老师说,这门课已开设五六年的时间,颇受老年人喜爱。学员刘桂华就是该校衍纸课堂培养出的“高材生”。5年前,刘桂华进入襄阳市老年大学学习衍纸。这些年,她一直坚持学习,并不断挑战高难度创作。她创作的《龙凤呈祥》衍纸作品

还在当地举办的旅游商品创意大赛中获过大奖。

据茗子老师介绍,衍纸创作材料简单,既可以用文具店常规的彩纸,也可以购买成套的衍纸专用纸条。比起材料,更重要的是细心和耐心,多琢磨、多动手,总能创作出充满创意的满意作品。

### 扫码入群即可学习

看完介绍,你是否对衍纸创作也心动了呢?如果你想获取优质衍纸教程,或者咨询衍纸专用材料相关问题,赶紧添加本版编辑微信(18673167043)或扫码加入“快乐老人报乐学课堂群”吧!



衍纸作品《繁花盛开》

在此还提醒大家,衍纸作品除了装裱起来作装饰画,用来拍照也很不错。要注意的是,拍照最好在晴朗的户外进行,这样色彩更清新自然。用手机拍摄时手一定要稳,背景尽量简单,可以利用手机内置的九宫格、水平仪等功能辅助拍摄。  
(文/彭臻玉)



### ■读步天下

#### 《休息力》



作者:[韩]李时炯  
著 金学民译

出版:湖南人民出版社

**推荐理由:**本书集结了李时炯博士过去对于脑科学的研究,他用通俗易懂的文字,带你认识脑疲劳的原因,以及长期放任不管会导致的结果。同时,教你让大脑深度休息的方法。

## 厄尔尼诺这样影响气候

越南记录到44.1℃,老挝记录到43.5℃……近期,热浪席卷东南亚,多国高温破历史纪录。世界气象组织最新发布的通报显示,异常顽固的拉尼娜现象在持续三年后现已结束,今年下半年发生厄尔尼诺事件的可能性大增,由此可能导致全球气温出现新高峰。

厄尔尼诺现象是海洋和大气相互作用后失去平衡的结果,主要表现为太平洋东部和中部的热带海洋的海水温度异常地持续变暖。通常,当海温关键区连续3个月比常年偏高0.5℃,表明已进入厄尔尼诺状态;当海温偏高的情况

持续5个月及以上,则确认是一次厄尔尼诺事件。

厄尔尼诺现象平均每2至7年发生一次,通常持续9至12个月。厄尔尼诺通常与世界不同地区更多的高温、干旱或暴雨洪涝事件有关。它可能会暂时缓解非洲之角的干旱以及澳大利亚暴雨洪涝的气候影响,但也可能引发极端天气、气候事件。比如,1997—1998年超强厄尔尼诺事件爆发后,引起全球多个国家和地区或洪涝成灾,或干旱严重,我国长江流域等地亦在1998年遭遇历史罕见的特大洪水。上一次强厄尔尼诺事件发生在

2014—2016年,2016年创造了全球历史最暖纪录。

尽管过去三年里出现了具有冷却效应的拉尼娜现象,起到了暂时遏制全球升温的作用,但厄尔尼诺的发展很可能导致全球气温出现新高峰,并增加打破温度纪录的可能性。各种分析表明,2023年或2024年,极有可能创造全球新的最暖纪录。厄尔尼诺对我国汛期气候的影响,通常在其出现之后的第二年变得更加显著,因此可能在2024年最为明显,当然这也与此次厄尔尼诺事件的出现时机有一定关联。(摘编自《南方都市报》)

### ■新发现

#### 这种鲨鱼靠憋气维持体温

生性凶猛的路氏双髻鲨生活在热带和温带海域,经常会从水温26℃左右的浅海中,下潜到水深达800米以上、水温低至5℃的地方觅食。它们的循环系统不具备体温调节能力,科学家一直很好奇它们怎样适应超过20℃的巨大温差。近日,美国《科学》杂志刊载的一项新研究指出,路氏双髻鲨从温暖浅海下潜到寒冷深海时,可能主动闭合了嘴和鳃,避免吞吐寒冷的海水,以维持心脏和肌肉的温度。它们每次憋气的平均时间约17分钟。(摘编自《都市快报》)

#### 一颗垂死恒星吞噬行星

天文学家首次观测到一颗垂死的恒星翻滚并吞噬了一颗行星,如同太阳有朝一日会吞噬地球一样。近日发表在《自然》杂志上的一项报告称,研究人员在寻找与恒星合并有关的“焰火”时,发现了这一事件。研究者说,这一观测结果能让人类认识到未来地球的命运。当有一天太阳燃烧殆尽时,它也会吞噬太阳系内部行星,变成白矮星,尽管这是50亿年后才可能发生的事情。(摘编自《北京日报》)

## 趣味猜地名：能全部猜对的人不到10%！

地名谜语是一种基于中国地理名称和风俗习惯的传统猜谜游戏,通过给出与地名相关的音、形、义等多种线索和提示,让人们来猜测正确的答案。通过猜谜游戏带领大家去了解和认识中国各个地方的自然风光、历史背景和地域特色,增加了对中国传统文化的了解,同时也可以锻炼人们的思维和语

言表达能力。接下来给大家带来10个有趣的地名谜语,快来看看你能猜对几个。

- 一、拆信。(猜一河南地名)
- 二、日近黄昏。(猜一河南地名)
- 三、圆规画鸡蛋。(猜一山西地名)
- 四、萤火虫。(猜一云南地名)

- 五、胖子开会。(猜一安徽地名)
- 六、大家都笑你。(猜一黑龙江地名)
- 七、一路平安。(猜一辽宁地名)
- 八、千里戈壁。(猜一湖南地名)
- 九、四季花开。(猜一吉林地名)
- 十、海上绿洲。(猜一

山东地名)  
这10道题你能猜出几个呢?手机扫描下方二维码即可查看答案了!还有更多趣味好玩的猜谜活动哦!下载如伴App,开启快乐生活!

如伴

扫描右方二维码  
立即查看答案

