



微信公众号:yzlnb365

有奖新闻热线:

0311-88629212

# 燕赵老年报

不/只/精/彩 还/有/关/爱

2022年

3月30日

星期三

壬寅年二月廿八

总第2614期

今日八版

## 新闻一句话

河北

■河北省提出,临时用地选址应尽量不占或少占耕地。

■石家庄市藁城区入选国家级大豆科技自强示范区。

国内

■中国疾控中心表示,针对我国当前面临的疫情形势,在短时间内做到动态清零仍然是最经济有效的疫情防控策略。

■清明假日期间,高速公路免费通行。

■铁路部门计划于4月上旬对旅客列车运行图进行优化调整,暂停发售4月8日及以后始发的各次旅客列车车票,预计恢复发售时间为4月2日。

■中国空间站太空科学实验进展顺利,将支持大规模科学研究。

■国家医保局提出,“新冠抗原检测”价格不高于每人每次5元。

■3月28日,国家智慧教育公共服务平台正式上线。

■昆明全市零售药店恢复解热镇痛、抗炎类以及常用抗生素和抗病毒药品销售。

■国务院决定,设立3岁以下婴幼儿照护个人所得税专项附加扣除。

■辽宁省通知,职工隔离医疗期间企业按正常劳动支付工资。

■山西省明确不得向未满16周岁的未成年人提供电动助力自行车服务。

■黑龙江省明确,物业服务人应对业主饲养宠物犬的行为进行管理。

■山东省严禁中小学自行聘用代课教师。

■四川省为100万农村妇女免费开展“两癌”筛查,可到妇幼保健院免费检查。

■近日,山东省诸城新发现水波纹遗迹化石和恐龙足迹化石。

■自4月1日起,驾驶证超有效期限未换证被注销不满两年的,可向全国任一地申请参加科目一考试。

■3月27日,天舟二号货运飞船完成空间站组合体阶段全部既定任务,撤离空间站核心舱组合体。

■国家天文台宣布,将永久编号52487号小行星命名为“华中科技大星”。

国际

■外交部表示,5200多名在乌的中国公民安全撤离乌克兰。

■法国、德国等欧盟7个国家,敦促其公民不要前往乌克兰参战。

■近日,日本福岛一火山时隔3年再度活动,火山性地震连发20次。

■巴西卫生部建议80岁以上老人接种第四剂新冠疫苗。

■日本东京电力公司预计将从9月前后起,试验用核污水饲养比目鱼和鲑鱼等。

## “老年义务督查大队”变成“老年事业互助委员会” 王忠辰:为民服务理念没变

本报记者 杜雅楠

在省会桥西区育新路活跃着一个社会公益组织——河北省老年事业互助委员会(以下简称“互助委员会”)。这支由100多位老年志愿者组成的公益组织成立于2020年。该组织的前身是李方功创建的“石家庄老年义务督查大队”。2020年,李方功逝世后,王忠辰接过了会长的重任,并将该组织更名为河北省老年事业互助委员会。

互助委员会的志愿者平均年龄65岁,会长王忠辰今年74岁。为老年人群服务、为社会服务是该组织的宗旨。

2020年7月23日,互助

委员会刚成立不久,王忠辰像往年一样,带领着几十位老年朋友,给正在执勤的交警们送去200箱矿泉水。面对这些送水的老人,执勤交警非常感动,工作能够得到市民们的支持,他们心里非常高兴。

今年2月的一天下午,王忠辰接到了省会桥西区交警大队的一个紧急通知,需要志愿者们协助交警部门,开展执勤工作。

接到通知后,王忠辰和互助委员会的几十名志愿者穿上红马甲、戴好胸牌就出发了。大家分为5组,在石家庄市范围内对共享单车乱停放等现象进行纠正。虽然正

值寒冬,但志愿者们并没有退缩,他们将一辆辆违规停放的共享单车摆放到合适的位置。等工作结束后,志愿者李连瑞还写了三首打油诗,表达了为省会交通安全贡献力量的喜悦心情。

互助委员会的每一位志愿者都有各自的帮扶对象。前几天,会长王忠辰来到两位帮扶对象家中进行慰问,并带去了米、面、油等生活用品。这两位帮扶对象都已80多岁,他们唯一的女儿在外地工作。为了提高老人的生活质量,每隔一段时间,王忠辰就会到老人家里看看,并帮忙采购一些生活用品。

由于上了年纪,这两位老人的腿脚不方便,他们出行变得格外困难。如果老人有需求,王忠辰会上互助委员会的“公益车辆”,带着老人们外出转转。老两口笑着说:“有了王忠辰的帮助,心里踏实多啦!”

这些年,互助委员会的志愿者们帮扶的老人多达几十位,他们的出现给老人们的晚年生活带去了很多温暖。

“一个人做好事并不难,难的是一辈子做好事。”王忠辰说,虽然“石家庄老年义务督查大队”的名字变了,但老年志愿者们没有变,为人民服务的理念没有变,大家要将李方功的服务精神发扬下去。

## 助老一招鲜

### 郑州 投亲养老可再购房

河南省郑州市发布《关于促进房地产业良性循环和健康发展的通知》,其中提出,子女、近亲属在郑州工作、生活的,鼓励老年人来郑州投亲养老,允许其投靠家庭新购一套住房。

据《21世纪经济报道》

## 西山花开正艳

拍摄者:徐宝瑞

拍摄者说:位于石家庄市西部的西山,是名副其实的省会后花园。

3月27日,天气晴朗,儿子开车带着我和老伴前往西山赏花。车行至山前大道,只见各种风格的别墅,掩映在漫山遍野的花海中。道路两旁和中间隔离带,各种鲜花盛开,像是一条天路彩带。

我们一路向南,直奔鹿泉区上寨村附近,只见山沟里的杏花花开正艳。从半山腰往下看,杏林重重叠叠,覆满山峦,粉白的杏花映着蓝天,格外漂亮。在杏林中,一小片油菜花点缀其中,令人流连忘返,如痴如醉。



## 杨振河 让太极拳走向世界

“我的外国学生总说,看见太极拳,就好像看见了中国的文化,能体会到不同的文化和人文情怀,特别有意思。这正是我认为中国的太极拳文化很值得世界去体会的原因。”全国政协委员、国家级非物质文化遗产杨氏太极拳代表性传承人69岁的杨振河说。

自1994年至2019年,杨振河在世界各地传授杨氏太极拳,多次赴日本、德国、法国、西班牙、瑞士等国教学,教授海外弟子逾20万人。50余年习武生涯,传承和推广太极拳文化是杨振河一贯的追求。

“太极拳本身是一种肢体语言,有时候不需要翻译,外国人就能理解。”杨振河说,西方人把太极拳看成一种东

方哲学,一种辩证法,其动中有静、静中有动等特性引人深思。很多外国学生接触之后就爱上了太极拳,甚至主动追到他的老家邯郸永年。“他们就住到家里,很多一住就是一两年,把整套拳法全部学完才走。”

2020年12月,中国单独申报的“太极拳”被列入联合国教科文组织人类非物质文化遗产代表作名录。提及此事,杨振河依然分外兴奋:“中国传统武术太极拳是中国优秀传统文化的代表之一,值得推崇,申遗成功更有助于让世界了解太极拳文化。”

兴奋之余,杨振河表示,要客观看待太极拳的传承问题。他认为,传统武术不是电影中“武林高手”展示的飞檐

走壁。习武先习心,太极拳讲究的是“学拳明理”。要警惕把传统文化当成一种噱头,而行争名夺利之实。

“要想不丢掉太极拳传统技法,必须从孩子培养,同时也利于强身健体,传承中华武术精神。”为此,杨振河编了更适合年轻人习练的“杨振河38式太极拳”,后被邯郸市教育局指定为“太极进校园”活动中的必修课程。十几年来,这套课程已培养约两千名体育老师成为太极拳教练,超百万名中小学生练习并受益。

“传统武术中包含着弘扬正气、积极向上的武术精神,值得现代社会提倡,要把我们的太极拳让更多人了解。”为此,杨振河的脚步从未停歇。

据中国新闻网

## 社保卡怎么补办

闫先生问:我今年80岁,住在省会桥西区。最近,我的社保卡丢了,请问该怎么补办呢?

记者张可心答复:社保卡补办分为线上和线下两种方式。

线上办理相对便捷,只需要关注“石家庄社会保障卡”微信公众号,然后点击“实体社保卡”,选择“补换卡申请”,输入身份证号和服务密码(医保支付密码)登陆,点击“社保卡补换卡申请”,输入收件人姓名、地址等信息,制卡成功后将通过邮寄送到手里。

除了线上补办外,还可以携带身份证到家附近的网点办理。网点地址可以拨打石市社保卡服务中心的电话(0311-89632715)进行查询。

