



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
4月29日
星期五
壬寅年三月廿九
总第2626期
今日八版

新闻一句话

河北
■邓小岚同志被追授“燕赵楷模”称号。

■石家庄市发布通告,倡导市民“五一”就地过节休假,减少大规模聚集活动。

■5月1日至10月31日,秦皇岛市开展电动自行车集中上牌。

国内

■五一假期期间,7座及7座以下小型客车通行收费公路免收通行费。

■公安部下发通知,严厉打击囤积居奇、哄抬物价等违法犯罪。

■今年二季度将对餐饮、零售等五行业暂缓缴纳养老保险费。

■中国广播电视社会组织联合会等部门发布规范,要求剧组应建立演职人员职业道德考评制度。

■截至2021年,全国幼儿园在园幼儿数达到4805.2万人。

■目前我国公路总里程已达528万公里。

■近日,市场监管总局通报,包括老年手机等12种网售产品质量抽查不合格率为22.1%。

■截至4月27日,国家药监局已批准30个新冠病毒抗原检测试剂产品。

■4月26日,“雪龙”船返回上海国内基地码头,历时174天的中国第38次南极科考圆满收官。

国际

■由于没有使用卢布支付,俄罗斯天然气公司暂停向保加利亚和波兰供应天然气。

■4月27日,俄罗斯国防部发布公告,俄军使用“口径”巡航导弹攻击了乌克兰一仓库,摧毁了大量美国和欧洲国家向乌克兰军队提供的武器和弹药。

■近日,法国总统马克龙表示,巴黎圣母院有望在2024年对游客重新开放。

■英国政府宣布,将免除乌克兰进口商品关税,并禁止向俄罗斯出口某些技术类产品。

■4月27日凌晨,美国“龙”飞船搭载美欧4名宇航员飞往国际空间站。

■尽管遭到国际社会的谴责和质疑,日本东京电力公司仍执意推进核污染水排海准备工作。

■世界卫生组织称,已有12个国家报告不明病因的儿童急性肝炎169例,至少发生1例死亡。

休刊通知

五一国际劳动节期间,本报5月2日、4日休刊两期,5月6日恢复正常出版。

祝广大读者朋友劳动节快乐!

燕赵老年报编辑部

史之田 酷爱轮滑的“追风老人”

时而俯身速滑、时而原地旋转、时而一个“大鹏展翅”、时而又来一个炫步交叉……近日,在河北衡水市区体育休闲广场上,一位玩轮滑的老人熟练地完成了一系列动作。看这闪转腾挪的灵巧身手,很难想象他已经75岁了。这位老人就是人称“追风老人”的史之田。

看到一身运动装备、脚踏轮滑鞋的史之田,多少有点让人惊讶。已经75岁的他却笑着说:“谁说轮滑只是年轻人的运动,老年人照样能滑好。”

史之田说,喜欢上运动其实是因为一场大病。15年前,他患上了冠心病,吃了一年的药也没见好。“当时医生建议做心脏支架,我考虑后拒绝了,想通过锻炼身体慢慢恢复健康。”史之田说。

因为心脏不好不能剧烈运动,史之田选择游泳健身,第一次游泳可把他累坏了,歇了三天才缓过劲儿来。可他有一股不服输的劲头,慢慢坚持了下来,一天多游一点儿,经过几年锻炼,他最多一次游了3个小时,距离达5公里,“游完了一点儿也不觉得累,反而全身舒畅。”史之田乐呵呵地说。

3年前,史之田偶然看到孩子们在学轮滑,那种飞速向前的感觉和孩子们的活力让他对轮滑心生向往。“孩子们能学会,我也能学会。”史之田暗下决心要学习轮滑。

刚开始,全家没一个人支持史之田,可倔强的史之田自己偷偷买了轮滑鞋和护具。他第一次穿上轮滑鞋刚要站起来,就重重地摔到沙发上。

年过七旬学轮滑不怕摔

吗?史之田说:“学轮滑哪有不摔的?刚学那会儿,我摔过好多次,有时候摔倒了好几分钟爬不起来,最严重的一次扭伤,我休息了半年。摔得多了就掌握了技巧,现在摔一跤也没啥事儿,拍拍土继续滑。”

史之田是个干什么事儿都想干好,从不轻言放弃的人。他摸索着掌握了普通的轮滑技巧之后,不满足于现状,想学花式轮滑。“有个教轮滑的王教练,看我滑过几次后,经常免费指点我,教我花式轮滑的动作要领。我按照他教的方法练,滑行的姿势越来越标准,速滑、单腿滑、交叉步……花样也越来越多,有些我之前想都不敢想的高难度动作,居然也练会了,我滑得更来劲了。”

“轮滑是勇敢者玩的游

戏,年龄根本不是问题,胆量才是最重要的。”也就是这种敢于尝试、永不服输的性格,让史之田持之以恒地练习轮滑。最近两年,他多次参加省、市举办的冰雪运动会,曾在老年轮滑组获得全市第一名,全省第六名的好成绩,他也是衡水市年龄最大的轮滑选手。史之田说:“刚开始我滑500米需要6分多钟,现在只要1分20多秒,评委们都夸我这么大年龄成绩还这么好。”

据《衡水日报》

阅读经典 共享书香

近日,石家庄市长安区委宣传部、区退役军人事务局、长征街小学,在建安路社区新时代文明实践站开展了“阅经典 传文明——我是领读者”主题活动。

来自教育、医疗、国防等行业的10名代表成为长安区首批“领读者”,他们现场为小学生和居民代表赠送了图书,并一起阅读经典,营造阅读相伴、共享书香的浓厚氛围。



通讯员 史晟全 报道

河北省养老服务体系“十四五”规划公布

本报讯(记者杜雅楠)4月26日下午,河北省政府新闻办召开新闻发布会,公布了《河北省养老服务体系“十四五”规划》。规划明确了“十四五”时期河北养老服务体系建设的总体目标和重点任务,提出到2025年,基本建立居家社区机构相协调、医养康养相结合的养老服务体系。

根据《规划》,“十四五”时期,河北省养老服务发展的总体目标是:到2025年,城市构建养老服务供给网络,基本形成“一刻钟”社区居家养老服务圈,助餐等日间照料服务覆盖所有居住小区;农村全面建立“三级”养老服务网络,专业化服务水平明显提高。

为了实现河北省养老服务发展的总体目标,将重点构建健全基本养老服务保障体系、优化普惠型养老服务供给体系、打造多元化养老产业发展体系、完善全流程养老服务监管体系、构建老年人关爱服务体系等五大重点任务。

为确保规划确定的各项任务落实落地,河北省制定印发《关于落实〈河北省养老服务体系“十四五”规划〉的实施意见》,将工作目标细化为39项任务。建立规划实施动态监测机制,定期开展综合评估和专项评估,跟踪工作目标和重点任务进展情况。

庞英杰 打造“君子兰花园”

“人工授粉后,10个月左右种子成熟,然后再栽种到盆里。等待开花的日子,除了按时施肥,还要记住移盆……”谈起君子兰的种植,65岁的庞英杰如数家珍。

庞英杰是河北省沧州市任丘市庞家营村村民,2015年他开始在家专心培育君子兰。经过7年努力,他打造出占地面积近500平方米、涵盖6大品种1万多株盆栽的“君子兰花园”。

“我从小就喜欢花,从前尝试种过很多花草,但总是烂根烂叶。”庞英杰说,无法向身边人请教,他就订购了花卉杂志,一边打零工,一边自学各种花的种植技术。

十几年前,庞英杰突发

脑梗,后来又做了心脏搭桥,腿部还落下残疾。一连串的变故让他无法从事重体力劳动,只好专心在家养花。“在养花的过程中,君子兰淡雅的气质最令人痴迷。”庞英杰说,2015年,他开始专心培育君子兰。

经过一番研究,他在自家耕地里建起了近500平方米的温室大棚,又把花生壳、法桐叶子等提前发酵,再配以炒熟发酵好的黄豆做底肥。他说,这样养出来的君子兰才能叶绿花艳。

为养好君子兰,庞英杰经常到花卉市场里看花,几年间仅买花就花了十几万元。君子兰的品种也逐渐从单一种类

到国兰、彩兰、技师、油匠等六个品种。

酒香不怕巷子深。庞英杰经营的花园,吸引了众多君子兰爱好者慕名而来,大家在和庞英杰交流养花心得的同时,也会选购几盆花。

“现在最小的苗卖30块钱一株,品相好的能卖到每株600元。”庞英杰说,他爱君子兰,君子兰也为他带来了不菲的收益,去年他卖花收益达到了10多万元。

庞英杰说,他和老伴还想继续扩大规模,再建一个温室大棚,让更多的人了解君子兰,带动村民们一起发展种植,共同致富。

据中新网客户端