



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

2023年

10月11日

星期三

癸卯年八月廿七

总第2825期

今日八版

新闻一句话

河北

■石家庄市将在本月开通市区至元氏县公交,预计10月中旬开始试运营。

■即日起,河北省科技馆将对部分基础设施进行修缮、升级,停止对外开放,全部建设工期约为3个月。

国内

■近日,全国老龄工作委员会印发通知,2023年10月1日至31日开展2023年全国“敬老月”活动。此次活动以“实施积极应对人口老龄化国家战略,推进无障碍环境共建共享”为主题。

■国家卫健委消息,全国社会心理服务体系试点地区中,96%的村和社区,包括100%的高校和近95%的中小学都设立了心理辅导室或社会工作室。

■目前,杭州、成都等多地已将出租车驾驶员从业资格年龄从60周岁延长至65周岁。

■山西省考古研究院发布长治上韩村最新考古成果,共清理东周墓葬27座,年代从春秋末期延续至战国中期。

■近日,国家广播电视总局副局长朱咏雷表示,到今年年底,全国有80%的有线电视用户、85%的IPTV用户可以实现开机就看电视直播频道。

■今年中秋国庆黄金周,从各省接待游客人数来看,河南省接待游客人数位居各省之首,江苏省以907.59亿元旅游收入位居各省之首。

■杭州亚组委消息,亚运会56个竞赛场馆中19个全民健身场馆将面向公众开放,24个市场化运营场馆将会以低于当地市场价格的收费标准开放。

■2023年中国金鸡百花电影节将于11月1日至4日在厦门举办。

■中国人民银行定于10月16日发行中国古代名画系列(千里江山图)金银纪念币一套。

国际

■10月9日,巴勒斯坦总统阿巴斯与联合国秘书长古特雷斯通电话,呼吁联合国立即进行干预,并强调需要向加沙地带提供医疗援助。古特雷斯表示,联合国正与有关各方进行接触,避免局势持续升级。

■近日,朝鲜最高人民会议审议并通过宪法修改补充案,将核武力政策写入宪法。

■当地时间10月9日,伊朗外交部发表一份伊朗和苏丹的联合声明,双方决定恢复外交关系。

■当地时间10月7日,上千法国民众在巴黎参加集会,要求退出欧盟和北约,并当众撕毁欧盟和北约旗帜。

老年朋友用Vlog“拍”出老来乐

本报记者 李泽佳 杜雅楠

如今,越来越多的老年朋友开始用手机或相机拍摄Vlog记录日常生活中的趣事,展示老年人眼中多姿多彩的世界。据了解,Vlog是视频博客的意思,拍摄者可以用视频代替文字上传到网络与网友分享。Vlog的主题非常广泛,可以是旅行、美食以及日常生活等。

今年56岁的李冬梅是石家庄市的一位退休干部,她拍摄Vlog已经4年了。“我看到别人做的Vlog特别有趣,就尝试着做几条,感觉这种形式比文字、照片更生动。”

为了提高摄影技巧和质量,李冬梅陆续购买了三脚架、稳定器和佳能相机等设备。此外,她还专程到河北省老年大学摄影班学习剪辑、拍摄技巧。平时,不管是出门买菜还是外出游玩,她都会随身携带迷你云台,将自己的日常生活记录下来,回家后再配上或舒缓或欢快的音乐制作成Vlog上传到抖音平台。

10月7日,李冬梅和老伴来到位于石家庄市新华区的“莫奈的花园博物馆”游玩。她将博物馆内一幅幅漂亮的画作、博物馆外绿油油的草地以及一座座富有艺术气息的建

筑物用相机记录下来。为了让Vlog更加精美,她还特意在视频中加入各种有趣的特效,并配上了一段舒缓的音乐。这段Vlog在抖音平台上一发布,当天便收获了347个点赞。此外,还有不少网友在评论区询问拍摄地点……

在李冬梅的带动下,她的许多朋友也喜欢上了拍摄Vlog。只要一有时间,她们就会相约到滹沱河花海、德明古镇等地用Vlog的形式记录丰富多彩的晚年生活。

今年65岁的程晓东是石家庄市的一位退休干部,他也是一位拍摄Vlog的爱好者。

退休前,程晓东是电视台新闻部的摄影记者。2010年退休后,他开始用相机拍摄生活Vlog,把有趣的日常生活片段记录下来。

前段时间,他和老伴自驾前往内蒙古、黑龙江、吉林、辽宁等地,每到一个地方,他都会打开手持运动相机,记录下当时的美景以及旅途中的趣事。晚上回到住处后,程晓东便会打开电脑开始选取素材,剪辑后再发布到短视频平台。

目前,程晓东已经在短视频平台发布了276个作品。“我视频的全部内容都是真实的。”他说,等到自己年纪大了,这些视频就是宝贵的精神财富,到时再和老伴一起打开视频,回忆过去有趣的生活。

中共石家庄市委党校讲师王文敏认为,老年朋友成为Vlog的生产者、创作者,体现了“积极老龄观”,打破了社会对于老年群体原有的刻板印象。“人老心不能老”,老年朋友应该永葆一颗对生活的好奇心,乐于接受新鲜事物,这样才能有一个阳光、积极的状态,让自己的生活更充实。另一方面,老年朋友通过短视频平台分享生活,可以加强与社会的衔接,更好地融入社会。

“昙花一现”香满屋

拍摄者:高清书

拍摄者说:我是石家庄市平山县的一位退休职工,种植昙花已有10多年了。我养的昙花一年四季开花,最多的一次开了18朵。

最近,一盆昙花有开放的迹象。当天晚上,我忽然闻到一股沁人心脾的香气,只见昙花洁白的花瓣徐徐舒展开,漏斗状的花瓣中米黄色的雄蕊簇拥着一根嫩白的雌蕊,整个花朵晶莹剔透,花形婀娜,吸引了全家人观看。

我拿出准备好的相机,拍下了昙花开放的珍贵瞬间。两个多小时后昙花凋谢,屋内的香气却经久不散。我专门拍了这张“昙花一现”的照片与各位读者分享。



尹飞鹏 著书传播善文化

本报记者 李峥

通讯员 张魁兴

“善乃性,天地见。善当先,开宗元……”每天早上,邯郸市的多所中小学校里都会传来学生们诵读《中华善字经》的琅琅书声。通过这本书,学生们领悟学习到了善文化。

今年61岁的尹飞鹏是邯郸市的一位市民,也是《中华善字经》的编写者。“2012年底,我曾参加过一场文化座谈会,在会上大家谈到了‘善文化’。”尹飞鹏说。多年来,人们对“积善之家,必有余庆”“百善孝为先”“上善若水”等语句耳熟能详,可究竟什么是“善”?“善”的内涵与外延又是什么?尹飞鹏不太明白。为了查到这些问题的答案,他在网上搜索,可得到的信息非常零

碎,也没有一本专门阐述善文化的书籍,这让他萌生了编写《中华善字经》的念头。

有了编书的念头后,尹飞鹏查阅大量历史资料,从中提炼出先人们对于“善”的看法。尹飞鹏发现,早在春秋战国时期,各派学者就对人性的善恶有着不同的观点,在阅读完《道德经》《论语》等书后,他对古代多位思想家的言论进行了梳理。为了掌握更加丰富全面的资料,他利用工作之余,坐车前往北京、南京、西安等地,在图书馆里,不知疲倦地阅读着一部部古籍著作,他还向北京大学、南开大学、浙江大学的专家学者求教。为了追根溯源,尹飞鹏前往西安碑林,在《石台孝经》前收获了自己对“善”的别样感悟。

收集好素材后,尹飞鹏开始编写《中华善字经》。在文学形式上,为了让这部作品朗朗上口、易读易懂,尹飞鹏仿照《三字经》《弟子规》中“三字一句”的形式去创作,他还多次拜访古诗词专家和播音员,严格把控每一句诗文的韵律。2017年10月,《中华善字经》正式出版了。这本书全篇共一百句,上篇脉络清晰地阐述了“善”的内涵和外延,下篇用榜样故事告诉人们如何行善。2018年,《中华善字经》被列入“农家书屋重点出版物推荐目录”以及“河北省青少年‘阅知行’读书活动”的推荐书目。几年过去了,《中华善字经》的英文版、少儿版、评书、漫画甚至歌曲陆续与读者们见面。截至目前,这本书已经

再版了10次。今年50岁的郭连莹是《中华善字经》众多的读者之一,从2017年的第一版直至2020年的英文版,他都有所收藏。“这本书系统地梳理了中华善文化,对构建文明家庭很有意义,各个年龄段的朋友都应该阅读。”郭连莹外甥女的女儿正在读小学六年级。前段时间,外甥女的女儿前往美国学习。临走前,郭连莹送给她一本中英文版的《中华善字经》。“外孙女看完书以后,懂得了很多做人做事的道理,她特地给我发微信消息,说这本书带给她的收获非常大。”郭连莹高兴地说,虽然外孙女身在国外,他希望这本书能让孩子学会向上向善,让中华善文化润进心里。

石家庄市订户请注意
如果您没收到报纸
请拨打 88629333