



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

2024年  
5月10日  
星期五  
甲辰年四月初三  
总第2909期  
今日八版

## 新闻一句话

河北

■今年,河北省将建设体育惠民工程900处,推进83个中心场馆建设,建设健身步道1000公里。

■5月10~11日,石家庄摇滚音乐演出季“山水之间”“激情夏夜”演出继续。

国内

■国家卫健委消息,我国已建设125个国家区域医疗中心、114个省级区域医疗中心。

■近日,财政部下达1582亿元资金,比上年度增加23亿元,引导和支持地方进一步巩固完善城乡统一、重在农村的义务教育经费保障机制。

■国铁集团消息,预计6月15日起,北京至广州间复兴号动车组列车可常态化按时速350公里高标运行。

■国家邮政局消息,“五一”假期,全国邮政快递业揽投快递包裹40.32亿件。

■江苏省卫生健康委消息,自5月7日起,江苏全省二级以上公立医疗机构正式推行普通门诊“一次挂号管三天”,以提升患者看病就医体验。

■教育部决定自今年起,将5月确定为“全国学生心理健康宣传教育月”。

■5月8日,我国申报的“成都老茶馆档案”“徽州千年宗姓档案”“德格印经院院藏雕版”三项文献档案入选《世界记忆亚太地区名录》。目前,我国已有17项文献档案成功入选。

■5月8日10时12分,嫦娥六号探测器成功实施近月制动,顺利进入环月轨道飞行。

■我国决定延长对法国、德国等12个国家免签政策至2025年12月31日。

■中国乒协公示2024年巴黎奥运会部分项目参赛运动员名单,混双参赛运动员为王楚钦/孙颖莎,男单参赛运动员为王楚钦、樊振东。

国际

■当地时间5月7日,普京宣誓就任俄罗斯联邦第八届总统。

■美国共和党籍前总统特朗普所涉“密件风波”案的主审法官5月7日决定,无限期推迟这起联邦刑事诉讼的开庭审理日期。

■联合国秘书长古特雷斯敦促以色列和哈马斯拿出勇气达成停火协议。

■5月8日,巴黎奥组委公布本届奥运会的官方主题曲《巡游盛典》。

■日本政府为核电站产生的高放射性核废料填埋地选址,位于佐贺县的玄海町有意向成为填埋地。

## 淘米水浇花 洗衣水冲马桶

# 老年朋友都有“节水经”

本报记者 杜雅楠

5月1日起,我国首部节约用水行政法规《节约用水条例》正式施行。石家庄市的不少老年朋友都有自己的节水故事或节水“小妙招”,在用心珍惜着身边的“一点一滴”。

5月8日,石家庄市民杨洪贵正在用淘米水浇花,几棵朱顶红被他照料得格外鲜艳。

今年63岁的杨洪贵是一位退休工人,家住新华区新苑社区。小时候,杨洪贵每天一大早就要用扁担挑着水桶去离家百米外的公用水管挑水。“那会儿我年纪小,水又沉,每次挑水肩膀都被扁担杆磨得生疼。”杨洪贵说,由于挑水不易,他们全家每天都紧着一桶水用,他也养成了节约用水的习惯。

如今,虽然生活条件好了,但杨洪贵一直保持着节约用水的理念。他在自家厨房的洗菜池里放了一个塑料盆,专门用来存放洗菜、淘米后的水。“这些水既能浇花,也能冲马桶、洗抹布。”杨洪贵还算过一笔账,马桶单次冲水要消耗3~6升水,他们老两口一天下来至少要冲七八次马桶,最少也要用21升水。而用积攒的水来冲马桶,一个月下来能节省半吨水左右。此外,杨洪贵还将自己的“节水经”告诉了亲朋好友,他已经成为大家眼中的“节水达人”。

不管在家还是出门在外,杨洪贵都时时刻刻注意节约水资源。有一次,杨洪贵到家附近的石津灌渠文化公园晨练,他听到公园厕所里传来

“哗啦啦”的流水声,便赶忙走过去查看。原来,是厕所的一个水龙头没有拧紧。杨洪贵急忙把水龙头拧紧后,又挨个查看了一下其他水龙头的情况,才放心地离开。“这些举手之劳的小事,是我应该做的。”

今年66岁的王江杰是石家庄市的一位退休工人,家住小马新村。王江杰从小就是个节俭的人,他有一套独家节水妙招,这一坚持便是几十年。

平时,小件、少量的衣物王江杰都是手洗,只有大件才会用到洗衣机。“洗衣机连洗带涮要过三遍水,最后一遍很干净。”每次用完洗衣机后,王江杰都会把最后一遍水存下来涮墩布。不仅如此,就连平时家里冲厕所,王江杰也是用淘米、洗脸、洗手存下的水。

2022年,王江杰外出遛弯时,看到一家店铺的店主正在处理一个泡澡木桶。王江杰觉得扔了可惜,就询问店主能否送给自己,店主爽快地答应下来。把木桶送回家后,王江杰很快便将木桶的裂缝修补好。如今,这个木桶已经成为王江杰家的专用“洗澡桶”。“我和家人每次洗澡都站在水桶里,这样能存下不少水。”王江杰说,节水是一种绿色的生活方式,和金钱无关,每个人都应该从自己做起,节约身边的每一滴水。

石家庄市水利局水资源服务中心副主任盖瑞杰表示,石家庄市是全国缺水最严重的城市之一,全市多年平均水资源量为21.95亿立方米,人均占有水资源量216立方米,不到全国平均水平的1/10。宣传贯彻《节约用水条例》,强化用水全过程管理,提高市民的节水意识,是解决缺水问题的有效手段和根本途径。下一步,市水利局水资源服务中心将利用“世界水日”“中国水周”“城市节水宣传周”等活动,广泛开展节水宣传进机关、进校园、进企业、进社区、进农村“五进”活动,增强全社会爱水、惜水、护水、节水意识。

## 助老一招鲜

广西

## 打造敬老爱老线路

近日,广西壮族自治区交通运输厅印发方案,部署落实交通运输领域民生实事。

在适老化无障碍出行服务方面,持续推进城市公共汽电车、城市轨道交通等领域适老化无障碍服务提升;提升巡游出租汽车电召服务水平,力争到今年年底,全区巡游出租汽车95128电话接入率达90%以上,95128电召服务扩大到网络预约出租汽车;加快低地板及低入口城市公共汽电车推广应用,全区新打造敬老爱老城市公共汽电车线路14条;优化车站环境,推动出入口和换乘设施优化改造,为包括老年人在内的各类群体提供安全便捷温馨的乘车环境和服务。据《广西日报》

石家庄市订户请注意  
如果您没收到报纸  
请拨打88629333

## 月季缤纷入夏来

作为石家庄的市花,当前城区内的月季迎来盛花期。在裕华路、和平路、槐安路等一些主干道和街边游园,月季竞相绽放,吸引着不少市民驻足欣赏。

在东环公园内,一条数十米长的月季花廊最为引人注目,玫红色的藤本月季开满廊架,花架遮天蔽日,宛如一条时空隧道。裕西公园是园林部门精心打造的月季专类园,种植了果汁阳台、金凤凰等12个月季品种。此外,市植物园的20万余株月季花也竞相盛放,花朵高低错落,浓郁艳丽,犹如大自然的调色盘。图为石家庄市植物园内盛开的月季花。亲爱的读者朋友,不妨走出家门,定格你心中最美的月季花。



本报记者 张可心 报道 通讯员 李晶泽 摄

## 新闻追踪

## 体验中医适宜技术名额增加

# 读者可抓紧报名参与

本报讯(记者 杜雅楠)5月8日,本报刊登了《母亲节本报邀您体验中医适宜技术》的稿件后,仅仅一天时间,55个名额就全部报满。

“我在报纸上看到消息,就立刻打电话报名。”今年68岁的王秀芬家住长安区建明小区,她是第一位打电话报名的读者朋友。

2018年,王秀芬被确诊为半月板损伤。外出采购,成了她日常生活中的一个大难

题。“尤其是一到阴天下雨,腿就疼得走不了路。”这些年,她一直在用中医理疗。“我尝试过盐敷、针灸,效果都挺不错的。”王秀芬说,经过中医理疗,她膝盖疼痛的症状缓解了不少。

看到本报刊登的“体验中医适宜技术”活动后,王秀芬便决定去谈固社区卫生服务中心国医堂,体验一下超短波治疗。“这里离家近,步行五六分钟就能到。如果效果不错,

我打算多做几次。”

由于读者朋友特别热情,仅一天时间,55个名额就全部报满。为了满足老年朋友的需求,记者又联系了4家国医堂工作人员,经过多次协商又争取了部分名额。有需求的读者朋友,可以继续报名。

电话:0311-88629212、88629317(工作时间)

温馨提示:报名成功后,会根据具体情况再安排读者的体验时间。