



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
7月8日
星期一
甲辰年六月初三
总第2933期
今日八版

新闻一句话

河北

■7月5日,石家庄市鹿泉区321路、322路、游16路等10条公交线路调整为“响应式公交”线路。乘客可以招手停车,按铃下车。

■目前,河北省人大常委会已对截至2022年底有效的237部省本级地方性法规进行了全面清理,共废止法规16部,个别修正或者全面修订法规34部。

国内

■7月4日,财政部、农业农村部下达中央财政农业生产防灾救灾资金5.46亿元,积极应对南涝北旱灾情。

■近日,多地遭遇暴雨洪涝灾害。疾控专家提醒,群众应做好个人防护,注意避免蚊虫、蚊子叮咬,防止虫媒传染病的发生。

■今年铁路暑期运输日前启动,铁路部门在京雄城际铁路等区间推出计次票和定期票业务。

■国家综合性消防救援队伍2024年消防员招录工作正式启动,今年共计划招录消防员6000名。

■国家气候中心预计,今年盛夏,除内蒙古以及东北地区的气温接近常年同期外,全国大部分地区气温偏高。

■四川发布10项措施推动公立医院高质量发展,包括推广“一次挂号管三天”等。

■7月4日,国家广播电视总局、工信部印发方案,提出今年治理电视操作复杂的工作目标和实施计划,包括简化减少遥控器、推进机顶盒内置化等。

■内蒙古发文,明确鼓励各地引入各类公益组织,采取冠名、认养、定向捐赠等多种方式参与“三北”工程建设。

■设计时速350公里的梅龙高铁开始联调联试,开通运营后,梅州到粤港澳大湾区城市最短通行时间将缩短至2小时左右。

■网联清算公司统计显示,今年上半年,外籍来华人员使用境外钱包App在境内支付交易达53.19亿元,同比增长7.67倍。

国际

■当地时间7月4日晚,英国议会下院选举的出口民调显示,基尔·斯塔默领导的工党赢得议会下院过半数席位,将成为英国执政党。

■近日,韩国多家医院停诊限诊,大批患者团体举行集会,抗议医界停诊限诊。

■以色列公共广播公司7月4日报道,以北部当天上午遭到160枚火箭弹、无人机袭击,以军随后对黎巴嫩目标发动陆海空打击。

■美国有近100个海滩被关闭,或发布禁止游泳警告,因为海水里致病细菌含量过高。

推荐避暑的地儿

炎炎夏日何处觅清凉

看看这些地儿是否适合您去避暑

本报记者 杜雅楠

随着小暑节气的到来,标志着盛夏时节正式开始了。这几天,不少老年朋友通过微信、电话与本报记者联系,分享适合避暑的好去处。

“要说到哪避暑,我觉得还得是驼梁,这里夏天的温度只有19℃左右,晚上出去遛弯儿还得穿件外套呢!”邵易梅在本报微信群里分享着避暑经验。今年7月初,她和老伴来到平山驼梁景区的尚泉居农家院避暑。

65岁的邵易梅是一位退休工人。从年轻时,她就喜欢旅游。这些年来,她和老伴一起去过不少地方。2022年,邵易梅的女儿生了女宝宝。为了帮女儿带孩子,这两年,他们没出去玩过。“前段时间,孩子的奶奶从山东过来帮忙看孩子。”邵易梅和老伴一下清闲下来,他们就想着找个凉快地住段时间。

在同学的介绍下,邵易梅和老伴来到尚泉居农家院避暑。“这里的价格是每人每天

70元,包括一日三餐和水电费。”邵易梅说,农家院有标间和三人间可供选择,每个房间都有独立卫生间。

“这边离着驼梁苍鹭峰景区只有两公里,步行十几分钟就能到。”每天吃完晚饭后,邵易梅和老伴会散散步,呼吸新鲜空气。“苍鹭峰景色特别美,上次我们爬了一半。”邵易梅说,她正在好好锻炼,争取过几天和老伴爬到山顶。

“我和老伴已经连续4年到威海避暑了,这边夏天的平

均温度在24℃。我们住的地儿环境好,房间的适老化设施也特别完善。”71岁的王女士推荐到威海的一家康养旅居基地避暑。

王女士是石家庄的一位退休干部。随着年龄增长,她患上了心脑血管病。“医生特意提醒:天气闷热容易引起慢性病复发,我就想着夏天找个凉快地避暑。”2020年,王女士听邻居说,山东威海有个康养基地环境不错,她就坐着高铁来这里住了两个月。

“康养旅居基地的价格是每人每天170元,包含一日三餐和水电费。”来到康养旅居基地后,王女士发现这里不仅环境不错,饭菜也特别丰盛。“一日三餐都是自助的形式,而且菜品清淡可口,特别适合老年人。”王女士说,标间内的卫生间不仅有24小时电热水器,还安装了智能马桶和适老化扶手。如今,王女士和老伴每年夏天都会去威海避暑。

亲爱的读者朋友,如果您知道哪里有适合避暑的好地方,可以与本报编辑部联系。电话:0311-88629212,电子邮箱:yzlnbxw@163.com。

颂歌献给党

近日,一场以“颂歌献给党 唱响兴乐篇”为主题的文艺演出在石家庄市栾城区文化馆举办,近200人观看演出。

演出现场,气氛热烈。随着《红红的中国》的鼓点节奏,演出正式拉开帷幕。随后,京东大鼓、情景剧等十几个节目轮番上演,精彩的演绎赢得现场观众的阵阵掌声和喝彩声。

“能在家门口看到如此精彩的文艺演出,感到特别开心,这几年我们栾城区的文化活动越来越丰富了,我们的生活越来越丰富多彩。”现场居民说道。 通讯员 冯吉利 供图



让更多人看到家乡越变越美

冯建永 拍视频发网上记录滹沱河变化

本报记者 杜雅楠

实习记者 李晨阳

7月5日,雨中的滹沱河烟雨氤氲,三三两两的行人撑着雨伞,漫步在石家庄城区段滹沱河边的健身步道。“水清、岸绿、景美,这几年来滹沱河游玩的市民越来越多了。”冯建永边说边举起手机,将眼前雨中滹沱河的美景录制成一段视频。

今年65岁的冯建永是石家庄正定人。小时候,冯建永经常到滹沱河边玩儿,在清澈的河边淌水、摸鱼捞虾是他儿时最期待的事儿。“滹沱河是‘母亲河’,陪我度过了多彩的童年。”

1979年,冯建永参军入伍。退伍后,他发现滹沱河变得干涸、杂草丛生。“当时,有不少人在断流的河道里种花生,还有一些工厂往河道里排污水。”冯建永说。后来,冯建永做起了批发生意,他每周都

要走107国道去石家庄市进货。“国道两侧滹沱河的河道里都是淤泥,记忆中清澈的‘母亲河’不复存在了。”每每开车路过时,冯建永脸上都写满了惋惜和失望。

“滹沱河周边的环境一点点变好是在2017年。”冯建永说,当时,石家庄市启动了滹沱河生态修复工程。伴随着“隆隆”的重型机械作业声,水系瀑布、河湖广场等一个个项目逐渐完工。渐渐地,滹沱河的河水一天比一天干净,沿岸的荒地变成了一座座游人如织的休闲公园。望着滹沱河两岸的巨变,冯建永打心眼里高兴,他有了将滹沱河两岸美景用手机记录下来的念头。

“我想让更多人看到家乡的新变化,欣赏到滹沱河的美景。”2021年,冯建永以“老冯的快乐生活”为名,注册了一个抖音号,开始自学短视频制作。他每天利用接送孙辈的机

会,骑着自行车到滹沱河两岸拍视频。回家后,他再将视频剪辑好并配上音乐,发到抖音和微信视频号上。“制作短视频是个技术活儿,时间长就找到窍门了。”冯建永说,制作短视频最难的是找到和文案、主题相匹配的音乐,他经常需要试听十几首音乐,才能找到最满意的一首配乐。

从明曦湖、黄金海岸,到滹沱河特大桥、黄壁庄水库沿线……4年多来,冯建永举着手机拍视频的身影,每天都会出现在滹沱河沿线。如今,在冯建永的微信视频号和抖音里,一个个鲜活的视频,一段段优美的文案,都在诉说着滹沱河的“蝶变”。此外,他还会在视频中给网友们介绍视频的拍摄位置和特点。如今,冯建永已经在抖音发布了1739条视频,抖音粉丝量达到了6523。“我现在外出拍摄,经常遇到粉丝和我打招呼。”冯建

永说,有一次他去南高基拍视频,一位粉丝认出了他,还送了他一个自拍杆……

“不少网友看到我拍的视频不错,都说想跟着我做视频。”只要有网友表示想学制作视频,冯建永都会不厌其烦地免费教。如今,他已经义务教授了近40位学员。“学员大部分都是退休老人。”冯建永说,退了休通过拍视频丰富生活,也是件乐事。

生态优先织锦绣,滹沱河蝶变焕新颜。塔元庄断带复绿、漫水路及周边湿地景观提升……今年4月,滹沱河沿线的综合整治提升工程迎来了重要节点。现在,冯建永总是开玩笑地说:“根本拍不完,我拍视频的速度就要赶不上滹沱河的变化了。”未来,冯建永计划跟着滹沱河“蝶变”的脚步拍摄更多视频,为网友们展现出滹沱河水清岸绿的优美生态画卷。