



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
12月4日
星期三
甲辰年十一月初四
总第2993期
今日八版

新闻一句话

河北

■目前,河北省现已建成养老机构1983家、床位25.4万张,社区养老服务设施5561个,与2019年相比分别增长62%、51%、143%。

■12月1日至7日是河北省第7个宪法宣传周。宪法宣传周期间,省委宣传部、省司法厅在石家庄市西清公园组织开展“12·4”国家宪法日集中宣传活动。

国内

■近日,《咬文嚼字》“2024年十大流行语”公布,“数智化、松弛感、银发力量”等入选。

■国家知识产权局消息,目前,全国已建设国家级知识产权保护中心达75家。

■我国已完成困难重度残疾人家庭无障碍改造117.76万户。

■即日起,机动车行驶证电子化全面推行,所有车主均可通过“交管12123”APP申领电子行驶证。

■截至目前,南水北调东、中线一期工程累计向北方调水765亿立方米,直接受益人口超1.85亿人。

■近日,生态环境部正式将广东广州、浙江安吉等23个地区纳入国家环境健康管理试点地区。

■教育部消息,截至目前,各地各高校面向2025届高校毕业生已累计举办大型招聘活动9.2万场,提供就业岗位信息超1964.2万条。

■12月1日,全国医保正式上线类风湿关节炎、冠心病等5种门诊慢特病相关治疗费用跨省直接结算服务。

■国家开发银行发布声明,“国开先行”App假冒国家开发银行名义开展虚假宣传营销,请广大消费者、投资者谨防上当受骗。

■最新报告显示,截至2024年6月,我国生成式人工智能产品的用户规模达2.3亿人。

■浙江明确,在日均人流量超过3000人次或建筑面积超过4万平方米等公共场所至少配置1台自动体外除颤器(AED)。

■广电总局要求,网络直播节目要严防追星炒星、泛娱乐化等不良倾向。

■12月2日,中央广播电视总台《2025年春节联欢晚会》发布官方吉祥物形象“巳(sì)升升”。

国际

■韩联社报道,当地时间12月2日,韩国民调机构发布的一份调查结果显示,韩国总统尹锡悦施政好评率为25%,差评率达71%。

■日本一项全国调查显示,日本约两成自来水企业检出有害物质。

■联合国秘书长古特雷斯呼吁加沙地带立即停火,无条件释放所有人质,加沙地带的饥饿问题日益严重。

谁说爱美只是年轻人的专利?

“新老人”爱时尚也爱赶时髦

本报记者 杜雅楠

爱美之心,人皆有之。随着社会的飞速发展,如今,“爱美”已经不仅仅是年轻人的专利。因为自身喜好、社交需求等原因,一些“新老人”愈发注重对美的追求。记者了解到,石家庄就有不少注重形象管理、偏爱“悦己”消费的老年朋友。

“上了几个月课,我感觉形象气质提升了不少,人也自信了。”11月27日下午,56岁的陈月来到河北老年大学上形象设计课。记者见到陈月时,她身穿浅咖色大衣,配上法棍裤和一头利落的短发,让人眼前一亮。

陈月是石家庄市鹿泉区的一位退休干部。2023年退休后,她迷上了玩抖音。“我经常在抖音上刷到一些气质优

雅、穿着时尚的同龄人的视频。”陈月说,渐渐地,她也有了提升自己形象的念头。今年1月,陈月到河北老年大学形象设计专业学习。

在河北老年大学,陈月不仅学会了实用的穿衣诀窍,还知道了如何通过饮食调整气色。“老师说我的肤色偏暖,适合穿暖色调衣服。”陈月说,今年“双11”,她特意网购了七八件暖色调衣服和几枚精致的胸针。为了提高自己的审美水平,陈月还经常浏览时尚网站。如今,每次出门前,她都要花一个多小时研究穿搭。“精致得体的形象,不仅能提升自信,也让我更加热爱生活。”陈月说。

“我们学校去年形象设计课只有两个班,今年又增加了1个。”河北老年大学相关负

责人告诉记者,学校形象设计课学员如今达到了60余位,比去年增加了30%。

一身优雅的旗袍,高挑的个头配上得体的妆容和盘发。今年68岁的田绍芬是河北省文旅协旗袍专委会荣誉会长,见过她的人总夸她,看上去比实际年龄年轻不少。

“我年轻时就特别注重形象,学过拉丁舞也学过民族舞。”田绍芬说,2015年,她加入了河北省文旅协旗袍专委会。由于日常演出需要,田绍芬学会了化妆。“只要看到喜欢的化妆品或旗袍我就买。”田绍芬说,她家有4抽屉化妆品,30多件旗袍。每次化完妆,穿上美丽的旗袍,田绍芬都感觉特别有精气神儿。现在,就连出门买菜,她都要画个淡妆。“外孙女每次



田绍芬的艺术照。

见到我,都说‘姥姥,你好靓哦!’”田绍芬说,年龄不是追求美的障碍,只要心态年轻,每个人都能活出属于自己的风采。

河北省党校讲师石翠仙说,爱美不只是年轻人的专利,每个阶段的人都有属于自己的美。老年朋友的爱美之心不仅能产生心理愉悦感,也是一种积极融入社会,想要展现自我社会价值的心态。此外,老年朋友注重外表,偏爱“悦己消费”也是关爱自己的一种表现,反映了他们对美好生活的追求,有利于对他们的心理起到正向引导作用。

在日常生活中,老年人要摒弃传统世俗观念,正视自己的爱美心理,敢于按照自己的意愿穿衣打扮。这样做不仅能增加社会活动次数、提升人际交往能力,对延缓衰老,增进健康也很有益处的。

环城绿道串起城市美景

12月1日,石家庄101公里环城绿道开通。这条环城绿道沿滹沱河和环城水系而建,串联起沿线16座景观公园,在城市周边形成了一条骑行、慢跑、步行廊道。

在环城绿道骑行时,市民可饱览优美的城市风光。北线有滹沱河花海、晓月湖湿地等山水景观;西线串联起十里花廊、植物园、动物园等地;骑行南线,市民可畅游天山公园、泊水公园、胜利公园等城市公园;东线则更多的是感受城市建筑风貌。



通讯员 师博凯 报道

河北博物院志愿者团队成立十周年

年长志愿者为传承优秀文化助力

本报讯(记者 李萍 刘坤 通讯员 崔大伟)“参加河北博物院志愿者团队,最大的收获是传承了中华优秀传统文化,感受到志愿服务的价值。为了给观众提供更好的讲解,我们志愿者需要背大量讲解词,不断学习新知识,需要付出很多努力。看到观众了解到文物背后故事时的喜悦表情,我感觉所有付出都是值得的。”

11月29日,在第39个国际志愿者日来临之际,河北博物院举行“河北博物院志愿者团队成立十周年庆典活动暨2024年度志愿者年会”,已参加志愿服务10年的刘靖,讲

述了参加志愿服务的体会和收获。会上,还对“十周年特别贡献奖”获得者、“2024年度十佳志愿者”“2024年度优秀志愿者”进行了表彰。

55岁的徐晓鸣是一位志愿者,同时担任河北博物院志愿者管理委员会主任。他说:“7年前,我在国博(中国国家博物馆)遇到一位志愿者,他的讲解深深触动了我,也激励我成为一名志愿者。”徐晓鸣介绍,河北博物院欢迎更多热爱历史文化、热心公益的人士加入河北博物院志愿者团队,共同为文化传承与发展贡献力量。年龄在

25周岁至60周岁之间,身体健康,热心公益事业,热爱博物馆工作,具有奉献精神和社会责任感,具备一定的文化素养和语言表达能力,能够胜任讲解、引导等志愿服务工作,都可报名。经过报名、面试、培训等环节,考核合格后正式上岗。

为了让更多市民了解文物背后的故事,并弥补专业讲解力量的不足,10年前,随着河北博物院新馆启用,一支志愿者队伍组建起来。2015年6月,河北博物院志愿者管理委员会正式成立,以志愿者工作委员会为基础,设有公共服务

部、教育培训部等六个部门。截至目前,河北博物院志愿者团队已招募八批,现有200余名志愿者,其中50岁以上的年长者占53%。这些年长志愿者来自社会各界,他们活跃在讲解服务、引导咨询、摄影美工、社教推广等公众服务一线。

据了解,河北博物院志愿者团队成立10年来,累计提供志愿服务83233小时,服务对象1201855人。其中,一批50岁以上的年长志愿者发挥文化底蕴深厚、社会经验丰富的优势,为传承中华优秀传统文化奉献出重要力量。