



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

2025 年

4 月 30 日

星期三

乙巳年四月初三

总第 3052 期

今日八版

新闻一句话

河北

■河北省 93 人荣获全国劳动模范和先进工作者称号。

■“五一”假期临近,京津冀三地市场监管部门联合发布消费提示,提醒消费者关注质量安全、广告宣传 and 食品安全,谨慎消费、理性消费、绿色消费。

国内

■今年我国冬油菜面积达 1.1 亿亩,连续 7 年增加。同时,气候总体适宜,长势良好,夏油作物丰收在望。

■近日,市场监管总局(国家标准委)批准发布了新修订的《旅游信息咨询服务》和《旅游餐馆设施与服务要求》两项旅游服务国家标准。

■2025 年一季度,我国服务贸易较快增长,服务进出口总额 19741.8 亿元,同比增长 8.7%。

■5 月 2 日至 4 日,2025 世界泳联跳水世界杯总决赛(北京)将在国家游泳中心“水立方”举办。

■民航局预计,“五一”假期期间民航旅客运输量约为 1075 万人次,将创同期历史新高。

■教育部、共青团中央联合印发通知,为跨地区求职高校毕业生提供住宿优惠便利服务。

■财政部下达中央财政农业生产防灾救灾资金 3.76 亿元,支持山西、江苏、安徽等六省区做好抗旱救灾等相关工作。

■清华大学成立人工智能医院,初期以全科医学科和眼科、放射诊断科、呼吸科等专科为试点,协助医生精准决策。

■国家航天局消息,目前,已有 17 个国家和国际组织、50 多个国际科研机构加入由中国发起的国际月球科研站合作。

■第二十届中国电影华表奖揭晓,《第二十条》等 10 部影片获优秀故事片奖,张译、惠英红分获优秀男、女演员奖。

■4 月 30 日 9 至 11 时,将迎来本年度首个“蛇年蛇月蛇日蛇时”。

国际

■俄罗斯总统普京 4 月 28 日宣布,5 月 8 日零时至 11 日零时实施停火。

■韩国媒体报道,韩国大法院(最高法院)可能将于 5 月就总统热门人选、最大在野党共同民主党前党首李在明涉嫌违反《公职选举法》案作出判决。

■日本《朝日新闻》发布的一项全国民调结果显示,超七成受访对象不相信“美国会在紧急情况下真正保护日本”。与此前同类调查相比,这一比例显著上升。

■加拿大 4 月 28 日举行联邦众议院选举。当天,美国总统特朗普再提美国“吞并”加拿大一事,鼓动加拿大成为美国的“第 51 个州”。

用心用情守护老年人的“精神乐园”,李鹏飞——

“就想让学员健康、开心、快乐!”

本报记者 杜雅楠

“小李老师,我这个动作标准吗?”“鹏飞老师,上节课的动作我都掌握啦!”……4 月 24 日下午,27 岁的李鹏飞正在河北问道老年大学教舞蹈班的学员们跳民族舞。

李鹏飞小时候跟着爷爷奶奶长大,和他们感情特别深。2020 年,从河北师范大学舞蹈学中国舞专业毕业后,他就来到问道老年大学当老师。李鹏飞说,他喜欢和老人打交道,看见他们就像看见自己的爷爷奶奶,感觉很亲切。

在问道老年大学,李鹏飞把学员们跳民族舞和古

典舞,他每天的课都排得满满当当,有时甚至要上午、下午和晚上都有课。在教学中,李鹏飞也慢慢摸索出适合老年人的方法。“课堂节奏一定要放慢,要多互动。”李鹏飞说,每次上课前,他都会和学员们做游戏,待到大家情绪高涨后,再教专业知识。此外,为了让学员们学起来更容易。李鹏飞还会将舞蹈动作拆分开,一步一步地教给他们。有时一节一个半小时的大课,李鹏飞只教大家一个动作。

上课时,李鹏飞还会特别关照学得慢的学员,经常把他们单独留下来“开小

灶”。“有一位学员,每次上课时都会主动站在后排,她总觉得自己动作不标准会影响到其他人。”李鹏飞说,为了鼓励这位学员勇敢地舞起来,每次下课后,他都会和学员谈谈心,问问她哪个动作掌握不好并给予指导。如今,这位学员在李鹏飞的鼓励下燃起信心,已经成了舞蹈班的领舞。李鹏飞针对老年人的特点,还将课堂搬到了户外,让大家在大自然中感受舞蹈的魅力。“我经常带着大家去植物园、君乐宝优质牧场等地跳舞,体会舞蹈艺术的本质。”李鹏飞说。

近 5 年的工作经历,让李鹏飞和学员们成了“忘年交”。每当得知哪位学员家中有困难,他都会提供力所能及的帮助。“我带的这些学员,大部分是空巢老人。”李鹏飞说,上了岁数的人,最需要的就是陪伴。有一次,他得知一位学员的老伴患了肾病住进了医院,便特意买了水果,利用午休时间前去探望。到医院后,李鹏飞陪着老两口聊天。“当时,他们特别高兴。”李鹏飞说,有时一些微不足道的小事,就能让老年朋友们温暖好久。

前几天,李鹏飞收到了一份特殊的生日礼物——一位 79 岁的学员亲手制作的一双黑色舞蹈鞋。李鹏飞说,虽然这双舞蹈鞋没那么精致,可是他这些年收到的最喜欢的生日礼物。“家人不在身边,这些学员也给予了我亲人般的温暖,这是一个‘双向治愈’的过程……”

“和学员们接触越久,越能感受到老人们非常需要关注。”李鹏飞说,能通过自己所学的专业让他们的晚年生活充实幸福,是一件非常有意义的事。“只要他们能健康、开心、快乐!我就发自内心地感到高兴。”

银龄守护者系列报道(四)

繁花满城庆“五一”

为迎接“五一”国际劳动节的到来,石家庄市园林部门通过桥体挂花、立体花坛、花墙等形式,种植了矮牵牛、串红、孔雀草等 30 多个花卉品种,为市民打造身边的打卡地。

据了解,今年园林部门共建设了 7 组立体花坛、2 组花墙。立体花坛主要包括正太广场“幸福石家庄”立体花坛(上图)、文化广场“孔雀开屏”立体花坛、裕华路建设大街东南角立体花坛、裕华路站前街西北角“蝶舞花城”立体花坛、民心广场立体花坛等。2 组花墙分别位于槐安路维明大街及裕华路东二环大石门。

本报记者 杜雅楠 报道



张玉香想送些花籽给养花人

她希望老年朋友多养花草,天天有个好心情

本报讯(实习生 何浩威) 4 月 25 日,石家庄读者张玉香与本报编辑部联系,她想把一些花籽送给喜欢种花的老年朋友。

今年 82 岁的张玉香是一位退休工人,她出生在辽宁省沈阳市。张玉香的爷爷特别喜



张玉香在打理空地上的花。

欢养花,受爷爷的影响,她 10 岁时就开始种花。“小时候,我种了凤仙花、百日菊等。”张玉香说,直到现在她家楼前的空地上,还种着这些花。

年轻时,由于工作紧张,张玉香就种些好打理的花。她还把家里一间闲置的房间打造成了“花房”,里面摆放着吊兰、仙人掌、仙人球等。“那时候没多少空闲,也没什么钱,但我还是常去市场买花籽和花苗。”张玉香笑着说,老伴儿还专门给她买了本教养花的书。

2023 年,张玉香回东北老家探亲,亲戚们知道她喜欢养花,就送了一些当地的花籽。回到石家庄后,张玉香在楼前的空地上试种了一年。“这种花属于一年生草本植物,会开一些白色的花朵,

花期时间比较长。等花落后,就会结出一些红色的果实。”张玉香说,这个季节种花正合适,所以她想通过老年报给读者朋友们分些花籽。

多年的养花经历,也让张玉香总结出一些技巧。“水、肥、阳光、土壤、湿度,只要这五个条件配合好,90%的花都能养好。”张玉香说,虽然北方天气比较干燥,但种花也要严格控制浇水量。中午不能喷水,中午气温高挥发快,更容易晒伤叶子。土壤更是她最看重的一环,“1/3 原土、1/2 沙土,再加上一些腐叶土,透气又保水,根会长得特别好。”

“养花养草的过程本身就是一种心灵上的放松,照料着花草,观察它们的生长变化,可以让人心情愉悦。”张玉香说,她建议老年朋友可以多养

养花草,天天都有个好心情。如今,在张玉香家楼前的空地上,她种植的月季、三角梅、长寿花、吊兰错落有致,就像一座小型植物园。“我把每一盆花都当成孩子一样,宁可自己不吃不喝,也得让花喝上水。”

亲爱的读者朋友们,如果您想种张玉香提供的花籽,可以与本报编辑部联系。联系电话:88629317。数量有限,赠完为止。

休刊通知

“五一”国际劳动节假期,本报 5 月 2 日、5 日休刊两期,5 月 7 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