

投篮套圈健步走 夹棋飞镖接力跑 趣味运动会上银发健儿乐开怀

本报讯 (记者 孔明)4月25日上午,阳光明媚,石家庄市裕彤体育中心田径场上欢声笑语、热闹非凡。石家庄市第二十八届市直机关离退休干部运动会在此成功举办,来自全市50多个单位的3000余名离退休干部欢聚一堂,共同参与了这场别开生面的趣味运动会,享受运动带来的快乐与活力。

此次运动会由石家庄市委老干部局、市体育局主办,市老年人体育协会承办,根据老人们的兴趣爱好和身体特点,运动会设置了8个比赛项目,既有考验团队协作的集体项目托球接力走和抱球接力跑,也有展现个人风采的项目健步走、小球投篮、步步高、夹围棋子、套圈和飞镖等。这些项目集趣味性、娱乐性和竞争性于一体,深受老同志们的喜爱。

“托球走特别考验平衡能力,得稳中求快!”60岁的市总工会退休干部戴丽高兴地说,她和3位老同事赢得了这项比赛的第一名。她说自己还参加了健步走项目,也取得了不错的成绩,这得益于平时的锻炼。她喜欢慢跑、朗诵、跳舞和弹古筝,退休生活过得有声有色。在集体项目中,老同志们展现出了非凡的团队协作精神和竞技水平。在抱球接力跑项目中,老人们更是大显身手,他们怀抱篮球,奋力奔跑,将不服输、不服老的精神展现得淋漓尽致。这边,一位75岁的选手因步伐稍快导致球滑落,急得原地跺脚,后面的队友连忙安慰:“别急,捡起来继续跑!”那边,一位72岁的退伍老兵在球掉落,竟以

迅雷不及掩耳之势单手捡起球,选手们纷纷为他点赞。

在个人项目中,大家同样展现出了不俗的实力和风采。健步走的选手们步伐矫健、绕场行走。小球投篮、步步高和夹围棋子等项目则考验着选手们的技巧与耐心,他们或轻巧投篮,或细心夹棋,每一个动作都透露出对比赛的重视和认真。套圈和飞镖比赛更是引来了观众的阵阵喝彩,只见选手们瞄准目标,屏息凝神,每一次成功的投掷都让大家欢呼雀跃。

一直以来,石家庄市委、市政府高度重视老干部工作,坚持用心用情做好服务保障,为老同志老有所学、老有所乐、老



小球投篮比赛现场 本报记者 孔明 摄

有所为创造了良好条件。此次运动会的成功举办,不仅为市直机关离退休干部提供了一个展示自我、交流感情的平台,还充分展示了新时代老年人的精神风貌。大家纷纷表示,他们将继续保持乐观向上的心态,积极参与各类活动,努力发挥自身优势,为加快建设现代化、国际化美丽省会城市贡献“银发力量”。

精准服务

正定县 普及反诈知识

近日,石家庄市正定县委老干部局“晚晴法援社”,在县老干部活动中心举办了消费维权知识讲座,40名老同志聆听讲座。

正定县法院原副院长、“晚晴法援社”社长赵波,从预防诈骗、非法集资、购买保健品等方面,就老年人易遭遇的主要陷阱,通过真实案例为大家讲述了一堂生动的反诈知识讲座。

(正定县委老干部局)

关心下一代

鹿泉区 传承红色基因

近日,石家庄市鹿泉区关工委联合青少年社会实践学校,举办了“传承红色基因 争做时代新人”宣讲进校园活动,300余名师生参加。

“五老”宣讲员讲述了抗日英雄王二小、子弟兵母亲戎冠秀等英雄人物的感人故事,学校师生表演了朗诵《旗帜》和快板书《我是中国人》等节目。(鹿泉区委老干部局)

栾城区 组织家风讲座

近日,石家庄市栾城区关工委在第一中学礼堂,举办了“常规筑展展风貌 家风法治润成长”主题宣讲活动,2000余名师生聆听。

活动邀请原栾城县检察院副检察长、栾城区关工委法治宣讲团团长孟更义,原栾城县政协主席、栾城区关工委主任高梅淑,讲述了遵纪守法的重要性,以及家风家教对个人成长的影响。

(栾城区委老干部局)

参观主题展览

4月30日,石家庄市总工会精心组织20余名老同志走进市人民会堂,参观“滹沱工运百年风华”石家庄市职工创新创作主题展览。

本次展览由市总工会组织举办,历时半年精心筹备,汇集百米长卷、书法摄影、工艺创作及创新成果等丰富展品。老同志们穿梭在展区之间,认真聆听工作人员的讲解,不时驻足观看。他们有的聚焦非遗技艺,对木雕、剪纸等工艺精品情有独钟;有的关注数字化、智能化的创新成果,多次戴上老花镜认真阅读成果介绍;还有的用手机拍照记录,对曾经熟悉的工作场景感慨万千。



(市总工会老干部科)

银发风采

多彩活动点亮“五一”假日时光

本报讯(记者 李泽佳)“听说今天有演出,我和老伴专门带着外孙来观看,真是不虚此行!”近日,在石家庄市行唐县玉龙公园,69岁的李女士一边看演出,一边兴奋地说。为了丰富老年人的假日文化生活,连日来,石家庄市各地纷纷举办文艺演出、全民阅读、门球比赛等丰富多彩的文体活动,为“五一”假期增添了别样的文化温度。

4月26日,在玉龙公园,行唐县委老干部局组织县老干部艺术团、县老年大学,举办了庆“五一”文化演出活动,27个精彩的节目,吸引了数百名观众驻足观看。第一个节目是舞蹈《开门红》,随着欢快的音乐响起,演员们身着鲜艳的服饰,舞起醉人的红绸,跳出喜庆的舞姿。随后,京剧《红灯记》《沙家浜》等经典唱段依次登场。观

众们沉浸在熟悉的旋律和唱腔之中,情不自禁地跟着哼唱起来。“这嗓子、这身段,太地道了,好像又回到了年轻时听戏的时候!”78岁的刘先生一边欣赏节目,一边感叹道。最后,全体演员齐声高唱《天耀中华》,用歌声礼赞祖国。

“我参加这个比赛太开心了,不仅能锻炼身体,还能和老朋友们聚一聚,感觉自己年轻了好几岁!”4月29日,石家庄市高邑县凤北公园热闹非凡,县委组织部在那里举办了庆“五一”老干部门球友谊赛。赛场上,4支队伍秉持着“友谊第一、比赛第二”的原则,展开激烈角逐。他们个个精神抖擞,手持球杆,目光如炬,每一次击球都精准有力。无论是巧妙的战术布局,还是默契的团队配合,都赢得了现场观众的阵阵喝彩。

“革命军人个个要牢记,三

大纪律八项注意……”为传承红色基因,丰富老年人文化生活,近日,石家庄市井陘县关工委、县老年大学和桃园社区,在县老干部活动中心,联合举办了“红色歌曲大家唱·共抒爱党爱国情”活动。演出在铿锵激昂的合唱《三大纪律八项注意》中拉开帷幕。随后,老年大学拉花表演队身着传统服饰,以灵动的舞姿演绎非遗项目井陘拉花,展现民间艺术与红色基因的融合。活动尾声,全体演员与观众共同唱响《没有共产党就没有新中国》,将现场气氛推向高潮。

与此同时,石家庄市正定县老干部活动中心图书馆里传出琅琅读书声,“阅见美好 书香满城”读书分享会正在那里举办。十几位老同志以书为媒、以文会友,共同分享阅读感悟,畅谈读书心得。大家认真朗诵,字字铿锵、句句深情,让经典在

声音里复苏、情感在共鸣中流淌。活动中,工作人员还为老人们发放了《全民阅读倡议书》,倡导大家爱读书、读好书、善读书,让银龄岁月在书香浸润中焕发新的光彩。

此外,石家庄市新华区、晋州市、无极县、元氏县、井陘县、灵寿县、赞皇县和新乐市等多地也举办了形式多样的假日活动,老人们以饱满的热情诠释了老有所学、老有所乐、老有所为。接下来,各地老干部工作部门将持续推进老年文化阵地建设,通过创新活动载体、丰富服务内容,让“银发力量”在新时代绽放光彩。

工作资讯

元氏县 召开工作会议

近日,石家庄市元氏县召开全县老干部工作会议,县委组织部、县委老干部局及各县(镇)及部分县直单位老干部工作股(室)负责人和全县离退休干部党支部书记参加会议。

会议传达学习了全国、全省“双先”表彰大会及全市老干部局长会议精神,回顾了元氏县2024年老干部工作,安排部署了2025年全县老干部工作。

(元氏县委老干部局)

新华区 交流书画技艺

近日,石家庄市新华区委老干部局、区老年书画研究会,在区老干部活动中心召开专题会议,认真传达落实市老年书画工作会议精神。

会议伊始,各书画组组长汇报了过去一年的重点工作,并进行了交流学习。随后,区老年书画研究会负责人安排部署了今年新华区老年书画工作。(新华区委老干部局)

长安区 开展消防讲座

近日,石家庄市长安区老年大学联合河北省消防协会,开展了“安全用电无小事 防火护家保平安”专题讲座。

消防专家以图文并茂的形式,讲解了家庭用电的常见隐患、电器设备规范使用方法及突发火灾的应急措施。现场还演示了灭火器和防火面罩的使用方法,并邀请学校教职工体验操作。

(长安区委老干部局)

石家庄市委老干部局
燕 赵 老 年 报

合 办

第 93 期