



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

12 月 19 日

星期五

乙巳年十月三十

总第 3145 期

今日八版

新闻一句话

河北

■2026 年,河北省将继续实施棚户区改造工程、养老服务能力提升工程等 20 项民生工程。

■“2025 年河北六大考古新发现”正式揭晓,分别是,阳原新庙庄遗址、临城南盘石遗址、宣化郑家沟遗址、涞水富位遗址、石家庄东垣古城遗址、张北元中都遗址。

国内

■《中华人民共和国献血法》实施 27 年后将首次修订,献血年龄拟延长至 65 周岁。

■今年 1 至 11 月,全国城镇新增就业 1210 万人。

■12 月 17 日,最高人民法院发布了修改后的《民事案件案由规定》。数据、网络虚拟财产纠纷等被列为民事案件案由。

■《全民阅读促进条例》公布,自明年 2 月 1 日起施行。条例规定,加强全民阅读保障,扩大全民阅读覆盖面。

■财政部、国家医保局提前下达 2026 年医保财政补助及建设资金 4166 亿元。

■今年前 11 个月,全国一般公共预算收入 200516 亿元,同比增长 0.8%。

■最新报告显示,我国数字消费用户规模突破 9.58 亿人,数字消费正成为消费的重要动能。

■日前公布的新版医保药品目录中,罕见病用药数量超过 100 种、覆盖病种超 50 种,数量创新高。

■教育部发出通知,要求减少中小学日常考试测试频次,促进学生全面发展。

■市场监管总局表示,平台要求商家“全网最低价”,可能构成滥用市场支配地位或者垄断协议行为。

■中国社会科学院等部门公布重大考古成果,发现 5000 多年前红山文化并未消失,而是向西向南拓展,并把相关礼仪体系融进中华文明起源发展的大脉络中。

■12 月 18 日,中央广播电视总台《2026 年春节联欢晚会》发布吉祥物形象。“骐骐”“骥骥”“驰驰”“骋骋”四匹骏马,活泼可爱、意气风发,与晚会主题“骐骥驰骋 势不可挡”一脉相承、相得益彰。

国际

■俄罗斯总统普京 12 月 17 日表示,俄军目前在整个俄乌冲突前线掌握主动权,俄军正在击溃乌军,包括在西方接受训练的乌克兰精锐部队。

■近日,欧洲多国领导人在德国柏林与乌克兰总统泽连斯基及美国代表举行会谈。欧方会后发表声明称,美国和欧洲领导人承诺,将为乌克兰提供安全保障和经济复苏支持措施等。

吃暖心饺子 看精彩演出

本报联合“悦伴湾”邀读者一起过元旦

本报讯(记者 杜雅楠)为迎接新年的到来,营造喜庆祥和的节日氛围,12 月 31 日上午,燕赵老年报将联合石家庄悦伴湾康养中心共同举办“爱心饺子 情暖元旦”活动,邀请 100 位读者朋友欢聚一堂,品尝象征团圆美满的饺子,并欣赏一场精彩纷呈的文艺演出。

元旦将至,不少在外工作的子女难以回到石家庄,一些老人过节期间难免孤单。为此,燕赵老年报与悦伴湾康养中心共同策划本次活动,

就是想将老年朋友聚到一起,开开心心地包饺子、吃饺子、看节目,感受欢乐与温暖,共同告别 2025 年,迎接崭新的 2026 年。

活动还将邀请河北省第八人民医院中西医结合科、内分泌消化科以及骨科的专家到场开展义诊活动。参与活动的读者朋友可现场体验耳穴压豆、骨密度检测等服务。

为了丰富活动内容,现面向读者朋友征集文艺节目。节目形式包括合唱、舞蹈、戏曲、乐器演奏、朗诵等,

要求内容积极向上,传递正能量,兼具艺术观赏性与感染力,时长控制在 5~8 分钟。

如果您想参加这次活动,或者想表演节目,请拿起电话赶紧报名吧。活动限报 100 人,报满为止。由于活动规模较大,同时征集包饺子志愿者,若您愿意参与包饺子环节,请自带擀面杖。

本次活动得到了石家庄悦伴湾康养中心的大力支持。该中心于 2017 年正式开业,位于石家庄市长安区丰泰路,是石家庄市二环内唯一一家

建在公园中的康养机构,内设有套房 89 套,床位 188 张,配套设有康复中心、老年大学、长者餐厅等服务设施。

活动时间:12 月 31 日上午 9:00

活动地点:石家庄市长安区丰泰路悦伴湾康养中心

乘车路线:市内乘坐 56 路、102 路公交车,在南翟营公交站下车,沿翟营北大街北行可到。

报名电话:0311-88629212、88629317(请在工作时间拨打)

特别提示

周日冬至

本报讯(记者 张可心)12 月 21 日将迎来冬至节气。冬至是冬季的第四个节气,自此,太阳从南半球北归,这一天是一年中白昼最短,黑夜最长的一天。

冬至是“四时八节”之一,既是节气,也是中国民间的传统祭祖节日,有“冬至大如年”的说法,但各地在冬至时有不同的风俗,北方有吃水饺的习俗,南方部分地区则吃汤圆。气象学上,冬至标志着北半球冬季正式开启,此后将进入“数九寒天”,短期内气温会持续下降,民间“冬至不过不冷”的谚语便源于此。

趣味剪纸迎冬至

近日,石家庄市四水厂路社区联合河北经贸大学经济学院,在社区活动中心举办了迎冬至趣味剪纸活动。

活动当天,社区网格员与大学生志愿者早早来到现场布置,将红彤彤的剪纸纸样、剪刀、红纸整齐摆放。居民到齐后,志愿者们将提前准备的饺子、福字、梅花等纸样一一分发给社区居民。居民们或对照纸样仔细裁剪,或发挥想象自由创作,现场欢声笑语不断。

“这次活动,志愿者们教的剪纸样式很新颖,既体验了传统手工艺,又认识了不少新朋友!”居民张老太说。四水厂路社区书记杜厅表示,此次活动,不仅让社区居民体验了剪纸艺术的乐趣,更拉近了邻里间的情谊。

本报记者 张可心 报道



去南方过冬助老行动

“候鸟老人”异地拓展“朋友圈”

本报讯(记者 杜雅楠)12 月 17 日,本报刊登了《“候鸟老人”开启南方过冬生活》的稿件后,不少老年朋友打来电话,分享自己在南方过冬的经历。记者发现,如今的“候鸟老人”不再局限于“过自己的小日子”,而是主动走出家门,融入当地,通过上老年大学、参与社区活动等方式拓展交际圈,在他乡收获了友谊与快乐。

今年 62 岁的田女士是原石家庄国棉一厂的退休工人。2016 年,她在海南省东方市买了一套房子,自此每年 10 月她与老伴自驾前往海南过冬,直到第二年 5 月返回石家庄。

起初,田女士和老伴常到当地的景区,欣赏热带风

光。“开始还挺稀罕,住时间长了,再美的景色也会看腻。”田女士说,2019 年冬天,她在菜市场结识了来自贵州的陈女士,二人一见如故,很快成了好朋友。“我俩都喜欢打乒乓球、羽毛球。”田女士说,小区的活动室里有 20 多张乒乓球桌,她每天都会邀请陈女士过来打球。通过陈女士,她又结识了许多志同道合的朋友。

现在,田女士在异乡的生活丰富多彩。“上午跳健身操、下午打球,晚上跳舞,天天忙得不行。”田女士说,她和这些来自天南海北的朋友,还经常去饭店聚餐,到 KTV 唱歌。

同样,石家庄市裕华区的何风云,也在海南省乐东

黎族自治县认识了一群志同道合的朋友。

“我已经能完整唱《半个月亮爬上来》这首歌了,和朋友们一起学唱歌真有趣。”12 月 17 日上午,何风云像往常一样来到乐东黎族自治县老年大学音乐班学习。

今年 75 岁的何风云是一位退休工人,自 2018 年以来,她和老伴每年冬天都要前往乐东避寒。何风云性格开朗,喜欢唱歌,她参加了乐东老年大学的音乐班,很快认识了一群好朋友。“有来自黑龙江大庆的李桂英,有来自吉林的金秋,我们三个关系都特别好。”何风云说,大家每周一、周三,都会到老年大学学唱歌。渐渐地,何风云和两位朋友的感情越来越深。

“我们手里都有对方家的钥匙。”何风云说,她们几个好姐妹之间还有个“约定”:每年最早到达乐东的人,会帮忙为其他姐妹打扫房间、采购食材。今年 10 月,何风云提前抵达后,还特意给晚到的李桂英检查房屋、更换门锁电池。为此,李桂英专门送上一坛亲手腌制的酸菜表达谢意。“七八年了,我们已经情同姐妹,这都是举手之劳的小事。”何风云说,如今,她每年最期待的一件事,就是“飞”往海南,和姐妹们相聚。

亲爱的读者朋友,如果您想聊聊自己去南方过冬的经历,或者想了解过冬公寓、出租房信息,或有什么需求,可以与本报编辑部联系。电话:0311-88629212。