

# 铿锵悠扬沙河调

## ——小记者访沙河调“活化石”张自立

■本报记者 张腾飞  
见习记者 李宜书

戏曲是中国传统文化的瑰宝，沙河调是我市宝贵的文化遗产，是创建中华汉字文化名城重要的基石。优秀传统文化跨越时代，不断焕发魅力。近日，漯河日报社小记者专访传统文化界人士系列活动在我市著名剧作家余飞的家中进行。优秀小记者代表郾城区实验小学闫程毅、闫一铭等小记者与沙河调“活化石”张自立面对面交流。

“自立先生真是豫剧沙河调的‘活化石’。”余飞感叹道。上午9点，小记者早早来到余飞老师家中。孩子们说：“张老师，您作为一名老艺术家，先给我们介绍一下自己吧？”“好，我叫张自立，是一名戏曲演员，如今已是古稀之年，你们可以叫我张爷爷。”张自立说。

张自立，1941年出生，郾城（现西城区）古城人。他自幼在“五班戏”转换而成的郾城豫剧团学戏，学成以后，因生活所迫，曾流落到新疆、西华、舞钢等地的专业或业余演出团体担任主演，后在豫剧团业务主任的岗位上退休。张自立一生工花

■小记者写作训练课

# 巧用比喻 提升文采

在写作中，怎样才能让作文更加有文采呢？使用修辞手法能够让语言更加优美。既然它有那么大的作用，那就让我们一起来学习修辞手法吧。今天，我们先从比喻修辞开始学习。

### 基础知识

比喻，简单地说，就是把一个事物比作另一个事物，这两个事物要有相似之处。比如说，我们平常会把太阳比喻成火球，因为太阳和火球在颜色和形状上有相

似之处：它们都是红彤彤的，它们都是圆球状的。比喻句还有一个特点，它大部分情况下都会出现“好像”“像”“如同”“如”等词语。那什么时候我们可以运用比喻手法呢？比喻又有什么作用呢？

在描绘一个事物时，运用比喻，可以让这个事物更加生动、更具感染力，如徐志摩《再别康桥》中的“那河畔的金柳，是夕阳中的新娘；波光里的艳影，在我的心头荡漾。”

在说明一个道理时，运用比



小记者采访张自立（右一）。

本报记者 张腾飞 摄

言总结道。听着老先生的介绍，小记者在采访本上认真地做着记录。

讲过沙河调的起源，张自立用较为简明的语言为小记者讲解与沙河调相关的历史变革，和代表名家相关的故事，其中还穿插一些唱腔的展示。张自立说：“你们了解沙河调的过程也是一个了解中国传统戏剧的过程，我希望你们能以认识沙河调为契机，由小见大，对中国传统戏曲

文化有更多的认识。”说到这里，张自立表示，认识一个戏曲流派的历史过往并不能真正了解其蕴含的艺术价值，想要更深入地了解沙河调，后面还需要一些基础作为铺垫。而这些基础是对中国传统戏曲文化的基本认识。之后，他对小记者准备的一些问题一一进行了回答。

“刚刚听了张老师给我们讲了沙河调相关的历史知识，也给我们普及了一些戏曲知识。如戏

曲有哪些行当，各戏曲行当有什么特点，戏曲中的脸谱都代表着什么类型人物，中国有哪五大戏曲剧种等内容。我发现戏曲并非曲面上脸谱唱几句那么简单，这让我更有兴趣也愿意花更多时间去了解这门传统艺术。”小记者闫程毅说。

“非常感谢孩子们来与我交谈，我很欣喜，欣喜的是这些孩子对沙河调很感兴趣。”采访活动结束后张自立说，现在沙河调受到的关注越来越多，愿意参与学习传承的年轻人也很多。未来，他也愿意和更多的年轻人进行戏曲文化交流，促进沙河调这个艺术流派的传承和发展。

此次采访沙河调“活化石”张自立老师是漯河日报社小记者部开展小记者专访传统文化界人士系列活动的第五期。漯河日报社小记者部希望通过这一系列活动，让小记者了解家乡风土人情、文化典故，热爱家乡、热爱祖国、热爱传统文化，为我市传统文化的发展注入生机。目前，活动正在征集具有特色、具有代表性的民间艺术、民间文化线索，以小记者访谈的方式，让看似曲高和寡的中华优秀传统文化瑰宝飞入寻常百姓家。

# 新闻监督热线

13939500232  
16639566116



了解更多小记者活动  
请扫描我们的二维码

政策信息  
投诉建议

# 教练阵容强化 训练项目升级

## 漯河日报社少年运动训练营秋季招生进行中

■本报记者 张腾飞

夏季班结业后，漯河日报社少年运动训练营对教练阵容及训练项目进行优化升级，为秋季新一轮学员获得科学、优质训练做好准备。

“在秋季班开班前，我们对教练队伍进行再一次的扩容和优化。针对训练营各个项目的特点，以及学员的不同年龄，教练员的工作内容将会更加细化。

尤其针对教练的形象、与青少年朋友的沟通技巧进行了专项提升。”训练营教练徐赫说，打造核心教练队伍正是面对的是青少年，教练必须树立榜样形象，只有这样，教练才能继续传达特定的规则和价值观念。

漯河日报社少年运动训练营教练立足于“青少年成长伙伴”的角色，除应有的工作外，还要与学校、家长加强合作。训练营要求教练要向学员传递正确的价值观，成为孩子们的新伙伴，提升孩子的团队能力等，这也是训练营不断提升教练队伍能力与素质的根本原因。

在不断优化教练阵容的同时，训练营对各个项目的训练也进行了细化升级，覆盖训练的前、中、后期，更覆盖不同学员的体质差异化。如增加了更加科学的训前热身动作、学员训练内容差异化定制，训后体能恢复与营养建议等内容，帮助学员在掌握相应项目运动技能的同时，还能提高身体素质。“漯河日报社少年运动训练营一直将重科学、重细节作为学员训练提升的

基本原则，一直是同类体育训练机构的理念引领者，相信每一个学员在这里都能感受到体育运动的快乐与魅力。”徐赫说。

记者了解到，漯河日报社训练营秋季招生目前剩余名额有限，秋季舒适的气温也是训练营秋季班报名火热的原因之一。“秋季，气温适宜，给孩子报名参加漯河日报社少年运动训练营，是希望他能够多参加户外运动，增强体质，为新学期学习生活打好基础。”一位学员家长说。

目前，漯河日报社少年运动训练营正在火热报名中，欢迎广大热爱体育运动的青少年朋友前来咨询。

### 训练营简介

2020年，漯河日报社少年运动训练营正式开营并开始招募队员。该训练营是由漯河日报社官方成立的专业培训机构，配备专业健身教练、退役职业球员、国内专业裁判员，具备专业的教学实力，吸取目前先进的少儿足球、少儿篮球与健身教学理念，拥有适合不同体质学员的教材，除有项目专业特色训练外，训练营还针对学员需求推出了中考体育加试训练班，培训项目有足球、排球、篮球、羽毛球、乒乓球、跳绳、游泳、1000米跑等。训练营目前正在招收秋季班学员，招生对象为7岁~18岁的青少年。

报名咨询电话：1393801037（徐教练）。

# 推进高血压防治深入开展 助力区域医疗中心建设

## ——2020豫中南国际高血压论坛侧记

■本报记者 杨三川

9月5日至6日，由市卫健委主办，市中心医院承办的2020豫中南国际高血压论坛暨2020中华双心医疗联盟中原双心论坛在我市喜来登酒店成功举办。

市卫健委党组书记曹江涛、副书记常国印，中国医学科学院阜外心血管病医院心内科张宇清，山西白求恩医院心内科任洁，河南省医学会高血压分会原主任委员王浩，河南省医学会高血压分会主任委员赵海鹰，市中心医院院长王海蛟和副院长杨秀慧出席论坛开幕式。开幕式由王海蛟主持。

开幕式上，曹江涛代表市卫健委致辞，他首先向莅临参会的省内外专家表示热烈的欢迎和诚挚的问候。他说，加强慢性病管理，尤其是基层高血压防治工作，是提升居民健康水平的重要举措；高血压具有发病率高、病程长、病变隐匿、并发症多、致残率高等特点，防治结合尤为重要。据统计，我市高血压患者近50万人，治疗率和达标率不高，高血压防治形势不容乐观，为改善我市高血压防治管理现状，市卫健委高度重视，明确了“预防为主、防治并重、联防联控”的工作方针，组建了由市中心医院牵头，覆盖市、县、区、乡（镇、街道）、村（社区）的四级高血压防治体系。在2019年第十届全国高血压基层防治大会、中国高血压年会与第21届国际高血压及相关疾病学术研讨会、华佗工程“健康血压云计划（河南）”启动会上，由杨秀慧副院长牵头的“漯河市基层高血压防治体系建设”项目备受关注，通过“互联网+高血压远程管理”模式，在全市建立了130个基层高血压防治网点，覆盖全市200所基层医院、1300多个社区卫生服务站、卫生室和2000余名基层医生，并与我市基本公共卫生服务管理、家庭医生签约服务系统进行实时对接，利用新型远程血压管理平台 and 配套的智能化高血压



2020豫中南国际高血压论坛现场。

市中心医院供图

综合监测管理解决方案，为患者提供建档、自动采集、储存生理指标数据，且具有数据预警、智能干预等功能，针对不同患者的病情分级管理，形成了高效运转、信息化、科学化的高血压防治“漯河模式”。

漯河市委、市政府高度重视基层高血压防治工作，将此项工作列入“2020年度漯河市政府重点工作”“2020年度漯河市政府民生实事”，希望全市医疗卫生工作者以此次大会为新起点、新目标，进一步拓宽思路，充分利用人才优势、服务优势，推动基层高血压防治工作的进一步发展，为我市医疗卫生事业的健康发展，为我市打造区域医疗中心做出新贡献。

张宇清教授在致辞中表示，高血压防治工作是一项长期而艰巨的工作，我国地域辽阔，各地饮食、生活习惯各异，为高血压的防治带来了不小的考验，多年来，各地也在不断探索适宜地域人群的防治模式，均取得了可喜的进展。市中心医院在基层高血压防治方面一直不断尝试和总结经验，其成果显著，收效甚好，在中原地区有着良好的影响，望漯河广大高血压相关医护人员在

原有高血压防治的基础上，不断创新方式，优化诊治流程，为更多高血压患者造福。

会上，常国印宣读了全市基层高血压防治工作先进集体和先进个人的表彰决定，出席会议的领导为获奖代表颁发证书和奖品。东城区社区卫生服务中心崔少帅医师作为全市基层高血压防治先进典型代表发言。市中心医院高血压科吴莉作为先进个人发言。

学术讲座中，中国医学科学院阜外心血管病医院心内科张宇清，山西白求恩医院心内科任洁，河南省人民医院高血压科赵海鹰，河南省医学会高血压分会原主任委员王浩，市中心医院副院长杨秀慧，市第六人民医院副院长赵森，市中心医院高血压科副主任谢桥涛，市中心医院高血压科焦冰洁、王明磊、张红雷、袁帅芳分别以《难治性高血压的诊治》《老年高血压的特点与处理》《高血压规范化诊治您做到了吗？》《β受体阻滞剂在高血压应用中的专家共识解读》《药物基因组学在高血压治疗中的应用》《利钠肽在心衰诊断和治疗中的价值》《智慧医疗助力漯河高血压防治》《单片复方制剂在高血压患者

的临床应用》《多通道CCB临床应用》《他汀为什么开发缓释剂型？》《ARNI治疗高血压的展望》为题作了精彩的学术报告。

当天下午，大会举行了2020河南省医师协会第二届中原高血压病例大赛（漯河站）。市中心医院吴莉、李文雅、张文琼，市第六人民医院姚宛真，召陵区人民医院史颜颜，市第三人民医院陈

广鹏分别以《高血压诊断——于细微之处见真知》《察“言”观“色”》《百般胸痛为哪般》《被拖累的心脏》《他为何而心悸》《高血压合并低钾血症一例》为案例，展示了各自在临床工作中积累的病例诊断经验。经过激烈的比赛，吴莉荣获特等奖，李文雅荣获一等奖，史颜颜、张文琼荣获二等奖，姚宛真、陈广鹏荣获三等奖。

随后，剑桥大学切里欣顿医疗中心主任李刚、瑞典哥德堡大学邵阳贞通过网络向参会人员讲解了《英国社区高血压管理模式》和《围妊娠期高血压》相关知识。

9月6日，大会举办了2020中华双心医疗联盟中原“双心”（患有心脏病同时合并精神心理障碍的患者被称为“双心”患者）论坛。上海交通大学医学院附属仁济医院心内科毛家亮，中华国际医学交流基金会双心专项负责人刘梅颜，上海交通大学医学院附属新华医院心血管内科副主任医师许之民，上海国际医学中心、睡眠中心主任罗杰，上海交通大学医学院附属第九人民医院黄浦分院心内科副主任医师王一波，安阳地区医院副院长刘慧，市中心医院副院长杨秀慧，濮阳

市油田总医院心内科主任王恒谢桥涛，市中心医院高血压科副主任吴莉分别围绕《非心理专科掌握心理障碍防治的必要性和意义》《心理应激与心血管疾病——双心的现状与未来》《应激性心肌病社会心理因素分析》《躯体症状障碍与慢性失眠障碍》《疫情防控常态化下双心患者的安心之道》《基层医院的双心管理》《精神心理疾病与高血压》《心梗后患者长期风险管理迫在眉睫》《不懂双心不懂心——

鉴于该院及其高血压团队具有高血压防治网络建设和高血压网络防治体系应用的成功经验，中国医疗保健国际交流促进会高血压分会将该院纳入“华佗工程健康血压·云计划”项目。该项目拥有新型远程血压管理平台 and 配套的“智能化高血压综合监测管理解决方案”，利用云平台、云柜、远程高血压检测仪等软硬件设备智能化综合检测管理血压，为基层高血压防控赋能，及时、真实地发现血压异常波动，有效改善依从性，提高血压达标率，是我们在创新高血压诊疗模式方面的又一次成功探索，推动了

了我市高血压治疗水平走在了全省的前列，受到全国医疗同仁的瞩目。



全市基层高血压防治工作先进集体和先进个人颁奖典礼。市中心医院供图



2020中华双心医疗联盟中原“双心”论坛。市中心医院供图