

# 健身有指导 踢球有场地



王会君(中)开展健身指导培训。

■文/图 本报记者 齐放  
见习记者 李博昊

“吸气、提肛、收腹……要做到形体自然、呼吸自然、意念自然、松静自然……”近日,在漯河市平食品有限责任公司,国家级社会体育指导员王会君对

该公司的60余名职工开展了健身气功培训。

“我们平时很忙,很少有时间健身。今天,这么多体育指导员来到我们公司进行义务培训和指导,感觉收获很多。”公司员工李江说,“锻炼了一会儿,感觉身

体很轻松,人也感觉更有精神了。以后我们会注意多锻炼、多健身。”

“这次我们一共来了9名体育指导员,教大家学习了健身气功八段锦和太极拳。过去的一年,所到之处,感觉大家的健身意愿很强,我们教着也更有劲头。”王会君对记者说,自从2018年成为国家级社会体育指导员后,她每年都到基层参与培训,仅2020年她就义务参加基层健身培训30余次。

“现在,我们每年都有数百人加入社会体育指导员行列,义务指导群众科学健身。”市文化广电和旅游局群体科科长赵伟凯告诉记者,2020年市定民生实事中,要求全年免费为群众提供国民体质监测10000人以上,培训社会体育指导员700人以上。到2020年底,已免费为12926人提供了国民体质监测和健身指导服务;举办5期培训班,共培训社会体育

指导员750人次,圆满完成了民生实事任务。

此外,我市为了增加体育产品有效供给,把在全市完成60块社会足球场建设任务也列为2020年民生实事。记者了解到,去年全市共建成社会足球场64个,其中,源汇区5个,郾城区5个,召陵区5个,舞阳县14个,临颍县18个,开发区3个,示范区3个,西城区3个,教育局4个,沙澧河建管委4个,占年度任务的106%,并顺利通过省足球场设施工作专班检查验收。

如今,这些足球场遍布学校、社区和游园,足球爱好者可以就近踢球健身。在107国道沙河桥南侧路西100米处的景区滩地足球场,每到周末和节假日,足球爱好者林忠谦总会呼朋唤友,相聚在绿茵草地上,尽情放松身心,陶醉在足球世界中。

## 民生实事 年终盘点

## 餐饮业纸质吸管悄悄“上位”

■见习记者 刘净涛

2020年1月,国家发改委、生态环境部发布《关于进一步加强塑料污染治理的意见》(以下简称《意见》),规定到2020年年底,全国范围餐饮行业禁止使用不可降解的一次性塑料吸管。我市落实情况如何?记者对此进行了调查。

1月4日,记者来到市区人民路一家奶茶店,工作人员告诉记者,从1月1日起,她们店里开始使用纸质吸管,塑料吸管不再提供。

“以前,我们店里每年大概需要36万个塑料吸管。《意见》实施后,公司对奶茶杯盖的设计进行了微调。新的杯盖上设有一个饮用嘴,顾客只要打开上面的小盖子就可以直接饮用,无须使用吸管。”该店一名工作人员说。

1月5日,记者又来到市区新天地,发现大部分餐饮店使用的仍是塑料吸管,街边的奶茶、果汁等饮品店更是使用塑料吸管的“大户”,他们将塑料吸管放在前台醒目位置,工作人员配好饮品后,顺手就会取出塑料吸管交给顾客。

采访中,多数市民对国家禁止使用不可降解的一次性塑料吸管的规定表示理解和支持,认为纸质吸管比塑料吸管更健康、更环保,但他们担心使用纸质吸管后,商家是否会因成本增加而提高饮品的价格。

## 记者观察

新闻热线: 0395-3139148  
15939503609

## 民警捡到空调还失主

■本报记者 王培 通讯员 王明慧

1月3日上午10时50分左右,市公安局交警支队秩序管理示范大队执法中队民警驾驶警车沿滨河西路由西向东巡逻,当行驶至太行山路沙河桥附近时,发现一辆银灰色货车由于转弯惯性导致车上的货物掉落。民警赶紧下车挥手呼喊司机,但司机并未减速停车。

民警将掉落在路中央的空调带走,并告诉路边的一位水果摊主,如果失主来寻找货物,可以去交警支队秩序管理示范大队执法中队。

1月4日下午3时50分左右,一位自称是失主的张先生来到秩序管理示范大队。民警查看了身份证、驾驶证及送货单,并对遗失物品相关情况进行询问。经核实确认张先生就是失主,遂将空调还给了他。



## 2020 难忘瞬间

■本报记者 尹晓玉

2021年1月1日,本报《2020 难忘瞬间》刊登了几名网友的照片,最近又收到了网友的几组照片。今天,我们继续和大家分享这些照片背后的故事。

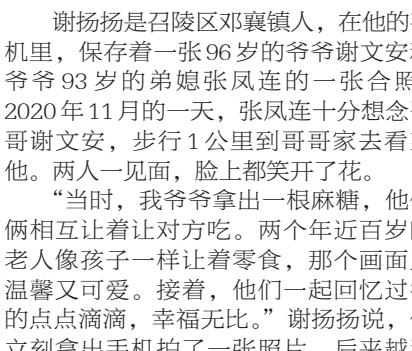
### 迎来新生命



家住源汇区的王女士发来了一张孩子出生时,他们一家三口的第一张合照。照片中,爸爸、妈妈和宝宝的三只手放在一起,温馨幸福。

“疫情暴发时,我怀孕6个月。很多产检项目不得不推迟甚至取消,当时心里非常忐忑。2020年5月初,我入院待产。当时医院的疫情防控措施非常严,进入产房后就不再允许家属陪同。我基本上算是跟家人失联了两天一夜,最终生下了女儿。”王女士告诉记者,孩子健康出生,她们一家满怀感恩,给孩子取名恩宝,拍了这张照片。

### 老人互让零食



谢扬扬是召陵区邓襄镇人,在他的手机里,保存着一张96岁的爷爷谢文安和爷爷93岁的弟媳张凤连的一张合照。2020年11月的一天,张凤连十分想念哥哥谢文安,步行1公里到哥哥家去看望他。两人一见面,脸上都笑开了花。“当时,我爷爷拿出一根麻糖,他们俩相互让着让对方吃。两个年近百岁的老人像孩子一样让着零食,那个画面又温馨又可爱。接着,他们一起回忆过往的点点滴滴,幸福无比。”谢扬扬说,他立刻拿出手机拍了一张照片,后来越看越觉得珍贵。

### 通过报纸寻医生



顾浩是市二院神经内科的一名医生,他发来了一张《漯河日报》和一张药方的合照。故事发生在2020年4月22日,当天,一名来自洛阳的癫痫患者拿着照片中这张《漯河日报》专门找他看病。

“这名患者因癫痫反复发作,婚后两年一直不敢生育。当时,我给她检查后,告诉她癫痫病人在积极治疗后,生出健康宝宝的概率很大,让她重新燃起了当妈妈的希望。”顾浩说,有患者慕名而来,对一名医生来说无疑是最大的鼓舞,所以就用手机拍下了这张照片。

## “电子驾驶证、行驶证”来了

■本报记者 范子恒

“电子驾驶证、行驶证来了!还用随身携带纸质驾驶证、行驶证吗?‘怎样使用电子驾驶证、行驶证呢?’……连日来,本报不断接到市民咨询‘电子驾驶证、行驶证’的电话。1月5日,记者采访了市公安局交警支队宣传科相关负责人。

“电子驾驶证、行驶证由省公安厅电子证照服务系统核发,为全省机动车所有人、驾驶人提供电子证照服务,作为实体证的有效补充,在全省范围内特定情形下与纸质证照具有同

等法律效力。目前电子驾驶证、行驶证仅限发证机关为河南省内的驾驶人驾驶机动车使用。”这位负责人说。

据了解,为方便群众办理申领电子证件,省公安厅联合省大数据管理局推出多种申领方式,广大车主既可以通过在手机应用市场下载“电子证件”APP申领,也可以通过“豫事办”APP或者支付宝搜索“豫事办”小程序申领,核验后状态正常皆视为有效证件。通过该电子证照服务系统核发全省统一的电子驾驶证、行驶证,作为实体证的有效补充,在全省范围

内特定情形下与纸质证照具有同等法律效力,方便群众驾车出行。

在交警执法中,如当事人未携带驾驶证、行驶证纸质有效证件,可当场向民警出示相对应的电子证件,民警按规定流程进行核验;核验后状态正常的,对未随车携带机动车驾驶证、行驶证的行为免于处罚。

“需要提醒的是,目前我省电子证件实施处于试点或者起步阶段,需要一个磨合期,大家还是尽量随身携带驾驶证、行驶证等实体证件。”这位负责人说。

## 朋友圈辱骂城管 女子公开道歉

■本报记者 朱红 通讯员 王航

2021年1月1日,一段某女子被城管“贴条”后因不满而辱骂执法人员的视频在微信群里传播,造成十分恶劣的社会影响。1月4日,记者了解到,该女子被依法传唤,并公开发布道歉信息,消除不良影响。

经过调查,确定视频车辆为一辆豫V牌照的红色奔驰轿车,并确定车辆所有人

为樊某某。经过查看采集的违停车辆信息得知,1月1日下午该车辆在召陵区滨河路人行道停放,占压盲道并阻碍其他行人和车辆通行,违法事实清楚。

经深入调查,樊某某之前在微信朋友圈还曾发了一条用文字辱骂执法人员的信息。充分收集证据后,市城管局综合执法支队停车秩序管理大队执法人员到翟庄派出所报案,警方依法对樊某某进行传唤。

女子被传唤到派出所后,经过派出所民警的教育,对在微信朋友圈里辱骂执法人员的行为表示十分后悔,当场写下保证书,保证以后要遵纪守法,不再发表不当言论,并公开发布道歉信息,消除不良影响。

市城管局综合执法支队提醒,驾驶人如对违停处罚有异议,可通过正规申诉渠道进行申诉复议,切不可一时冲动,发表不当言论。

## 这一年 她照顾了七个宝宝

——月嫂邵梦蝶的故事

■本报记者 杨光

2020年,许多行业都受到了疫情影响,但月嫂邵梦蝶这一年却在郑州、漯河两地来回跑,照顾了七个宝宝。

邵梦蝶老家在周口西华县,如今一家人在漯河市买了房。邵梦蝶说,她很庆幸,从事月嫂行业让她过上了好日子。

2020年12月的一天,在市区一小区,邵梦蝶正在雇主家中工作。早上吃过饭,收拾一下餐桌,打扫房间,然后开始给宝宝做抚触按摩,指导宝妈进行产后恢复调理,给宝宝做加餐。中午11点,邵梦蝶又开始准备中午的饭菜。坐月子的饭菜邵梦蝶早已胸有成竹,产妇饮食需要少盐少油,她基本以蒸煮为主,荤素搭配,有口感有营养,还能保证产妇健康,能够顺利下奶。吃过午饭,她才有时间休息一下。

宝宝一哭,就得抱起来哄一哄,一个晚上至少也得哄三四次。”邵梦蝶说,月嫂的作息时间必须跟着宝宝走,一般晚上睡眠时间只有四五个小时,合理规划时间很重要,要不然自己的身体会吃不消。

2020年,对于邵梦蝶来说是忙碌的一年,新冠肺炎疫情暴发时,她正在郑州雇主家中工作。2月中旬,邵梦蝶又被漯河的雇主接回。连续工作了两个月,邵梦蝶又去了郑州。一年下来,她连续照顾了七个宝宝,中间几乎没有休息。

“我的客户都是老客户介绍的,他们看重的是口碑和服务质量。”邵梦蝶说,月嫂虽然收入高,但任务很重,不仅要照顾宝宝,还要照顾宝妈、做饭、保洁等。一个合格的月嫂,不仅要经验丰富,腿脚勤快,还要有一定的沟通能力,这样才能让宝妈和宝宝放心。

## 我的2020

## 高美美:奋斗让青春出彩

■本报记者 张俊霞

日前,记者随市人社局工作人员来到位于临颍县的四和商贸有限公司,正碰上员工们往车上装载食品。公司总经理高美美在一旁张罗着清点货物,她笑着说:“马上就要过年了,我们每天的发货量也更多了,全国各地的客户都有。”

高美美对前来调研的市人社局创业导师张冲说:“从2018年参加咱们的创业大赛认识你们这些专家后,我在经营上基本没走弯路,虽然疫情影响,但我们公司的业务还实现了增长。”

2013年,高美美看上了新兴的电子商务行业,并开起了自己的淘宝网店,从卖一些小商品开始,慢慢尝到了甜头。随着自己对线上交易技巧和规律的熟悉和线下货品供应商的积累,她的店铺销售量不断增加。对电商行业的准确把握,让她干事创业有了更大的信心,并于2017年5月成立了四和商贸有限公司,主要从事农产品和休闲食品的网络销售。

后来,高美美又根据市场需求,主打休闲食品的网络销售,并拥有了一批好的供货商和较大的采购商。“咱漯河是食品名城,食品企业很多,产品种类也多,能通过自己的平台把咱漯河的产品销往全国各地感觉很高兴。同时,我们还培养了不少网上分销商,帮助他们增加了收入。”高美美自豪地说。目前,她的产品有50多种,入驻阿里巴巴、淘宝、拼多多等多家网络销售平台,日销量数千单,在平台同行中遥遥领先。

靠着电商富起来的高美美并没有忘记生活中还有困难的乡亲们,她说,自己出身农村,有能力了就要帮助他们。为此,她在员工招聘中优先招收家有困难的乡亲,想办法为他们创造就业机会。其间,她还在县城新创办了一家酒店经营店,进一步吸纳了一些人员就业。

“这些年的发展,归根结底还是得感谢国家和咱市出台的大众创业万众创新政策,有了这些政策的支持和人社部门的贴心服务,相信我们的2021年会更好,我们也一定会为更加出彩的业绩而努力奋斗!”对于新年的发展,高美美充满信心。



1月1日,在开源河上街景区,一名儿童攀爬设施。  
见习记者 刘净涛 摄

### 声明

漯河日报社所属媒体对发布的原创新闻信息拥有合法版权,未明确书面许可,严禁复制、转载或引用,违者将依法追究法律责任。

我是创文啄木鸟  
如发现身边的不文明行为,可扫描左侧二维码下载漯河发布APP进行爆料。



嵩山路与大学路交叉口西边,机动车乱停。

中山南路与湘江东路交叉口,井盖破损。

云翠山路与龙江东路交叉口,井盖缺失。

牛行街与民主路交叉口,井盖破损。