

# 全民健身日 一起动起来



健身爱好者表演广场舞《共同的我们》。

■文/图 本报记者 杨光 今年8月8日是我国第十四个全民

健身日。当天上午,2022年漯河市全

身着盛装,集体表演广场舞《共同的我们》。当天,市自行车运动协会、市空竹协会、鞭陀协会等组织也分别开展活动,共同庆祝全民健身日。

市自行车运动协会的上百名车友骑着山地自行车,沿着沙澧河风景区对该活动进行宣传。

在会展中心,市空竹协会近百名爱好者欢聚一堂,抖起了空竹,吸引不少市民驻足观看。作为国家级非物质文化遗产项目,抖空竹以其妙趣横生、老少皆宜、形式多样等特点,受到了人们的喜爱和关注,并逐渐走向世界。

在沙澧河风景区弘正园广场,召陵区鞭陀协会举办了鞭陀展演活动。数十名鞭陀爱好者轮番上场表演。

如今,我市社会化全民健身组织网络日趋完善,全民健身组织建设不断加强,城区已有45个体育协会、29个体育俱乐部、164个晨(晚)练健身站点。越来越多的群众加入全民健身队伍。目前,全市经常参加体育锻炼的人数接近100万。我市各级单项体育协会、俱乐部、健身活动点、健身气功站点等全民健身组织网络遍布城乡。

## 晨读经典

■本报记者 刘净涛

8月8日早上6点,记者在市行政服务中心黄山路大厅广场上看到,学生和家长们围坐在一起诵读经典。琅琅的读书声回响在广场上空。

“我家老大去年就开始晨读。在老大的影响下,老二也喜欢上了晨读。领读老师通过讲故事的方式,帮助孩子们理解诗词的含义,激发了他们学习诗词的兴趣。”正在陪孩子晨读的家长刘思霖说。

领读者诸老师告诉记者,每天早上,在这里晨读的孩子有二十多名。

“晨读时,我发现孩子们的兴致很高。他们学会诗词后,通过与其他孩子分享,知识得到了巩固。”诸老师说。

记者发现,越来越多的孩子加入了晨读队伍。



## 空竹大师收徒

本报讯(记者 杨光)8月8日是全民健身日。当天上午,我市70岁的空竹大师高金柱,在全国各地空竹爱好者的见证下,收来自湖北省襄阳市的雷志明为徒弟。

当天上午,来自全国各地的空竹爱好者来到我市,与我市空竹爱好者一起交流切磋,并参加高金柱的收徒仪式。传统的拜师仪式开始后,雷志明向高金柱鞠躬行礼并改口称“师父”,还向高金柱敬献礼物。高金柱拿出空竹送给雷志明作为回赠。

“2019年,我就想拜高金柱老人为师,当时因为水平低,他没有收我为徒。后来,我一直坚持训练,逐渐达到了老师要求的标准,便特意前来拜

师。”雷志明说。

1998年,高金柱开始学习抖空竹。当年,他患了直肠癌,手术后身体一直不太好。在舅舅的指点下,他开始学习抖空竹,身体越来越好。

高金柱善于钻研,他独创的“魔幻空竹”在央视《体育人间》播出,被大家称为“魔手王”。每年都有全国各地的空竹爱好者到漯河向他学习。

“抖空竹是我强身健体的法宝,也让我生活发生了很大变化,结交了不少全国各地的朋友。”高金柱说,抖空竹是一项很好的传统运动,自己在这方面受益,也想让更多的人能收获健康和快乐。



高金柱(右)向新收弟子雷志明赠送空竹。

本报记者 杨光 摄



8月6日,共青团源汇区委、老街街道、漯河星火志愿团联合开展“情系环卫工 夏日送清凉”慰问活动,为环卫工送去了脸盆、毛巾、矿泉水等。

本报记者 孙震 摄

## 程梦灿：阳光自律 羽化成蝶

### 人物介绍

受访学生:程梦灿  
毕业学校:漯河四高  
高考分数:563分(理科)  
录取院校:河南师范大学



程梦灿

电是老式洗衣机和老式冰箱。家中一个由铝合金做成的扶手较为显眼。程梦灿说,这是她妈妈的代步工具。原来,程梦灿7岁时,母亲意外伤到脊髓神经,不

能行走,丧失了劳动能力。多年来,为给她妈妈治病,家里欠了不少外债,只能依靠父亲不太稳定的收入维持生活。由于长期劳累,父亲的身体不太好,常常腿疼,有时疼起来没法下地。

“这些年,家里全靠舅舅、大姨以及姥姥支助。妈妈不能走路后一直很自卑,我是她生活下去的动力。妈妈也是我的坚强后盾,我们母女一直相互鼓励走到今天。”程梦灿说,母亲一直支持、鼓励她,尽最大努力陪伴她。

程梦灿并未因家境不好而自卑。她一直努力学习,最终考上漯河四高。高中三年,她努力拼搏,多次被学校评为“三好学生”和优秀共青团员等。

“她是个懂事孝顺又坚强自律的孩子。我为她感到骄傲。”程梦灿的母亲说。

高考结束后,为减轻家里的负担,程梦灿找了一份暑假工,在一家超市当收银员。每天工作八小时,能挣70元钱。下班回到家,程梦灿就主动分担家务。

“进入大学后,我会继续努力学习。学习之余,我希望能做一些力所能及的

事情,以减轻家里的负担。”程梦灿说。

“梦灿热情善良,真诚待人,学习勤奋刻苦,自律自强,从不言弃,在老师、同学、父母的鼓励下一直坚毅前行。她坚信有一天一定能羽化成蝶、蟠宫折桂。梦灿同学就是一株蜡梅,在时光中慢慢绽放。”班主任张文娜这样评价程梦灿。

“高中三年,在学习和生活中,张老师经常帮助我。等我有能力后,我会尽我所能帮助需要帮助的人。”程梦灿说。



## 男子晕倒 城管施救

■本报记者 朱红

8月6日,市城市管理综合执法支队召陵大队执法人员曹阳、赵翰、董勇正在巡逻,当行至人东三巷时,忽然听到有人喊:“有人晕倒了。”曹阳、赵翰、董勇赶紧上前,发

现一名男子晕倒在道边石旁边。

曹阳等人迅速疏散围观市民,并拨打了“120”急救电话。五六分钟后,救护车赶到。曹阳等人把男子抬上车后又继续巡逻。

## 老人摔倒 市民相助

■本报记者 齐国霞

8月3日上午10点,源汇区城市发展服务中心工作人员曹耀军、张磊、于鑫和方远在巡逻时,发现一位老人摔倒在八一路与交通路交叉口,连忙上前扶起老人并询问老人受伤情况。

经了解,老人当日骑自行车到八一路买菜,回家途中不慎摔倒。

看到老人无大碍后,曹耀军把老人的自行车放在执法车后面,送老人回了家。



按照市疫情防控指挥部要求,市民乘坐公交车出行实行实名制登记。由于许多老年人没有智能手机,只能采取原始的纸质登记方式,这样老年人就需要出示身份证并报出手机号码。为方便老年人携带身份证,市公交集团定制做了数千个身份证卡套。图为8月5日,169路公交车车长为老年乘客发放身份证卡套。

本报记者 焦靖 摄

## “家·驿站”家庭教育公益项目举行第三期活动

本报讯(记者 朱红)“以前总觉得孩子不听话,就得批评教育。听了这节课我才知道,与孩子说话要讲究方式和方法。今后我要反思自己,重视家庭教育。”8月7日上午,在源汇区老街街道受降路社区,“家·驿站”家庭教育公益课结束后,家长郭玉龙对记者说。据了

解,这是由市纪委监委、市妇联、市文明办、市教育局主办,漯河市家庭教育研究会承办的漯河市“家·驿站”家庭教育公益项目第三期活动。

第三期活动的主题为“五种爱的教养模式”。高级家庭教育指导师、漯河市家庭教育研究会会员、“家·驿

站”家庭教育公益课堂项目受降路社区站长王玉老师担任主讲。40多名家长参加。

受降路社区党委书记荆海燕告诉记者,“家·驿站”家庭教育公益课堂项目于7月24日在受降路社区启动。每周日上午9点至11点举行活动,前两期的主

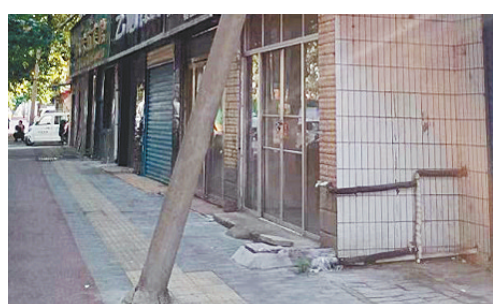
题分别为“挑战不可能”“告别语言暴力”。

据了解,除了受降路社区外,“家·驿站”家庭教育公益课堂项目还覆盖全市其他64个社区,常态化开展家庭教育公益活动。目前,受益家庭已达1500多户。

### 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。



解放路与万顺街交叉口向南约30米路东,线杆倾斜。



樟江东路与衡山路交叉口,交通信号灯不亮。



金山北路与淞江路交叉口向南约70米路东,井盖缺失。



受降路农贸市场门口,非机动车乱停乱放。