

【周末关注】

## 全市616处健身设施免费向公众开放

# 体育惠民为幸福生活“加码”

打篮球、踢足球、健走、慢跑……无论是沐浴着朝阳的社区健身步道,还是柳荫深处的体育公园,在我市随处可见市民精神愉快地投入全民健身活动的身影。5月29日,记者获悉,2023年,我市按照省市惠民工程工作要求,制定惠民工程实施方案,建设更新群众身边全民健身场地设施616处,让更多市民走出家门快乐健身,为百姓幸福生活“加码”。

□ 本报记者 刘春雨 通讯员 乔超勇



罗汉堂村健身广场



世纪城三期智能健身区

### “小球场”汇“大民生”

5月29日傍晚,在高新区滨河佳苑小区新建的篮球场上,几名年轻人正在激烈地进行着一场篮球比赛。晚风吹拂,绿树成行,孩子们围着一旁的健身器材打闹嬉戏,还有偶尔响起的喝彩声,让这个普通的夏日傍晚充满温情。自从篮球场建成以来,这里已经成为小区居民健身的聚集地。每天清晨或者傍晚,人们在这里竞走、打球,说说笑笑中锻炼身体、增强体质。“我们小区是一个新建小区,年轻人多,大家都希望有一个身边的篮球场。这下好了,下楼就能打球,我们再也不用远走了。”刚刚打完球的小区居民马先生说。

走进高新区梨花江苑小区,穿行鸟儿欢唱的柳林,走过干净的石板路,一处蓝色的塑胶篮球场映入眼帘。5月30日清晨,几名中年人正在这里进行一场精彩的篮球对抗赛。“我们都住在这个小区,今天约好了来这里打一次球。这里的场地是新建的,你看周围都是绿树,清早在这里打一场球神清气爽。对于我们来说,在家门口就有这么好一个健身场所,真的很幸福,有时间我就会和家人来这里打打球、散散步。”王先生说。

5月28日傍晚,在双桥区狮子沟镇罗汉堂村的健身广场上,前来锻炼的市民络绎不绝。孩子们在滑梯上愉快玩耍,4个崭新的篮球架下,两组篮球爱好者正在切磋技艺,一

旁的羽毛球场上,几名年轻的妈妈正带着孩子练习打球。“下班后和同事们一起来这里打球,周末和家人孩子一起来散步,现在身边的健身场所条件越来越好,数量越来越多了。出了家门就能锻炼身体,身心愉悦,这样的生活多幸福。”家住罗汉山庄小区附近的市民张先生表示,运动给大家的健康生活带来了无限活力和无穷快乐。

一块块小小篮球场,蓝橘相间,在蓝天白云的映衬下显得格外醒目。小球场,大民生,居民休闲运动有了好去处,幸福感随之提升。记者了解到,新建篮球场仅仅是我市惠民工程的一个缩影。为推动全民健身,满足辖区群众多元体育需求,让快乐健身融入生活,近年来,我市相关部门在现有体育设施的基础上规划建设贴近社区、乡村的全民健身场地设施,以高标准为社区、乡村配套基础设施,提高体育设施覆盖率,满足群众日益增长的健身需求,给群众科学健身提供全方位、一站式服务,满足附近居民的健身需求。截至目前,全市范围内行政村及社区体育场地健身设施实现了全覆盖,人均体育场地面积达到了2.42平方米,切实解决群众“去哪儿”健身的难题。

【周末特写】

## 连续十年捐献血小板为生命接力

□ 本报记者 马国臣 通讯员 李子慧

在赵广思的无偿献血证上,有这样一组记录:献血总次数174次,献血量278400mL。可是,人们不知道的是,他每次捐献的都是血小板。

1984年出生的赵广思,2006年平泉师范毕业后被分配到河钢承钢职业培训中心,和在这个单位当教师的父亲赵明阳成了同事。偶然间,父亲的一个建议让赵广思成了一名血小板的无偿献血者,这一捐就是10年。

赵广思清楚地记得,2013年1月13日,父亲一边吃午饭,一边说:“我有一个同学病得很重,家人为了给他治病已是债台高筑。为了能延续他的生命,我已经给他捐献了一年的血小板了,现在他急需血小板来延续生命,你要不要试一下,若能

配上型号可否帮帮我同学?”

赵广思当时想得非常简单,不就是献一次血嘛!何况还是父亲的同学,他二话没说,马上答应下来,同意和父亲一起去捐献血小板。可第二天,让赵广思没想到的是,捐献血小板和献血几乎是两个概念,本以为只需要十几分钟就能完成的事,血站工作人员要求他做了一上午的准备工作。原来,献血和血小板成分不同,献血是从静脉采血,而血小板是在全血中分离出血小板。其次,献血时间比献血小板短,献血一般十几分钟完成,而血小板需要一个半小时左右。最后,献血频率不同,献血最多一年不超过两次,而血小板间隔时间为两个月。自从了解了这些专业知识后,赵广思对父亲的敬

佩之情油然而生。他想,“这么麻烦的事,父亲竟然坚持了一年的时间。”等待一天以后,结果终于出来了,赵广思各项指标达到了捐献标准。就这样,他同父亲一起走进了捐献血小板的行列。

慢慢地,赵广思知道了血液中的血小板对于每一位急需它的患者来说有多重要,如果一个病重患者在经济无法支撑的情况下,没有人给他捐献血小板,那就会终结生命。赵广思因此做了一个决定,只要血站需要,只要自己的身体允许,他就会一直捐献血小板,为他人的生命助力。

2016年11月30日,正上班的赵广思突然接到一条短信。短信中,一个陌生人请求赵广思救救自己生命垂危的父亲。赵广思了解情况后马上回复说:“都什么

时候了,不必多想,救人要紧!”然后立即赶到市中心血站,捐献了2个单位的小血小板,又一次挽救了别人的生命。

如今,赵广思把父亲赵明阳的爱心延续下来,捐献血小板这一善举坚持就是十年。十年,对于一个年轻人来说实属不易。为保证血小板每次都能正常捐献,他给自己制定了一个计划,提前一个星期忌酒,不吃油腻食物,保证睡眠质量、情绪平稳,把身体条件调整到最佳状态。赵广思就这样坚持着,有时甚至拒绝参加亲朋好友的聚会,目的只有一个:为救助别人的生命持续助力。在赵广思的影响下,他的一些朋友也加入捐献血小板的队伍中来。赵广思高兴地说:“去捐献的时候,我们一路同行,为生命助力,不分先后!”



### 在家门口练出幸福感

在市民曹女士的记忆中,20世纪六七十年代,双桥区只有一个炉灰渣铺成的南营子体育场。场地简陋,却阻挡不了广大群众对体育运动的热爱。随着人们生活水平的提高,她欣喜地发现,身边大批健身路径、各型健身场地及设施也如雨后天春笋般出现在承德街头。“这些体育场地全天候免费为群众开放,对我们热爱运动的人来说真的太方便了,未来将有更多璀璨的群众性体育运动之花盛开在承德沃美的大地上。”曹女士表示。

近年来,我市高度重视全民健身工作,将体育惠民工程摆在重要位置,先后

出台了《以新发展理念引领推动构建更高水平的全民健身公共服务体系实施方案》《创建全民运动健身模范单位实施方案》等系列文件,对相关工作作出安排部署;市体育局对体育惠民工程实行动态管理,按照半月一调度、每月一汇总、季度一通报、10月底交总账的部署,切实压实各方责任,以责任落实倒逼工作落实,确保一批高质量的健身设施落地,织密群众身边的健身网络。

“2023年以高标准完成体育惠民工程任务为导向,建设更新群众身边全民健身场地设施616处。其中,建设体育主题公园13个,健身步道11条,足球场11个,篮球场、羽毛球场、乒乓球桌等31个,更新社区(行政村)健身设施550处。”市体育局群体科工作人员表示,截至目前,全市已完成全部场地设施项目选址。其中,537处场地设施已竣工投用,具体为:体育主题公园13个,健身步道12条,足球场13个,篮球、羽毛球、乒乓球桌40个,社区(行政村)健身设施459处,已完成总任务的87%。今后,我市相关部门还将持续关注体育惠民工程,建设更多的全民健身运动场地设施,提供完善的运动健身公共服务,为群众运动健身提供更多的便利,不断提升群众的身体健康水平和生活品质。

【周末随笔】

## 放飞童心

□ 寇占文

不同的时代、不同的地域,孕育不一样的童年,但无论何时何地,“富有想象”都是孩子们的天性和童心。

曾经有段30秒左右的视频,在社交媒体引发3800多万次点击。而视频的内容,不过是幼儿园的孩子们在雨中滑滑梯的场景,细雨中的滑降,泥潭中的打闹,尖叫中的嬉笑……孩子们单纯而快乐的童心,感染了无数成年人。有人感慨,就应该让孩子释放调皮的童心、放飞富于想象的天性、探索心中的好奇。

正是放飞了调皮和好奇的童心,使不少孩子因为发明创造而年少成名。“鼠标黑板擦”“便捷式口香糖拾取器”“路面积水远程报警及自动排水系统”等发明都来源于青少年。

放飞童心,就不要过早地受到“先导式”教育的干扰。在美国俄亥俄州,一位年轻的母亲因幼儿园阿姨教自己的孩子认识英文字母而向法院起诉。这位母亲认为,当地画个圆圈,孩子可以说是月亮,也可以说是鸡蛋,而一旦教孩子认为这是字母“o”,想象的翅膀就被剪断了——结果,这位母亲胜诉。而胜诉的背后,传递着这样一种理念:想象的翅膀、淳朴的童心,是孩子最可宝贵的财富。

无数事实证明,如果孩子每天疲于应付繁重的家庭作业、教辅材料、才艺辅导,他们很容易产生逆反、畏惧的情绪,引发厌学、畏学心理,童心就会被扼杀。

陶行知曾给学生上过一堂生动的教育课。他把一只公鸡和一把米放在桌子上,然后按住公鸡的头,强迫它吃米,可是公鸡只叫不吃。他掰开鸡的嘴,把米硬往里塞,公鸡拼命挣扎,还是不吃。最后他把鸡放到桌子上,自己后退了几步,大公鸡却啄起米来。陶行知借此喻示了一个道理:如果过分强迫孩子学习,他是不快乐的,就算勉强学了,也是食而不化。

放飞童心,就要保护孩子奇思妙想的好奇心。中外科学史上的许多发明创造,几乎都是与好奇心相伴:瓦特看到壶水沸腾产生好奇,发明了蒸汽机;牛顿看见苹果往地上掉,发现了万有引力的定律;哥白尼从阳光的影子变化提出了日心说……诸如此类,不胜枚举。正如居里夫人曾经说过的:“很多人都说我伟大很有毅力什么的,其实我就是特别好奇,好奇让我上瘾。”

“童真难得,童心可贵”。每个儿童都有富于想象的好奇心,正是这样的好奇心,使他们凡事爱琢磨,爱寻根究底,这“一寻、一究”,往往意味着创新,这正是有所发明,有所发现的源头。

放飞童心,就要把淘气的快乐还给孩子。今天的父母和老师,比以往更有能力塑造孩子的明天,但切忌过度传导焦虑,让孩子失去应有的快乐。对孩子来说,爱不需要仪式,快乐是最好的礼物,切莫以“淘气”“贪玩”“胡闹”“影响学习成绩”而剥夺孩子玩耍的权利。仔细想想,小时候我们也是个淘气鬼,偷偷将水粉撒在画纸上雀跃地描绘着心里那个彩色的梦;我们也是个捣蛋鬼,总能掏出不一样的奇思妙想执拗地守护着内心的梦幻岛;我们也是个小精灵,让寻常的水果也有花样的姿态……这才是充满快乐的童年。

让每一个童年都在快乐中出发,都在想象中成长,也许我们不能完全做到,但它至少值得每一个人为之努力。

## “隆化好礼”进京“圈粉”

□ 本报记者 李亚冰 通讯员 陈立军

“隆化县的大米、牛肉、酒都很有名,我决定都买一些,让家人品尝品尝。”家住丰台区的王先生说。5月16日,在北京召开的以“遇见隆化·预见未来”为主题的深入贯彻京津冀协同发展隆化招商推介会上,多位北京市民被隆化县供销社携带的“隆化好礼”所吸引和关注。

本次推介会,隆化县供销社共组织遴选了26家企业11类产品参展,汇聚“承德山水”“隆化好礼”中隆泉米业、北戎肉牛、龍台酒业等企业众多商品,助推隆化特色农产品进驻北京市场,助力乡村振兴。

“我们的好山水孕育了优质农产品,如何把这些产品推出去,让更多的人看见、了解、受益,是我们供销社应该做的。”为此,该县供销社系统上下努力服务城乡居民,做强流通服务主业,提升农业生产服务,着力打造富有供销特点、体现供销文化、秉承供销基因的特色品牌,立足全县农业发展实际,结合自身的优势,将促进农产品流通作为深化供销社综合改革的重要抓手,通过发展冷链物流、集采集配等方式,积极塑造供销社合作社现代流通新体系,走出一条供销社合作社服务“三农”、助力乡村振兴的高质量发展之路。

### 本期导读

以博学之功播博物之志

详见6版

儿童智能手表藏风险 多管齐下护“腕上安全”

详见7版

美好童年欢乐多

详见8版

