



点燃珠城运动激情

本报讯(融媒体记者 何沛 文/图) 8月8日,是我国第15个“全民健身日”。当天上午,“全民健身,绘就幸福生活;快乐健身,蚌埠在行动”2023年蚌埠市庆祝全民健身日系列活动暨体育宣传周启动仪式在市民体育场举行。现场,来自我市各群众体育协会、社团的500多名体育爱好者参加了活动。

简短的开幕仪式后,精彩纷呈、独具特色的全民健身项目展演拉开帷幕,10支来自全市各个健身协会的运动爱好者轮番展示各自的健身节目,通过健身气功、太极拳、水兵舞、柔力球等深受广大群众喜闻乐见的、具有代表性的体育项目展演,呈现了一场属于蚌埠的体育盛宴。同时也展示我市群众体育发展的成就和全市人民积极参与全民健身活动的精神风貌,让

人民群众享受到“快乐健身,幸福蚌埠”的全民健身精神。

一直以来,我市高度重视体育工作,创新开展全民健身运动,连续多年举办社区运动会,在全市逐渐形成富有地方特色的全民健身活动品牌,从城市到乡村、从村镇到社区,引导人民群众树立我运动、我健康、我强壮、我快乐的新理念。围绕着庆祝第十五个“全民健身日”主题,我市还将陆续组织无数多个运动项目的交流和展示活动等,为群众开展体育健身提供更多便利,搭建了更多桥梁,送去更多科学的锻炼方法和健身理念,推动蚌埠全民健身运动和体育强市建设。

据悉,本次系列活动由市文体旅游局主办,市老年人体育协会承办,将持续至8月13日。



全民健身日系列活动暨体育宣传周启动仪式现场。

长青乡冷水村李金枝、石承对夫妇,数十年如一日照顾患病母亲和妹妹——用行动诠释孝老爱亲传统美德



李金枝在给妹妹李荣芝按摩。

本报讯(融媒体记者 陶然 文/图)在长青乡冷水村,说起李金枝、石承对两口子,可谓家家晓。夫妻俩数十年如一日照顾患病的母亲和妹妹,把家庭里外事务“一肩挑”的事迹,已经成为远近邻人口口相传的佳话,并获评禹会区好人。

“娘家还有年迈的母亲和患有类风湿关节炎的妹妹,我放心不下。”刚嫁到冷水村的李金枝就与丈夫石承对交心长谈,石承对表示理解和支持,夫妻俩决定共同承担起照顾母亲和妹妹的重任。

晨间天刚蒙蒙亮,夫妻俩就骑着自行车出发,再步行翻过一座山头,赶往李金枝在杜郢村的娘家。李金枝的母亲上了年纪,独自一人根本不动李荣芝,李金枝麻利地帮李荣芝翻身、按摩、喂水喂饭、端屎端尿,这一整套流程下来,将近一个小时,李金枝汗流浃背,却从不喊苦喊累。石承对则负责收拾厨房院落,把水缸水担满,厨房使用的柴火码整齐,把一切都料理得井井有条后,夫妻俩才正式开始一天的务工、农作与劳碌。

随着时间的推移,李荣芝病情加重,大腿和胯部大关节僵硬变形,两腿不能弯曲,只能直直伸着,连轮椅也不能久坐,只能躺在特制的躺椅上,年迈母亲的行动也一天比一天吃力。夫妻俩便商量着把母亲和妹妹接来家里照顾。做饭、给妹妹洗澡、翻身、喂饭……家里料理妥当后,石承对继续务农,李金枝在附近饭店后厨找了一份刷碗洗

菜的零工,夫妻俩每天像陀螺一样,忙个不停。

2005年,李金枝的母亲患上了老年痴呆症,两年后卧床不起,夫妻俩的负担更加沉重。“一开始有点心累,但再难也要挺过来。”李金枝说,夜里是最难熬的,母亲年迈久躺,血糖渐渐升高,小便次数增多,常常一晚上起夜要两三次。每一次,她或丈夫都要把母亲抱到马桶上。多年来,夫妻俩几乎没睡过整觉。

看着姐姐和姐夫为家庭、为生活逐渐累弯了腰,李荣芝心疼不已。她总是想着给人减轻负担,但是由于行动不便,什么也做不了。“我觉得自己拖累了姐姐和姐夫。”李荣芝说,有阵子自己情绪特别低落,甚至想通过绝食来轻生,姐姐便会抱住她、开导她,陪她聊天解闷。夫妻俩一有空就推着她出门散心,一家人有说有笑,李荣芝的气色也越来越好。

“照顾人,需要恒心。”李金枝告诉记者,数十年来,她和丈夫几乎不出远门,最远的地方就是自己打零工的饭馆,只为随时照顾母亲和妹妹的日常起居。“打完工就匆匆往家赶,最多一天往返十几趟,不放心母亲和妹妹在家,怕她俩俩不住摔下来,磕着碰着了。”她说。

2018年冬天,93岁的李金枝母亲去世。在夫妻俩的悉心照顾下,老人生前身体没有出现长年卧床病人常有的褥疮、便秘等病症。老话说“久病床前无孝子”,而李金枝、石承对夫妻俩却数十年如一日,无微不至地照顾着母亲和妹妹,用行动诠释着“孝老爱亲”。

来跑步吧!全民健身智慧步道跑开赛



全民健身智慧步道跑开赛。

本报讯(融媒体记者 何沛 文/图)“早上来这里锻炼一下,舒活筋骨,呼吸一下新鲜空气,开启元气满满的一天。”8月8日上午,市民体育场,正在跑步的马先生说。记者从市文体旅游局了解到,即日起至11月15日,“2023

年蚌埠市人民体育场全民健身智慧步道跑”活动正式启动,为期100天,市民可前往体验,领取个人专属的健身芯片卡。

走进市人民体育场,映入眼帘的是一条既“入云端”又“接地气”的彩虹

智慧步道。据介绍,为满足群众多元化的健身需求,推进体育科技智能化健身设施建设,我市于2021年建成了全省首条人脸识别和芯片识别双系统智能步道。健身智慧步道全长1000米,设置3个信号采集站点。通过人脸识别或芯片信号采集的方式,实时采集该智慧步道上运动人群的运动数据。市民通过信号采集站即可在手机端小程序或通过互动大屏查询个人运动数据及成绩排名等信息。

“我报名参加比赛,今天跑得很轻松,感觉特别好,还可以看到我的跑步步数,运动时长、速度。以后我每天就可以沿着步道上跑步,特别方便特别爽!”市民吴女士和朋友们沿着跑道慢跑着,她告诉记者,部分健身数据在手机都能看到,她很有信心能完成比赛。

那么如何参加比赛呢?市民可通过关注“蚌埠文体旅”公众微信号,点击“文旅资讯—智慧步道”进入“蚌埠市人民体育场健身步道”小程序,注册成功后,在小程序的“运动”页面点击“领取芯片”按钮,免费领取一张计时芯片领取成功后,按照系统提供的密码,前往①号点的芯片柜,取出芯片。

随后,进入“蚌埠市人民体育场健身步道”小程序,点击“发现”,进入“健身活动”,选择“全民健身智慧步道跑”活动,点击“立即报名”。报名成功后,可在“蚌埠市人民体育场健身步道”小程序中查看“我的成绩”。

“前不久,智慧彩虹步道已经粉刷新。更新后的智慧步道更加醒目,市民在这里健身走、慢跑都会非常舒适。”市文体旅游局相关负责人介绍,此次比赛面向全民健身活动爱好者,共发放3000张免费芯片卡,每人限1张,市民在市人民体育场健身步道累计完成全程马拉松42.195公里可获得一枚完赛奖牌,共800枚完赛奖牌。比赛不以速度为活动考核标准,量力而行,累计100天内完赛即可。在运动过程中,市民必须经过数据采集站旁的黄色指示标识区,并将芯片佩戴在鞋面或者右手袖口处,经过信号采集区可听到“滴滴”的蜂鸣声,提示数据已采集。不管是跑是走,不管用多少天,领取芯片并报名参加的市民,只要能在2023年11月15日前,累计完成42.195公里的马拉松里程,就可以通过完赛储物柜,领取一枚活动纪念奖牌。欢迎大家积极参与,让我们“全民健身动起来”。

高新区天公河健身步道 预计本月中下旬正式开放

本报讯(融媒体记者 刘晨 文/图) 8月8日,迎宾大道与中环线交叉口,记者看到高新区天公河健身步道已设置好的部分标牌、标线等。该步道系我市黑虎山、“靓淮河”工程之后,又一条高

标准健身步道,预计本月中下旬正式向公众开放。

高新区天公河健身步道,起点位于迎宾大道与中环线交叉口,终点位于秦仁路,总长约5公里。该步道还是

安徽绿道的组成部分,以人水和谐、亲水便民,打造会呼吸的绿色长廊为理念,沿天公河修建而成。

据蚌埠高新区经发园林市政工程有限公司经理叶青介绍,目前,天公河健身

步道已完成主体施工,即将全面开展周边环境清理和步道标线的施划工作。待投用后,各个年龄段的市民都能在这里感受到趣味性、开拓性的健康环境氛围,是早晚锻炼、全家总动员的好去处。



快乐健身步道起点。



高标准健身步道规模初现。



为了弘扬文明绿色发展理念,引导社区居民形成全民垃圾分类新风尚,近日,同乐园社区开展了“垃圾分类常宣传 绿色理念沁人心”主题活动,使绿色环保理念深入人心,将垃圾分类工作真正融入千家万户。

潘莹 摄



8月7日,雷华乡墩社区新时代文明实践站组织辖区未成年人开展“小小志愿者”暑期志愿服务活动,为社区人居环境整治贡献自己的一份力量。宣传栏、健身器材等在小志愿者们清理下又变得干净整洁了。

孔祥瑞 摄

纬一社区:

收集民情民意 补齐短板弱项



社区民情民意意见建议征集会。

本报讯(融媒体记者 周芳林 通讯员 鹿瑞 文/图)为进一步了解辖区的“民情民意”,更好地为社区居民做好服务,近日,纬一社区召开“民情民意”意见建议征集会,旨在帮助社区解决基层治理中的热点难点问题,加快补齐短板弱项,提升小区居民的获得感和幸福感。

社区工作人员来到小区,了解居民在生活中所遇到的困难、最迫切的需求,并对居民提出的意见和建议进行记录。此外,社区工作人员还通过入户走访的形式收集社情民意,争取让居民所关心、关注的问题得到切实有效的解决。

针对文明养犬、环境保洁、车辆管理等问题,居民在“民情民意”意见建议征集会上畅所欲言,为社区建设积极贡献自己的力量。一位居民代表感慨地说:“大家就像一家人一样,商量如何将家里的事做好,从心里感觉到暖心。”

“了解群众诉求,征求居民意见,通过此次意见建议征集会,进一步解民意、集民智,更深入地了解居民群众的想法,更好地起到听民意、纳民言、暖民心的作用。”纬一社区相关负责人表示,下一步,社区党支部将继续从解决群众最关心、最直接、最现实的利益问题入手,坚持需求在哪里、工作发力点就在哪里,切实提高辖区居民的获得感、幸福感和满意度。



8月8日下午,蚌埠市消防安全协会成立大会暨第一届第一次大会举行。协会汇集消防安全相关工作80余人,将

围绕消防安全,加强消防科普宣传,引导消防产业升级,助推蚌埠经济社会高质量发展。 融媒体记者 刘忆 摄