

# 老年日报

2023/09/27

星期三

癸卯年八月十三

总8893期

今日8版

中国百强畅销报刊

年长者的精神家园

北京、广州、哈尔滨、西安、南京、济南、郑州、石家庄同步印刷



中国邮政发行畅销报刊

统一刊号:CN23-0018

邮发代号:13-18

平均年龄60岁 历经17天

## 老年骑行队跨越千里为亚运助力



广州梦骑行队抵达杭州

“杭州亚运会，我们来了！”22日，广州梦骑行队亮相杭州第19届亚运会主媒体中心。对这支平均年龄60岁的老年骑行队伍来说，历经17天、骑行1800多公里，他们终于实现了近距离观看杭州亚运会的梦想。

当日，在杭州亚运会主媒体中心，亚奥理事会终身

名誉副主席魏纪中为骑行队颁发了祝贺信和纪念章，以表彰他们助威亚运健儿、共襄亚运盛举的行动。

77岁的队长郭道宁说，“我们大部分队员都是当年广州亚运会的志愿者，平日里喜爱骑行。2012年伦敦奥运会，我们组队从意大利罗马骑行到了伦敦，3000多公里穿越了

6个国家，得到了伦敦副市长的接见；2014年我们骑行到韩国支持仁川亚运会，2015年北京申冬奥，我们在吉隆坡第一次见到了国际奥委会主席巴赫，他高度评价了我们的骑行，认为我们的体育精神非常棒”。

今年53岁的刘运清是队伍里最“年轻”的队员。他说，队伍共有15人，其中年龄最大的已经77岁。“我们9月2日出发，骑了足足17天。”刘运清说，他们把此行取名为“风风火火骑九州”亚运行，先后经过了广州、惠州、潮州、漳州、泉州、福州、温州、台州，最后到达杭州，真正实现了“骑过九州”。路上，他们克服了台风、暴晒、大长坡等困难，还探访了许多非遗代表性传承人，为骑行赋

予了全新的意义。

“上一届在中国办的亚运会是在广州，我们希望把亚运的薪火和精神继续传递到杭州，为本届盛会助力添彩。”刘运清和他的队员们说，接下来，他们还要继续在杭州这座城市骑行，到各个比赛场馆去看亚运。

十几年来，梦骑行队没有缺席任何一届洲际综合性运动会。他们曾3次到海外骑行。这些老人以一种看似疯狂的方式完成着自己的运动目标，也在向人们传递着热爱生活、不惧挑战的精神。“只要有足够的意愿，什么年纪都可以加入到骑行队伍中来，永远都不晚！”郭道宁说。袁蒙

### 标题新闻

时政

★全国政协办公厅、中共中央统战部、国务院侨办、国务院港澳办、国务院台办、中国侨联联合举行国庆招待会 王沪宁致辞

体育

★中国队获亚运会体操女团13连冠

科技

★第五届全国智力运动会线上火炬传递25日在安徽合肥启动

国际

★朝鲜宣布从9月25日起外国人可依照规定入境朝鲜 入境后需接受2天医学隔离

★亚投行宣布启动《气候行动计划》

### 乱吃零食或抵消健康饮食益处

英国一项研究发现，不少注意正餐品质的人忽视零食影响，四分之一英国成年人因乱吃零食导致健康饮食带来的益处被抵消。

研究人员发现，与完全不吃零食或吃不健康零食的人相比，经常吃坚果和新鲜水果等优质零食的人更有可能拥有健康体重。与此同时，劣质零食，如深加工食品和含糖食品，会让人感到饥饿，并与较差的健康指标存在关联。这些健康指标包括身体质量指数、内脏脂肪含量以及餐后血液中的甘油三酯水平等。这些指标较差意味着肥胖和心血管疾病的风险增加。荆晶

### 阳澄湖大闸蟹开捕

2023中国苏州阳澄湖大闸蟹开捕节25日在苏州市举行，预计阳澄湖大闸蟹整体规格较去年略大。

据介绍，今年，阳澄湖大闸蟹入选农业农村部农业品牌精品培育计划。得益于适宜的天气等因素，阳澄湖大闸蟹整体规格比去年略大，预计总产量约1.1万吨，较去年增加0.16万吨左右，规格达到6两左右的公蟹和4两左右的母蟹较多。刘巍巍

### ■导读

## 杭州亚运会如何用细节打动八方来宾

详见2版



### 我国首条城市空轨开通

26日，湖北武汉光谷空轨旅游线正式对外开放迎客，成为国内首条开通运营的空轨线路。空轨列车采用全自动无人驾驶模式运营，最高运行时速60公里，最多能容纳220余人。吴昕

### 我国生态环境持续向好

中国环境战略与政策学术年会日前在北京召开。会议指出，从成效上看，我国以年均3%的能源消费增速支撑了年均超过6%的经济增长，地级及以上城市PM2.5的平均浓度2022年

首次降到29微克立方米，重污染天数减少93%，地表水的优良水体比例达到了87.9%，长江干流、黄河干流历史性的全线达到了二类水的水质，建成了一批美丽河湖、美丽海湾。

从感受上看，人民群众对优美生态环境的幸福感、获得感和安全感显著提升，我国生态环境保护的成就也得到了国际社会的广泛认可。

阮煜琳

### 谨防“保本高息”理财陷阱

近期，金融监管部门发布理财风险提示，提醒投资者警惕虚假网络投资理财陷阱。

提示指出，所谓“坐等收益”“早涝保收”已经是理财投资

的过去时。投资者在净值化市场环境中应充分认清银行理财、基金等理财产品的风险特征，选择适合自己风险承受能力的理财产品，及时做好理财预期收益观念上的转换，切勿沉溺于骗子“保本高息”话

术泥潭而不能自拔。此外，还应警惕那些无合法资质人员提供的“保本高息”小道消息，如若存有侥幸心理继续试水，终将为之付出惨痛代价。王宝会

### 休刊通知

按国务院通知，2023年9月29日至2023年10月6日放假。《老年日报》2023年9月29日至2023年10月6日休刊八天，10月7日起正常出版，敬请周知。

老年日报社

### 今日微推荐

扫码更精彩



老年日报  
微信

这样吃主食  
才能更长寿



龙健康

这四种“病”  
其实不是病