

滑雪 骑行 马拉松

新老人爱上硬核运动

随着健康意识的提升,居民参与运动健身的热情空前高涨,享受自然、亲近自然的需求,让户外运动逐渐成为一类新时尚。有钱有闲的退休人群及活力老人,成为各类户外运动领域的活跃人群。跳广场舞、打太极拳等传统健身方式逐渐成为过去式,越来越多的新老人们开始拥抱骑行、滑雪、网球等更为小众的运动。

太极拳、广场舞似乎是多数人所熟悉的中老年运动项目。事实上,在广场舞等常见的运动健身方式外,诸如骑行、滑雪、腰旗橄榄球等受到年轻人追捧的户外运动

如今也开始走进中老年人的视野,且逐渐形成一股流行趋势。

在小红书上,“66岁大爷单板滑雪”“70岁马拉松跑者”之类的笔记比比皆是。

一些外界以为只有年轻人在玩的户外项目,老年人同样爱不释手。根据相关研究数据及AgeClub观察,目前中老年人群户外运动方式以轻型户外运动为主,硬核户外运动为辅。在所有户外项目里,跑步、骑行最受中老年喜爱,占有绝对优势,而登山、滑雪等更为硬核的户外运动在中老年人群中所占比例则不断上升。

《全民健身活动状况调查公报》显示,在60岁以上男性群体中,健步走、跑步、骑行位列参与度最高的户外项目前三位,而登山则以3.4%的参与比例位列第6。

各地政府及企业不断加快对专业运动场所的建设,为中老年运动健身提供便利。今年1月,占地约500平方米的老年户外智能健身房落户武汉中山公园。官方数据显示,不到一周时间,便吸引了数千名用户前来体验。据内蒙古呼伦贝尔市老年人体育协会调查统计,全市适合中老年人活动的运动场馆超600个,各类室外运动场点近千个。

与健身房等室内运动场景不同,户外运动往往规模更大、互动属性更强,对专业性和安全性的要求也更高。针对于此,一些企业和机构为满足中老年人不同的偏好和身体需求,推出了游泳、慢跑等线上线下课程,并根据季节和地域特点进行调整。

在由国家开放大学打造的终身教育平台上,除了包含太极拳、八段锦教学课程外,还为中老年用户提供了游泳、健体瑜伽等多样化课程,科普健康知识及户外运动常识。

吕晓炜

S 时事速递

十部门部署开展“清明祭英烈”活动

近日,退役军人事务部、中央网信办、公安部、文化和旅游部、应急管理部、国家消防救援局、中央军委政治工作部、中央军委国防动员部、共青团中央、全国少工委等10部门联合印发《关于开展“铸魂·2024·清明祭英烈”主题宣传教育活动的通知》,部署开展以缅怀先烈事迹、传承英烈精神为重点的主题宣传教育活动。

活动线上开通网上祭扫平台,线下重点组织开展群众性纪念缅怀活动和“致敬英烈·关爱烈属”专项行动。

李龙伊

T 图片新闻



职工疗休养 高铁专列

3月28日,全国首趟职工疗休养高铁专列从浙江杭州东站始发,浙江省劳模工匠、企业职工代表共400余人乘坐复兴号智能动车组经杭台高铁到达台州临海市。

黄宗治

世卫组织启用冠状病毒全球监测网络

世界卫生组织日前发布新闻公报说,已启用“冠状病毒网络”,以促进和协调全球的专业知识和能力,及早准确地检测、监测和评估新冠

病毒、中东呼吸综合征冠状病毒和其他可能新出现的冠状病毒。

“冠状病毒网络”由在人类、动物和环境冠状病毒监

测方面具有专长的全球实验室组成。该网络目前包括21个国家的36个实验室,涵盖世卫组织划分的全球六大区域。

曾焱

“免密支付”便捷背后存安全隐患

“我不知道什么时候开通的‘免密支付’功能,直到手机频繁收到账单提醒,才发现平台账号被盗。”近日,山东青岛市民李先生讲述了自己账号“失窃”的经历。

李先生介绍,自己曾邀请信用卡业务员杨某上门办理信用卡和POS机业务,许多流程需要在本人手机上完成,李先生将手机交给杨某操作。

在办理过程中,杨某帮李先生在网购平台开通了“免密支付”功能。此后,杨某又使用李先生的手机验证码在杨某的手机上登录了李先生的账号,而李先生并不知情。随后半个月,杨某利

用李先生的账号累计消费5000余元。收到账单提醒的李先生立即报警立案,随后杨某被警方依法刑事拘留。

数字时代,随着科技的进步和生活节奏的加快,网络购物平台纷纷设置“免密支付”功能,给用户带来便捷的同时,也给不法分子带来了可乘之机。

一些网购平台的“免密支付”功能设置在付款界面,以小于其他说明的字号提示“是否开通‘免密支付’功能”,有的甚至是“默认开通”选项,消费者极易在不知道的情况下开通。有的平台还通过立减1元到几元的方式

诱导消费者开通“免密支付”功能。此外,用户在微信、支付宝等平台开通“付款码”的同时,就默认同意开通了“免密支付”功能。

与开通时的便捷相比,该功能的取消却并不方便。操作两个支付平台发现,基本需要进行6步以上操作才能完成。如果没有经过事先的步骤查询,很难在“迷宫”般的系统里准确操作。

对此,山东元衡律师事务所律师刘坤宝表示,如果商家在没有明确告知并获得消费者同意的情况下默认开通“免密支付”功能,涉嫌侵犯消费者的知情权和选择权。“平台或者商家应

该遵循法律法规,明确告知消费者‘免密支付’功能的开通条件、风险及取消方式,并且提供明显的提示信息,不得默认勾选该功能。”刘坤宝建议,有关部门应该加大平台监管力度,对违反规定的行为进行及时有效的处罚;消费者应该设置锁屏密码,下载APP或者使用公共Wi-Fi时提高警惕,定期检查账户交易记录,一旦发现手机或银行卡遗失,应当立即报警并通过银行或平台挂失,及时修改相关密码,尽量将损失降到最低。

张婧

“巾帼普法乡村行”活动将开展

全国妇联、中央网信办、司法部、农业农村部日前联合印发通知,对开展“巾帼普法乡村行”活动作出部署,活动将聚焦广大农村妇女对法律资源和法律服务的迫切需求,深化面向农村的法治宣传教育,把法律知识和维权服务送到广大农村妇女身边。

“巾帼普法乡村行”活动将在全国开展,重点覆盖西部10省区市160个国家乡村振兴重点帮扶县,以及西藏、新疆各县(市、区)。

黄玥

D 地方传真

离退休干部志愿者护绿 植绿 爱绿

本报讯(付雪凤 记者 韩璐)近日,黑龙江省孙吴县老干部服务中心组织离退休干部志愿者开展“厚植红色沃土 助建绿美孙吴”主题活动,通过“护绿、植绿、爱绿”抓实生态保护,助力全民共建绿美新孙吴。

老干部服务中心举办“城市绿化知识”大讲堂,邀请林业部门退休老同志为志愿服务队普及树木养护知识。离退休干部志愿者实地考察动手实操,并与环保部门配合安装“保护花草”警示牌,在各社区宣传栏张贴宣传海报、倡议书,发放宣传资料等,为保护家乡生态环境作出积极努力。

丢失声明

▲刘彩凤,不慎将车牌号黑AAT885的营运证丢失。特此声明。

声明作废

▲刘艳东,不慎将车牌号黑AAJ399,道路运输经营许可证副本丢失,声明作废。

▲讷河市二克浅镇朝阳村闫芳土地证丢失,身份证号230222196204123512,土地证编号149893,共计36.2亩。

▲讷河市老莱镇丰盛村张凤英新土地证丢失,身份证号23022219720617094X,土地证编号230281111209000371J,共计8.8亩。

▲哈尔滨兴星电站设备工程有限公司香坊分公司,开户行:中国农业银行股份有限公司哈尔滨三合路支行,账号:08055201040004531,不慎将银行预留印鉴财务专用章、法人印章丢失,声明作废。

▲哈尔滨市香坊区谭伙记羊汤火勺店,不慎将黑龙江省食品小经营核准证正本丢失。核准证编号: XJYB(2023)230110006231。声明作废。

声明作废

▲哈尔滨鹏来运输有限公司不慎将车牌号:黑AV948挂营运证丢失,声明作废。

▲庆安县聚宝鑫诚宴会厅,法定代表人(负责人):程驰不慎将食品经营许可证正本丢失,许可证编号: JY22312240023127,声明作废。

声 明 公 告

通 知 寻 人

刊 登 热 线

18686716631

13763511313