

# 银发族乐享15分钟健身生活圈

伴随乒乒乓乓的击球声,呐喊和加油声由远及近……最近,60岁的王文鹏每天下午都会约几个老朋友,去离家约一公里的社区活动中心打球锻炼身体。

从去年起,在中国西部黄河之滨的甘肃省白银市,当地白银区工农路街道颐和社区设立的活动中心,逐渐成了王文鹏等“老顽童”们心中的运动竞技场。

包括甘肃在内,中国多地近年来开始为“银发族”打造“15分钟健身生活圈”,帮助他们科学锻炼,乐享健康晚年。

“社区活动中心免费向我们这些老人开放,即便遇

到刮风下雨天气,我们出门不到15分钟就能参加健身运动,别提有多方便了。”王文鹏说。他刚和朋友们结束了乒乓球“激战”,准备到隔壁的台球室打台球放松。“平时没事儿的时候,我和老伴都喜欢到社区活动中心来。在锻炼健身后,要是不想回家做饭,我们就在活动中心一楼的社区食堂就餐,既便宜又好吃。”

工农路街道颐和社区党委副书记马燕介绍,这个社区下辖5个居民小区,共有2045户、超7100人。其中,60岁以上的老人1300余人。“社区面向老年人,免费开放篮球场、足球场、健身设

施和乒乓球等各类活动室,并优惠提供餐饮服务。”

除了室内活动场地,不断增加的绿地和公园等,也让越来越多老人乐享户外健身空间。

73岁的徐新兰已退休多年,闲暇时,她总会约朋友们一起跳舞唱歌。“天气好,我们就在社区活动中心院子里跳舞。天气不好时,我们就在活动中心内唱跳,每天心情都很好。”她说。

目前,白银市白银区已建成10余座城市公园和多座游园,包括老人在内的周边居民步行十来分钟,就能进入这些休闲空间锻炼身体。

不止是地处西部的甘肃

省,在中国华东地区,从2016年起,上海市有关部门就开始陆续建立“长者运动健康之家”,覆盖周边社区一公里范围内的老年人,为老人提供健康检测、科学指导、器械锻炼、健康讲座等专业服务。目前,上海已建成120家“长者运动健康之家”,实现了16个区全覆盖。

国家体育总局科教司相关负责人介绍,2022年底,该局已在上海、浙江、湖北、贵州和海南等五省市先行先试开展首批社区运动健康中心试点。截至目前,已有16个试点场所正式投入运营。程楠

## 图片新闻



## 葡萄成熟 引客来

日前,第三十届中国丝绸之路吐鲁番葡萄节在新疆吐鲁番市举行。本届葡萄节以“吐鲁番的葡萄熟了”为主题,邀请国内外宾客品尝葡萄及其制品,感受吐鲁番独特的葡萄文化与丝路魅力。

靳博文

## 研究发现大个体有孔虫灭绝风险更高

据中国地质大学(武汉)消息,该校宋海军教授团队的最新研究揭示了地球历史上曾发生过的几次大规模生物灭绝事件中海洋原生生物

有孔虫大小与灭绝风险之间的关系,发现大个体有孔虫面临更高的灭绝风险。相关研究成果近日发表在国际学术期刊《科学·进展》上。

“这一发现对于理解现代海洋生物面对全球变暖的风险具有重要意义。”宋海军说。

侯文坤

## 高温降雨致菜价上涨,9月中或恢复

本该是盛产瓜果蔬菜的夏季,菜价为何反而“热”起来了?近期,多地媒体相继报道了菜价上涨的消息。

据上海电视台新闻综合频道官方微信号新闻坊,上海的蔬菜价格似乎有点高,一些菜的价格甚至是翻倍地在涨。以一公斤黄瓜为例,6月中旬卖3.6元,7月底要卖9.2元,而到8月14日已经卖到12.6元。

今年7月开始,受气候变化等多重因素影响,四川的部分夏季应季蔬菜价格出现明显上涨,并延续至今。其中,部分常见应季蔬菜价格已经来到五年同期的最高

点。今年7月,四川28种常见蔬菜中,有14种地头价出现明显上涨。其中,芥菜、黄瓜、茄子、大葱、莲藕等涨幅超过50%。

山东媒体《半岛都市报》13日报道提到,多家超市蔬菜价格明显上涨,白皮黄瓜的价格甚至达到每公斤17.6元。在利客来超市的蔬菜区,工作人员将一大包芸豆拆开放到货架上,立刻就有一群人前来挑选,把货架围得水泄不通。一位市民表示,“价格涨得厉害,只能什么菜便宜吃什么了,芸豆才6块多钱一公斤,赶紧买点儿回家吃。”

14日,《南方都市报》报道,最近一名IP地址为北京的网友反映菜价暴涨:“菜市场的黄瓜从一公斤4元变成14元了,小油菜从一公斤4元变成12元了,青椒从一公斤4元变成10元了。”

安徽媒体“大皖新闻”15日报道,近日不少合肥市民反映“蔬菜赶上肉价格”,辣椒17.6元一公斤、蒜苗19元一公斤、蚕豆更是25.6元一公斤。

针对蔬菜产量下跌导致价格上涨的现象,中国农业科学院研究员周向阳分析认为,全国蔬菜价格环比上涨,主要是因为南方地区持续降

雨和局部高温天气,对蔬菜生产造成不利影响,北方蔬菜主产区在高温环境下造成产量下降。

此外,有观点表示,除了蔬菜供应量减少以外,洪涝灾害等也阻碍了车辆运输,导致蔬菜不能及时供应。另外,近年来蔬菜的种植成本也比较高。

业内分析,伴随着气温的回落,蔬菜供应和价格会逐步回归正常,预计在9月中开始能够恢复到7月、甚至6月的价格水平。

《每日经济新闻》

## 时事速递

2024年

## “最美医生”发布

在“中国医师节”到来之际,中央宣传部、国家卫生健康委向全社会公开发布了2024年“最美医生”。

朱兰、姜楠、陈静、翁心华、余家军、林丽珠、邓桂芳、李伯藩、侯新琳、毛里夏里甫·哈帕10名个人和活跃在全国各地的老年护理团队光荣入选。他们有的致力于推动医学科技创新;有的专注于发挥中医药防病治病独特优势;有的扎根于农村社区服务农民健康;有的倾情于老年护理工作……用实际行动践行了“敬佑生命、救死扶伤、甘于奉献、大爱无疆”的崇高职业精神。

新华社

## 文旅部要求: 所有景区均保留人工窗口

此前,有网友表示,自从旅游景点实施预约参观后,每次到了节假日、寒暑假计划旅游就十分头疼。

对此,文化和旅游部近日回复称,文化和旅游部多次作出部署并提出要求:所有景区均保留人工窗口,最大限度满足游客参观游览需求;在承载量容许情况下,保障临时到访游客和老年人等群体入园需求;要求常年预约空余量较大的景区不实行预约;实施线上购票预约的,要求完善预约措施,优化预约程序。央视

## 全国中药材供应保障平台涵盖中药材290余种

日前在浙江省德清县举行的第3届中药生态农业大会消息称,全国中药材供应保障平台已服务企业1700多家,涉及3000多个中药材种植基地,涵盖中药材290余种。

全国中药材供应保障平台由中国中医科学院中药资源中心开发建设,于2019年开通运行。平台建立统一的数据服务平台,旨在将相关企业现有系统串联,实现基础数据共享,掌握全国中药材供应保障基本情况。田晓航

## 遗失声明

▲哈尔滨翔源商贸有限公司,开户许可证不慎丢失,核准号:J2610056178403,开户银行:中国工商银行股份有限公司哈尔滨和兴支行,账号:3500042109200080276,财务章不慎丢失,声明作废。

## 声明作废

▲讷河市老莱镇丰盛村孙成久土地证丢失,身份证号230222194509240913,共计43亩。

▲婴儿姓名李金哲,性别:女,出生时间2009年1月19日,母亲姓名李娜,父亲姓名王万波,不慎将出生医学证明丢失,出生证明编号:1230161999,声明作废。

▲婴儿姓名吴岳伦,性别:男,出生时间2010年5月5日,母亲姓名杨淼,父亲姓名吴海龙,不慎将出生医学证明丢失,出生证明编号:J230161999,声明作废。

▲哈尔滨咏跑道路运输有限公司,不慎将黑ACU06挂营运证丢失,声明作废。

▲遗失张思瑶出生医学证明,性别:女,出生日期:2015年03月16日,母亲:张晓雪,父亲:张艳超,出生证编号:O230346084,声明作废。

▲哈尔滨市道里区金安鲜芋仙甜品店,不慎将食品经营许可证正本丢失。许可证编号:JY2230120072004。声明作废。

▲哈尔滨市道里区金安鲜芋仙甜品店,不慎将食品经营许可证副本丢失。许可证编号:JY2230120072004。声明作废。

▲黑龙江华向体育文化发展有限公司,不慎将公章丢失。开户行:广发银行股份有限公司哈尔滨和平路支行,账号:9550880226576600147。声明作废。

▲黑龙江华向体育文化发展有限公司,不慎将财务专用章丢失。开户行:广发银行股份有限公司哈尔滨和平路支行,账号:9550880226576600147。声明作废。

▲哈尔滨天生医药有限公司工会委员会不慎将银行开户许可证丢失,账号3500022109008970401,核准号J2610020406002,开户行:中国工商银行哈尔滨市顾乡支行,声明作废。

## 公告

▲本人贺丽丽,拟向不动产登记机构申请按照历史遗留问题零散户办理不动产权登记,拟登记不动产坐落于哈尔滨市双城区65414部队住宅楼4单元402室,房屋用途为住宅,建筑面积50.14平方米,本人承诺该不动产权属无争议,所提供申请材料均真实有效,并自愿承担由此产生的一切相应后果和法律责任。公告人:贺丽丽2024年8月20日

▲本人郭秀花,拟向不动产登记机构申请按照历史遗留问题零散户办理不动产权登记,拟登记不动产坐落于哈尔滨市双城区五家镇鑫舜名人府一期A栋4单元602室,房屋用途为住宅,建筑面积57.35平方米,本人承诺该不动产权属无争议,所提供申请材料均真实有效,并自愿承担由此产生的一切相应后果和法律责任。公告人:郭秀花2024年8月20日

▲本人孙文有,拟向不动产登记机构申请按照历史遗留问题零散户办理不动产权登记,拟登记不动产坐落于哈尔滨市双城区五家镇鑫舜名人府一期A栋4单元503室,房屋用途为住宅,建筑面积61.97平方米,本人承诺该不动产权属无争议,所提供申请材料均真实有效,并自愿承担由此产生的一切相应后果和法律责任。公告人:孙文有2024年8月20日

如有异议,请自本公告之日起十五个工作日内(2024年9月9日之前)将异议书面材料送达不动产登记机构。逾期无人提出异议或异议不成立的,不动产登记机构将予以登记。

异议书面材料送达地址:哈尔滨市双城区不动产登记交易事务中心,联系方式:83363358

声明公告刊登热线 18686716631 13763511313