

2025/09/26

星期五

乙巳年 八月初五

总9563期

今日8版

老年日报

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

三位耄耋老将赛场逐梦——

老年人有能力为热爱努力

近日,2025中国田径大师赛在哈尔滨市阿城区圆满收官。本次赛事,参赛者年龄多集中在50岁至60岁,八岁以上者凤毛麟角。然而,三位耄耋老将,以无畏的拼搏精神与顽强毅力,冲破年龄限制,跨越外界质疑,生动诠释了“老当益壮”的深刻内涵。

质疑声中坚守初心

“这么大岁数还折腾什么?”85岁的余金云苦笑,这样的话他早已听惯。此次,他毅然报名80岁组男子10000米跑。“我参赛得家属签字,还被孩子数落。”话语间,无奈中透着对梦想的执着。

91岁的吕明璞报名90岁男子100米跑时,也听到议论:“都拿全国纪录了,还折腾啥?”82岁的王兴惠备战5000

米竞走,孩子心疼劝阻。这些不理解,如无形之墙,横亘在老人逐梦路上。

“我参赛,不为证明什么,只因热爱跑步。老年人也有能力为自己的热爱努力。”吕明璞的话掷地有声。

挑战之下考验重重

吕明璞,这位90岁男子100米跑全国纪录保持者,此次未能打破自己的纪录。“老人恢复体力慢,年龄越大,差距越明显。”他坦言。

余金云在10000米赛程中,既要与天气抗争,又要克服老人体力恢复慢的难题。“长跑到一定距离,身体会‘突破极限’,之后呼吸均匀,腿也轻松。但人老了,突破‘极限’更难,更依赖意志力。”余老的话语中,尽显坚韧不

屈。

王兴惠赛前左脚受伤,竟走时“鞋子磨着伤口,钻心地疼”。竞走要求膝盖不弯曲,对机能退化的关节是巨大考验。然而,他咬牙坚持,最终完成比赛。

热血不减铸就传奇

“我想借此展现龙江老人的拼搏精神。”王兴惠成功卫冕5000米竞走金牌后激动地说。面对质疑与困境,三位老人用行动证明:老年人同样拥有年轻人的热血与拼劲。

吕明璞直言,他参赛就是为了“向世人证明,九旬老人经过合理训练,也能参与高强度运动”。这份不服老的信念,支撑他毅然站上赛道。

余金云自称跑道上的“孤勇者”,即便跑道上只有自己

一人,他也坚持跑完10000米。“有年轻人对我说这是一个奇迹。”余老的话语中,满是自豪与满足。

赛事护航托举梦想

“看着老将们奋力拼搏深受感动。”大师赛组委会负责人高双飞感慨,新时代老人的精神与活力一直被低估,举办田径大师赛,正是为了向社会展示新时代老年人充满活力与精神,破除“年龄大了就没有精气神”的旧观念。

高双飞表示,如今,中国的医疗水平、训练水准以及比赛保障能力都在不断提升,未来希望能举办更多老年赛事,让老人们放心逐梦,续写属于他们的不老传奇。

任寅

长三角已成为我国创新活力最强劲地区

在2025浦江创新论坛区域创新发展分论坛上,《中国区域科技创新评价报告2025》发布。

该报告显示,我国综合科技创新水平得分为80.20分,比上年提高1.77分,科技创新投入、科技创新产出、高新技术产业继续保持增长态势。

据介绍,长三角已成为我国创新活力最强劲的地区。长三角在企业研发、高价值专利拥有量等指标上,均约占全国的1/3。新华社



空中花廊

22日,空中俯瞰福建福州林浦互通立交桥。金秋九月,福州城区许多高架桥上的三角梅竞相绽放,形成一条条空中花廊,为城市景观增添色彩。 王东明

SHIDIAN
点视

我国已建成全球最大规模地震预警系统

国新办24日举行“高质量完成‘十四五’规划”系列主题新闻发布会,介绍“十四五”时期应急管理改革发展成就。

会上,中国地震局局长王昆表示,我国已经建成全

球最大规模预警系统,监测基础不断夯实。新建改建监测站点1.8万余个,重点地区监测能力达到1.0级。国家地震预警工程建成使用,秒级预警覆盖重点危险地区的90%以上,分钟级烈度速报

为抢险救援决策提供有力支撑。预警系统投入使用以来,发布了4级以上地震预警359次,为公众的防震避险和高铁、精密制造等行业应急处置争取了宝贵时间。 中新

对人体安全波长的紫外线照射或能缓解过敏

美国一项新研究发现,波长为222纳米、对人体较安全的紫外线(UV222)能改变过敏原蛋白的结构,从而缓解过敏反应,且不会带来危险副作用。研究团队设想,

未来可开发便携式设备,为家庭、学校和工作场所的人们提供防护,免受有害过敏原影响。

以往研究表明,紫外线能杀灭空气中的微生物,但常用

的254纳米波长紫外线强度过高,对人体皮肤和眼睛有害。而此次研究团队采用的222纳米波长紫外线穿透力较弱,被认为在有人环境中更安全。新华社

今日微推荐

扫码更多精彩



老年日报
微信

排尿次数藏寿命密码?



龙健康

秋日养生“三忌”
“三宜”要记牢



中国邮政发行畅销报刊

国内统一连续出版物号:

CN23-0018

邮发代号:13-18

标题新闻

经济

★第八届中国国际进口博览会将于11月5日至10日在上海举行

★“十四五”时期我国安全生产和自然灾害死亡人数双下降

★贵州六枝至安龙高速公路控制性工程——世界第一高桥花江峡谷大桥28日正式通车

科技

★神舟二十号航天员乘组将于近日择机实施第四次出舱活动

法治

★北京检察机关依法对山西省政协原党组书记、主席吴存荣涉嫌受贿案提起公诉

国际

★科威特原油产能创十余年新高

文旅部通报

文旅领域

暗访情况

文化和旅游部日前派出暗访组,对内蒙古、上海、湖北、广西、云南、西藏、陕西、宁夏8个省(区、市)开展第五批文化和旅游领域暗访,发现旅游景区景点安全设施维护管理不到位现象仍有发生,旅行社、导游未按合同约定提供旅游服务问题突出等情况。

通报称,部分旅游景区、景点设施破损或配备不足,个别游乐项目安全防护措施不到位,安全风险较大。部分旅行社、导游擅自变更旅游行程,或指定具体购物场所、安排另行付费旅游项目,影响旅游体验。

此外,旅游景区、经营场所用电安全隐患不容忽视。部分旅游景区、酒店民宿、互联网上网服务营业场所内电线裸露、用电不规范,防护措施不足,缺乏安全意识。

新华社

老年日报 维权热线

13796087938

13936697319

