



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

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

八旬骑友的追赛环游记

三亚湾微风轻拂,一群中老年骑行爱好者头戴头盔、身穿统一骑行制服,在第六届亚洲沙滩运动会主新闻中心门口合影,笑容如三亚的阳光般灿烂。

今年80岁的郭道宁,是这支名为“广州梦”骑行队的队长。“我们是从广州历时12天、累计骑行1200公里才来到这里的。我们想用自己的实际行动为三亚亚沙会加油助威,向全世界展示中国全民健身爱好者健康向上、积极进取的新风貌!”郭道宁说。

郭道宁退休前在一家国企工作,退休后,他迷上了自行车运动。“我原来在心脏和血压方面多少都有一些毛病,后来通过骑自行

车,这些毛病都消失了。2010年,广州承办亚运会,当时伦敦方面有人来到广州,邀请中国人在2012年奥运会开幕前骑行去伦敦。我萌生了骑行去伦敦的想法。”郭道宁回忆说。

2012年,郭道宁跟随一支自行车队在伦敦奥运会开幕前,先乘坐飞机从广州飞往意大利罗马,然后由罗马开始骑行3000余公里抵达伦敦,在当地得到了伦敦市时任副市长的接见。途经法国时,一位法国百岁老人告诉他,这是他有生之年第一次看到有中国人从他家门前经过。“从那时起,我萌生了创办一支自行车队的想法,想要通过更多类似的骑行,向海外展示可亲可敬的新时

代中国人形象。”郭道宁表示。

从伦敦回到国内后,他正式组建了“广州梦”骑行队。2015年,这支自行车队乘飞机从广州飞往马来西亚槟城,再骑行至吉隆坡,为北京和张家口联合申办2022年冬奥会宣传助力,沿途受到华人华侨热烈欢迎,当地警察局长甚至出警护航。

此后,每逢奥运会、亚运会、全运会等综合性赛事,“广州梦”自行车队几乎都会通过长途骑行至比赛地的方式,为赛事助力。去年,第十五届全运会开幕前,队伍完成环粤港澳骑行,感受大湾区协作与建设成果。今年,从广州奔赴三

亚的旅途中,“广州梦”骑行队一边骑行,一边探访了徐闻港、海口港、文昌卫星发射中心、博鳌亚洲论坛永久会址等地。

2012年从罗马骑行至伦敦时,郭道宁经常被路人误认为是日本人或韩国人。随着中国经济社会的发展以及骑行队长途骑行经验的不断累积,“广州梦”自行车队如今已在海内外小有名气,队员人数也从最初几人增加到400余人。54岁的“广州梦”骑行队执行队长龙辉说,“时代在变,但我们想向大家传达的健康向上的爱国热情没有变。”

新华社

标题新闻

经济

★瞄准百万亿市场 国务院发文推进服务业扩能提质

★多家银行创新金融服务赋能人形机器人赛道

社会

★国家疾控局:4月以来流感病毒和鼻病毒活动水平呈上升趋势

★教育部:严格高考试题试卷全流程管理

★黑龙江海林:10只满月东北虎幼崽亮相

★我国服务业成为吸纳就业主渠道

国际

★国际能源署:全球正遭遇史上最严重能源危机

★高物价压低特朗普支持率 选民表示“上当受骗”

“适量饮酒有益健康”可能是误区

中南大学湘雅二医院近日发布了该院“中年人饮酒行为与死亡风险关系”的研究成果。研究显示,即便处于中等摄入水平,总酒精摄入量仍与癌症死亡风险增加相关,这挑战了“适量饮酒有益健康”的观念。

研究显示,高剂量饮酒会显著升高全因死亡、心血管死亡与癌症死亡风险;即便是中等摄入量,总酒精摄入量仍与癌症死亡风险增加相关。另外,餐前空腹饮酒风险明显高于餐中或餐后饮酒。

徐志雄



京城花宴

京城春意浓,赏花正当时,北京多地花事正浓。图为恭王府内的西府海棠盛开,吸引不少游客前来游玩。

刘宪国

手机快充或将告别“烫手”问题

铜箔是手机芯片、锂电池等生产中使用的核心材料之一,但是一直面临强度、导电、耐热三者此消彼长、难以兼顾的难题。

近日,中国科学院金属研究所卢磊研究员团队在序构金属领域取得关键突破,研发出兼具超高强度、高导电率与高热稳定性的新型铜箔,打破了长期以来强度、导电、耐热三者难以兼顾的“不可能三角”,为高端铜箔制造提供了全新技术路线。

未来,“超级铜箔”有望使手机芯片做得更精密、长时间使用不容易发烫;新能源车锂电池也有望做得更薄、更安全、大电流充电损耗会更低。更关键的是,该技术具备规模化应用潜力,不仅为高端铜箔制造提供全新技术路线,更对我国电子信息与新能源产业自主可控具有重要意义。

帅俊全 褚尔嘉

中老年时装周相约大连

2026第九届中国中老年时装周将于9月10日至16日在辽宁大连举办。本届时装周由大连模特艺术协会与超模文化联合主办,以“赴上海 共潮升”为主题,全力展现中老年时尚风采,推动服饰产业与银发经济深度融合。

此次活动亮点十足,汇聚众多高端定制服饰品牌,

预计600余位专业中老年模特参与。首次创新增设外场实景大秀,推出“地标滨海大秀”“实景穿越大秀”,将时尚与城市景观融合。20余场高品质活动涵盖选拔赛、发布、论坛等多个板块,顶尖设计力量与各类品牌齐聚。

时装周还特设潮流时尚街区和品牌互动专区,促进产业对接与交流。据创始人

迟建军介绍,时装周已成功举办八届,累计发布原创设计作品超5000套,吸引6000余名模特登台,线上观看量超千万人次,成为银发时尚领域标杆活动。本届将继续立足传承与创新,汇聚优质资源,为银发时尚产业高质量发展注入新动力。

信新

今日微推荐

扫码更精彩



老年日报
微信

这朵花吃后
肝血足眼睛润



龙健康

春季食养
增辛少酸来点甜

