



“骑行热”引领美好生活

□袁剑锋

初秋气温凉爽舒适,骑自行车出行的市民明显多了起来。连日来记者采访得知,绿色出行逐渐成为时尚的当下,遍布大街小巷的共享单车、公共自行车,愈发完善的慢行交通设施,让骑自行车自成一景。在骑行中,人们也发现了更多细微处的城市之美。(《太原晚报》9月5日)

三五好友或独自出行,骑着自行车在城市的大街小巷穿行而过。无论是打卡滨河自行车道感受花香树影,还是在繁华街道旁骑行欣赏城市风光,如今,越来越多的市民加入到骑行队伍当中,既满足了日常通行的需要,还达成了绿色出行、强身健体的愿望,一举多得。

“骑行热”助力节能减排。骑自行车作为一种典型的绿色环保出行方式,不仅节约了能源,还能减少二氧化碳排放,

环境效益十分显著。另一方面,节能减排带来了蓝天白云、绿水青山,好的生态环境又不断吸引着市民走出家门,在大自然中散步骑行,享受清新空气,感受大自然的美丽。

“骑行热”受益城市建设。近几年来,太原市致力于推动城市慢行系统建设,高品质建成了东西山旅游公路暨环太原国际公路自行车赛道和滨河自行车道,形成集通勤、运动、休闲等功能为一体的自行车慢行系统。此外,太原市的公共自行车系统全国闻名,是市民出行的主要方式之一,自运行十多年来,累计租赁量已超过10亿次,多个重要指标均处于全国领先地位,打造了公共自行车的“太原模式”。

“骑行热”开启美好生活。骑行运动

对身体的好处很多,比如强化肺功能、预防大脑老化、减肥瘦身塑形等。如今城市生活节奏较快,骑自行车已成为不少市民日常出行和锻炼身体的主要方式之一。对很多年轻人来说,骑自行车还是一种社交方式。周末或节假日,几个小伙伴相约沿着滨河自行车道骑上几十公里,再拍些照片和视频分享到微信朋友圈中,既快乐又满足。

“骑行热”不仅让人们的生活更加健康时尚,还让城市充满了活力。通过骑行,市民的节约意识、环保意识、生态意识逐渐增强,并积极加入到了简约适度、绿色低碳、文明健康的生活方式中,用洒脱的心态追求美好生活。让绿色出行更进一步,就会有更多蓝天白云伴随着我们的骑行步伐,共同领略城市之美。



新闻:近来,不法分子利用非电力官方或授权渠道,以电费充值优惠、电费打折、低价代缴电费等方式,骗取电力用户的钱财及用电信息,实施网络诈骗。就此,国网山西省电力公司发布提示,一定要防范“电费代缴打折”诈骗,谨防卷入洗钱骗局中。(《太原晚报》9月6日)

旁白:切莫因贪小便宜吃大亏。

新闻:近日,新版《中国科学院院士行为规范(试行)》公布,明确规定:禁止院士公开发表与自身专业领域无关的学术意见。(《中国青年报》9月6日)

旁白:院士更应当谨言慎行,不让身份贬值。

新闻:出现在商场、影院、医院等公共场所的共享按摩椅越来越多,方便部分用户休息放松,也存在实际体验不佳、安全卫生堪忧、占用公共空间等问题。专家表示,对共享按摩椅行业的盲目扩张不能置之不理,需要严加规范,让人们共享舒适和安全。(《人民日报》海外版9月6日)

旁白:共享按摩椅,除了共享还需共治。

新闻:字太小让人看不清的药品说明书终于要改了!9月1日起,《无障碍环境建设法》开始施行,其中规定,国务院有关部门应当完善药品标签、说明书的管理规范,要求药品生产经营者提供语音、大字、盲文、电子等无障碍格式版本的标签、说明书。一批试点企业正在修改、设计新的“大字版”药品说明书。(《光明日报》9月6日)

旁白:说明书就得让人看得清、看得懂。

投稿邮箱:tywbplb@163.com



老年大学增色“夕阳红”

□马腾飞

汾河之畔,奔赴热爱。9月4日,沉寂了两个月的市老年大学恢复了往日的热闹,一大早,学员们从四面八方重返校园。(《太原晚报》9月5日)

随着生活水平提高和医疗条件改善,我国老年群体的身体素质大幅提升,老年人开始追求老有所乐、老有所学、老有所为,作为老年教育的主阵地,老年大学要成为老年人的“精神家园”。

让老年大学成为学习场所。我国正在构建学习型社会,鼓励全民学习、终身学习。一方面,老年大学要开设兴趣课程,满足老年人对书法、舞蹈、摄影等兴趣爱好的学习需求,让他们老有所学;另一方面,老年大学要开设生活技能课程,如烹饪、安全等,帮助老年人能独立、健

康地面对生活。当前科学技术日新月异,高科技往往成为老年人的生活障碍,老年大学还应与时俱进,开设手机和智能家电应用等相关课程,不让老年人与社会脱节。

让老年大学成为社交空间。老年人退休后离开了熟悉的工作岗位,难免会不适应。老年大学应当发挥老年人聚集地的优势,让老年人在学校中找到志同道合的朋友,共同学习、成长和交流;老年大学要经常举办讲座、文艺比赛等活动,为老年人提供更多交流机会;老年大学可以建立线上社交网络,让老年人在校外也能保持联系,随时分享彼此的生活和经验。

让老年大学成为圆梦之地。不少老

年人年轻时由于工作、生活等原因放弃了自己的梦想,老年大学应当为他们提供一个圆梦的平台。在老年大学中,老师在上面讲课,老年人在下面认真听讲、记笔记、做作业,仿佛置身于大学课堂,给老年人带来极大的满足感,圆了他们的“大学梦”。老年大学要给老年人追求梦想的机会,让老年人重新拾起兴趣爱好,向曾经的“艺术家梦”“作家梦”冲刺,弥补遗憾。

莫道桑榆晚,为霞尚满天。老年大学要不断创新,搭建更好的学习平台、开发优质的教学课程,让老年人在学习中拥有自我提升的机会,由“养老”变“享老”,为晚年生活增添更多的幸福色彩。



王成喜/漫画

画话 近段时间,在一些内容平台和服务平台上,出现不少以“桌游助教”“恋爱体验馆”等为名进行宣传的商家,称可以提供陪聊、陪玩游戏、恋爱体验等服务,其中不乏未成年人参与。专家指出,要警惕这类服务中可能存在的色情违法行为,如果存在色情服务,或将承担刑事责任。(《法治日报》9月6日)

有爱围绕 空巢不空

□宋鹏伟

针对双休日老人们遇到难题无处求助的现象,我市一些社区推出“周末走访”老人的活动,社区干部、网格员在周末走进高龄老人、空巢老人家里,陪伴聊天、送学上门、帮忙办理养老相关业务、解决急难等,使为老服务无空当,受到老人们感谢。(《太原晚报》9月6日)

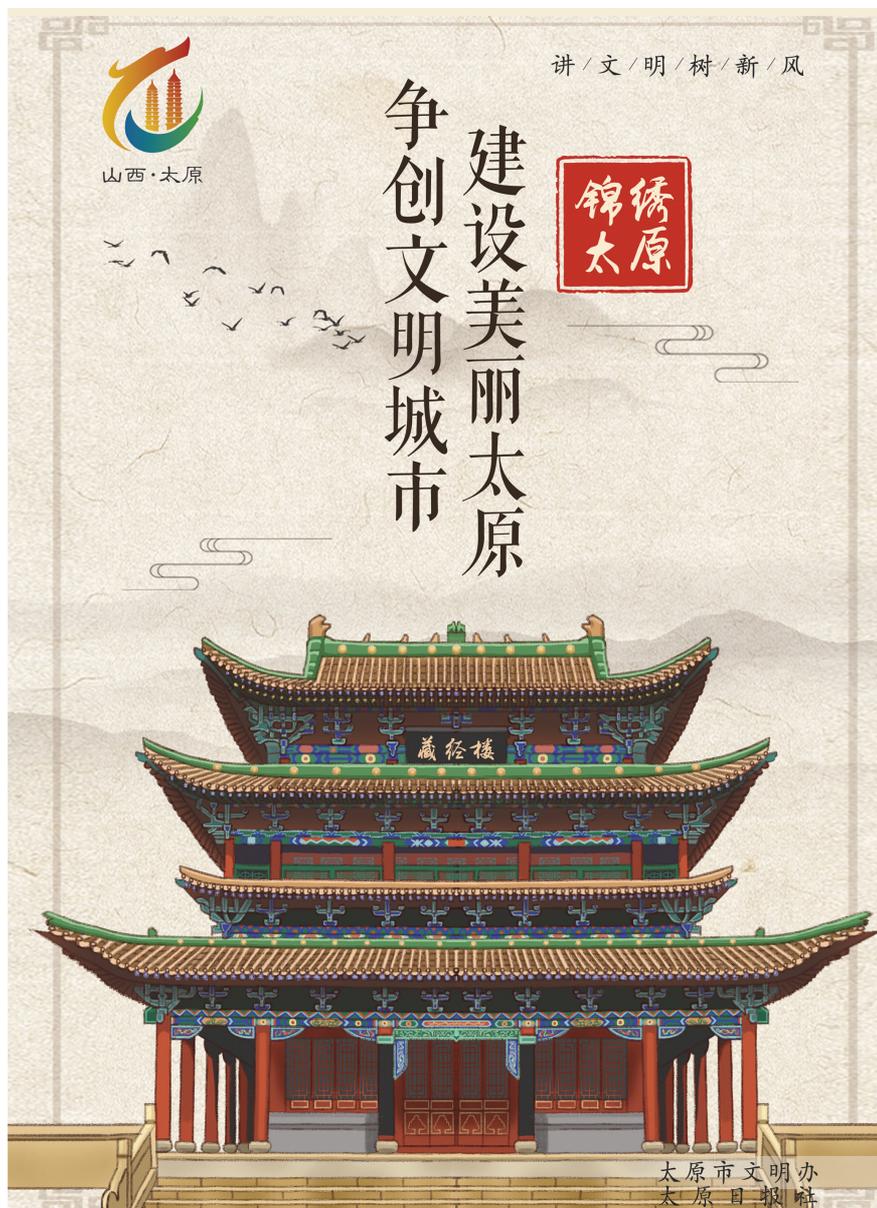
每逢周末,别人家传来的欢声笑语,凸显出空巢老人的孤独。生活的不便、情感的空虚、身体的病痛,都不会因周末假期而退却,这时恰是他们最需要外界关心的时刻。

在已经突破1亿人的“空巢老人”身上,很多问题十分典型。生活缺乏照顾自不必说,仅是孤独、失落、抑郁等精神问题就极大影响他们的生活质量。按说他们是最该去养老院的人,但在物质条件、思想观念的影响下,加之床位有限,很多老人还是愿意选择居家养老。面对可能出现的一系列社会问题,探索一套行之有效的养

老模式迫在眉睫。

对空巢老人而言,这些社区里的热心人,来家里哪怕什么都不做,也会让他们高兴,更有助于排遣寂寞、增添生机。各种手续、缴费、预约等项目,于年轻人根本不是事儿,但对这些脱离社会、身体不便又无他人帮助的老年人而言,很可能是一座难以翻越的大山。加之不少老人不愿麻烦他人,宁可忍着、受着,时间久了,生活质量难免降低。面对数量庞大的空巢老人,如何在居家养老模式下给他们更多关爱,无疑是社区工作的重要内容之一。

“周末走访”可谓有针对性地满足了这一需求,解决现实问题是小,让老人感受到没有被遗忘、始终被惦念更为可贵。社区工作人员、网格员、爱心志愿者等人群通过日复一日地付出和探索,不仅解决了不少空巢老人的燃眉之急,更积累了许多行之有效的工作方法,必将给基层如何凝聚强大合力,怎样应对老龄化社会的挑战提供更多可复制、可持续的“太原经验”。



讲/文/明/树/新/风



建设美丽太原 争创文明城市



太原市文明办 太原日报

