

谈谈我的新年愿望

愿老年生活丰富多彩

——百姓期待娱乐健身活动多起来

本报记者 贾世峰

进入老龄化社会，越来越多的老年人对晚年生活有着更美好的期盼，他们追求健康、快乐的生活，也需要有相应的社会配套服务来支持。许多市民表示，希望老年人活动场地能够越来越多，晚年生活能够丰富多彩。

魏金生：愿更多的老人动起来

魏金生今年78岁，是原沧州第二化工厂的一名工人，退休后，他如同换了一个人，全身心地玩起了文艺。逢年过节参加各处的文艺演出，更是让他精神焕发，乐在其中。魏金生说，新的一年，他最大的愿望就是继

续活动下去，也希望更多的老人能动起来。“到今年，我退休已经15年了，文艺演出也15年了，这些年里最大的感触就是生命在于运动。上了年纪，能运动就得运动，唱歌、跳舞、跑步，做什么都可以，但得动起来。许多人一退休就闲下来了，这样不好。”魏金生表示，自己快80岁了，啥病没有，就是得益于运动，希望更多的老人和自己一样动起来。

刘丽：希望小区附近有室内活动场地

刘丽是运河区邮政小区的居民，

2021年从一家电讯公司退休后，开始了自己的退休生活计划，晨起跑步，晚上跳广场舞。刘丽说，原来小区里根本没有地方跳广场舞，大家只能在小区的路边或商场附近的空地上，很不方便。小区改造之后，有了小广场，这里成为人们的主要活动场地。她说：“但冬天没法活动，户外太冷，好多老人怕着凉，所以天一冷就不爱活动了。我们只能去艺术中心，但去那里的舞蹈队很多，每周我们只能排上一次。所以希望小区或者社区能有一个室内活动场地，这样冬天大家也能活动了。”

任振宇：关心老年人的精神生活

任振宇是黄骅融媒体中心集团的记者，多年在基层采访，对社区老年人生活有很深的了解。他说，曾去过许多社区采访，能够外出活动的老年人，只是其中的一部分，还有相当一些老年人因为健康等原因，不能外出活动，这部分老年人的生活状态，其实更值得关注。他表示，新的一年，希望政府有关部门、社区工作者、有关媒体以及医疗部门和广大志愿者，多多关注老年人的精神生活，为宅居老人提供更好的服务，提供健康保

障，让不能外出活动的老年人也能心态健康地安度晚年。

高颖：期待有专业人士组织老年人健身文娱

高颖是新华区华油社区的党委书记，华油社区是一个以老年人为主的社区，老年人活动也非常丰富。高颖说，希望能有专业组织、团体和志愿者，和社区一起组织老年人开展文娱、健身、老年保健等各个方面的活动，提高老年人活动的质量。社区可以是组织者，但毕竟不专业，有了专业组织的参与，老年人的活动才会真正好起来。

退休人不闲 义务护平安

牟学胜

蒋国勇从华北油田退休后，主动担任了任丘市东风社区平安义务守护员，这一做就是十几年。

这些年，蒋国勇将守护社区平安当作自己的事，从不放松。一天下午，他在车井小区散步，无意间看见一名陌生中年男子，从小区西门进来，走走停停，东张西望。蒋国勇立刻警觉了起来，跟在这个人后边，看他到底要干什么。这名男子刚要骑一辆自行车下手，蒋国勇掏出眼镜盒当手机，故意地大声说：“喂，你是派出所所长吗……”男子听见后，吓得立刻撒腿就跑。

“善相劝，德皆建”。蒋国勇践行此古训，构建平安社区，调解邻里纠纷，受到大家好评。

车井小区内有一户人家装修，事先却没有和左邻右舍住户打招呼，中午也不停工，严重影响了楼下住户的正常生活，两家人争吵了起来，拉拉扯扯地要去派出所。

蒋国勇恰巧路过，他上门调解：“你们两家楼上楼下住着，有什么过不去的？你们把事情的来龙去脉给我讲讲，我看看是怎么回事，调解不了再去派出所也不迟。”听完事情原委，蒋国勇对装修的住户说：“中午和晚上休息时不应该装修，不能影响邻居生活。您上午早动工一个小时，中午和晚饭后停工，动作尽量放轻，这样不就可以了吗？再说了，远亲不如近邻。有什么事儿，告诉邻居一声，大伙儿会谅解的。”听他这么一说，两家人都不好意思了，这件事就这么化解了。

蒋国勇自当上守护员后，哪里下水道不通了，哪条路雨后积水了，哪个单元楼外窗台放花盆了……这些不起眼的小事，他都会记在心上，及时帮助解决。解决不了的，就向相关部门反映，帮助解决。

的确，社区有这样一位热心肠，让大家的生活便利不少。如果大家都像蒋国勇一样，为社区建设出一分力，社区就会变得更和谐。



草野事 民生情

全省社会组织评估结束 黄骅一康复中心获评5A级

本报讯（记者贾世峰）日前，河北省民政厅公布了2021年度社会组织评估结果，黄骅星之翼孤独症儿童康复中心获评5A级社会组织。另外，沧州安定医院、黄骅安定医院获评4A级社会组织，沧州九龙医院获评3A级社会组织。

黄骅星之翼孤独症儿童康复中心创办于2013年，是华北地区专业治疗康复孤独症儿童的非营利性机构，也是我市的定点康复机构。学校从

2017年开始承接国家免费康复项目，对符合条件的残疾儿童实施免费康复；对家庭困难的残疾儿童实施救助。

据介绍，这次评估经过社会组织自评，业务主管单位（设区市）初评，省评估办材料审核、实地检查，省评估委员会终审及媒体公示、受理复核等程序后评选的，全省共有45个社会组织被评为5A级，28个社会组织被评为4A级，68个社会组织被评为3A级。



渔村剪纸 庆新春

一张张花样各异、造型独特的剪纸承载着新春美好的祝愿。春节期间，省级非遗项目“渤海渔村剪纸”代表性传承人韩宝菊，在黄骅常庄剪纸博物馆里教孩子们学习剪纸，为新春增添了喜庆和暖意。

高菁 邢程 摄影

市区部分主次干道：部分行人乱穿马路 机动车不礼让行人

本报讯（记者孙杰）日前，记者在采访时发现，在市区一些主次干道，存在行人乱穿马路和机动车不礼让行人的不文明行为。

在新华东路与一中前街交叉口，信号灯还处于红灯时，一对情侣见车辆较少便快速穿过马路。后面部分等候的市民见此情景，也紧跟者走起来。抢红灯过马路的行人中，既有结伴同行的年轻人，也有抱着孩子的老人。

在永安北大道，两位乘客在五七新村公交站下车后，见路上车较少，便快速斜穿马路。其实，下车处的公交站距离路口人行横道仅有50米的距离。在永安北大道与朝东北路交叉口，记者耳边传来一阵急促的

车笛声。原来，自北向南行驶的电动自行车和自西向东行驶的机动车在路口相遇。抬头一看，是电动自行车驾驶人闯红灯行驶，让正常通过的机动车司机猝不及防。

在解放东路与交通南大道交叉口附近，一位老人等在欣怡电子城门前的人行横道处，老人想过马路，可是没有车辆主动停下让行。老人等车辆较少时才通过马路，他走到马路中间时，一辆机动车从眼前疾驰而过，也没有停下让老人先通过。

针对采访中发现的问题，希望相关部门加强监督和管理，也希望广大市民自觉遵守交通规则，广大车主文明礼让行人。

不文明行为曝光台

沧州师院成为省硕士学位建设单位

本报讯（记者刘杰 李智力 通讯员何渔阳 安娜）日前，河北省学位委员会下发通知，沧州师范学院被确定为硕士学位授予立项建设单位。据了解，立项建设需要连续两个周期，一个周期为3年。建设期满后，达到学位授权审核申请的基本条件，即可进行硕士招生。

1月6日，省教育厅、省学位办组织专家组对沧州师范学院进行考察指导。专家组一致认为，沧州师范学院已具备硕士学位授予立项建设单位的条件，教育、文物与博物馆、材料与化工、生物与制药等专业已具备硕士学位授权点立项建设的条件。沧州师范学院始建于1958年，2010年

升建为本科院校，2014年获得学士学位授予权，2018年通过教育部本科教学工作合格评估。学校现有本科专业52个，涵盖教育学、文学、历史学、理学、工学、艺术学等10大学科门类，形成了以师范专业为基础，师范与非师范专业协调发展的办学格局，至今已累计培养了10万多名优秀人才。

疫情防控期间，卫生间如何清洁消毒

疫情防控期间，应加强卫生间特别是公用卫生间的清洁与消毒，降低新冠病毒传播风险。在此，提醒市民做好以下几点：

家庭卫生间每日开窗通风2至3次，每次至少30分钟；没有窗户的卫生间，应安装性能良好的排换气扇，并每天保持一定时间使用。公共卫生间要始终持续保持良好的通风状态。

及时清理卫生间垃圾，保持卫生间的环境清洁卫生。可用含氯消毒液，擦拭、喷洒卫生间地面或墙面进行消毒，作用时

间不少于30分钟。

公共卫生间洗手处需配备洗手液等洁手用品；建议配备感应式的洁手用品和水龙头；工作人员保持手卫生，随时洗手或用含醇速干手消毒剂。有肉眼可见污染物时应使用洗手液在流动水下洗手，然后消毒。

加强卫生间的物体表面消毒。应以手经常接触的物体表面为主，如门把手、水龙头等，可用含氯消毒液、75%酒精或其他可用于表面消毒的消毒剂擦拭消毒，作用30分钟后清水擦拭干净。

加强拖布和抹布等卫生洁具消毒。应专区专用，专物专用，避免交叉感染。使用后以含氯消毒液进行浸泡消毒，作用30分钟后用清水冲洗干净，晾干存放。

加强卫生间蹲坑、坐便器等设施的消毒。有明显污染物时，需先清理污染物，之后可用含氯消毒液擦拭或喷洒消毒，作用30分钟后，坐便器需清水擦拭干净。

高菁 韩学敏 整理

疫情防控科普知识

安全使用燃气九注意

燃气爆炸事故易造成群死群伤的严重后果，给生命和财产带来巨大损失，那么，我们该如何安全使用燃气，这9个“注意”一定要牢记：

1、燃气管线的安装要由专业人员进行，个人不得乱拉乱接，不要把管线砌到墙里、池里或间壁，这样容易将漏泄点隐蔽起来，一旦漏气发生，十分危险。

2、室内管线应设明线、用镀锌钢管，不要设在潮湿或有腐蚀性介质的室内，不要穿越卧室。如必须穿越，则应采取防腐措施和设置在套管中。

3、在使用管道燃气前，要检查室内有无漏气。发现漏气时，应立即打开门窗通风，及时查找漏气处，并通知供气部门检修，在任何情况下都严禁动用明火，开启电器开关，以防引起爆炸燃烧。

4、用气计量表宜安装在室内通风良好的地方，严禁个人擅自更换、拆迁燃气管道、阀门、计量表等设备，如需要维修，应由供气单位进行。维修工作必须在停气时进行，停气、送气时，必须事先通知用户。管

线、计量装置及阀门新安装或维修后，应经试压、试漏，检查合格后，方可投入使用。

5、燃气与管道的连接不宜采用软管，如必须使用时，其长度最长不超过一米，两端必须扎牢，软管老化应及时更新。每次使用完毕，应将连接管道一端的阀门关紧，以防漏气。

6、在使用煤气燃具时，必须严格按照“先点火，后开气”的顺序进行。如未点燃时，应立即关气，待煤气散尽后再点火开气。

7、使用煤气、天然气时，要有人照看，防止沸水溢出熄灭火焰，造成燃气泄漏。

8、严禁在燃气设施附近放置易燃、易爆物品。

9、严禁外力冲击碰撞燃气管线，以免引起接口处松动泄漏。

关注农村燃气采暖
沧州市住房和城乡建设局

沧州市

文明 亦提醒您：

讲好“五句话”

您好、请、谢谢、对不起、没关系

做好“十个不”

不浪费粮食 不乱扔垃圾 不随地吐痰 不车窗抛物 不随意插队
不乱停乱放 不逆行 不闯红灯 不私搭乱建 不占道经营

沧州市文明办 宣