



响了20多年的大喇叭

贾世峰 侯丽宁

“各位乡亲，大家好，我把会议中关于‘三农’方面的内容给大家播报一下……”这几天，在任丘市中华路街道谢刘场村，每天早晨8时左右，谢玉梅都会通过村里的大喇叭，给大家播报党和国家的方针政策、法律法规。

72岁的谢玉梅是村里的播音员。她从上世纪90年代就负责村里的大喇叭广播、农家书屋、远程教育等工作，在这个岗位上干了一千就是20多年。

“要是早晨没听到她的广播，就好像少了点什么东西。这20多年，她播报了多少期广播，谁也记不清了。”谢刘场村党支部书记郑全喜说，“大家都说，谢玉梅就是我们村的‘首席播音员’。”

每天上午，谢刘场村的大喇叭准时响起，她就给大家播报党的方针政策、惠民政策、疫情防控知识等。农忙时节，她还会播报一些农业种植知识，很受村民欢迎。“老百姓了解国家大政方针的渠道有很多。但在农村，许多上年纪的人还是习惯听大喇叭广播，为了他们，我也要坚持每天播报。”谢玉梅说。

随着远程教育的实施，70多岁的谢玉梅又学习了远程教育系统的操作使用，村委会每个月都会利用远程系统开展学习、讨论、交流活动。引导大家充分利用远程教育平台资源，不断提高政治理论素质、提升产业发展技能，让广大党员群众切实感受到远程教育学习带来的实惠。

谢玉梅坚持20多年在大喇叭中广播，那声音早已印在村民的心里。谢玉梅表示，只要人们愿意听，大喇叭广播就会一直播下去。



爱好者演绎戏曲魂 老中青代代来传承

东槐庄业余梆子剧团唱了75年

本报记者 李佳芳 本报通讯员 王文玲

“公子王孙我不打，绣球单打平贵头……”日前，沧县兴济镇东槐庄村中心的戏台上，唱响了河北梆子经典选段《大登殿》。舞台上，饱满浑厚的唱腔、鲜活生动的形象、跌宕起伏的剧情，将现场气氛一次次推向高潮。台下叫好连连、掌声不断。

台上的演员们并不是专业的戏曲演员，而是东槐庄村热爱河北梆子的普通村民。东槐庄村业余梆子剧团成立于1948年，75年来，剧团不管遇到什么困难，他们都坚持了下来。剧团的演出，不仅丰富了村民生活，还让河北梆子一代一代传承下来。

梆子唱了几十年

剧团成员王桂萍，今年已经81岁高龄了。之前，王桂萍的叔叔也是剧团成员之一。她从小跟着叔叔学习河北梆子，那时，她一边在地里劳作，一边哼唱梆子，不觉得辛苦。

据了解，东槐庄村村民早在新中国成立前就有喜爱河北梆子的传统，戏曲爱好者经常聚在一起切磋表演技艺。1948年，东槐庄村组织了一支文艺队，取名“同乐会”。农闲时，大家唱大戏、扭秧歌，自娱自乐。当时，村民学习河北梆子的热情很高，村里请来了青县小牛庄村的倪凤奎，教他们《清风亭》《桑园会》《火焰棍》《打焦赞》等梆子选段。那一年，东槐庄村业余梆子剧团正式成立。

戏剧是集体艺术，需要舞台设备、服装行头、各种乐器。当时，村民生活比较困难，在这种情况下，第一任团长王玉春就带领全体演员淘坑捕鱼、卖钱填补资金亏缺。

后来，东槐庄村业余梆子剧团又聘请多名民间河北梆子爱好者当老师，同时招收更多村民演员，学习古装戏、现代戏，并在长本分集、分本连续剧的武戏上下足了功夫，培养了几名十五六岁的“武靶子”。



东槐庄业余梆子剧团表演剧目《辕门斩子》

为乡亲义务演出

每逢节假日，东槐庄业余梆子剧团会举办义务演出。这不，今年从2月1日开始，他们便在村里搭起了戏台，连续演出7天。每天，台下都挤满了观众。一场场具有浓郁地方特色的戏曲盛宴，让观众们看得津津有味。

搭戏台的用具是从沧州专业梆子剧团淘汰的装备里淘换来的。虽然简陋，但并不影响唱戏人和看戏人的心情。当锣鼓敲响起来，演员们水袖曼舞、唱念做打，一个个悲欢离合的故事被缓缓叙述，台上的人、景、物都有了灵魂。

“演员们的戏服、乐器，很多是老一辈剧团传下来的。”东槐庄村党支部书记王桂明介绍，村里专门腾出几间老房子，存放这些戏服、乐器。每天晚上，大家在这里排练剧目，多年来从不间断。

现在，东槐庄业余梆子剧团已发展到60多人，覆盖老中青3个年龄段，能熟练出演64个剧目。他们先后到青县泉流庄、伊庄子、李庄子、大杜庄、小鹤留、黄骅杨官庄、前韩村、二麻沽、天津滨海新区的沙井子、郭庄子、小齐庄、沧县郭村、赵官营等村镇友情演出，受到了当地村民的欢迎和好评。

村民自发捐款捐物支持

东槐庄村业余梆子剧团的惠民演出，尽管演员们分文不收，但其他花销也是不小。

“陈洪波2000元，赵金江2000元，张亮500元，张秀玲300元……”排练和演出所需费用，村委会负担一部分，村民们捐献一部分。村委会每年会制作功德榜，记录下这些爱心。有了这些支持，东槐庄村业余梆子剧团添置了服装行头、音响设备、灯光布景，又购买了烟雾机、雪花机、字幕仪。为了观众们看戏舒服，他们还购入了大篷。

赵宝明在市区经营一家企业，很喜欢河北梆子。一次，他在东槐庄村看到了剧团表演，非常激动，当即决定捐款3万元，给剧团成员们提供保障，更好地传承这门艺术。赵宝明说，在儿时的记忆里，老早拿着小板凳占据“有利位置”，跟着大人去村里听戏，是最快乐的事儿。只要一开场，甭说村里人来看，就连外村的人也老远赶来瞧稀罕。但是，现在很少有机会现场听戏了。

“眼下，剧团里还是老人居多，另外旦角演员缺乏。”东槐庄村业余梆子剧团团长伊之庆说，近年来，他们动员老演员发展新演员，希望能够培养更多后备力量，让河北梆子得以更好地传承。



“阳康”后不同人群何时开始运动？

一些新冠病毒感染者在康复期出现了体能下降的情况。医生建议，“阳康”人群要在身体机能恢复后才能开始运动，并且要把握好运动的强度、时间、种类和频率，科学锻炼。

对于没有基础疾病的人，新冠病毒感染康复后三周内不宜运动。三周后，可在进行身体评估后，进行一些低强度运动，包括四肢伸展运动、散步、瑜伽练习等，每次运动时间以30分钟为宜。

重症新冠病毒感染者康复后，需要进行完整的运动测试和心肺功能检查，一切正常后方可进行适度的运动，并且

运动前后要检查心率、血氧、血压等指标，避免运动风险。

寒冷天气下，有肺部基础疾病的“阳康”人群容易出现咳嗽等症状，这些患者在康复后，可以检查一下肺部情况，比如到医院查一下肺部CT。有肺部基础疾病的新冠病毒感染者在康复后要注意保暖，戒烟限酒，在康复后的三个月内不宜进行激烈运动。

对于感染新冠病毒的孩子来说，如果没有基础疾病，一般两至三周之内体能会慢慢恢复。三周后，可进行一些低强度运动，此时应该避免让孩子进行激

烈的对抗型运动。一般情况下，家长可以在一个月后让孩子完全恢复之前的运动量，并适当给孩子补充优质的蛋白质和维生素。

“阳康”人群需要观察自己在运动时和运动1个小时后有没有异常感觉，运动后第二天有没有出现呼吸困难、心率异常、过度疲劳等症状。如果出现这些情况，应暂时停止运动。

韩学敏 整理

疫情防控科普知识



- 曹广欣 13833726801
- 贾世峰 18633723378
- 周洋 15373303138
- 韩学敏 13303177581
- 胡学敏 13303177569
- 邢程 18403078228
- 李佳芳 13315793900
- 孙杰 18631707181
- 李智力 18211153012

欢迎提供新闻线索

公益广告

引入人工智能 批量解决纠纷

吴桥“慧云”处置 1.8万件金融纠纷

本报讯（记者胡学敏 通讯员王昱鑫）某债权公司联系吴桥慧云调解中心，通过协商，债权人同意减免债务人的逾期违约金和全部利息，债务人偿还了本金欠款。近日，一起债务纠纷案调解成功。

原来，债务人芮某通过某网络平台借款1.5万元，未按时还款。调解员多方联系了解到，芮某出了车祸，暂时不能就业，治疗费用负担沉重，确实有实际困难。调解员与双方多次协商，双方达成了调解协议。这是吴桥慧云金融纠纷调解中心调解成功的一个案例。这个调解中心自去年5月30日成立至今，共处置金融纠纷1.8万余件，涉案金额5800多万元。

如今，信用卡及各种网络平台信贷引起的违约纠纷越来越多，大大增加了司法部门的工作量。在这种背景下，由吴桥县司法局批准并作为主管单位，在吴桥县民政局、行政审批局依法注

册登记的专业金融纠纷调解组织——吴桥慧云金融纠纷调解中心成立。

“金融机构把案件材料上传到多元解纷公共服务技术平台，系统会对案件进行自动分析，提取要素，生成文书，以智能化方式通知到债务人，进行有效的诉前调解。”吴桥慧云金融纠纷调解中心相关负责人介绍。

调解中心按照调解自愿和依法公正原则，运用网络信息调解、电话调解、现场调解、远程视频等调解方式，妥善化解金融民事纠纷，实现小微金融纠纷的批量化、智能化处置。

作为人民法院特邀调解组织，吴桥慧云金融纠纷调解中心的调解员被吴桥县人民法院聘请为金融纠纷特邀调解员，受邀对金融纠纷进行依法调解，达成的调解协议可向人民法院申请予以司法确认。

黄骅“大家唱”系列文艺演出启动

本报讯（记者孙杰 通讯员魏浩然）近日，渤海新区黄骅市“大家唱”系列文艺演出活动拉开帷幕，广大市民又多了一个文化交流和才艺展示的平台。

在渤海新区黄骅市文化馆小剧场，一场精彩的文艺汇演正在举行。40多位文艺爱好者登台演出，吸引近百名市民前来观看。歌曲、朗诵、戏曲等节目轮番上演，鼓舞《鼓韵雄风》舞出了中华儿女踏上新征程的决心和气势；京东大鼓《越说心里越觉得甜》讲述了新时代美好生活的甜蜜；经典的戏曲和动听的歌曲，则表达了大家内心的愉悦和对未来生活的美好向往，整场演出让

现场观众沉浸在欢乐的氛围中。

“节目很精彩，形式也多样，听说以后还陆续有很多节目，我会带着家人继续观看。”现场市民徐秀荣高兴地说。

参与演出的文艺爱好者王依涵表示，自己从小就喜欢音乐、喜欢舞台。“大家唱”活动是一次很好的锻炼和展示机会，可以学到很多技能本领。

据了解，这次“大家唱”系列文艺演出活动由渤海新区黄骅市文广旅局文化馆主办，共策划文艺演出70余场。活动将陆续走进各乡镇、街道、社区，为群众搭建舞台，让群众交流学习、展示才艺。



2月9日上午，献县红十字会和红十字应急救援队为100余名民辅警开展急救技能培训。专业救护人员现场讲解并演示心肺复苏、气道异物梗阻急救等知识和操作要领。

陈艺 孟庆华 李光伟 摄

沧州市

文明
办提醒您：

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