

汀田街道金前村举办首届老年人趣味运动会 百余老人欢笑声中迎佳节 “多动动，多笑笑，就长寿了”

■记者 金汝

昨日上午,天气有点寒冷,但汀田街道金前村老人公寓内一片热闹。该村 100 多名老年人参加了首届老年人趣味运动会,在自娱自乐的欢笑声中庆祝新年的到来。



简易保龄球,老人玩得很开心

8 时许,金前村老人公寓挂出了红灯笼。趣味运动会会有运乒乓球、拍皮球、吹蜡烛、夹弹珠、筷子插瓶、飞镖等 10 个项目,老人们可根据自己的喜好选择参赛项目。

8 时 30 分许,老年趣味运动会拉开了帷幕。老人们个个兴致勃勃、摩拳擦掌,看来劲头十足。

“保龄球”比赛是将 10 个矿泉水瓶仿照保龄球的排列方式,排列成 4

排,“运动员”按照 60 岁、70 岁、80 岁的年龄段,分别站在特定的距离,将手中的实心球滚向矿泉水瓶。每人有 3 次机会,击倒 1 个瓶子算 1 分。

60 岁的金春兰老人拿着实心球,用力扔向矿泉水瓶,不料实心球偏离“轨道”太多,一个瓶子都没击中。旁边的老人笑了,金春兰老人自己也乐了:“看着距离挺近的,咋一个都没倒?”

夹弹珠高手一分钟夹 47 个

“夹弹珠”赛场人气很足,不少老人跃跃欲试。

“你看阿胜伯多厉害,不到半分钟就夹了 10 多个,估计是平时夹螺蛳练出来的。”正在观战的老人们开起了玩笑。

86 岁的蔡文胜老人此时已完全

沉醉在比赛中:手持筷子,眼不花,手不抖,轻轻用力,气定神闲地夹住玻璃弹珠,迅速送入另一个塑料筐中。最终,他一分钟夹了 32 个玻璃弹珠。

“这是个巧活,用力要均匀,如果心里着急,肯定做不好。”蔡文胜老人

九旬老伯参加投篮比赛

看着老伙计们在赛场上乐呵,90 岁的林安生老人也跃跃欲试,要参加投篮比赛。

“林阿伯,您这么大年纪,别投篮了,去参加其他比赛吧。”周围的人劝他。

林老伯却不服老:“别看我岁数大,照样可以投篮,不信你们看

着。”他接过篮球,瞄了瞄篮圈,将篮球扔了出去,可惜球砸在篮板上,没进。

旁边的人笑了,不过依然给他加油、鼓劲。投了几次,篮球总是不进,老人的额头直冒汗。

第 7 个球被投出去时,篮球在篮圈上蹦跳了几下,最终掉进了篮圈

一回生二回熟,第二次出球前,她做了充足准备:猫下腰,拿着实心球仔细对着方向,然后将球送出,不过力道比第一次小。

“蹦……蹦……”老人握拳叫了一声:“倒了两个!”

第三次,她击倒 8 个瓶子。虽然成绩一般,不过金春兰觉得挺开心:“每天窝在屋里也没啥事,参加运动会就为了图个开心。”

高兴地向其他人介绍起经验。

不过,64 岁的余美玉老人才是最大的“明星”,1 分钟内夹了 47 个玻璃弹珠,成了这个项目的冠军。看着塑料筐里满满的玻璃弹珠,余美玉老人露出了开心的笑容。

里。大家纷纷叫好,老人的脸上也乐开了花。他说:“快要过年了,老人们也要多乐乐呵。多动动,多笑笑,就长寿了。”

该村党支部书记蔡以桐说,新春临近,举办这次运动会就是让老人们动一动、笑一笑,让老人们在喜庆、祥和的欢乐气氛中共迎佳节。

瑞安火车站检票闸机今起升级

网上购票者持二代身份证 用证代票直接进出站

本报讯(首席记者 金行哲)记者昨从铁路部门获悉,瑞安火车站的自动检票闸机今日起升级了,市民在网上购买的车票,无需先换纸质车票,可以直接持二代身份证通过检票闸机进出站。

据介绍,自实行网络购票后,市民通过 12306 网站购票成功后,还需到代售点或车站窗口换取纸质票,才能顺利进站上车,这给部分市民的出行带来一定不便。

为省去换票环节,甬台温(除宁波东站外)、温福、福厦线各站及福州、厦门站等都升级进出站检票闸机,旅客在网上购票成功以后,可以持二代身份证,用证代票,直接进出站。

据瑞安火车站站长高伟介绍,持二代身份证通过自动检票闸机直接进出车站,需满足乘车

站和到站均需是升级后的检票闸机的条件。如果乘车站或到站不属于以上线路车站,仍需先更换纸质车票,然后凭票进出车站。也就是说,如果从瑞安站直接持二代身份证上车,要乘车到宁波东站,可能要换回纸质车票才能进出站。另外,如果需要报销的旅客,也需换取纸质车票。

另悉,今年 1 月 8 日春运开始后,瑞安火车站的客流量较为稳定,未出现大量增加的情况。据高伟介绍,今年春运开始的两天内,从瑞安火车站出行的客运量每天约 2000 人次,与往日基本持平。而近日返程的客流量有明显增加,每天到达瑞安站的客流量有三四千人次,随着年关临近,可能还会增加。预计正月初四、初五开始,会迎来外出的一个高峰期。

市自行车运动协会成立

本报讯(记者 潘勤勇)市自行车运动协会近日正式成立,这标志着我市自行车运动迈上了良性发展轨道。据悉,市自行车运动协会由瑞安骑行梦之队发起,目前有会员 85 人。

相亲相爱

Http://xqxa.rarb.cn

今天男主角:小彤

我 1989 年出生,身高 1.75 米,体重 70 公斤,大专学历,现为某机关单位职工。

他 朋友眼中的小彤:他是个对工作很有责任心的小伙子,虽然不是帅哥,但长得绝对不吓人。

他的爱好 看小说、打篮球、唱歌。

他的爱情宣言 是你的跑都跑不掉。

他的“她” 年龄在 21 至 24 岁之间,身高 1.60 米左右,希望未来的她不要太胖。(记者 李雅)

温馨提示

单身的你若觉得与我们推出的男主角或女主角相配,请致电本报征婚热线 65916666 或加 QQ995695436 或网上报名(网址 http://xqxa.rarb.cn),我们将为双方交换详细资料,并根据双方的意愿,安排相亲活动,但对于双方的后续发展,那谁也打不了包票,只能看缘分了。

金川“川和”牌有机大米上市了

随着人们生活水平的不断提高,稻米的质量安全问题越来越受到多方面的关注。农业部自 2001 年起部署“无公害食品行动计划”,继而提出无公害食品、绿色食品、有机食品“三位一体,共同推进”的发展战略。有机稻米是有机食品的重要种类之一,在国际市场上早已成为发达国家畅销的主食之一,是人们

追求的“放心食品”。

金川高山有机稻米专业合作社成立于 2009 年 8 月,工商注册号:330381NA000486X,注册商标“川和”牌。合作社有机基地 2011 年种植面积 1120 亩,规划面积 5500 亩,生产基地位于湖岭镇金川(金川生态环境优良,平均海拔 600 多米,最高海拔为 907 米,辖区内耕地均为

高山梯田)。2009 年,在市委、市政府及有关部门的支持下,按照 GB/T 19630.1-4《有机产品》和浙江省地方标准 DB33/T366-2002《有机稻米》规定技术标准,结合当地土壤、气候等自然条件,在杜山、山林两村(面积 420 亩)试种有机稻米并取得成功,同年 12 月产出的“川和”牌高山梯田有机大米获得中绿华夏有机

食品认证中心颁发的有机食品转换产品认证证书(证书编号:COFCC-R-0912-0453)。(记者 朱颖一)



图为 2.5 公斤包装的大米