

他将空竹玩出花,更年轻更健康

长着7米多长“尾巴”,10斤重空竹自由飞翔

抖空竹是一项很好的健身运动,在合肥,有一位老人将空竹玩出了“范儿”,10斤重的空竹在他手中驾轻就熟,而且系在空竹上的7米长彩带灵活自如地在他身上缠绕穿梭,一点也没有打结……

■周先荣 陈三虎
记者 沈娟娟 文/图



家里至少30多个空竹

这名老人名叫郝登云,今年70岁,家住合肥市蜀山区龙居社区新景花园小区。“退休后的任务就是提高生活质量和身体健康水平,不給子女添麻烦。”郝登云退休后曾经尝试过学电脑,但他认为长期坐在电脑桌前不利于身体健康。

五年前,他发现小区里抖空竹的人越来越多,慢慢地也想试试抖空竹,“是一种全身运动,讲究四肢躯体配合,还兼具趣味观赏性。”从五年前直到现在,郝登云抖空竹的水平已经很高,前前后后仅自然损坏的空竹就有10多个,他家里现在更是有大小不一、形态各异空竹30多个。

10斤重空竹伴着彩带飞舞

记者见到郝登云时,只看见三条长龙飘带灵活自如地在郝登云身上缠绕穿梭,大大的空

竹高速转动时发出阵阵嗡嗡响声。虽然飘带在飞速穿梭,但在郝登云的操控下轨迹丝毫不乱,几分钟下来,7米多长的飘带一点也没有打结。精彩的花式空竹表演,也赢得了现场居民的热烈掌声。表演完毕,记者才发现,这个直径在30厘米的空竹有10斤左右,握在手里确实有点分量,“这是我目前最大的一个空竹,配合长7米左右的飘带,抖起来要控制很大的离心力,还是花了很大功夫的。”

郝登云说,自己是从最简单的学起,后来才慢慢尝试一些暗渡陈仓、斗牛、长杆等难度较大的玩法。“关键是我找对适合自己的玩法,这才能坚持下来,一味挑战高难度,很容易打消自己的兴趣,这对于锻炼自己的耐心和意志力也很有好处。”

“抖空竹让我更加年轻,更加健康。”经过这些年的锻炼,郝登云的健康状况一直良好,不仅很少感冒,而且关节炎、高血压等都得到了控制。

乱张贴小广告最高可罚500元

星报讯(曹杨 记者 于彩丽) 市场星报、安徽财经网(www.ahcaijing.com)记者从合肥滨湖城管部门获悉,对于胡乱张贴小广告的,最高将罚款500元。

据滨湖城管队员介绍,要素大市场前来办事群众众多,楼体外立面被不少商家盯上,成为小广告的多发区域。为了防止小广告被城管队员快速清理,一些小广告被贴到二楼以上外墙面。面对非法小广告“长个”,普通的铲刀已经没有任何办法。从楼顶放安全绳对小广告进行清理成本较高,也存在安全隐患。

患。城管队员想来想去,只能在铲刀上想办法。城管队员卫明通过将铲刀或刀片固定在木棍、竹竿上,增加长度制作成高空铲,既好用也不花什么成本,可以将墙体高处的乱张贴广告顺利铲除。

针对办证小广告等乱张贴行为,滨湖城管部门开展专项治理,对乱张贴现场进行取证调查,如核实小广告上的电话信息属实将对电话号码进行寻呼,督促其配合城管部门调查处理,对违规乱张贴的,根据情况可以处以100元以上500元以下罚款。

男童8楼坠下奇迹生还后确诊自闭症 90后坚强妈妈悉心守护不言弃

星报讯(吴航 周莹莹 记者 马冰璐) 去年6月,男童飞飞(化名)从8楼坠下后奇迹生还,今年3月,他又被确诊患有自闭症。看着命运多舛的儿子,家住合肥市南岗镇的90后妈妈刘慧毅然决定,做一个坚强的妈妈,陪着儿子一起走过阴霾。“虽然不少亲友劝我放弃对他的康复训练,但哪怕只有一线希望,我也不会放弃。”

提起3岁的儿子飞飞,刘慧的眼眶瞬间红了,“从出生起,小小年纪的他已经经历了许多坎坷。”刘慧说,飞飞一出生便因缺血性脑梗病在暖箱里住了10天,1岁半时又因肺炎住院一个月。“最让她惊心动魄的是2岁半时,飞飞从8楼坠下,“去年6月29日早上,我出门办事,把熟睡中的飞飞一个人锁在家里。”

粗心的刘慧以为,自己只是出门半个小时,飞飞应该不会醒来,“岂料,他醒来后,从客厅飘窗坠下,摔在楼下草地上。”随后,飞飞被送往医院抢救,“经诊断,他脑部骨折、多处内脏挫伤,身上还有许多外伤……医生说,从那

么高的楼上坠下还能生还,真是一个奇迹。”

可不幸并未就此止步,今年3月,飞飞又被确诊患有自闭症,“3月初,南岗镇政府的工作人员小瞿上门给我送补办的独生子女光荣证时,发现飞飞不太活泼,也不爱说话,便提醒我,最好带孩子去医院看看是不是患有自闭症。”刘慧随即带飞飞前往医院,并确诊他患有自闭症。“后来,热心的小瞿还帮我们申请了民生工程每年1.8万元的困难补助。”

刘慧说,不幸接踵而至,让她心力交瘁,“作为妈妈,我一定要坚强面对。”她说,自己要做有一个担当的妈妈,如今,每天除了做家务、照顾飞飞外,她还风雨无阻地陪伴孩子接受康复训练。

康复训练需要花费大量的金钱、时间和精力,不少亲友都劝经济拮据的刘慧放弃对飞飞的康复训练,但刘慧坚决拒绝了,“儿子小小年纪便经历了这么多坎坷,我一定要照顾好他,陪着他走过阴霾,哪怕只有一线希望,我也不会放弃。”

合肥市井盖拟升级换代 车辆碾压过后不再大幅颠簸

星报讯(盛文 记者 祝亮) 为避免窨井设施沉降、井周损坏等现象,提高道路通行舒适度,日前,合肥市城乡建委牵头,由合肥市市政工程管理处实施,在西一环、一〇五医院等位置道路上,试点采用新型宽边窨井盖,替代原先的窄边窨井盖,提升窨井设施品质。目前已改造了30座窨井盖。新型窨井盖开合部位设计有橡胶垫圈,车辆过往碾压不会再发出“哐哐”的巨大声响。目前,在西一环、一〇五医院等车流量较大路段,30座新型窨井盖已试点使用。试点成功,将逐步推广更换。

图说新闻



4月15日,瑶海区举办“传播文明 放飞理想”瑶海东部新中心青春活力跑活动。来自全区街、镇、开发区及区卫计局等14个代表队,共400余名青春活力跑队员齐聚大兴镇钟油坊社区,展示合肥东部新中心的青春活力。 ■记者 周诚文/图



4月14日下午,合肥海棠街道清华社区居委组织离退休党员干部,参加骄阳物业管辖的时代怡园小区文明创建活动,用半天时间清理楼道牛皮癣,清扫卫生死角,还小区一个整洁环境,得到了业主广泛好评。 ■钱文令侠文/图



在对城市环境进行清扫保洁过程中,一些“边缘”区域往往耗时耗力且效果不佳。记者从包河区域管理局了解到,为解决这些路面顽症,完成城市深度保洁“最后一里路”,该局派出16台油污清洗车上岗专治马路“油头粉面”,提升路面颜值。 ■田守峰 记者 于彩丽文/图