

义务推广广场舞 带动大家来健身



□文/图 本报记者 潘丽亚 吴艳敏

作为掀起全民健身热潮的运动之一，广场舞凭借自身的娱乐性、集体性、灵活性，成为时下最受市民喜爱的文体健身活动之一。广场舞有着深厚的群众基础，近年来不断在漯河城乡各地不断蓬勃发展。“广场舞吸引带动了很多人参与其中，让人们充分享受到了健康生活方式带来的无限快乐，也给城市带来了新活力。”昨日，社会体育指导员陈凤云告诉记者。

带领大家一起跳广场舞

12月19日下午，记者来到老街工人文化宫，见到一群市民正在广场上跳舞健身。在前面带队的是61岁的陈凤云，她不仅舞姿优美，表情也非常到位。陈凤云是市社会体育指导员协会的一名社会体育指导

员，近几年，她还经常参与并策划市直机关运动会、全市职工运动会开场舞的编排，并担任总裁判长。

陈凤云说，她并不是专业舞蹈人员，而是一名业余爱好者。说起广场舞的兴起，陈凤云告诉记者：“十多年前，市民的健身运动项目有限，也就双汇广场上有几个几十人的队伍经常打腰鼓、跳秧歌，我也经常参加，后来在我的提议下，大家开始学习舞蹈。”

经过40个晚上的不懈努力，大家终于学会了广场舞。也正是从此开始，广场舞在漯河越来越流行。

陈凤云说，最近一段时间，她每天下午都会到市工人文化宫指导大家学习舞蹈，这是她新编

排的两支民族舞，准备参加近期的一个广场舞大赛。

希望更多市民参与健身

“习近平总书记在十九大报告中提到，过去的五年‘全民健身和竞技体育全面发展’。作为一名普通百姓，对全民健身的发展，我感受颇深。”陈凤云说，近年来，人们的生活水平稳步提高，越来越多的人开始注重自身健康，通过参加体育运动增强体质，已是越来越多人的共识。作为一名健身运动爱好者，她见证了全民健身的发展，“每天傍晚，参与广场舞的已不再只是老年人，年轻人也开始慢慢加入全民健身大军，我觉得这是个很好的发展趋势。”

据陈凤云介绍，全市广场舞协会有100多个活动站点，参与人数有数万人。陈凤云说，今后五年，她会力所能及地推广与宣传广场舞，教好舞蹈，多编舞蹈，让更多的人参与到全民健身中来。

另外，陈凤云认为，目前我市的广场舞还处于基础水平、动作单调的层次，还不能满足群众日益增长的健身需求。她希望今后的广场舞能向着健身秧歌、舞蹈等方面发展，从而达到锻炼身体各个部位的要求。也希望今后能有更多、更好、更完善的健身场所，来满足群众的健身需求。



参与全面清洁行动 提升城市颜值



□文/图 本报记者 杨旭

12月19日下午，在源汇区干河陈乡闫庄村村口，几十名志愿者、环卫工正在清理路面的垃圾、杂草。走进村子记者看到，经过大家的努力，村容村貌焕然一新，就连卫生死角也看不到垃圾。村民闫建华告诉记者，现在每周都有人在村子里进行大扫除，“俺们这儿虽然是城中村，环境可不比小区差多少。”

相同的场景也出现在马路上。在市区五一路与建设路交叉口

附近，十几名顺河街办事处的志愿者正忙着清理路面的杂物，果皮、纸屑、烟头一个也不放过。“每个周二、周五下午，我们都会出来打扫卫生，保持路面清洁。”志愿者蔡静说。

在丁湾农贸市场，参与清洁行动的不仅有志愿者、环卫工，

还有商户。经过擦拭后，各个摊位的橱窗、门头一尘不染，为消费者营造了良好的购物环境。“我就住在附近，几乎每天都要来这里买菜。”正在购买肉制品的市民陈星华说，“这个市场真是发生了巨大的变化，但没想到能保持到现在。”

据了解，自今年6月份以来，源汇区响应在全市范围内开展清洁行动的号召，于每周二、周五下午在辖区内发动干部群众和志愿者开展清扫路面垃圾、规范“七小”行业、整治农贸市场等一系列提升环境质量的行动。

12月19日当天，源汇区共出动24650多人，清扫道路67条、小区（行政村）160个、农贸市场（专业市场）10个、学校51所、居民楼2020栋、商场（宾馆）10个，清洗门头300个，清理垃圾箱600多个。



多重活动 惊喜连连 新玛特邀你“圣诞狂欢购”

□本报记者 凌仕东

圣诞节越来越近了。圣诞节对于零售业来说，是重大节日之一，是全年营销收官之时。为迎接2017圣诞节，漯河新玛特将开展“狂享圣诞、欢乐嗨购”主题活动，注入新鲜、时尚、娱乐元素，为消费者准备了多重惊喜好礼，为漯河市民送上2017年岁末的最后一次狂欢。

据了解，本次漯河新玛特圣诞狂欢季于12月22日至12月25日举行，推出“玩乐无止境”、“激情狂购惠不停”、“积分翻倍当钱花”、“超值满额惊喜多”、“购物抽奖赢双重大礼”、“你吃饭我买单”等多个主题活动，真正让走进漯河新玛特的消费者不虚此行。

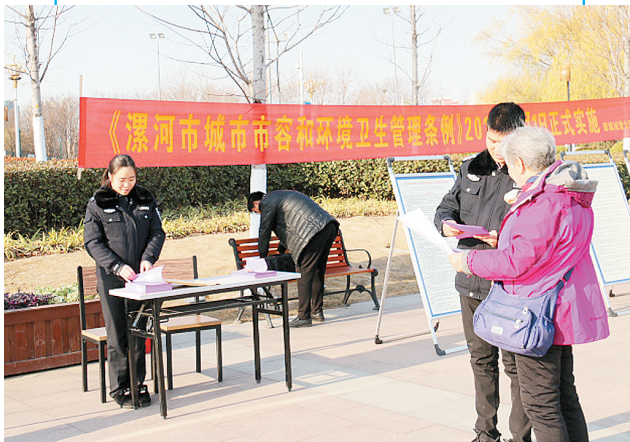
“玩”是圣诞节永恒不变的主题。据悉，为给消费者提供一次不一样的圣诞体验，呈现原汁原味的圣诞气氛，漯河新玛特对商场内外进行了精心的场景布置，圣诞元素随处可见。走进新玛特，你能真切感受到圣诞节氛围。

12月24日漯河新玛特将延长营业时间至24:00，华为MATE10手机、金条、洗衣机、购物卡等，每小时抽一大奖。除了为广大消费者带来超值优惠、购物抽奖送好礼等实在福利，还将推出系列现场体验式人气活动。比如，“吃卫龙辣条，喝冰爽可乐”大赛，你可以到场报名，辣条免费吃，可乐免费喝，还有奖金拿。此外，还有“平安果派发”、“购物送美食券”“平安夜现场摇一摇赢大奖”等活动。

目前，漯河新玛特圣诞节活动及奖品等均已准备到位。那么，除了以上的一系列好玩、好吃、好买的活动，漯河新玛特还为市民准备了哪些惊喜呢？等你来现场发现哟！

此外，还有一点需要跟广大消费者做个提醒。记者从漯河新玛特获悉，商场2017年度会员积分即将于今年12月31日自动清零，会员卡10分抵值现金1元、20分抵值现金2元，以此类推，希望广大消费者积分清零之前抓紧时间抵值消费。

图片新闻



12月19日上午，在沙澧公园红枫广场，市建委通过设置宣传展板、发放宣传单、现场讲解等多种形式，宣传《漯河市城市市容和环境卫生管理条例》，引导广大市民了解、支持、参与城市管理工作，营造良好的城市环境。《漯河市城市市容和环境卫生管理条例》将于2018年1月1日起施行。

本报记者 朱红 摄