

“名字承载着父母的爱国情怀”



□文/图 本报记者 王培

每个名字都饱含着父母的深爱 and 期许,有些也体现着时代的特点和变迁。家住市区燕山路幸福佳苑小区的杨建国今年63岁,“建国”这个名字让他很自豪,也让他懂得做事要认真踏实,通过奋斗努力创造美好生活。

工作认真踏实

提起自己的名字,杨建国说这当中承载着父母的爱国情怀。“我父母都是农民,虽然他们没什么文化,但他们对新中国有着发自内心的热爱,父母给我起了这个名字,是他们表达爱国情怀的一种方式,他们希望我长大后能为国家多做贡献。”杨建国说,和他年龄差不多叫“建国”的人有很多,大家都怀着

同样的期许。

杨建国没有辜负父母的期望,不论在什么岗位上都踏踏实实、兢兢业业。“1976年我高中毕业,因为踏实能干,表现比较突出,我当上了民兵连长。”杨建国告诉记者,20世纪80年代末,为了改变生活状况,他到市区一家鞋厂做销售工作。除了常年奔波在东北三省,他还到上海、深圳等城市寻找销路。因为能吃苦、踏实能干,他深受领导信赖。“虽然很辛苦,但是能把工作做好,我就很开心。不管干啥,都要踏踏实实。”杨建国说。

生活简单幸福

如今,杨建国已经退休,儿女孝顺,一家人其乐融融。有时在家闲来无事,杨建国就会到小区附近的党群服务中心帮忙干点小活儿,哪里脏了就打扫一下,书放乱了就帮忙整理。

“党群服务中心有图书室、娱乐室、舞蹈排练厅,在家没事就去坐坐,有活儿了帮忙干干。现在生活好了,大家都住上了楼房,也有了更多休闲娱乐的地方,小区附近还修建了文化体育广场,锻炼有了好去处,生活越来越幸福了。”杨建国笑着说。

杨建国不仅踏实能干,还乐于助人,邻里之间相处得十分融洽。邻居有什么事他都主动去帮忙,还积极参与集体事务。“能给别人帮上忙就帮帮,能出点力就出点力。”杨建国说,幸福生活是通过勤劳的双手努力创造的,他虽然没有做出过什么大的成就,但是能踏踏实实做好每一项工作,能为大家做一些事,出一把力,就感觉很开心、很满足。

沙河畔秀瑜伽

□文/图 本报记者 张新锐

每天早上6点,在市区解放路沙河北侧沙河南岸,会准时出现一群女子,伴着轻松的音乐和清新的晨风,婀娜多姿的身材演绎着一个个瑜伽动作,如行云流水,轻灵飘逸,美不胜收,引得众人驻足观看。

7月14日早上,记者采访得知,练习瑜伽的组织者名叫李艳杰,虽然已经53岁,但她看上去十分年轻,面色红润,身材苗条。李艳杰练习瑜伽已经9年,一说起瑜伽的好处就滔滔不绝。

“由于现在生活方式、环境的改变,亚健康的情况开始常态化,甚至低龄化,练习瑜伽是一种健康的理疗方式,同时还可以矫正体态,缓解情绪上的焦虑。”李艳杰说,她在社居委工作,多年与居民接触使她十分了解大家对健身运动的需求。于是,她开始学瑜伽,然后向居民推广。

“团队从一开始五六个人到现在已经有60多人,年龄最大的70多岁,最小的8岁。”李艳杰说,通过练习瑜伽,大家的精神面貌和身体健康水平有了很大改变。

李艳杰利用每天早上在河堤练瑜伽的机会,对有兴趣的市民发出邀请,许多晨练的人就这样加入了团



爱好者在练习瑜伽。

队。“只要你愿意健身,不管什么时候都不晚。”李艳杰说,现在常年一起练习瑜伽的有30人左右。

“练习瑜伽的初体验是心率加快,虽然双手、双腿会感到酸痛,但是心情却莫名感到舒畅,觉得自己能够轻飘飘起来。早上练瑜伽会带来好心情,觉得身边的景致都是不一样的。”一位名叫艳丽的瑜伽爱好者说。

社区播报



为培育社区未成年人心向党、跟党走的高尚情感和远大志向,7月13日,郾城区龙塔街道巴山路社区开展“童心向党 童声传唱”活动。

本报记者 潘丽亚 摄



7月12日是入伏第一天。7月13日上午,一些志愿者到市区海河路工行家属院,为小区居民免费贴三伏贴。

本报记者 朱红 摄



我的名字叫建国

小伙突发心梗 热心大姐送医

□本报记者 朱红 实习生 刘园园

7月14日上午,30多岁的申先生手提牛奶、水果来到市民刘会菊家中表示感谢。“多谢您在我困难时伸出援助之手,真是太感谢您了。”申先生握着刘会菊的手说。

51岁的刘会菊告诉记者,6月24日下午3点,她骑电动车路过市区泰山路和海河路交叉口时,看到申先生在路边坐着,用手捂着胸口,脸色蜡黄,非常

痛苦。

“他看到我后说心口疼,特别难受,让我带他去医院,我拦了两辆出租车,都被拒载了。看到小伙子特别难受,我觉着不能再等了,就让他坐在了电动车后座,头部靠在我背上,带到了附近的市三院。”刘会菊说,一到医院,医生直接把他送进了重症病房。

申先生告诉记者,他是外地人,在漯河工作,当天突发心梗,幸亏遇到了热心的刘大姐,不然后果不堪设想。出院后,他专门来看望刘大姐。

“送你去医院的路上我也害怕你出事,你身边也没个人帮你,我不能当没看到。你平平安安就好,这是我应该做的。”刘会菊笑着说。

