

于江伟扶起老人后



胡娥(左)与于江伟的母亲。

□文图 见习记者 党梦琦

不沾亲不带故，市民于江伟却经常自掏腰包帮助贫困的胡娥老两口。8月5日上午，召陵区召陵镇归村的胡娥老奶奶，在邻居刘玉香的陪同下，将一面写着“无私助人 品德高尚”的锦旗送到召陵区翟庄街道柳庄村于江伟家中。

“江伟真是个好孩子，这两年帮我不少。”说起于江伟，85岁的胡娥老奶奶赞不绝口。

2017年冬天，胡娥老奶奶外出时不幸摔倒，恰好经过的一位年轻人将其扶了起来，还热心地将她送回了

家。本以为只是一面之缘，没想到过了一段时间，这位年轻人带着一些生活用品到胡娥老奶奶家看望。

原来，送胡娥老奶奶回家时，年轻人了解到她是村里的贫困户，丈夫生病一直躺在床上，家中没什么经济来源，生活很是艰辛。从此以后，年轻人便时不时去看望胡娥老两口。

“有时候给我送来点米、面、油，有时候还给我钱。”说到这里，胡娥老奶奶两眼含泪，“我说他挣钱也不容易别给我了，但他还是塞给我，真是遇到个好人啊。”

每次年轻人到家里，胡娥老奶奶总是问他叫什么，

家住哪里，年轻人不肯说。“最后我说，不告诉我我就跟着你，看你家到底在哪，他这才说叫于江伟，家是柳庄村的。”胡娥老奶奶说。

刘玉香告诉记者，于江伟帮助胡娥老两口的事，村里不少人都知道。“大家都感觉他特别好，有时候他来看胡娥老两口，村民会去跟他聊几句。”刘玉香说，当得知胡娥想去于江伟家时，她就陪同一起，带着做好的锦旗，到柳庄村打听。

记者了解到，于江伟今年30岁，平日做点小生意。8月5日上午，于江伟在外地出差，胡娥老奶奶并没有见到他。随后，记者通过电话联系上了于江伟，他说：“看到两位老人没人照顾，就想帮他们一点。我的家人对这件事都很支持，媳妇也跟我去看老人。以后只要条件允许，我会尽自己的能力去帮助他们。”



钱包回归记

□本报记者 杨淇

“太感谢漯河汽车站的工作人员了，捡到我的钱包还给了我。”8月5日，许昌市的曹女士对记者说。

8月3日上午，曹女士在漯河汽车站乘车回许昌。“最近漯河的亲戚家里有点事，事情办完了和家人一起回许昌。”曹女士对记者说，她在售票窗口买票时，由于着急，把钱包忘在了窗口。

当天上午，售票员汤慧君看到窗口旁有一个粉色钱包。“我当时对那位乘客有印象，因为她买完票后没有离开一直在询问问题。”汤慧君对记者说，

打开钱包，里面有3200块钱和一些证件，她便交给了值班的同事，

随后，汤慧君的同事发现钱包里有一张银行取款单，上面有名字，于是在售票系统上进行查询。正在查询时，发现钱包不见的曹女士返回了汽车站。

核对信息后，曹女士取回了钱包。



社区播报



←8月2日，在市区银鸽大道北段街头游园，召陵区东方社区开展“相约七夕 最美不过夕阳红”活动。

本报记者 于文博 摄

→8月2日上午，郾城区孟南社区邀请七对恩爱夫妻开展“浪漫七夕节 浓浓邻里情”活动。



本报记者 潘丽亚 摄



←8月5日，源汇区东大街社区举办“浪漫七夕·爱就大声说出来”活动，恩爱夫妻代表和居民们欢聚一堂。

本报记者 王培 摄

→8月5日上午，郾城区淞江社区开展“相约七夕节 真心表爱意”DIY插花活动。



本报记者 潘丽亚 摄



←为引导居民树立正确的爱情观、婚恋观，促进家庭和睦，8月5日上午，郾城区祁山路社区开展“浪漫七夕 相约社区”活动。

本报记者 姚晓晓 摄

“酷走”伴着音乐快乐行走

□文图 本报记者 姚晓晓

每天早上5点40分和晚上7点10分，在郾城区金牛社区金牛游园，有一支伴着DJ音乐健步走的队伍格外壮观。他们踏着明快的节奏，上肢不停地变换动作，像是在做广播体操。他们把这种运动称作“酷走”。

8月5日早上6点，记者来到市区辽河路与白云山路交叉口附近的金牛游园，两路纵队组成的行走队伍格外抢眼。队伍前面的两名队长一个背着音响，一个举着“酷走队”旗帜，其他人则随着铿锵的音乐节奏甩开臂膀，迈开大步，疾步向前。他们走路的姿势虽然有些夸张并不时变换，但看着极其过瘾，令人不禁想加入其中。

今年40岁的张芳华是“酷走”队的发起人，她告诉记者，“酷走”是以节奏感强的DJ音乐为背景，跟着节奏快步行走的健身方式。

“刚开始我们就四五个人，没过几天，队伍一下扩大到了三十多人，再加上临时加入的，人数多的时候有七八十人，社区居民都喜欢这种运动，令我万万没想到。”张芳华说，每天和晚上，大家准时在金牛游园集合，每次锻炼40分钟。



“酷走队”在锻炼。

在现场记者看到，“酷走”队成员有时举起双臂，有时双臂伸直与地面平行，每走100米就变换一个姿势。

“酷走”一共三套动作，每套动作11个姿势，虽然看似简单，可走下来也是大汗淋漓。”居民于爱舍说。

“每个动作在行进中都应依顺序施展，要尽量全套做完，如果动作省略时，一定要保证两套动作之间简洁、顺畅衔接。如果有个人由于身体差异，动作不能做到位时，应力争向规范动作靠拢，逐渐使动作趋于规范，这样才能达到理想的运动效果。”于爱舍说，为了能把动作做标准，她不仅在网学习，还和大家一起切磋交流。

锻炼结束后，队员们拉着家常三五成群散去，关系看起来十分融洽。“我是今天

才加入这个队伍的，这么多人一起不知不觉就走了40分钟，如果让我自己走，肯定坚持不下来，而且一来竟然发现不少邻居都在这，我们不仅锻炼了身体，邻里关系也更加融洽了。”家住附近的刘女士说。

链接

“酷走”源于焦作市市民满衡阳的一个创意设计，他在徒步时突发奇想，若有节奏明快的音乐陪伴，挺胸收腹平视前方，走起路来会更有精神，达到身心愉悦的目的。经过几个月走路锻炼，他逐步摸索出一些经验：音乐+行走+上肢动作，也就是踏着节奏明快的DJ音乐节拍，加上科学规范的上肢动作，走起来更带劲。这种新颖独特的健身方式，十分时尚，逐渐引领新潮。