

老有所乐 老有所为

# 八旬老人获科学养生突出贡献奖

**本报讯（记者艾菊桂 通讯员马景刚）**近日，赤壁市一位年过八旬的老人葛松涛，在第五届全国养生大会上，获得了科学养生突出贡献奖。

葛松涛老人今年85岁，退休前一直在教育系统工作，闲暇之余喜欢学术研究。1992年，葛松涛退休后，十分热衷于老年学会事业，担任赤壁老年学会会长，发挥余热的同时已出版了三本论文集。论文集分别是《勤工拾贝》、《履痕记》和《岁月留香》，共60万字。他撰写的论文被国内多家报刊杂志发表，论文《走出老有所为的误区》在全国性的学术研讨会山西分会场作了交流发言，得到与会人员一致认可。

2010年，葛松涛获感动咸宁十大人物称号；2011年，获咸宁市首届十佳老人称号。2013年12月，他写的论文《沐浴书香追梦想不待扬鞭自奋蹄》在湖北省获得一等奖。真正做到了老有所乐、老有所为。

谈起养生话题，葛松涛说，他年轻的时候不太讲究养生，喜欢抽烟、喝酒，每顿能

喝一斤酒，每天不少于一包烟。迈入老年后，他开始非常注重养生。他的养生秘诀是：头发常梳、耳朵常搓、牙齿常磕、脚常泡等，另外，心态要好。他常说，没有健康，就没有一切。现在，他每天中餐和晚餐都要喝二两酒。他认为，老年人应该少抽烟，饮酒适量就行了。他的生活也非常有规律：早晚散步，饮食清淡。

葛松涛与老伴一起生活，每天心情都非常开朗，他的5个子女也非常孝顺，经常回家看望他们，并陪他们聊天。如今，他们二老吃穿全部都是子女安排，生活上不用他们操心。

葛松涛认为，快乐能延长寿命，用一颗快乐的心面对一切，哪怕遭遇挫折和不开，他也会利用各种方法以最快的速度调节好自己。“老人不但要快乐，还要豁达开朗。做一个豁达开朗的老人，就要宽容随和、明智开通一点，名利淡泊一点，就会永远保持平静安逸的心态，充分地享受生命，享受时光，享受快乐。”老人说。



## 随手乱扔烟头 引发两起山火

**本报讯（记者徐育军 通讯员樊辉 张炜）**别小看一个小小的烟头，由它引起的火灾却不容小视。近日，咸安森林公安分局破获两起火灾案，都是由烟头惹的祸，经济损失达数百万元。

1月20日下午5时许，咸安桂花镇盘源村五组发生森林大火，经当地干群全力扑救，最终将大火扑灭。经调查，此次失火面积达

560亩。由于缺少线索，一时找不到肇事者。咸安森林公安分局民警经过仔细勘察，掌握大量证据，该村黄某如实供述自己随手乱扔烟头而引发山林火灾的犯罪事实。

无独有偶，三天后，咸安汀泗桥镇也发生一起火灾，同样由烟头引起。1月23日下午2时许，该镇赤岗村6组村民朱某在自家荒地干农活，在田边休息时，他点燃一根香烟，吸

完后随手将烟头丢在一旁的地上。不料天干物燥，地上的茅草被烟头点燃，火苗越烧越大，朱某无法控制。很快，附近山头全都变成一片火海。4个小时后，大火才被扑灭。此次火灾，共烧了15个山头，失火面积356亩，其中5家村民承包的林地树木全部化为灰烬，经济损失达300多万元。

目前，两位肇事者已被警方刑事拘留。

## 聚众赌博 涉赌资金逾百万

通城5赌徒获刑

**本报讯（记者原子 通讯员董慧艳 吴戈 杨桃平）**日前，通城县法院一审公开开庭审理一起涉赌资金110余万元的聚众赌博案，5名犯罪嫌疑人因犯赌博罪，分别被判处有期徒刑2年、罚金70000元至拘役4个月、罚金15000元不等。

经查，2012年1月至2013年1月上旬，通城人卢某、龙某、周某、杜某、卢某某等人相约，先后在该县沙堆镇、四庄乡等地，或隐蔽在野外山林，或藏身于村民家里，随机入伙开设赌场，以摇骰子押单双的方式分别参赌10余场次至40余场次不等，分别投入赌资10余万元至40余万元不等。聚众赌博期间，该赌场还派人望风引路，每场次聚集参赌人员10余人至30余人不等。一年时间，5赌徒累计参与赌博110余场次、投入赌资110余万元。

法院审理认为，卢某、龙某、周某、杜某、卢某某以营利为目的聚众赌博，其行为已构成赌博罪，依法应当以赌博罪追究其刑事责任。鉴于卢某、龙某自动投案，如实供述自己的罪行，是自首，可以从轻或减轻处罚；卢某某、周某、杜某到案后如实供述自己的犯罪事实，可以从轻处罚。综合考量遂依法作出上述判决。

## 春节前后 赤壁离婚人数扎堆

**本报讯（记者艾菊桂 通讯员吴孝清）**春节上班的第一天，赤壁市婚姻登记处办理了22对离婚手续。

赤壁婚姻登记处每年离婚人数约有1500多对。从离婚的年龄来看，三四十岁的中年人占主流，他们大部分都是在外务工人员，不少夫妻常年天各一方，时间久了，夫妻感情越来越淡漠，所以产生了婚姻破裂。另外，离婚人员自由职业者多、固定职业的少，经济收入不稳定往往也是导致离婚的第一诱因。

据悉，从腊月24日至正月初八，赤壁婚姻登记处办理结婚的有385对，补办证107对，有90对办理离婚手续。

本报报道感动广大读者

## 爱心商户为“轮椅姑娘”送奶粉

**本报讯（记者原子 葛利利）**“这是我们的一点心意，请你收下。”2月14日上午10时许，咸宁市第一人民医院住院部三楼产科11病房来了一位特殊客人——咸宁市七色童年生活馆的老板程斌，为轮椅姑娘张细兰送去价值1700元的婴儿专用奶粉和纸尿裤。

2月13日，本报报道《我的幸福离不开你们的帮助》引起程斌的关注，得知张细兰家庭困难、孩子早产缺奶的情况后，程斌就和妻子商量，决定为她资助些奶粉和婴儿用品。程斌说，他这次送的奶粉是早产婴儿专用奶粉，纸尿裤超薄好吸收，适合刚出生的婴儿使用。

程斌还细心地给张细兰夫妇讲解了婴儿食用这些奶粉时的注意事项。程斌告诉记者，自己只是略尽绵力，以后如果张细兰夫妇还有什么困难，可以跟他联系，他会尽力帮助。

“谢谢您……”面对好心人的资助，张细兰激动地说，她会尽力抚养好孩子，让孩子长大后答谢好心人，回报社会。



## 春运超载，客车司机丢了“饭碗”

**本报讯（记者庞赞 通讯员邓鹏）**春节期间，崇阳至温泉的一辆运营车辆因超载被交警查获，司机因此丢了“饭碗”。

2月4日（正月初五），由崇阳客运站发出

的一辆崇阳至温泉的营运客车沿路上客，致使客车超载，在行驶到温泉马柏大道时被交警查获。交警部门当即对驾驶员做出驾驶证降级的处罚。

市运管处调查了解情况后，要求所辖崇阳县运管所对当事运输企业及驾驶员做出严肃处理。目前，该驾驶员已被取消从事大客车从业资格，并被公司辞退。