

想运动就在家门口

本报记者 王恬 通讯员 许立

小区里,居民朋友正挥汗如雨地上篮;广场上,老人们体验着智能的健身器材;公园绿道上,市民闲庭信步……在咸宁,老百姓尽情享受家门口的健身运动带来的放松与快乐,“快乐健身”已然成为群众生活的常态。



日前,市人民广场健身器材区成为市民茶余饭后休闲健身的好去处。 记者 夏正锋 摄

镜头一:小区健身房

“现在可好了,不用出小区就可以打球了。”1月30日,咸安区学府社区人事小区居民刘先生高兴得合不拢嘴,在新建好的篮球场上,与几位居民拼抢正酣,大家欢声笑语,享受着家门口运动带来的快乐。

记者看到,蓝红色悬浮地板、篮球场、羽毛球馆齐齐映入眼帘,大型活动区还引得不少热爱运动的居民来此运动健身,孩子们也开心得很,这里俨然成了小区新的“打卡地”。

人事小区老人居多,原本活动场所的水泥地凹凸不平,老人们活动不方便不安全成了大家普遍关注的问题,再加上小区活动场地不足,让不少热衷运动的居民无处施展。

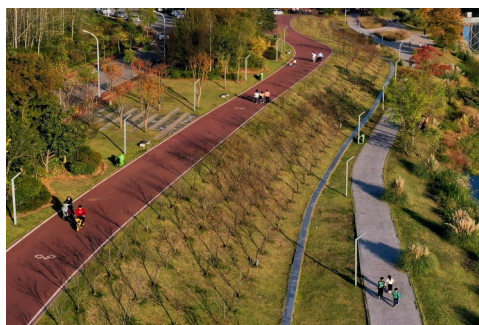
“我们去年接到了许多居民的诉求,他们提议将小区的闲置场地改造成篮球场,满足居民日常锻炼休闲的需求。”人事小区党支部书记袁志平告诉记者,为了将这一想法付诸实际,小区党支部和业委会积极与咸安区体育部门沟通,经过专家实地勘察并制定初步改建方案。

项目在推进中面临着资金的缺口,不过很快,小区居民通过热情高涨的募捐,解决了这一问题。“我们有36户居民,自筹了1.6万元。”小区第一书记欧阳林说,自筹倡议书发出后,小区居民积极响应,仅半天,业委会就收到了全部住户的捐赠信息。

“这个篮球场的建立有我的一份功劳,我一定要好好使用它。”刘先生的脸上满是自豪与骄傲。运动场上欢声笑语,小区居民尽情享受运动带来的喜悦与满足。

小区居民戴先生与他儿子也是篮球场众筹捐款者,父子二人看到新落成的篮球场,激动的心情溢于言表。他告诉记者,篮球场承载了小区居民的期盼:“我们会发场主人翁精神,参与维护这来之不易的成果。”

今年以来,我市一批体育设施建成投入使用,让市民有了更多的运动场所。目前,全市运动场地面积已达到623万平方米,人均体育场地面积达到2.43平方米。



日前,龙潭河心岛附近,市民们在健身步道上骑行、散步。 记者 夏正锋 摄



近日,在天洁知书城小区内健身器材处,市民正开心地健身。 记者 张仰强 摄

镜头二:口袋运动地

1月30日傍晚,咸安区香城小游园热闹起来:长廊下,爱下棋的老人面对面切磋棋艺,周围站满了观战的棋友;塑胶广场上,孩子们玩得乐此不疲……正在锻炼的市民周女士告诉记者,在老旧小区改造中,居民健身广场也同步“提档升级”,让居民们走出家门就能就近健身锻炼。

香城小游园的健身设施齐全,建有单杠、扭腰器、健身车、腰背按摩器等设施。正在小游园打太极的66岁李大爷表示,小游园刚投入使用时,健身设施比较少。

他说:“去年,小游园新增一批健身器材,包括腰背按摩器、伸腰训练器、双位扭腰器等。以前,我都要坐车去市人民广场打太极,来回路上要花费将近一个小时。这些新增设施特别好,打太极前我可以在健身器材上舒展身体。现在,从我家走到小游园只要3分钟,非常方便。”

香城小游园的运动场,是在城市用地紧张的情况下,咸安区为解决“健身去哪儿”问题想出的办法。

“为保障健身场地,我们对城区空闲地、边角地等空闲资源进行系统梳理,摸清可利用的底数。”市体育事业发展中心相关负责人介绍,增加场地的同时,还充分利用闲置资源,安装健身设施,满足大家的健身需求。

家住咸安区香城公馆的市民李晓芳,每天吃过晚饭,都会约上几个邻居,一起到家门口的小游园跑一跑。

近两年,口袋公园的角落里,陆续安装了健身设施。“早上6点半起床,给孩子做完早餐,换上衣服就去口袋公园健身,锻炼身体各部位的器材都有,特别全。”李晓芳发现,自从有了器材,口袋公园的人气比以前更旺了。

镜头三:公园智能区

周末,市人民广场满眼绿色,空气清新。广场上,前来拍照、锻炼,亲近自然、享受暖阳的市民络绎不绝。

活动小广场是孩子们的天堂,家长带着他们在这里奔跑玩耍;在林跑道上,散步的人群已开启了崭新的一天;健身广场内的健身器材,被晨练的人群占领;空地上,跳操、舞剑、打太极;不远处还有人打羽毛球,充满了欢声笑语。

市民陈爹爹正在使用健身车,他告诉记者,因为自己之前中风了,为了加快康复,他每天都要来这里锻炼,这些设备既安全又好用,非常适合老年人,经过一段时间的康复训练,他已经能够正常行动了。

记者注意到,该处智能健身器材包括健身车、腹肌板、椭圆滑雪器、转轮训练器、上肢牵引器、智能扭腰器、竞赛健身车等等,每个智能健身器材上都安装有遮阳棚、太阳能灯和手机USB充电接口,市民在运动过程中,这

些健身器材设备上安装电子屏能实时显示运动时间、运动次数、消耗能量等多项数据,并语音播放动作要领和运动指标,帮助健身者规范动作。

“对我们老年人来说,这些设备非常实用,有语音播报和使用提醒,让我们能安全、科学地使用,还可以听音乐,所以很吸引人。”市民胡婆婆告诉记者。

市体育事业发展中心相关负责人表示,为了更好地引导市民科学健身锻炼,打造健康生活方式,我市在一些公园健身步道、市体育中心、市全民健身中心都打造了智能健身设施,为广大市民尤其是老年人提供更加良好的环境和体验,增强他们参与全民健身的积极性。

从对老旧小区体育设施进行提档升级,到利用“城市边角地”补齐全民健身设施短板,再到打造智能化、一体化健身空间,快乐健身成为咸宁人触手可及的“小确幸”。

法制教育进校园 成长路上不慌张

本报记者 黄柱

近日,咸安区总工会在咸宁市银桂学校开展“遵法守法、携手筑梦”维权普法进校园活动,为近300名学生送去了一堂别开生面的普法教育课。

讲课中,特邀律师用通俗易懂的语言、生动鲜活的案例,解读了未成年人的心理发展变化、未成年人可能面临的危险以及如何保护未成年人健康成长等重要内容。让大家知道未成年人到底有什么合法权益,怎样才能维护自己的合法权益。同时,还对未成年人犯罪动机以及如何预防未成年人犯罪展开讲解,引导同学们增强法治观念和法律知识。

同学们认真聆听普法内容,积极互动回答问题,现场不时响起阵阵掌声。课后,大家纷纷表示,此次活动让他们对维权普法有了更深刻的认识,而且还掌握了科学应对危险的方法,增强了自我保护能力。

区总工会有关负责人表示,青少年阶段是人生重要的成长时期,也是规则意识、法治素养培养的关键时期,加强青少年普法教育尤为重要。

天寒地冻人不冷 紧缺药品送上门

本报记者 王恬 通讯员 李娟

2月23日一早,咸安区温泉街道金叶社区工作人员接到住在租房独居老人杨红云的求助,杨奶奶表示自己独居,腿脚不太方便,儿女又不在身边,目前自己的高血压药吃完了,希望社区能帮忙代买一些降压药。

网格员樊荣立即前往老人家中,了解老人身体状况并详细询问需要购买的药品类型,随后顶着寒风到社区卫生服务站帮助其代买药品。樊荣把药送到老人手中,并详细告知其服用方式。

“太感谢你们了,冒着冰雪来给我送药,你们就跟我的亲人一样。”杨奶奶拉着樊荣连声道谢。临走前,樊荣还特意叮嘱老人要注意取暖安全,尽量减少外出,有困难就打电话找社区。

金叶社区负责人表示,只要群众有需要,社区就会第一时间提供贴心服务。

公交服务暖人心 群众致谢寄锦旗

本报记者 庞斐 通讯员 牛钰皓

近日,咸宁枫丹公交公司1路公交车司机陈师傅收到一个来自北京的包裹,里面装着一面写有“人民公交助人民热情服务暖人心”的锦旗。

2月12日上午,陈师傅在自己驾驶的1路公交车上巡视车厢。在一个座位下面,他发现一部黑色智能手机。“可能是哪位乘客遗失的。”陈师傅将手机捡起来,妥善保管好。

这边,乘客叶先生下车不久,就发现手机落在公交车上了。通过拨打丢失的手机,叶先生与陈师傅取得联系。陈师傅当即赶到约定地方,将手机归还给叶先生。“非常感谢您特地赶过来送手机,手机里有好多重要的资料,要是丢失了,麻烦得很!”叶先生握着陈师傅的手,感激万分。

陈师傅以为事情就这么过去了。谁知道几天之后,叶先生千里迢迢从北京寄了一面锦旗过来。叶先生说,他赶回北京上班,为表示感谢,特地在北京制作了一面锦旗,邮寄回来。

“这面锦旗将成为我工作中最珍贵的回忆,也将激励我更加努力地地为乘客提供优质服务。”手握锦旗,陈师傅坚定地表示。

冰雪天孕妇临产 干群接力送医院

本报记者 王恬 通讯员 郭芳芳

“我老婆要生了,车子打滑不敢开,医院的救护车也来不了,请帮帮我!”2月23日上午10时许,咸安区福星城小区网格员黄颖接到了居民的求助电话。

“别着急,我马上跟书记报告,安排救援车来。”黄颖一边耐心地安抚家属,询问孕妇情况,一边请同事将情况汇报给社区应急救援组组长谢卫。

上午10点10分,谢卫开着救援车,带领社区工作人员赶往福星城,清除道路积雪,开辟出一条安全通道,保障孕妇的出行安全。

“真是把我们急坏了,看到你们,我们就放心了。真的太感谢你们了!”孕妇家人激动地说。10点38分,在社区应急救援组的护送下,孕妇及家属平安抵达市中心医院,顺利分娩一名男宝宝。

据了解,连日来,十六潭社区积极发动辖区党员志愿者成立应急救援队,并安排两辆应急救援车全天候为急需出院的居民以及独居老人、特殊群体提供接送、代购等暖心服务。截至目前,已为居民提供服务60余次,得到群众的一致好评。

打通生命通道

本报记者 王恬 通讯员 陈影

2月22日早上6点半,暴雪、大风、冰冻,一夜之间,整个赤壁市变身冰雪世界。赤壁市人民医院的医护人员为了不耽误患者治疗,顶风冒雪,陆续步行上班。

7点半,血液透析中心医生查房,发现几位路途远的透析患者还未来院。重度尿毒症患者如果中断透析,可能会因各种并发症危及生命。

“医生,怎么办呀?外面路上好大的雪,公交车临时停运了,也拦不到的士,我老伴来不了医院,您知道她的病情的,如果得不到及时救治,可能会因高钾血症或急性心衰危及生命!”正为此担心时,医生们又接到了患者田嫂家属的求助电话。

田嫂今年58岁,自2017年11月就在医院进行血液透析治疗,每周3次,至今已六年多了。她家在赤壁市凤凰山2路车终点站的后面,位置比较偏僻,出行非常不便。

透析中心副主任医师王钢和护士长陈锐立刻将患者就医困难情况向医院报告,医院领导非常重视,立即组织资深医生和护士长组成临时医护小组,协助120救护车接送路途远的患者。

赤壁市人民医院党委书记祝敬华,肾内科主任刘凯萍第一时间来到透析中心,仔细询问每一位被家中患者情况,指示

务必要将每一位患者安全顺利地接到医院来,按时治疗。

人民至上,生命至上。赤壁市人民医院医务人员闻令而动,迅速反应。

120救护车在湿滑的路面艰难前行。行驶过程中,遇到了积雪深厚,树枝压断等堵路情况,医务人员紧密合作,迅速下车,清理积雪、清理树枝,打通堵塞道路。

到了患者家中,医务人员耐心搀扶患者上车。中途,医务人员及时处理患者突发状况,安慰并鼓励患者。

通过多次往返,医务人员终于将所有被困患者安全顺利送到医院,使所有危重患者都得到了及时治疗。

面对冰雪考验,行动是最好的融雪剂。除了接送危重患者,医院还增加急救人员及120救护车排班,确保因寒冷天气导致心脏病突发等危急重症患者能够得到及时抢救。

此外,该医院还组织党员干部破冰除雪,清理医院及周边道路积雪,打通生命急救通道;医院还为冒雪来院就诊的群众,免费赠送热饮。

一项项举措,一份份温情,医务人员用实际行动践行着医者使命,让广大群众无论何时何地,都有“医”靠。

共谋小区改造

本报记者 王恬 通讯员 胡晓轩 王燕

小区居住环境与居民息息相关,改造老旧小区更是事关百姓福祉。

近日,记者走进咸安区温泉街道花坛社区汇泉小区,现场机器轰鸣,小区内正在进行路面硬化和天然气管网铺设工作。

汇泉小区由工行小区、日报小区、工会宿舍、老科委小区、计量所宿舍、原粮食局宿舍等6个单位小区宿舍组成。该小区由于长期处于无人管理状态,小区基础设施老旧、整体居住环境较差,改造居住环境,是小区居民们的迫切需求。

“以前小区环境不怎么好,因为小区涉及多家单位,几个片区都用院墙隔开了,给居民出行带来很大不便。”居民袁建军说道。

小区怎么改造,如何改造?花坛社区在改造过程中坚持“问计于民、问需于民”“小归大、散归整”理念,将改造的决策权交给居民,采取多开会、多宣传、多协商、多跑腿的“四多”工作法,通过入户征求居民意见、召开居民大会等,在该小区内广泛征求居民意见建议,优化小区改造方案。

小区改造期间,社区发现小区宿舍一处变压器不仅影响出行,而且存在安全隐患。

结合居民迁移诉求,社区立即将此项隐患问题上报温泉街道旧改办。

“社区通过收集居民的一些需求和意见建议,上报上级部门,联系相关部门多次沟通协商,成功将变压器迁移到安全位置,解决居民出行不便和安全隐患问题。”社区居委会副主任汪珊说。

小区改造提升,让居民感受到了满满的幸福感,大家纷纷点赞。“我感到很高兴,住在这里30多年了,现在幸福感也提升了,满意度也提高了。”袁建军看到小区的改变,开心地说道。

目前,该小区正在进行路面硬化、天然气施工和水改施工,并将小区环境整治纳入计划,通过发动居民共谋、共建,进一步改善小区整体环境。

下一步,社区将进一步凝聚居民的力量,共同解决小区及后续的管理问题,让居民生活更舒适、更幸福。

