



痛快说事 从容论理

社长:赵宝泉
总编辑:周钢
编委:潘善臻 何谷 张树忠
张敏 王世军

编读往来

读报养生乐无忧

贵报5月8日“养生”版刊登的《〈如何快速变老〉背后的养生启示》一文,读后对文中“兴趣是最好的抗衰老法宝”有深刻体会。退休后,我有幸遇见了《快乐老人报》,读报这项爱好成了我晚年生活中不可或缺的重要内容。休闲时读读报开阔视野,忧烦便会抛九霄云外。自从有了这项兴趣爱好,我的心态年轻了许多。(河北保定 彭英凯 76岁)

编辑李仲文回复:读报虽好,养生也需动静结合。读报之余,不妨按照“养生”版中提供的窍门让身体动起来。

温馨提醒

最近,不少读者反映信件投稿不便(如书写有困难、去邮局投寄不便、因寄送时间较长导致稿件时效性不佳)。为了让广大读者便捷投稿,我们扩充了投稿渠道,许多版面右上角都公布了电子邮箱和QQ群投稿渠道。当然,您也可扫描下方二维码,通过微信投稿,且可以是文字、图片、语音等形式。微信来稿也会比寄送平信更容易获得相应记者或编辑的回应。



微信扫一扫看本报数字版

【社评】本报评论员 谭钧铭

为老年人健身提供更多选择

国家体育总局日前公布了公共体育场馆开放使用第一批典型案例名单,共33家单位上榜。其中,江苏省江阴市体育中心精心打造“运动健康之家”,为老年人提供健康检测、器械运动、团体课程等一站式运动健康服务,广受欢迎。

在公众印象中,提到老年人运动健身,想到的往往是散步、打太极拳、跳广场舞等慢节奏低强度的运动项目,由此引发的场地之争一度成为公众关注的焦点。广场舞占据篮球场等现象背后的实质问题

是老年人运动空间严重不足。散步、跳广场舞一度成为老年人群的主要健身方式,不仅因为它们适合老年人群,也有这些项目对场地和相关配套设施要求更低的因素存在。

如今,老年运动有了不少新花样。不仅有场地,还有课程教学。依托各类公共体育场馆,桌上冰壶球、无极球、兜球、软式网球、掷击球等适合老年人群的创新体育健身项目,为老年人健身增添了活力;有些老年人不再去室外跳广场舞,开始在室

内做起了瑜伽。其实,老年人健身运动的选择变得越来越多,是与各地体育运动场地设施不断完善、组织交流活动日趋丰富、运动安全保障水平逐步提高等新变化同步发展的。

事实上,满足老年人的运动健身需求,也是全民健身高质量发展的重要组成部分。2022年3月,中共中央办公厅、国务院办公厅印发《关于构建更高水平的全民健身公共服务体系的意见》提出,落实全龄友好理念,为老年人使用场地设施和器材提供必

要帮扶,解决老年人运用体育智能技术困难问题。类似为老年人提供健康监测等一站式运动健康服务等举措,就是各地在体育公共服务适老化方面做出的改变。让老年人运动更方便不仅需要现有场馆适老化上下绣花功夫,提高供给水平,也要为老年人群打造身边的运动场地,让运动空间触手可及。

丰富老年人的运动场地供给,期待有更多举措为老年人健身提供更多便利,让老年人锻炼身体更安全、更方便、更多元。

街谈巷议

以举报有奖治“好评返现”

随着网络的普及,商品评论不但会影响消费者的选择,而且与商家在平台上的推荐指数息息相关。因此,一些商家为了收获好评,采取在包裹内夹藏“好评返现”卡,诱惑消费者给出好评。

表面上看,“好评返现”的做法,消费者能够获得实惠,商家也能获得好评。然而,这已经不是消费者对商家的真实评价,破坏了电商信用评价机制,侵害其他消费者的知情权,更可能对同类经营者构成不正当竞争,不利于市场健康发展。

事实上,根据相关法规,这种“好评返现”行为是被明令禁止的,但在现实生活中,“好评返现”仍屡禁不绝。究其因,除了商家的违法收益远远高于违法成本之外,更重要的原因是一些消费者有利可图。面对消费领域出现的新问题,监管需要有新办法。我以为,打击“好评返现”乱象,不妨推出有奖举报制度。当举报的奖励比好评返现的奖励额度更高时,商家还敢诱导消费者虚构“好评返现”吗?(江苏宿迁 刘予涵)

“不正经”的博导,挺好

“长相比较可爱,圆脸,显小,大致可以参考院系里给我拍的形象……”近日,西北工业大学28岁女博导的一份“不正经招生指南”火出了圈,引起各方热议。

这名女博导叫邵典,看着“不正经”,但从公开信息来看,其学术水平并不低,在北大获得学士学位,在香港中文大学获博士学位,实验室也颇为硬核。在邵典之前,南开大学物理科学学院胡金牛教授也曾以类似的方式走红。

很多人说,对于学者,我们关注他们的学术

成就即可,这样的说法或可商榷。学者并非生活在世外桃源,他们也有自己的喜怒哀乐,在学术之外感受一下他们的生活,可以让学者更接地气。

在严肃的学术之外,学者也可以拥有独特的个性,关注学者的个性,与关注学者的专业并不矛盾。两者相辅相成,让科学更接地气。

“不正经”的美女博导,不仅是在给学者祛魅,还有可能吸引更多的年轻人加入到这个行业,何乐而不为呢?!(云南昆明 龙敏飞)

看图说话

“允许员工带娃上班”值得借鉴推广

近日,浙江杭州的葛女士晒出自己公司允许员工偶尔带娃上班,引发网友热议。据葛女士讲述,同事们遇到特殊情况,也会偶尔带着娃来上班,只要不影响工作,公司都是允许的,非常人性化。

职场人士既要上班挣钱,还要抚养孩子,难免分身乏术。如果说“妈妈班组”“妈妈岗”通过弹性、灵活的工作方式实现上班带娃“两不误”的话,“允许员工带娃上班”则是一种颇具人性化的考量。让企业和员工双向



奔赴,才能双赢。

遇到一位好老板是幸运的,可是并非所有的员工都有如此好运。要整体解决托育难,还需政府承担起主体责任,而建设生育友好型社会,还需要更多关爱的力量。(河北武汉 杨朝清)

仗义执言

脱口秀莫成脱轨秀

脱口秀演员 House (李昊石)近日在表演时,声称自己领养的两条野狗让他想起来八个字,“作风优良,能打胜仗”,引发巨大争议。目前北京、上海文旅部门均已介入进行调查。李昊石的微博被禁言,原定演出也已取消。

脱口秀不是口无遮拦的低俗秀,玩梗更不可触碰法律红线。近年来,脱口秀这一演出形式逐渐从小众的圈层文化进入公众视野。然而,脱口秀在快速成长的同时,个别脱口秀演员因不当言行翻车的情况屡见报端。我国《营业性演出

管理条例》明确规定,营业性演出不得危害社会公德或者民族优秀文化传统。这既是对脱口秀演员的基本要求,也是整个演出行业应当遵循的底线。作为脱口秀演员,演出要建立在正确的价值观之上。学艺先学德,做戏先做人,良好的职业操守,才是繁荣演艺事业的基石。

脱口秀屡成“脱轨秀”,无疑在告诉人们,不能任由脱口秀无序生长。相关部门应依法加强对脱口秀市场的监管与规范,不能让其变成低俗秀。(河北威县 吴睿鹤 49岁)