

百岁乒乓寿星 与世界冠军过招

蔡汉勋酷爱乒乓球，是目前厦门打乒乓球的唯一百岁老人



■蔡汉勋老先生(右)与世界冠军郭跃华(左)同台交流球技。

百岁老人还能打乒乓球?如果不是亲眼所见,你可能还不相信。在厦门市“乒乓寿星”颁奖典礼结束后,101岁的“乒乓寿星”蔡汉勋老先生与世界冠军郭跃华同台交流球技,大家被蔡汉勋老先生生命不息运动不止的精神所感动,纷纷为他鼓掌喝彩。厦门市乒乓球协会会长郭跃华说,能与百岁老人“过招”是我的荣幸,希望每一位“乒乓寿星”都能享受乒乓球运动带来的快乐,健康长寿。

文/记者 李京波 图/林育周

把打球当成退休后的再就业

据蔡汉勋老人介绍,自己在读小学时就爱上了乒乓球。当时学校没有球台,大家就利用课桌打乒乓球。1948年从中山大学毕业后,蔡汉勋到大同中学任教。在校期间,蔡汉勋分管文体工作,曾带领校队获得全市篮球和歌咏比赛的冠军。1952年受嘉庚先生邀请,蔡汉勋到集美中学任教,在工作中也一直坚持打乒乓球。

退休后,蔡汉勋把老年活动中心当成了第二个家。从老年活动中心建成对外开放的第一天起,蔡汉勋就风雨无阻,几乎每天都去“报到”,把打球当成了退休后的再就业。20多年来,既结交了球友,又收获了健康。近十多年来连年获得全国、全省、全市的“健康老人”光荣称号,据市乒协介绍,他也是目前厦门长期坚持乒乓球运动的唯一百岁老人。

长寿秘诀是心情开朗热爱运动

蔡汉勋老人的儿子蔡丹雄说,父亲能够健康长寿,秘诀是心情开朗热爱运动。在日常生活中,老人从不发脾气,对任何事情都看得很开,不与他人争长短。在饮食上,老人一贯都是“七分饱”,从不暴饮暴食。在生活中,老人自创了一套健康操,每天早晨起床后,从头顶到脚趾都按摩一遍,时间大约半个小时。睡觉前,相同的动作重复一遍,再用大约40摄氏度的热水泡脚40分钟。这一习惯已保持了三十多年。

随着年龄的增长,许多人不敢与蔡汉勋老人打球,担心老人在运动中受伤。蔡丹雄说,为了满足父亲打球的愿望,他总是事前告诉各位球友,不要有所顾虑,不会因为打球受伤让球友负责。

蔡汉勋老人说,自己赶上了好的时代,社会各界对老人非常关心,为老人提高了极大的生活便利。乒乓球是他一生的爱好,是一项适合从小孩到老人都能参与的运动,只要自己还能动,就会继续打乒乓球。

相关新闻

我市给“乒乓寿星”颁奖 32名耄耋老人获殊荣

本报讯(记者 李京波)在重阳节即将到来之际,27日下午,厦门市乒乓球协会在厦门建设银行大厦,举行厦门市“乒乓寿星”颁奖典礼,全市共有32名80岁以上的老人获此殊荣,其中年龄最大的老球友蔡汉勋已101岁。

市体育局、市民政局、市人社局、建行厦门分行等部门领导,市、区老体协负责人以及乒乓球世界冠军、市乒协会长郭跃华等参加颁奖活动。会上,有关部门领导向乒乓元老颁发了“乒乓寿星”荣誉牌匾,并赠送了乒乓球世界冠军郭跃华签字的纪念球拍。

厦门市乒协此次评选出的“乒乓寿星”,大多数人的球龄都超过了半百。大家都非常热爱乒乓球运动,把经常参加活动的场所当作第二个家,常年坚持打球,使他们身手敏捷、耳聪目明、延年益寿,将生命之花孕育得愈发璀璨和绚丽。获评“乒乓寿星”的老人们激动万分,感谢社会各界对老年人的关爱,表示要继续打好乒乓球,为推动全民健身运动尽微薄之力。

评选“乒乓寿星”活动,这在全国是首创,市乒协负责人表示,要通过评选活动,大力宣传乒乓球运动的好处,让更多老年人挥拍上阵,快乐乒乓,延年益寿。

80台AED布设岛内 保障市民游客安全

本报讯(记者 朱惠嫣 通讯员 毛灵智)9月28日,厦门弘爱医院举办“健康厦门与爱同行——自动体外除颤器(AED)公益捐赠仪式”。

自2020年厦门弘爱医院联合厦门建发集团共同启动健康守护公益项目,由建发集团捐赠AED设备,厦门弘爱医院配套公益急救培训。该项目至今已有80台AED设备布设在包括厦门健康步道、厦门市植物园、BRT沿线等人流密集的公共场所,同时公益培训社会各界五千余人次学会使用AED和掌握人工心肺复苏术技能,以保障市民和游客的生命安全,助力健康厦门,共创文明城市。

福建SBS浔兴篮球 举行新赛季出征仪式

本报讯(记者 李京波)9月28日,福建SBS浔兴篮球俱乐部在晋江举行新赛季出征仪式,2022-2023赛季,“福建浔兴股份男篮”将代表福建正式征战CBA联赛。

新赛季将于10月10日拉开战幕。本赛季CBA常规赛增加到42轮,20支参赛队按照上个赛季CBA联赛最终排名蛇形分为四个小组,每组5支球队,福建浔兴股份男篮与辽宁本钢、吉林九台农商银行、北京首钢、四川金荣实业分到了同一小组。第一阶段赛会制,进行9轮比赛。

本赛季,福建浔兴股份男篮由朱世龙担任主教练,他表示,球队目前状态良好,希望本赛季在教练组和队员们的齐心协力下,力争取得更好的成绩。

分类广告

登报热线:5581501 5550633

婚姻交友 玫瑰之约白领俱乐部

www.xmrose.com
◆免费咨询热线:5151110

★2000年创办,二十年线下实体公司
老品牌信誉好。●为会员提供安心真实高效的服务,更多会员资料欢迎来公司免费查阅。地址:岛内火车站正对面
华星大厦1201

本地男未91/180 海归本科事业单位有房车5031321,本地男离69/179 本科国企高层有房车5031321,厦户男未91/178 硕士有房国际学校老师5801009,厦户女未97/165 本科软件工程师5801009

出租出售 (入市有风险,投资需谨慎)

万丰果业A3地块 2层部分面积及3层 公开招租信息

根据国有企业资产出租管理相关制度,我公司决定将位于厦门市同安区荏畚村水路99-3号2层部分面积及3层对符合入驻条件的意向承租人进行公开竞价招租,具体招租信息请登录http://www.simingkonggu.com/。竞标报名时间截止至2022年10月10日17:00
联系人:王女士,电话:0592-7213705、18559680230,地址:厦门市同安区荏畚村水路99-2号7楼

厦门万丰果业有限公司
2022年9月28日

垃圾投放是否规范 一查便知

海沧区加强垃圾分类管理,创新宣传模式



■电子屏幕播放垃圾分类主题视频,居民边投放可以边学习。

记者 李晓辉 通讯员 谢意渊

在海沧天竺花园小区垃圾分类投放点,居民投放垃圾时,能实时看到墙上屏幕里的自己。昨天,记者从海沧区垃圾分类办了解到,屏幕上的画面是实时监控内容,对不分类或者垃圾落地行为,可起到警示作用。

一直以来,海沧区垃圾分类办指导各街道、村居做好垃圾分类宣传模式创新。记者在天竺花园小区看到,该投放点内,大屏幕挂在垃圾桶的上方,居民在投放垃圾时,抬头可见其中的内容。“屏幕中播放两方面内容,一半

是宣传视频,一半是投放点监控。”东孚街道垃圾分类办工作人员介绍,相当于居民在投放垃圾时,可以实时看到自己的投放行为。

记者了解到,目前,海沧区已经实现垃圾分类投放点的全面监控覆盖,通过提升垃圾分类监控管理机制,垃圾分类执法人员依托监控平台,通过线上方式,及时发现垃圾分类投放点存在的问题,并下发整改要求,对严重违反《厦门经济特区生活垃圾分类管理办法》的行为,将开具《简易处罚决定书》,并依法对其处罚50元。