

健康年书香年文化年 过一个别样的中国年

本报记者 赵改玲

就地过年倡议，打破了很多人的过年计划，也让今年的春节和往年相比有了很多不一样的地方。不少市民表示，将在春节长假里健身、读书，追求文化品位，过一个不一样的中国年。

健康是每一个人成长和实现幸福生活的重要基础，健康中国建设已然成为国家战略。然而，受传统过年方式影响，很多人习惯在春节期间和亲友聚会，动辄大鱼大肉，轻者造成营养过剩，患上过年综合征，重者带来“三高”、心脏病，危害身体健康。

市民买红霞说：“要是能在春节期间控制住体重，一年的减肥大业就有希望了。”

过一个健康年，不让体重失控，少摄入、多运动是不二法宝。

健身的方式有很多，最简单的莫过于在公园、广场走路或跑步。

对于骑行爱好者陈建国来说，春节期间和骑友相约骑行北山，享受美好春光，是最美的运动方式。

春节期间，市太极体育中心室外场地正常对外开放，包括室外篮球场、室外田径场、室外足球场、室外网球场、亲子健身园、西广场和北广场两个健身园以及200多件各类健身器材、18个乒乓球台、6个羽毛球场地等。

“过年期间一定要好好踢两场球，要不然这项爱好就废了。”我市资深足球爱好者郭佳说。

过一个书香年，给忙了一年的自己来一次“精神沐浴”，给自己好好充

电，同样也是不少市民的选择。

市图书馆可谓读书“圣地”，春节期间正常开放。在这里，你可以看书、自修、借阅图书，过一个充实的书香年。这里还举办有“廉洁从家出发”图书专题展、“与经典同行”少儿主题图书赏析等活动，可以让你大饱眼福。

“已经跟老公和儿子商量好了，春节几天没事就去市图书馆看书，各取所需。平时工作太忙，很少有静下心来读书的时间。”市民吴珈琪女士说。

过一个文化年，感受年俗文化、乐享新春文化，就是对优秀传统文化的致敬。

今年，我市有关部门准备了丰富多彩的文化活动，让你过一个异彩纷呈的中国年。

“百姓文化超市”是我市驰誉全国的文化品牌。今年，我市在“百姓文化超

市”IP端和手机移动端开设“云上过大年，好戏连连看——2021年春节文化活动云上喜乐汇”系列活动专栏，开辟“云上看非遗”“云上大联展”“云上赏大戏”“云上防疫情”“云上微课堂”五大板块，既有非遗优秀剧目展播、图片展，也有市文广旅局精心准备的文艺节目，还有“大师教我学太极”网上培训等。

“我对非遗很感兴趣，希望春节期间能通过‘云上看非遗’增加对焦作非遗文化的认识。”留在焦作过年的外地人柳明浩表示。

健康年、书香年、文化年，今年春节我们一定会过得充实别样、欢乐祥和。



花卉市场春意浓

2月10日，两位女士在焦作花卉市场细心挑选鲜花。春节临近，市内各花卉市场购买鲜花的人越来越多，买鲜花过年已成为一种时尚。据了解，连日来，焦作花卉市场的鲜花每天可售3000盆。

本报记者 刘金元 摄



新春心语

闲话过年新变化

□袁文良

我国的春节是很热闹的，老祖宗传了数千年，形成了悠久独特的民间节日，具有深厚的文化底蕴。每当这时，人们盘点一年的收成、憧憬未来，寄托新的希望。

记得我上小学时，每天放学后做完老师留的作业，有空就帮父母干些活计，或去打猪草，或去拾柴火，与现在形成鲜明反差的是那时吃穿都很差，只有过年的时候才能吃上白面馒头。因此，不论大人、小孩，都盼着过年。尤其是我们几个小伙伴，从进农历腊月就开始把“二十七，宰公鸡；二十八，白面发；二十九，蒸馒头；三十晚上坐一宿”的顺口溜挂在嘴边。除夕之夜，爷爷、奶奶、爸爸、妈妈等一家人团团围坐，美滋滋地吃上一顿一年才能吃上的肉馅饺子。只有此时，父辈们才消去一年来因生活劳困而挂在脸上的愁容。

那时候，过年时的文化生活是十分乏味的，大人们或聚在一起喝廉价的散装白酒，或约几位朋友在家里打牌，无兴趣的则早早地钻进被窝。我和小伙伴们则像脱缰的野马，在村头屋后尽情嬉戏奔跑，或玩“打仗”，或捉迷藏。偶尔赶上放场电影，偌大的露天场上人头攒动，不少人早早地吃完晚饭就搬个小凳子或找块砖头来“占”个好位置，来晚的看不见爬上墙头或低矮的屋脊上观看。

到了上世纪八十年代末九十年代初，随着改革开放的深入，舞狮子、耍龙灯、跑旱船、扭秧歌等民间艺术又重新出现，地方传统戏种再次登上舞台，极大地丰富了春节的文化生活。集镇和乡村也出现了各式各样的KTV、歌舞厅、网吧、影城院线等文化娱乐场所，政府的文化部门文艺团体还会组织丰富多彩的文艺下乡活动，人们的物质生活和精神生活都发生了根本性的变化，但人们过年仍是一副忙碌的身影：忙工作、忙学习、忙挣钱……

然而，今年的春节注定是一个不平凡的节日。受新冠肺炎疫情的影响，大多数人都选择在工作地过年，这既是对自己负责，也是对家乡亲人负责，更是对国家和人民负责。为此，各级政府纷纷出台保障措施，从市场供应、交通运输、物流运输，到衣食住行、健康安全、休闲娱乐，都提前进行谋划，制订了预案，为人们在工作地安心、舒心、暖心地过好春节奠定了基础。

在新春佳节来临之际，家人围坐在一起吃团圆饭，面对满桌丰盛的菜肴，恐怕都会膘肥体瘦，因为现在与平时的吃穿用都像过年一样，“过年吃好”的观念在人们的脑海中正渐渐淡化。而在工作地过年的朋友，不论是与工友一起看春晚，还是与朋友一起喝两杯，总会拿起手机与亲人来段视频，实现全家人的“云团聚”……

纵观过年的变化，人们都会感叹时代的变迁、社会的进步、科技的发展，从而在回忆过去年景的同时，也会看到美好的明天，更加憧憬灿烂的未来。

异地过年也开心

本报记者 朱颖江

过了今天就是农历大年初一，身在外地的你还好吗？

春节回家团聚是中国人的传统，过年回家的理由千万条，但不回家过年的理由只有一条：配合疫情防控，减少人员流动。各地政府、企业，为了让外地人留在当地过年，送温暖、给政策、发红包，提供多项服务。

义乌市最先发出留人政策。春节期间，该市所有停车场免收停车费，市内公交车免费乘坐，景区免收门票，公共文化场馆及设施免费开放，外地务工人员可通过支付宝申领“新年红包”电子消费券500元/人。

我市也出台相关政策，让外地人在焦温暖过年。为了让外地人和本地人过好年，享受新春快乐，市文广旅局围绕公共文化、景区旅游、非遗传承等旅游项目，推出一系列惠民措施。云台山、青天河等景区更是积极响应，推出门票半价、免票等优惠政策，留在焦作过年的人，可以过一个既有年味儿又有快乐的新春佳节。

“今年春节不能回家，趁着这个假期，可以去焦作几个景区转转。”姚俊是我市某国企的职工，单位要求员工不能出焦作市。他给远在驻马店的父母发微信说明情况，留在焦作过年。

今年春节不寂寞。留在焦作的外地人可以到我市各景区旅游，本地人也可以参与各种各样的文化生活，过一个开心的新春佳节。

那么，被留在外地的焦作人又是如何过年的？

市民郭铁山今年57岁，在民主路道清里社区福利巷长大，以往每年春节回到焦作，都要与老邻居一起过年。今年不能回家，几个老邻居早就打电话询问郭铁山家里缺什么年货，还要把自己炸的丸子、小酥肉打包快递过去，让他在郑州也能吃到焦作的年味儿。

2月10日一大早，郭铁山的老邻居小景贴春联，也给郭铁山家贴了。“看到红红的春联，我心里暖暖的。”郭铁山在微信视频里激动地说，“从小一起长大的邻居，相互帮助、相互关心，这份情一辈子都不会忘记。”

近日，富士康IDPBG部门倡议员工留在深圳过年的条幅火了。“是否被逼婚？是否被相亲？何以解忧，唯有留守！”这句话直抵人心，帮那些不愿意去相亲的“剩男剩女”解了围。

紫菱是焦作人，几年前大学毕业留在上海工作。她特别享受上海那种快节奏的生活，也不愿意谈男朋友。身边许多朋友都已经结婚，她的父母也加入“逼婚”大军，逮到机会就让她去相亲，过年也不例外，这让她很是苦恼。

紫菱说，今年春节公司老板表示，只要留在上海过年，就给每个人多发一个月的薪水。公司员工都是年轻人，老板怕大家寂寞，还送了电影票和游乐场门票等。

“今年春节，终于有可以不回家的正当理由，既不用赶场相亲，还能享受加薪的待遇，我一定要好好享受这种快乐。”紫菱说。

其实，不管在哪里过年，开心才是最重要的。

脱贫家庭欢笑声

本报通讯员 崔 晶

曾经，张成安是马村区演马街道山后村的贫困户，他的家就在村南头的河边上。如今，张成安脱了贫，也有了第二个“家”——安阳城医养中心。这几天，街道和村里都来看望他，为他送新春祝福，乐得他嘴都合不拢。

回想起一年前他的第一个家，张成安感慨地说：“俺的第一个家紧邻河沿，走在河边上，一不小心就有可能跌到河里去。”

张成安一家3口人，他本人为重度视力残疾，几乎看不见路。妻子赵秀兰也是重度肢体残疾，长年瘫痪在床，完全丧失生活自理能力。儿子张二军同样患有重度肢体残疾和智力残疾。

面对这样的一家人，马村区残联实施了帮扶行动。

张成安说：“第一个家在区残联的帮助下变了样，变得让俺都

认不出来了！区残联给俺院里硬化了地面，还安装了一架扶手，方便我使用；院墙用不锈钢护栏围了起来；修了新厕所，配了坐便椅，安上了拉手；帮俺媳妇配了护理床，随时可以推她到室外晒太阳。”

但是，即使住在这样的家里，帮扶干部还是不放心。根据张成安家的实际情况，区残联为他们一家三口又安置了一个“家”。

于是，张成安就有了第二个“家”安阳城医养中心。这个“家”不仅有优美的居住环境、营养可口的膳食以及优良的康复训练设施，还有优质的护理服务和康复医疗条件。

眼下的张成安，日子过得像蜜一样甜。逢年过节时，他就搬回原来的家里住几天，与老街坊、老朋友聊聊天，感叹以前“脏乱差”的生活，描述新“家”的优美和舒心。

和祥小区“走亲戚”

本报通讯员 许来伟

近日，笔者在中站区和祥小区采访新年新风尚时，偶遇李封街道党工委副书记、街道主任贾涛。

和祥小区居住的大多是许衡街道搬迁而来的群众。在李封街道工作的贾涛来此何干？

问起贾涛来和祥小区的缘由，与他一起来的许衡街道西王封村村委会委员赵广胜说，贾涛是春节前来“走亲戚”、专程看望他原来分包的贫困户郭秀兰老人的。

一个在李封街道任职的领导怎么来看望许衡街道的贫困户，这话还得从贾涛的任职说起。贾涛原来是许衡街道党工委副书记，西王封村郭秀兰老人是他分包的户。去年11月，贾涛被调任到李封街道担任党工委副书记、街道主任。郭秀兰老人于2019年10月份搬进了和祥小区的新家。

贾涛和赵广胜的突然到访，让郭秀兰老人激动不已。老人高兴地拉着贾涛的手说：“贾书记，

你咋和广胜来我家，让我说啥好哩。以前，你们为我的事没少操心、跑腿，我真的很感谢你们。”

今年82岁的郭秀兰，早年丈夫去世，现家里有三口人，儿子40多岁，但患有疾病没有劳动能力，孙女在市高级技工学院就读。

贾涛问郭秀兰老人生活上还有啥困难，春节还需要什么东西。郭秀兰老人高兴地说：“我做梦也没有想到这一辈子能住上这么好的楼，我这个年龄住在一楼，出来进去都挺方便。今年，我家比往年强多了，啥也不缺，春节准备的东西可全了。”说着话，郭秀兰老人拉着贾涛到干净整洁的厨房，将年货看了个遍。

老人在客厅给贾涛他俩算了一笔账：“全家三口人低保每月900元，加上失地补、养老金，每月也有1000多元的进项，现在生活一点问题都没有。”

看着老人家节日物品准备丰富，满足幸福的样子，贾涛心里踏实了。

