



郑州市记者协会“蒙牛杯”

第一届省会新闻界运动会(游泳)大赛下月开赛

网络报名今天开始,登录郑州19楼 zz.19lou.com 填表参赛
比赛分设总编、主编组和记者、编辑组

□记者 孙友文

本报讯 长期以来,新闻工作者承受着高强度的工作压力,身体素质日益下降,为营造省会新闻队伍健身生活化、经常化、科学化的浓厚氛围,推动省会新闻队伍体育活动的开展,增强编采业务人员体质,提高工作效率,9月15日,郑州市记者协会将携手蒙牛集团在河南省体育中心游泳馆举办第一届省会新闻界运动会(游泳)。中央驻豫媒体、省属各媒体、市属媒体采编人员及蒙牛集团代表均可报名参加。

本次活动由郑州市记者协会主办,蒙牛集

团全程冠名。活动全程采用网络报名,参赛人员须在8月22日~30日登录郑州19楼 zz.19lou.com 指定网页点击“我要参加”填写表格报名。

报名后,须在9月1日~10日到郑州市记者协会(陇海西路80号中原报业传媒集团新闻大厦1909室)进行新闻从业人员资格确认,交一寸近期免冠彩照两张办理参赛证,无参赛证者不准参赛。

【比赛规则】

各新闻单位可报领队、教练员各一名,男女运动员人数不限;每人限报2项,各单位每项限报4名运动员;运动员须经市以上医疗部门检查证明身体健康合格、无传染性皮肤病。

参照中国游泳协会审定的最新游泳竞赛规则;采用一次性决赛,按成绩录取名次;比赛检录时,运动员必须交本人参赛证,否则不能参加比赛。

每组别报名不足四个单位(或个人)时,甲乙组合并。并组后不再分别录取名次,若并组后不足八个时减一录取,计分从高分计起。

【分组】

总编、主编组:中央驻豫媒体采编人员,省属媒体主编、主任以上人员,市属媒体总编、副总编及主编、主任以上人员。

记者、编辑组:省属、市属媒体记者、编辑。

【比赛项目】

蛙泳:100米、200米
自由泳:50米、100米
狗刨式:50米(头要露出水面,脚打水哦)
推塑料球接力:4×50米(200米推塑料球前进接力)

【奖项设置】

特别奖 1名:奖品蒙牛产品代金券5000元
一等奖 3名:奖品蒙牛产品代金券3000元
二等奖 6名:奖品蒙牛产品代金券1500元
三等奖 12名:奖品蒙牛产品代金券800元
另外还有激励、组织奖若干。
咨询电话:67651111、67655670。



粮运社区推荐

和谐相处就要多站在他人立场上考虑问题

结婚20年来,贾辉、陈卫东夫妻俩敬相爱,他们用平凡的生活,经营着一个幸福的家庭。

在这个幸福的三口之家中,每一位成员都有一颗平凡的爱心,他们互帮互助,用自己的方式携手走过了人生的风风雨雨,用各自的爱构建了一个令人羡慕的家庭。

陈卫东说,平时多关心身边的人和事,和亲人朋友融洽相处,多站在他人立场上考虑问题,这样不管是家庭关系,还是工作关系都能处理得如鱼得水,这才是和谐的相处之道。

妻子贾辉对生活也有着独特的理解,她认为人既是独立单一的个体,也是密切相关、血肉相连的群体,是永远离不开互相扶持、互相帮助的。家和万事兴,只要家庭和和睦睦了,邻里关系团结了,生活就会像芝麻开花节节高。



夫妻对生活有着共同的积极的态度和向上的人生观,因此他们对以后的生活也充满了信心。

刘怡辰 文/图

新圃西街社区推荐

家庭和谐才能促进社会和谐

踏着清晨的阳光,李清平、谢秀荣老两口儿总会相伴走出家门,他们要早早去市场买菜,这样等孩子们起床上班,才有最新鲜可口的饭菜。

谢秀荣老人今年65岁,是郑州市陇海中路小学的一名退休教师,老伴李清平比她大两岁,退休前在铁路工务机械厂工作。

这是两位普普通通的老人,可是像这样相伴在一起的岁月,他们走了40余年。

年轻时,两人都是单位的骨干,都是热心人:楼上搬来新邻居,他们就上楼告诉人家什么地方的菜最便宜、什么地方可以买到最新鲜的鱼。

十几年来,楼上楼下邻里相处,他们从未和别人吵过架生过气。

退休后,为了丰富自己的生活,两人总是结伴前往二七区老干部活动中心唱歌。

儿子结婚后也跟他们一起住,小两口上班忙,他们又担负起看孙女、买菜做饭的任务。一家五口其乐融融。

老人从未让孩子操过家里的心,因为他们深知,让孩子们无后顾之忧,他们才能在工作中表现更出色,更好服务社会。



谢秀荣说:“家庭和谐才能促进社会和谐。”

有爱才有家。谢秀荣一家五口正如千千万万家庭一样,用行动演绎着和谐的音乐。

记者 柴琳琳 实习生 吕容颖 文/图

电缆二社区推荐

和谐家庭需要用心经营和维护

秦锋的家是个平凡、幸福的三口之家,有贤惠的妻子,还有一个活泼可爱的儿子。

和大多数家庭一样,这个家庭没有轰轰烈烈的事迹,但平淡并幸福着。

“对于我的家庭而言,平凡、普通、安逸、温暖是最好的写照。”秦锋说,“中国有句俗语:百年修得同船渡,千年修得共枕眠。所以,组建一个家庭不容易。我们每个人都应该珍惜。”

他说,任何家庭的锅碗瓢盆协奏曲、鸡毛蒜皮的小插曲,都会有跑腔走调的时候。生活的磕磕碰碰是绝对的,和谐是相对的,这就是生活的辩证法。

在对待这些问题上,秦锋有自己的经验。

首先,要在家庭中扮好自己的角色,尽职尽责,互敬互爱,互相体谅。和谐家庭是需要用心来经营和维护的,要加强沟通和理解,以情晓“安”,以静致“和”。家家有本难念的经,



处理矛盾最好的办法就是谦让、关心、包容和爱护。

自结婚以来,无论是在生活中还是在工作中,秦锋和妻子一直都是相互帮助、相互尊重、和谐恩爱。他不仅深爱着自己的家庭,也热爱自己的事业,而家庭的稳定与和谐成为他工作上最大的动力和最坚强的后盾。

见习记者 刘涛 文/图

管城区妇联推荐

四世同堂的幸福传承



在紫荆山路99号院,一谈起韦凤仙家,楼院居民个个称道。

这是一个四世同堂的大家庭,婆婆曹秀英年轻时特别能干,韦凤仙刚结婚时,家中都是婆婆曹秀英支撑。

当时孩子小,婆婆又带孩子又做家务,韦凤仙看到婆婆十分辛苦,下班回家也抢着干家务。

随着孩子长大,婆婆渐渐老了,韦凤仙就不让婆婆操心,但婆婆还是闲不住,时常帮忙干家务。

现在韦凤仙退休了,却更忙了,因为有

了孙子,婆婆又病了。

为了让儿子儿媳更好地工作,韦凤仙又是到医院伺候婆婆,又要带孙子,却没有任何怨言。

韦凤仙说,原来自己上班的时候,婆婆帮忙照看孩子、做家务,现在婆婆年龄大了,自己应该去照顾。

儿子媳妇也十分体谅妈妈,在奶奶生病期间小两口跑前跑后照顾。邻居们都认为他们是一个幸福和谐的大家庭。

记者 鲁慧 文/图

SAFARI
香雪儿月饼
订购电话:0371-63789777 63789555
网址:www.香雪儿.cn
MOON CAKE 分享如此快乐! SHARE