

第十届亚洲青少年武术锦标赛在文莱举行

上莲姑娘池再林荣获女子剑术冠军



图为池再林在领奖(后排中间)

本报讯 8月21日,在第十届亚洲青少年武术锦标赛的剑术比赛中,闽清上莲籍池再林代表中国队荣获女子剑术冠军。

据了解,2019年8月16至24日,第十届亚洲青少年武术锦标赛在文莱斯里巴加湾举行,亚洲青少年武术锦标赛由亚洲武术联合会主办,本次比赛共有来自亚洲19个国家和地区12-18岁青少年武术顶尖运动员参加,武术亚青赛也是亚洲青少年武术运动员最高级别的洲际比赛。

池再林启蒙教练杨大乐:“当初是她姐姐池再思跟我练武术,她经常跑过来玩!有一次我看见她在教姐姐练!把我吓一跳,我就问她她不想练武术,她点点头!每天训练不管多苦多累她从来没有说一声,2012年福州市运动会她代表闽清队荣获3金,2014年福建省运动会代表福州队报四个项目荣获3金1银,2014年入选福建省队,2019年入选国家队,她有今天的成绩跟她的天赋和努力是分不开的。”

池再林母亲林秀琴:“她九岁的时候就开始学习武术了,练习很辛苦,刚开始孩子也有些不适应,适应了之后一直很努力,能获得今天这样的成绩,作为妈妈,觉得很欣慰。”

少年强!则国强!除了池再林还有许许多多的闽清少年在体育赛场上挥洒汗水,他们不忘初心,砥砺前行。不辱使命谱新篇,为推动体育强国建设和健康中国建设贡献自己的一份智慧和力量。他们是闽清的骄傲!

(记者 黄金燕)

“福州小婺源”——闽清后垅村

闽清云龙乡后垅村,素有“福州小婺源”之称,是福建省首批30个金牌旅游村之一,是福州市乡村旅游精品示范点。后垅村人文精神、历史文化底蕴深厚,人居环境优美,距闽清城关8公里,融入福州半小时经济生活圈,202省道、福银高速公路穿境而过,设有云龙互通口,也是国省干线“横五线”必经之路,交通十分便捷,具有发展乡村旅游得天独厚的旅游资源优势。

后垅村通过美丽乡村和“幸福家园”工程建设,按照“小而精,修旧如旧”的原则,加强对古厝的修缮和保护,形成以下厝、典厝厝为代表的明清古民居群落,集中体现了福州地区明清建筑在建筑布局、石刻木雕、建造工艺和民俗文化等方面的特点。

后垅村人文历史深厚,是“中国肝胆外科之父”、中科院院士吴孟超的家乡。吴孟超还是福建省首位国家最高科学技术奖获得者,2011年度感动中国人物。后垅村建设了吴孟超爱国主义教育基地,将其打造成为爱国主义教育旅游景点。

近年来,后垅村还大力引进新兴产业项目,发展经济。在后垅村,一栋占地面积超5.8万平方米的新钢结构建筑颇为亮眼,中建钢结构(福州)工厂作为福州市第2个装配式钢结构产业基地,即将建成实现投产。

后垅村背靠大湖山,是吉溪的发源地,有广袤的高山草坡和原始森林,拥有坑宅森林、大墩吉溪公园等自然风光。

后垅村还是闽清县政府设立的农村基层廉政教育基地之一。为创新法治宣传形式,夯实法治基础,县政府还在后垅村倾力打造后垅法治家园。在后垅广场原有建设基础上,充分利用空间环境,注入大量的法治文化元素,设立了国家领导人法治论述、法治宣传栏、法治花草牌、法治海报、法治石刻、法治道旗等六大法治板块。

农田阡陌,渠渠纵横,偶尔有旧时水车米礁、

蔗车糖坊之遗址掩藏其间。后垅盛产芙蓉李、白地瓜、白蘑菇等经济作物,近年来更成为以西红柿为主的福州市蔬菜基地和特产橄榄、油茶、油茶的林果之乡。

收获的季节,是后垅村一年中最美的时光。住在此间的村民,恍若生活在童话世界里。房前屋后皆秋色,群山连绵雾霭中。深秋,在福建闽清县云龙乡后垅村,一年当中最忙碌的时节就要到来:推开家门,稻田逐浪,满目是金灿灿的丰收胜景;阡陌之间,田田簇拥着古老民居。目之所及,耸峙的马头墙、精致的窗花和起伏的青瓦,都刻上了莽苍岁月的印记。

田园收获与古朴村居,在后垅村诗意共生。

走累了,不妨叫醒屋檐下端坐打盹的老人,她会微笑寒暄,陪你聊聊天。老屋前的这块寻常田地,到深秋才显露端倪,形状像一颗金灿灿的心,稻浪金黄。丰收时节,一名书法爱好者带着孩子在田埂上写字,颇具古意。

鹅卵石铺成的小路,一头连着田园,一头连着村庄。古老的民居越发沧桑,院子里的两棵老树依旧生机勃勃。秋色满园,顺着鹅卵石铺成的小路直抵家门口。开门就是丰收胜景,画面让人陶醉。

夜幕降临,老屋里亮起灯光。忙活了一天,村民们围坐在院子里,吃起了晚饭,絮叨家常。

(来源:新华网·福州日报)



新华网新闻无人机队



扶凤凰古凤而来
梅城印记特色历史文化街区
——名老中医蒋祥育入驻

梅城印记特色历史文化街区位于闽清县老城区中心,这里将被打造成闽清的“三坊七巷”。首期工程浮头街、安民巷整修已初具雏形——石板街道,青砖拱券,古色古香。身临其境,一股明清古街的气息扑面而来。

2019年春节前后,古街已经对接一批非遗传承人和老字号、本地知名品牌商家,做为首批入驻商铺。其中包括中草药、闽清三宝、油纸伞、脱胎漆器、瓷器等传统特色行当。

古街中心地段,一方赫然入目的“闽龙中草药”横匾店招高悬门楣,两侧是一副青年书法家王方的行草对联:“百草精通追扁鹊,千方妙用法沉痾”。如此装潢,店家经营范围与内容一目了然,而且还透出几分传统文化的儒雅与古韵。其时,身着唐装的老中医蒋祥育先生正在开门迎接客人。

蒋祥育先生今年已届92岁高龄。他从小生长在千年宋村际上的凤凰山麓。地貌千姿百态的凤凰山,蕴藏着丰富的中草药资源。他小时跟随其父上山采药,长大后在屋旁辟成一个像模像样的中草药圃,并得到省卫生厅科研经费的资助。其研制的“蛇伤药”荣获“福建省科技成果奖”,他也被评为“福建省先进科技工作者”,终身享受劳动模范待遇。随着他的蛇伤医术声名鹊起,他遂得了一个别名——“老蛇蒋”。这个别名唯一性、专指性强,无人可以替代,就如同闻名全国的捏泥人艺术家的“泥人张”一样,是一张无纸化的名片,是一句最简练的广告语。后来,“老蛇蒋”的医疗范围逐渐扩展成皮肤科、外科、验方于一体的“闽龙中草药”医馆。

今天,“老蛇蒋”耄耋之年还精神矍铄,他携数十年凤凰山下的医研成果和临床经验,被首批入选进驻梅城印记特色历史文化街区,在此分设一家“闽龙中草药”医馆分馆,并亲自坐堂接诊。如此,必将为古街增添一张独具特色的名片。(张德团)

防暑降温小常识

- 1、定时饮水**
夏天防暑最重要的一件事就是及时补充水分,要保持体内有足够的水分可以消耗,建议多喝白开水、淡盐开水和茶水,但应少喝饮料,因为饮料含有大量的糖精和电解质,喝多了会对肠胃产生不良影响。
- 2、多吃苦味菜**
有利于消暑热和燥暑湿,苦瓜、苦菜、苦丁茶、苦笋都是夏季防暑的上乘食品。
- 3、不要剧烈运动**
夏天是人体体温最高的时候,而此时如果剧烈运动后立即停下来休息,会导致血压降低的发生,有可能还会引发心慌气短、头晕眼花、面色苍白或休克昏倒等症。要预防此事件的发生,就应在剧烈运动后做些小运动量的动作,使呼吸和心跳慢慢恢复到正常状态后才可停下来休息。
- 4、室内外温差不可过大**
要保持室内外的温差不要太大,5度以内最适宜,因为人体本身具有调节温度的功能,如果长期待在空调下,而室内外的温差过大,骤冷骤热反差很大,会使人体调节功能紊乱。
- 5、午睡时间不要过长**
一到夏天就会有种疲劳感,人们会感到困倦,无力。这时午睡就是最好的解困方法,然而一倒下去就不知道起来。如果午睡的时间太长,会加深抑制大脑的中枢神经,使脑组织毛细血管闭合的时间太长,这样会减少脑的血流量,逐渐减慢人体代谢,导致醒来后更加疲倦。但不能熬夜,要保证充分的睡眠质量。
- 6、出门备好防晒用具**
夏天最好不要外出,等到晚上最阴凉的时候才出去走走,如果非得外出就要做好防护措施。如打遮阳伞、戴遮阳帽、戴太阳镜,最好涂点防晒霜。
- 7、随身携带防暑降温药品**
防暑降温的药品有:藿香正气口服液、十滴水、仁丹、清凉油、风油精、避瘟散、暑症片等。为预防突发事件的发生,请携带以上某些药品;另外在夏天的时候要多喝解暑降火的中药,以达到防暑的目的。
天气热,尽量避免在强烈阳光下进行户外工作或活动,特别是午后高温时段和老、弱、病、幼人群;在进行户外工作或活动时,要避免长时间在阳光下曝晒,同时采取防晒措施:穿浅色或素色的服装,带遮阳帽、草帽或打遮阳伞。
在高温作业场所,企业要采取有效的防暑降温措施,加强对工作人员防暑降温知识的宣传,合理调配工人的作业时间,避免高温时段室外作业,减轻劳动强度。还可以在饮食上加以调节,喝些绿豆汤,用莲子、薄荷、荷叶与粳米、冰糖煮粥不仅香甜爽口,还是极好的清热解暑良药,可以有效地防暑降温,避免发生中暑。

(来源网络)

中马文化交流2000年史料展8月举行

据福建侨报 为了庆祝马中邦交45周年,由大马福建社团联合会(福联会)主办的“马中文化交流2000年史料展”,将于8月23日至31日在马来西亚沙登MINES 2商场举行,让民众回顾两国关系长久以来的点点滴滴。

联办单位包括大马华人博物馆及大马华社研究中心,此活动也获得中国驻马大使馆支持。

福联会会长丹斯里林福山在新闻发布会上指出,活动在于让大马人民了解大马华人在马中建交前后的贡献,而这些贡献都是值得大家认可和学习的。林福山表示,大马是第一个与中国建交的东南亚国家,而华人正是建交的幕后功臣,这是一件值得骄傲的事情。他也希望能藉此活动推动大家互相学习和了解,求同存异。

活动策展主任陈松青表示,展览分成4个单元,即马中文化交流2000年;华社社团和闽籍华人与马中文化交流的关系和互动;马中邦交45周年历史回顾;中华人民共和国建国70周年与马中迈向独立建国之路。此展将会展出近300张与马中在过去2000年历史相关的史料,展览设有导览员,分别以中英双语的方式向民众解说,希望友族的朋友也能来参加此活动。

出席新闻发布会的嘉宾还有华博主席丹斯里吴德芳、福联会署理总会长陈康益、名誉总会长包久星、副总会长拿督黄振兴、总秘书长志伟、总财政王文海、福联青总团团长陈世昌及妇女组主席林秀琼。(福联会)

“中国—东盟儒学国际论坛”在马举行

据新华网消息 2019“中国—东盟儒学国际论坛”日前在马来西亚吉打州居林市举行,来自中国、马来西亚、新加坡、柬埔寨、日本、韩国等国的30余位专家学者出席论坛。

论坛主题是“全球视野下的家庭伦理”,由马来西亚吉打州立法会议长阿末卡欣主持。他说:“我们要维护世界文明的多样性,提倡民众要本

着尊重他人、互相爱护、宽容仁爱的精神与人沟通。”他呼吁与会专家集思广益,共同为创造和谐社会而努力。

中国驻檳城总领事鲁世巍表示,儒学是中华文化重要的组成部分。这次论坛的举办,正值中马建交45周年,很有意义。(林昊 王大玮)

澳大利亚国家博物馆举办“中国文化日”活动

据新华社报道 澳大利亚国家博物馆7月21日举办内容丰富的“中国文化日”活动,吸引当地数千民众前来观看并参与其中。

当天,博物馆大厅内人流不息,热闹非凡。舞台上,舞龙舞狮、京剧《霸王别姬》、太极拳等传统艺术表演,不时赢得台下观众的热烈掌声;大厅窗边,书法、剪纸、风筝制作、茶艺和象棋等展示,吸引不少家长带着孩子一起体验;在博物馆外格里芬湖中进行的划龙舟展示,也令不少人驻足观看;湖边的煎饺、煎果子等小吃摊位前,很多人在冬日里热气腾腾的香味中排队购买。

9岁的金发小姑娘瓦里娅穿着紫色的汉服裙装,在妈妈陪同下制作手工。她说:“我喜欢中国的手工艺品,颜色和形状都很好看。”

大马侨界建议设历史文化馆

据新华网报道 近日,马来西亚雪州州议员邓章钦在出席巴生海南会馆周年庆时指出,华裔在大马做出不少贡献,各乡团应收集与记录有关资料,作为马来西亚重要的人文资产。他建议,各乡团可腾出会所空间设立历史文化展览馆,详细记载先贤在各地的奋斗史,让

40名中外交流小使者开启闽都之旅

据福建侨报 7月22日,福州迎来40名来自美国、日本、爱尔兰的华裔青少年返乡,他们由此开启为期11天的“寻根之旅”夏令营,体验闽都风貌,领略中华文化。

“同学们一定在祖父辈口中听过‘老家’的故事,今天你们已经真正踏上了这片土地。”开幕式上,省侨联副主席、福州市侨联主席蓝桂兰向营员讲述了榕城的经济发展和文化底蕴,并希望孩子们努力学习,在成长中留下宝贵难忘的回忆。

营员薛芷旋从小在爱尔兰长大,却说得一口流利的中文,已参加4次“寻根之旅”的她认为,很期待回到家乡,每趟都有新感受,还能结交新朋友。据其领队介绍,爱尔兰将把中文纳入高考,中文将走进中学选修课堂,今后会有更多孩子对中国更加了解和向往,学习中文的热情也会更高涨。

据了解,此次夏令营行程安排了夜游闽江,赏榕城之美;游格致园和船政文化博物馆,探访中国近代海军的发源地;游三坊七巷,了解“中国城市里坊制度活化石”“中国明清建筑博物馆”;参观林则徐纪念馆和厦门大学,了解林则徐、陈嘉庚的爱国主义精神等活动。(陈志)

域外传真