

熬过倒春寒 今起暖洋洋

□记者 杨元琪

本报讯 记者昨日从市气象台获悉,今起三天我市以多云或晴天为主,气温回升明显。

终于熬过了倒春寒,暖和日子就在眼前了。据市气象台工作人员介绍,今起三天我市以多云或晴天为主,气温将有明显回升。今天有3级左右的西北风,

白天最高气温20℃。明后天气温继续回升,白天最高均维持在22℃上下。需要注意的是,未来几天昼夜温差较大,市民早晚出行还是要注意保暖,谨防感冒。

昨日是二十四节气之一的春分,是春季的中分点。春分这一天太阳直射地球赤道,南北半球季节相反,北半球是春分,南半球是秋分。春分

过后,太阳直射点继续由赤道向北半球推移,北半球各地开始昼长夜短,南半球各地开始昼短夜长。故春分也称平分。

今天白天到夜里,多云到晴天,西北风3级左右,气温:6℃-20℃。23日,晴天到多云,偏南风3到4级,气温:8℃-22℃。24日,多云转晴天,东北风3到4级,气温:11℃-21℃。

鲁山县“文化客厅”公益课堂今起报名

□记者 娄刚

本报讯 记者昨日从市群艺馆获悉,2018年鲁山县文化馆“文化客厅”公益课堂第一期从今日起开始报名。本期开设书法、尤克里里、非洲鼓、声乐、二胡、戏曲唱段、亲子诵读等课程,喜欢的市民赶紧报名吧。

据介绍,鲁山县本期公益课招生对象均为成人。招生人数:书法班15名,尤克里里班12名,非洲鼓12名,二胡10名,戏曲唱段10名,声乐10名,亲子诵读不限人数。

二胡班:周一下午两点半到四点;声乐班:周二上午九点半到十一点;书法班:周二下午三点到四点半;戏曲唱段班:周三上午九点半到十一点;尤克里里班:周三下午两点半到四点;非洲鼓班:周四上午九点到十点半;亲子诵读班:每周六上午八点半到十一点半。

报名地点:鲁山县文化中心三楼文化馆综合办公室。报名时间:3月22日至3月31日。咨询电话:0375-5060672。

2017年度法律职业资格证书开始发放

□记者 王春霞

本报讯 记者从市司法局获悉,2017年度法律职业资格证书昨日开始发放,参加2017年国家司法考试成绩合格,在本市提交法律职业资格申领材料并通过审核的申请人,可前往领取。

据了解,申领人须持本人身份证前往市司法局司法考试科领取。若确因特殊情况在规定时间内不能按时领取的,可指定委托人并按照国家要求前去代领。领取日期:3月21日—3月28日(双休日除外)。

“亲情课堂”开启“亲子密码” 60余名叶县家长聆听育子心得

□记者 吕占伟

本报讯 3月20日上午,共青团叶县县委、昆阳街道团工委联合心天地社工中心在昆阳街道南街青年之家举办了“青春绽放”公益课堂——亲情课堂活动,向60余名家长分享了教育孩子的方法和技巧。

记者昨日从共青团叶县县委了解到,为吸引更多的学生家长参与活动,今年3月以来,共青团叶县县委、昆阳街道团工委多次通过微信朋友圈、微信群发布电子邀请函,并组织社区志愿者深入住户、学校宣传“青春绽放”公益课堂——亲情课堂的课程内容和活动意义。

3月20日活动现场,心天地社工中心青年志愿者、国家二级心理咨询师周艳艳从“如何开启孩子生命的曙光”为主题,结合生活中的具体事例,从“如何解决亲子教育问题”“关注正向——没有一件事只有负面意义”“相信孩子是解决问题的专家”等6个方面,向60余名家长详细讲解了如何打破亲子关系僵局,并分享了教育孩子的小妙招。



夜间修复破损路面

3月20日夜,在市区矿工路路段,市城管处市政维修管理队的工作人员在修复破损路面。近日,市城管处市政维修管理队开始了2018年春季第一期大型路面修补活动。在维修当中,为减少施工对行人通行产生的影响,该队利用车流、行人量少的夜间,对市区矿工路、西环路、黄河路等道路破损、龟裂严重的路面进行维修修复。

本报记者 彭程 摄

新潮老人自驾游近10万公里 翟永昌:我就喜欢走出去看看

□本报记者 牛超

网购、摄影、玩音乐、自驾游……当这些时尚的生活方式,被68岁的翟永昌满满当当地安排进自己的退休生活中时,日子就变得特别充实。近日,记者来到翟永昌家时,他刚自驾游回来。

六旬老人爱上自驾游

翟永昌家住市区建设路中段市老干部休养所附近,多年前从神马尼龙66盐公司退休。近日,记者来到他家时,他正在家吹萨克斯。鼻梁上架着一副金丝边眼镜,乌黑的卷发、黝黑的皮肤,怎么看都不像是年近七旬的人。他的面前放着一个架子,上面放着所吹曲目。

“刚学了一年多,才入门。”见到记者,翟永昌不好意思地说。2016年,他花5000多元买了一个萨克斯,又掏了1500元专门请老师教他吹。

“我好玩,对啥都感兴趣。”翟永昌说,3月6日晚上,他和朋友刚从豫、鄂、陕三省接合部的荆紫关自驾游回来,往返1000多公里。

“退休前是司机,所以退休后也闲不住,喜欢跑。”翟永昌说,刚退休时,他买了一辆山地自行车,没事就骑着到周边玩。随着骑行时间的增多,他开始满足于在周边转悠,于是又买了一辆越野车,开始玩自驾游。

2012年9月,翟永昌和4位老伙计开始了第一次自驾游——去新疆。一路上,有着几十年驾龄的翟永昌和同伴们

换开车。从平顶山到新疆,他们用了6天。“我们不走夜路,走到哪儿玩到哪儿。”他们赶到新疆时,正是葡萄成熟的季节,“两侧山坡上全是层层叠叠的葡萄架。葡萄架上果实飘香,葡萄架下是一眼望不到头的摊点,各色品种的葡萄及葡萄制品琳琅满目。”说起那次经历,翟永昌很是激动。

2013年7月,他们又去了西藏,依然是5个人同行,依然是自驾游。“听说西藏高原反应厉害,我们提前做了准备,还准备了活力氧。”翟永昌说,他们到达唐古拉山时,有了高原反应。“我头疼得一晚没睡着,有3个同伴则打点滴到半夜,原来为应对高原反应准备的活力氧被大家忘到了脑后,最后又原封不动地带了回来。”他笑着说。

2014年,他和同伴开车去了漠河、北极村;2015年,他带着全家,驾车去了云、贵、川、陕等地,行程20多天……翟永昌说,他很少在家待,“隔段时间不出去,难受。”

“我们自驾游很少去大城市,也不去那些公园景点之类的地方,多是走公路,看自然风光。”翟永昌一边翻着沿途拍回来的照片,一边像拉家常一样讲述着在外人看来极需要勇气的旅行。

公路边的白桦林,漠河的日出,布达拉宫的善男信女……一路的风景,全都被翟永昌装进了心里,装进了相机里,还被翟永昌发到了微信朋友圈里。

虽然每次自驾游都是几位老伙计心

血来潮时的随口提议,但每次出发前,他们都做了详细的“攻略”,“不打无准备之仗,出发前,吃住都会提前预订好。”翟永昌说,这样的自驾游,不仅能够欣赏大好河山,也能强身健体,更重要的是,一次又一次的自驾经历,让人心胸变得更加开阔。

退休生活多姿多彩

除了每年一次有计划的长途自驾游外,翟永昌还经常背着相机,在市区周边进行着一场场“说走就走的旅行”。退休多年来,他的自驾足迹几乎踏遍了中国的山山水水,行程近10万公里。而平时在家的日子里,翟永昌玩音乐,玩网购,做公益,每天的生活都安排得满满当当的。

2014年,不甘“寂寞”的他又参加了一个合唱团,没事时,大家在一起唱唱歌,乐和乐和,偶尔还去参加一些公益演出。

“虽然不是精通,但唱几嗓子是没问题的,重在参与。”翟永昌说。

对于他的生活方式,孩子和家人也给予了大力支持。“孩子们都成家了,我也有自己的生活方式,我不喜欢将所有的注意力都围着儿子女儿孙转。”翟永昌说,他认为好的生活,是让自己满足,让身边的人感到轻松的生活,是一种自然而然的随意,不需要强求克制。“可能有的老人觉得带孙子就很幸福,有的老人觉得养养生也很满足,但是我就喜欢走出去看看,因为这会让我觉得心胸更开阔。”