

正值“金三银四”求职黄金期,一些不法分子设下骗局,严重损害毕业生就业权益

奔赴职场的途中

一定要**避****陷****阱****防****踩****坑**

—5版



党史天地

市委党史研究室
(市地方志研究室) 联办
吕梁日报社

中国共产党统一战线 工作的成功典范 (下)

——在日寇沦陷区创办“红灯市场”的伟大实践

—6版

“夜运动”为城市“健康值”增添“砝码”

□ 本报记者 康桂芳

连日来,我市气温逐渐上升,人们已经提前感受到夏季的气息,越来越多市民开始选择在夜晚走出家门,开启了“夜运动”。晚上八点多,市区内许多公共休闲场所变身成了“全民健身房”。记者注意到,在市体育场、在北川河两岸的人行道,在小区附近的口袋公园,随处可见市民们运动健身的身影。

“晚上运动氛围感好,比起待在家里玩手机,出来锻炼身体要舒服多了!”每天下班后,刘女士就会约自己的好闺蜜相约体育场一起跑步。“夏季快到了,得赶紧减肥穿漂亮的裙子!”一旁的闺蜜笑着说道。

“明天下班后玩飞盘,有一起的

吗?”每天晚上,“上班族”徐德刚都会在微信群中@群内好友们。一个多月前,出于对飞盘的热爱,带动更多人加入飞盘运动中来,他组建了吕梁飞盘 CLUB 微信群,从一开始的几人,如今增加到了50人。随着人群的人数越来越多,许多像他一样的年轻人开始利用晚上时间练习飞盘。“人多的时候我们会在城南公园,如果人少的话,我们就在体育场。”徐德刚说,“体育场场地虽然没有城南公园大,但是这里有绿色草坪,在这里运动特别舒服。”

“传球!”“扣篮!”在体育场一旁的篮球场上,十几位青年正打得“火热”,球场旁边的地上还围观着许多观

看打球的小球迷们。32岁的王先生每天下班后都会约上朋友来这里打球,他说:“天气越来越暖和了,每晚至少打1个小时的球,晚上回家睡觉都睡得香!”

站在体育场内,记者环顾四周,观察到在跑道上、草坪上、座椅上到处都是活力身影。有的孩子们三三两两一起踢足球,有的幼童在放风筝,有的是朋友们围坐在一起聊天。有的孩子们在家长陪伴下玩气球,大人们则一边眼睛注视着孩子们的一举一动,一边分享着各自的生活,嬉笑打闹间好不热闹。在微风的轻拂下,人们幸福地享受着即将到来的夏日夜晚。

除了体育场的“夜运动”,很多居民

区附近的口袋公园也格外热闹。在八一街路口的口袋公园,曲径通幽、绿树挺立,凉亭下,大爷大妈聚在一起聊天,坐累了就起身打打拳、捶捶背,好不惬意。在滨河两岸的跑道上,来往的市民有的快速健步走,有的一边听歌一边慢跑,成了夜晚一道亮丽的风景。

今年,市政府工作报告中提出“积极培育夜间生活、消费业态,让城市的夜晚‘亮’起来,人气‘聚’起来。”“夜运动”不仅展现出了我市市民健康积极的生活态度,也进一步催生了我市夜间生活下的城市新活力,不仅满足群众健身需求,更有助于提升群众生活品质,也将为城市“健康值”增添“砝码”。

