



9岁就能横渡钱塘江 68岁裘贤根想带出更多游泳健将

本报讯(记者 夏凌 通讯员 桑莉铭 楼钟飞)“你们游得好,说不定将来也能参加亚运会。”昨日上午,当记者来到杭州市上城区九华社区海棠小区,游泳池里,68岁的裘贤根正一边教小区里的孩子们游泳,一边鼓励孩子:锻炼好身体,将来有机会为国争光。

这位68岁老兵向记者说出自己的心愿——眼看杭州亚运会越来越近,他希望培训发掘游泳好苗子。

在海棠小区,裘贤根名气不小。他从小在杭州贴沙河长大,对水有着天生的亲切感。2012年搬进海棠小区时,他就是看中小学里的室外游泳池。

“我9岁就能横渡钱塘江。”裘贤根自豪地说,高中时,他被选中做定安路游泳池的救生员,在那期间,结识了许多游泳专业选手,不断精进自己的技能。

搬进小区时,裘贤根还没退休,每到7、8月游泳池开放的日子,他一下班就往泳池赶。每次总要花约50分钟游上2000米。

当时,他注意到许多学生也在泳池里游,热心的他总会主动帮孩子纠正姿势。2016年退休后,裘贤根正式开始了“游泳教练”生涯。



裘贤根认真培养每一个孩子。

暑假期间,每天下午3时至4时50分,晚上6时至8时40分,裘贤根都会在游泳池边等候。小朋友们不拘具体时间,随到随教。有时裘贤根要同时教十几个孩子。记者好奇,这么多孩子怎么顾得过来?裘贤根说,自己公益教学有个要求,家长一定要陪在边上,确保孩子安全。另外,因为他教学经验丰富,孩子只要一试水,他就能看出学习程度。他会给不同的孩子布置不同的任务,先看孩子游一趟,剩下的由他们自己练习。“但如果是学换气的孩子,我会一直在边上看着,这个初学容易出事情。”

如今已是裘贤根公益教学的第8个年头,海棠小区里有需要的孩子基本都教了个遍。一个浅水池、一个深水池,他在两个池子间来回转不停。“海棠小区里有个免费教游泳的裘爷爷”也越传越广。现在,他的学生中,更多的是附近小区的孩子们。令他高兴的是,走在小区里,总会有人叫他“裘爷爷”,颇有成就感。

为了迎接亚运盛会,裘贤根近来愈发忙碌。除了公益教学游泳,他还是社区夜莺巡逻队的骨干队员,参加“护航亚运巡逻”,在社区巡查交通安全、消防安全,宣传防诈骗知识,维护辖区秩序和环境卫生等。裘贤根说,自己对家乡杭州有着深厚感情,一定要为亚运会的顺利召开尽一份力量。



老师们舞动柔力球的身影充满活力。



扫码看视频

柔力球飞起来 这群老师拍短片 献礼亚运

本报讯(记者 张伟群)“这里的每一座彩桥都与你喜相连,这里的每一滴秀水都往你心里流……”近日,在西子湖畔、钱塘江边、亚运公园,一群阿姨身着不同色彩的运动服饰,整齐挥舞柔力球,留下一个个活力四射的身影。

这是中国计量大学离退休党委创作的短视频《相约杭州,柔力球飞起来》,视频中参与表演的都是该校银耀柔力球队的队员,共16人,平均年龄68岁。

记者了解到,杭州亚运会临近,中国计量大学老同志银耀柔力球队也即将满10周年,队员们就有了向亚运献礼的想法。

视频由77岁的姚美娟老师改编。她说,创作基调是相约杭州、相约亚运,展示杭州人的热情和杭州教师群体的独特风采。视频内的歌曲由西湖区文化馆选送,与画面十分契合,为片子加分不少。

全程服务这次拍摄的教师范风华介绍,为拍好视频,球队的退休教师们苦练数月,在酷暑中坚持拍摄,展示最好的一面。他们借亚运之风宣告:银发也可以风华绝代,在人人参与亚运的画卷上留下乐活印记。

串联全县“站点+” 武义“银芽联盟”迎亚运

本报讯(见习记者 韩林园 通讯员 潘攀 潘科)Q版运动员、艺术字、创意LOGO……近日,金华市武义县茆道镇中心小学开展“‘益’‘童’迎亚运,把爱‘袋’回家”创意绘画活动,“银芽联盟”的老少朋友们一起体验环保袋上绘画的乐趣。

近年来,武义县紧紧聚焦“一老一小”群体,激发“五老”队伍活力优势,聚力推进时代新人培育,创设“银芽联盟”工作载体,探索共享、互融互动、协同协力的运行模式,开展课程共学、团体融合、正能共建等活动,创新推动“银发”能量向更多平台及领域拓展。

“银芽联盟”还积极整合资源,串联全县29家爱国主义教育基地、18个社区党群服务中心、15家企业及城市展示馆、博物馆等,以“站点+”形成服务地图,打造银芽联盟主题实践基地集群。

目前,“银芽联盟”喜迎亚运主题书画展正在6个乐活驿站巡回展出,吸引约5000余名市民前来参观,为大家送上亚运文化大餐,带来无限欢乐。

手作钉子绕线画 平阳老少同乐庆亚运

本报讯(通讯员 吕瑶瑶)为营造浓郁的迎亚运氛围,近日,温州平阳县老干部大学邀请学员和他们的孙辈共同开展“老少同乐喜迎亚运”手作钉子绕线画活动。

钉钉子、打绳结、绕丝线……大家一步步探索、实践,活动现场充满“叮叮当当”的悦耳声音。对于初学者来说,钉子绕线画在制作过程中有一定难度,但是这丝毫没有削弱大家的热情,他们渐渐找到了制作的规律。线在钉子之间不断缠绕,在“一锤一钉一线”的完美结合下,一幅幅充满亚运元素的作品精彩呈现,表达了每个人对杭州亚运会的美好祝愿。