

小小柔力球 舞出大健康

——柔力球爱好者景玉凤的退休生活

□上官应敏

今年60岁的景玉凤退休前是国网运城供电公司主管护师，曾被山西省电力公司评为“社保工作先进个人”“培训教育先进个人”等。

老年体育工作是老龄事业和体育事业的重要组成部分，也是全民健身工作的重要内容。2016年在运城供电公司领导和离退休部门的大力支持下，由公司退休人员组成的柔力球队正式成立。热爱体育运动的景玉凤，2018年退休后也积极加入这个行列。

积极推广 凝聚向上力量

柔力球是一项深受中老年人喜爱的运动。当景玉凤得知柔力球运动集武术的刚、太极的柔、舞蹈的美于一体，对人体肩周、颈椎等都能起到很好的锻炼作用，她一下子就被柔力球的魅力所吸引。经过努力学习、刻苦钻研，对柔力球有了一定的认识后，景玉凤觉得，自己作为一名退休党员，有责任和义务，把这个运动项目推广出去。她想方设法扩大影响，积极参与各种展示活动，并主动宣传吸收新退休职工，使他们在获得健康体魄的同时，收获快乐，找到归属感。

2020年1月，盐湖区柔力球协会成立。为进一步推动柔力球的普及和发展，作为副会长的她，带领团队义务为群众进行展演，组织队员积极开展下社区、到公园、进校园活动，活跃在各种场合，传递科学的柔力球健身方式，吸收周边群众和年轻力量，带动更多人加入柔力球健身行列。

提升技能 “柔”出幸福健康

5年来，景玉凤利用线上线下各种培训机会给自己充电，经常自费参加全国柔力球技能培训，并取得了柔力球国家一级教练员、国家一级裁判员和二级社会体育指导员资格证书。她把所学技术毫无保留地教给球友，对他们进行基本技术培训和套路教学，使整个球队的水平得到提升。

2022年，盐湖区柔力球协会成立了临时党支部，作为一名有着38年党龄的老党员，景玉凤不忘初心使命，在党的二十大召开前夕，她协助会长策划并组织球队30人在市



▲柔力球比赛中的景玉凤(前)

体育馆广场进行了“喜迎二十大 健身庆盛世”柔力球表演活动。大家随着《五星红旗》优美的旋律，手持彩色长绸，挥动球拍翩翩起舞，顿时成了广场上一道亮丽的风景线，新闻媒体也进行了关注和报道。

疫情居家期间，景玉凤坚持柔力球健身运动，参加了全国线上运动会，获得“柔力球达人”称号。2022年，她又参加山西省社会体育指导员比赛，获得个人二等奖。

公益演出 舞出时代风采

柔力球不仅是一项体育运动，更是一种精神、一种生活的艺术、一种幸福的载体。

一直以来，景玉凤号召身边群众发挥正能量，当好文艺活动的运动员。5年来，景玉凤坚持公益活动演出40余场次，每年的五一健身节目展演、8月8日全民健身日

和健身周活动宣传、九九重阳节活动、国庆节演出、文化馆下乡活动等，她都积极参与，并出色完成表演任务。同时，景玉凤所在的柔力球队也取得了骄人的成绩：荣获2021年柔力球发明三十周年大赛一等奖、康乐美杯大赛优秀奖、2022年第五届晋中国际柔力球大赛B组一等奖、全国柔力球大赛二等奖、2023年中国柔力球公开赛二等奖。

景玉凤坚持不懈带动群众科学健身、收获健康、感受幸福，尽显退休职工老有所乐、老有所为的精神风采，推动了全民健身和全民健康的深度融合。

“虽然发动群众进行体育健身的工作有时十分辛苦，但看到越来越多的人加入锻炼队伍中来，享受到体育锻炼的快乐，就会觉得自己是在做一件很有价值的事，就感到非常快乐和满足。”景玉凤说。

绛县郝庄乡 寻访红色足迹 传承红色薪火

运城晚报讯(记者 王露)沿着先辈的足迹，进行一次超时空对话，近日，绛县郝庄乡组织250余名党员分批赴迴马岭红色教育基地参观学习，接受了一场深刻的革命洗礼。

党员干部们在200米长的崖壁历史教育长廊上，聆听绛县革命力量发展壮大的历程，以及革命前辈

与敌人浴血奋战的英雄事迹；在兵器库、武委会、政委办公室、秘书处、藏兵洞等革命旧址，感受革命先辈在绛县县委、抗日民主政府等地的战斗生活场景；重走红军路，参观革命文化石林，通过户外沉浸式红色体验，大家在绿水青山中感受红色文化，在亲近自然的同时深刻体会到革命先辈砥砺奋斗的

不易，接受了一次独具特色的革命传统教育。

大家纷纷表示，此次活动开阔了视野、增长了见识，极大地丰富了精神文化生活。今后，他们要继续发扬老一辈无产阶级革命家的光荣传统，以求真务实、脚踏实地的工作作风做好本职工作，为全面推进乡村振兴作出自己的贡献。



下水管道破裂居民愁 绛县龙王庙社区解民忧

运城晚报讯(记者 崔萌)“已经观察一个多月了，围墙附近再也不渗水了，感谢社区为我解决了大麻烦。”近日，绛县龙王庙社区工作人员上门回访时，居民张先生对社区协调更换下水管道破裂一事表示感谢。

10月初，居民张先生到龙王庙社区反映，其紧挨巷道的院墙处，有水从地下渗出，致使其院内有扫不完的积水。龙王庙社区党支部书记、主任王俊妮和综治专干曹泽鑫、网格员桑越超一行，立即上门走访。经调查发现，该巷道一处路面存在轻度塌陷，怀疑是地下的自来水管破裂导致。

王俊妮向绛县供水公司反映后，该公司一名工作人员通过探测仪勘察，路面下的确存在漏水情况。随后，工人们将塌陷路面破开后才发现，原来是该巷道一户居民家的下水管道破裂，且污水已将路基冲塌，存在安全隐患。

龙王庙社区紧急召集巷道居民协商此事。居民们商量后决定分摊巷道施工费用，下水管破裂的那户居民自行更换下水管。经过施工，下水管道得以更换，路面恢复平整，张先生的院子内再也没了积水。

盐湖区中银街社区 施工垃圾影响生活 网格员化解矛盾消隐患

运城晚报讯(记者 茹雅)近日，盐湖区中银街社区网格员协调解决了辖区金盾小区施工垃圾影响居民生活的问题，受到小区居民称赞。

11月13日，中银街社区网格员孙月菊巡查走访时，接到金盾小区居民反映：小区目前正在进行改造，施工方将拆除的垃圾随意堆放在公共区域，严重影响了小区居民正常出行，也存在一定的安全隐患，居民多次与施工方协调无果。

经过现场调查后，孙月菊第一时间联系到网格长与施工方负责人，说明小区居民的诉求与目前存在的安全隐患。经过双方协调沟通，最终达成协议，施工方每隔10天清理一次垃圾，避免施工垃圾影响居民日常生活。

看着微信群里小区居民的点赞，孙月菊说：“社区工作中遇到的都不是轰轰烈烈的大事，而是鸡毛蒜皮的小事，能为居民解决好小事，就是我们网格员的幸福。”

闻喜县社区服务中心西湖社区 再就业政策宣讲暖人心



▲11月15日，在闻喜县社区服务中心西湖社区居委会辖区公园壹号绿城B小区，社区工作人员正在向居民宣讲再就业有关政策。

为促进再就业工作的开展，贯彻落实好再就业优惠政策，该居委会根据县社区办党委的统一部署，通过设立咨询服务台、挂条幅、设展板、面对面讲解、发放宣传资料等多种形式，对居民提出的政策咨询、疑难困惑等问题进行一一解答，让大家更好地了解相关再就业优惠政策，为居民就业、创业奠定基础。

刘佳 郭丽霞