



厝边人物

单杠翻转、叶问蹲、劈一字叉、双手抱头倒立…… 七旬阿伯玩转单杠走红

海都讯(记者 董加固 通讯员 陈和俐 文/图) 双手抓着单杠,身体借力摆动,随后猛然一撑,倒头便翻了一杠……这套单杠翻转的动作,连年轻人都很难完成,而来自泉州市安溪县城厢镇砖文村的72岁阿伯谢世枝,却能连续做好几个。近日,这位“身怀绝技”的阿伯在龙津公园走红,围观群众纷纷赞叹。

不仅单杠技巧让人折服,谢世枝身体的柔韧性也让人惊诧不已。他热身练习时,轻松劈一字叉,拉伸时立位体前屈时头可埋入膝盖,手掌能整个碰触地面,而且还能做“叶问蹲”、双手抱头倒立等难度动作,引得围观群众啧啧称奇。“这位老伯很厉害,简直可以媲美体操运动员。”

采访中,记者得知,这些“绝技”的练成,只因谢世枝当时的一个念头。

“十年前,我这只左手,因为关节痛,抬都抬不起来,发作时疼得不能动弹,快成残疾了,医生告诉我,要么理疗,要么锻炼,才有可能恢复。我花了好几万做理疗收效甚微,于是我开始锻炼身体。”谢世枝说。

记者了解到,谢世枝以前在建筑工地摸爬滚打了大半辈子,等到退休后,左手得了类风湿性关节炎,抬举困难。后来他去福州帮忙照顾孙子,机缘巧合,在省体育中心看到有人在练单杠,便十分感兴趣。一开始,他连个引体向上都难,别人都劝他算了,但是,



轻松劈一字叉

谢世枝靠着不服输的劲头,先从矮一点儿的单杠开始练习,循序渐进,只要不刮风下雨,他都会抽时间去练习。

“没办法,为了生活能够自理,我只能不停地康复锻炼。单杠运动能有效锻炼身体的协调能力。在不断练习中,我开始挑战自我,挖掘身体的潜力。如今,左手不仅活动自如,还能单手吊单杠。”不仅如此,谢世枝还带动妻子陈爱花一起运动。夫妻二人已成为邻里称羡的“运动眷侣”。

运动使人健康。如今,1.6米高的谢世枝虽然只有50公斤出头,但手臂肌肉结实,腰部没有赘肉,走起路来沉稳有力,手脚十分灵活,不少人都看不出他已72岁了。谢世枝笑称,运动是身体健康的秘诀,最初是为了锻炼身体,现在却享受到运动的乐趣,都说老有所乐,这就是他的快乐。与此同时,他也号召更多老年朋友一起加入运动的行列。



单杠翻转



双手抱头倒立



叶问蹲

民警及时劝阻 6万养老钱保住了

海都讯(记者 黄晓燕) “别转账,这是诈骗!”近日,泉州丰泽公安分局后渚海防派出所社区民警获悉,辖区居民李女士要将钱款转到指定的“安全账户”,立即劝阻,让其避免了6万元的经济损失。

当天,李女士因为身份证丢失,急匆匆地来到后渚海防派出所北星警务站,想赶紧补办身份证去银行转账。民警引导李女士办证时,发现她不断地接听电话,对话中反复提到“百万保障”服务。民警意识到,李女士可能遇到了诈骗。经过交流,李女士说,自己接到一通来电,

对方自称是微信客服,告知她的免费“百万保障”服务即将到期,如不关闭将于次日开始每月扣费2000元。一听到要扣费,她慌了,立刻表示要关闭这项服务,并咨询如何操作。了解到她的银行卡有6万元存款后,“客服”耐心地“指导”她补办身份证后去银行转账。

民警随即拨打了“客服”的电话。对方一听是民警,马上挂断电话,并将李女士的手机号拉黑。“要不是民警及时劝阻,我的养老钱就没了,太感谢你们了。”回过神来的李女士心有余悸,再三向民警道谢。

未制止电动车违规充电 一宾馆被罚2000元

海都讯(记者 黄晓蓉 通讯员 吴文霞 郭云霞) 近日,泉州泉港区消防救援大队在开展双随机检查时发现,位于泉港区后龙镇坑仔底村的一家宾馆,一楼大厅处停放了一辆电动自行车,且正在充电。存在管理单位未制止电动

自行车在室内场所违规充电的违法行为,违反了《福建省消防条例》相关规定,大队依据《福建省消防条例》和《福建省消防行政处罚裁量规定》相关规定对该宾馆开出行政处罚单,处以人民币2000元的处罚,并责令其立即整改。

遗留15年的户口迁入难题 仅2天时间就办完

海都讯(记者 黄晓燕) “现在的政策真是越来越方便了,解决了我家的老难题!”17日上午,冯女士将一面锦旗送到惠安县公安局涂寨派出所,感谢户籍民警为其解决了户口问题。

原来,冯女士因夫妻投靠,于2009年申请将户口从湖北省迁入,但由于个人原因迟迟未到派出所办结。“都怪我太粗心了,这下可怎么办?”时间一长,冯女士也忘了这件事,却没想到这一疏忽可能会影响到女儿上学,近日,她焦急地到派出所求助。

户籍民警认真调查核实,发现冯女士确实有一项未办结的户口迁入业务,未办结的业务又导致冯女士难以办理后续的户籍业务。经过与上级公安机关户政部门协调,民警很快解决了这项遗留15年的业务。

“现在户口迁移已实现‘跨省通办’,不需要像当年那样来回跑了!”户籍民警告知冯女士,当下就可以重新申请户口迁移,不需要在闽鄂两省间往返奔波,在惠安就能办结户口迁移了。仅用两天时间,冯女士的老难题便迎刃而解。

见到这位老人,请联系 968880

这位老人已走失8天,家属都找疯了,希望大家能助力寻找

海都讯(记者 杨江参) 连日来,一则“寻人启事”牵动着外卖小哥洪成木的心。洪成木是南安的一名外卖小哥,也是一位海都老读者,被亲切地称为“阿木”。他多年来坚持帮助走失者,点亮了许许多多走失者的回家路,不仅被评为2023年“感动福建”十大人物,今年还获颁发“全国五一劳动奖章”,海都报此前曾多次报道。

“这位老人已走失8天了,家属都找疯了。”7月22日上午10点半,洪成木跟老人家属杨秀水确认完消息后,就第一时间联系了海都记者,希望我们能够助力寻找。

随后,记者立即联系了

杨秀水,对相关信息进行了确认。杨秀水说,走失者是其老丈人汪树发,安徽人,今年71岁,有点儿老年痴呆,今年3月曾走失过一次,7月15日上午7点多再次走失。

杨秀水夫妻目前在惠安县螺阳镇后田村经营一家加工厂,老人平时与他们一起居住生活。杨秀水说,老人以前在家附近的菜市场扫地,患病后就没了,不过每天早上六七点还是要到菜市场去走走,直到七八点才回家吃早餐。

7月15日上午7点多,因为没有看到老人回家吃早餐,杨秀水和妻子就到菜市场寻找,却怎么也找不到,于是发动亲戚朋友寻

找,但至今杳无音信。杨秀水告诉记者,他们给老人买了定位仪挂胸前,可惜最近因为天气太热,老人嫌热就没戴放床上了。老人当天走失时,身穿蓝色上衣、黑色短裤和黑色拖鞋,因为平时都在家附近活动,也是在家里吃饭,身上只放了十块钱现金,也没有带手机。

15日下午三四点,因为迟迟找不到老人,所以杨秀水和妻子就向惠安警方报警求助,同时也向蓝天救援队寻求帮助,不过因为老人身上没有可定位的东西,搜寻非常困难,至今没有找到。

8天来,老人的家属找遍了附近的村落,也不放过任何一座山头和水坑,这期



家属提供的老人照片

间还动用无人机寻找,但就是没有老人的消息,全家人都急疯了,只能求助广大市民朋友帮忙。

如果大家有老人的任何消息,哪怕只有一丁点儿可能,也请主动联系杨秀水,联系电话:13636903642,或者拨打海都热线通968880。