

广州市养老护理职业技能大赛开赛

金奖选手将首次获得“羊城工匠”金奖证书

羊城晚报记者 高榕
通讯员 李国全 林琼

突出考察选手应变能力

2月23日,广州市养老护理职业技能大赛在广州市养老综合服务中心开赛,共有109位养老护理员同台竞技。在为期两天的理论知识和操作技能比赛后,将评选出金银铜奖及优胜奖选手共25名,其中3名金奖选手还将获得“羊城工匠”金奖证书。

据悉,此次大赛由广州市民政局、广州市人力资源和社会保障局、广州市总工会联合主办。赛事相关负责人表示,参加决赛且成绩合格的选手,将获得市人力资源和社会保障局认可的养老护理员(三级)技能等级证书,金奖选手还将首次获得市总工会颁发的“羊城工匠”金奖证书,选拔出的优秀选手还将作为今后广东省赛和全国大赛的“种子选手”。“这充分体现了养老护理员的职业价值逐渐被全社会认可。”这位负责人表示。

记者了解到,此次大赛还邀请了具有国家级赛事裁判资格的

专家担任本次大赛顾问。在命题方面,比赛首日进行的理论知识测试占总分的30%,主要考核养老护理员对《养老护理员国家职业技能标准(2019年版)》的理解掌握。比赛次日考察操作技能,该项占总分的70%,主要考核养老护理员对老年人身体、精神状况提供生活照料、基础照护、康复服务、心理支持等服务的实操能力。

“此次大赛突出考察选手的应变能力。”广东省养老护理协会护理副主任委员凌淑芬是此次大赛的裁判长,她介绍,大赛根据居家养老和社区养老等不同场景,设计了日常生活、基础护理和康复等服务模块,“希望通过这些设计,培养选手们应对不同场景的综合能

力,留心不同场景下的护理细节,在日常工作中更好地护理老人。”

最小参赛选手仅19岁

在参赛选手当中,既有“70后”资深护理员,也有刚踏入养老行业不久的“00后”,具有大专及以上学历的参赛选手占比超七成。凌淑芬介绍,109名选手的平均年龄为30多岁,年纪最小的参赛选手为19岁。“这反映了养老护理行业从业者的年轻化趋势,养老服务行业作为朝阳行业,也在与时俱进。”凌淑芬说。

“我从高中毕业后就开始了解养老服务行业,家人也非常支持我。”“00后”选手曹俊杰目前正在

黄埔区的一家养老服务机构工作,在大学修读老年服务与管理专业,包括实习期在内至今已近3年的工作经历,曾获“南粤家政”技能大赛优胜奖。为了更好地准备此次比赛,他进行了脱岗培训,还向所在机构的前辈请教了不少操作技巧。

“90后”的朱晓玲是广州市老人院老年病治疗中心的护理员,这是她从业近十年来首次参加此类比赛。参赛前,朱晓玲还向同事“取经”,提升自己的理论知识和实战技巧。“帮助老人服用口服药、与老人沟通是我的日常工作,对这两个领域我比较有信心。”在朱晓玲看来,做好老人护理,让老人安心是最大的诀窍在于:“把老人们当作自己的父母,尽心尽责地去照顾。”

广州地铁三号线加新车

提升工作日高峰期运力

羊城晚报记者 严艺文、通讯员 洪锦辉、史夏伦报道:记者从广州地铁获悉,近期广州地铁客流明显回升,春运后的工作日日均客流为911万人次,已超过2019年905.7万人次的日均客流水平,大客流线路及车站恢复常态化客流管控。为进一步提升线路高峰期的客流运输能力,2月21日起,三号线(含三号线北延线)在工作日高峰期增加投放一列新车上线运营。

据悉,随着三号线东延段新车陆续抵穗,2022年年底已完成首列新车调试,具备上线载客运营能力。结合近期客流持续回升,为更好地满足市民出行需求,广州地铁在三号线(含三号线北延线)工作日高峰期增加投放一列新车上线载客运营,总体上列车达65列。调整后,“永泰至体育西路”早高峰运力提升约5%，“体育西路至机场北”晚高峰运力提升约3%。

广州地铁表示,目前正在按计划推进三号线东延段其余列车的调试工作,并持续关注三号线(含三号线北延线)工作日高峰期客流出行规律变化,后续将根据客流变化和市民出行需要,逐步上线新车载客运营,进一步提升高峰期运力。加车后,列车到发时间会根据线路运营组织有所变化,请乘客合理安排出行时间,并注意车站广播及列车到站信息。

“太古仓·水上茶居”新航线开业迎客

羊城晚报记者 严艺文报道:“水上茶居”新航线来了!2月23日,“太古仓·水上茶居”正式开业。中式仿古游船“南海神号”满载广州特色香茶老点在太古仓码头启航,为广市民游客带来纯正“广府茶味”。2月23日至28日,新老顾客均可享受茶居雅座5折优惠。

“太古仓·水上茶居”新航线启航自太古仓码头,东至天字码头。游船上,街坊游客可享用广式点心,在游船二层、三层的露天甲板上还可领略沿岸极具岭南文化韵味的西关风情,听江风浅吟,一览两岸好风光。

“太古仓·水上茶居”的茶点注重“色香味俱全”高品质保障,

除了延续出品虾饺、烧卖、萝卜糕等传统广式点心,还推出独具水上茶居特色的法式鲜果拿破仑等风味小吃,款式多达50余种。所有餐品现点现做,力求保障每一口美食都有营养且风味独特。

“游船每天在天字码头和太古仓码头之间来回航行,码头之间的航行时间和码头候泊时间为半个小时,14时之后游船会静态停泊在太古仓码头。”广州太古仓码头游艇发展有限公司总经理、广州金航游轮股份有限公司副总经理黄时桥介绍,在“太古仓·水上茶居”新航线上,市民游客会领略到沿途的地标建筑,如人民桥、沙面、白天鹅宾馆、百年太古仓码头等。



市民游客可在船上享用广府特色香茗点心
受访方供图

黄花风铃木枝头初绽 羊城春日赏花氛围浓

文/羊城晚报记者 马思泳 图/羊城晚报记者 陈秋明

羊城初春暖阳时,游园赏花氛围浓。2月23日,羊城晚报记者走访位于荔湾区的荔湾湖公园以及海珠区的洲头咀公园,有一批黄花风铃木已“抢闸”开花。虽然未到盛开时期,但已经吸引了不少市民前来“打卡”。

在荔湾区的荔湾湖公园,有一排黄花风铃木已提前开花,在周边郁郁葱葱的树木映衬下,鲜黄色的花蕾尤为显眼,不少市民趁着天气晴朗之时,赏花“打卡”。

在珠江河畔一侧,位于海珠区的洲头咀公园生机盎然,集中种植的4排黄花风铃木分别竖立在环岛路两旁。春风轻轻吹拂,已经开花的黄花风铃木随风摇曳,一眼望去犹如金色丝带。虽然未到黄花风铃木盛开之时,但已经有不少市民精心打扮一番,提前留影,初春的洲头咀公园,赏花场景热闹非凡。

“黄花风铃木沿道种植约600米,3月中上旬,洲头咀公园的黄花风铃木将迎来盛花期,而黄花风铃木的另一旁是洋紫荆花,颜色呈粉紫色,与黄花风铃木有着鲜明对比……”洲头咀公园的保安张大哥一边踩着单车,一边手持大喇叭,为市民介绍黄花风铃木。

据广州市林业和园林局官网介绍,黄花风铃木为紫葳科,风铃木属落叶乔木,通常在3月至4月间开花,盛花期有10天左右。



黄花风铃木花朵盛情绽放,醉人绚丽的金黄吸引众多街坊前来打卡

链接

广州开行“浪漫风铃”如约线路

羊城晚报记者 严艺文、通讯员 薛晓刚、郑欣宜、梁洪斌报道:2月25日起,广州巴士集团电车分公司将开行“浪漫风铃”专线,乘坐赏游专线,乘客可以实现与盛开的黄花风铃木“零距离”亲密接触。

“浪漫风铃”专线选用了纯电动双层观光巴士,打开透明车顶,乘客在上层车厢拥有欣赏黄花风铃木的独特视角。

据悉,“浪漫风铃”专线途经环岛路、滨江西路、洪德路、工业大道、榕景路、革新路,停靠海珠涌大桥北、洲头咀公园、同福西地铁站、沙园地铁站(乐峰广场)、海珠涌大桥南。发车时间为节假日9:30-17:30,20-40分钟一班,票价6元/人。

小贴士

“浪漫风铃”专线购票方式如下:
方式一:搜索“广州如约巴士”小程序→搜索关键词“海珠涌大桥北”→选择购票(使用时,在小程序订单内打开二维码,在车上的羊城通机上扫码验票乘车)
方式二:提前到达站点候车,上车前可在现场刷羊城通、微信支付乘车码、支付现金(不设找赎)等购买次票乘车。

中国毽球“巅峰对决” 明天在增城——“毽”启动

毽球发展史充分体现了中华传统民间运动的生命力和创作力

巅峰对决,一“毽”启动!2023年2月25日至2月26日,2022年中国毽球公开赛暨广东省毽球精英赛将于广州增城区增城体育馆举行。如今,毽球这项运动正日益走进大众的生活,而回顾毽球的发展之路,它和我国的历史与传统文化也大有渊源……

毽球的威水历史 进过李白的诗,也亮相过奥运会

毽球的前身,是相传由黄帝所创的蹴鞠。最早的蹴鞠,和军事训练有关,后来演化出表演型的蹴鞠,就此成为蹴球的前身。

据历史文献和出土文物证明,真正作为运动的蹴球起源于我国汉代,盛行于六朝、隋、唐。据唐《续高僧传》记载:在南北朝北魏时期,佛陀到洛阳去,在路上遇到了12岁的慧光,在天街井栏上反踢毽子,连续踢了500次,观众赞叹不已。佛陀认为此人在蹴球上能有所长,很适合钻研佛法,遂收他为徒。后来,慧光法师果然成了禅学名僧。

李白名诗《古风》中的名句“斗鸡金宫里,蹴鞠瑶台边”,就描写了专业艺人进入皇宫表演蹴鞠的情形。而当时,“寒食蹴鞠”也已是民间重要的娱乐活动之一。

到了宋代,根据南宋词人周密在《武林旧事》的记载,蹴球已经在36个小营生之中了。当时,南宋都城临安专门

经营毽子的店铺就达数十家。南宋时期,岳飞的“岳家军”也有关于踢毽子的记载,“用箭之翎,配以金石之质,抛足而发,以释军闷”。

明清年间,毽球在民间变得更为普及。明朝刘侗所著的《帝京景物略》中,记载了关于蹴球的民间谚语:“杨柳儿青,放空钟,杨柳儿死,踢毽子。”

至清末,踢毽子已达到鼎盛时期,参与的人越来越多。清人李调元在他的《童山集》中这样描绘蹴球:“戏名抛足让京师,五代皆能代足为,风俗帝京谣尚记,蹴儿飞处柳儿垂。”

李自名诗《古风》中的名句“斗鸡金宫里,蹴鞠瑶台边”,就描写了专业艺人进入皇宫表演蹴鞠的情形。而当时,“寒食蹴鞠”也已是民间重要的娱乐活动之一。

到了宋代,根据南宋词人周密在《武林旧事》的记载,蹴球已经在36个小营生之中了。当时,南宋都城临安专门经营毽子的店铺就达数十家。南宋时期,岳飞的“岳家军”也有关于踢毽子的记载,“用箭之翎,配以金石之质,抛足而发,以释军闷”。

谓绝技高超,他们不论是头、额、鼻、肩、背、腹、胸等,均可代替双足踢毽,有的人可使毽“终日绕身不坠”,或边穿衣边踢毽,或边饮食边踢毽。

1936年,上海女运动员翟连源在第11届柏林奥运会上向全球观众表演了踢毽球的绝活,当时她连踢了二三十种花样,毽球也因此被誉为“神奇得令人难以置信的高超技艺”。

新中国成立之后,毽球得到了很好的保护和传承。中国毽球有记载的第一场比赛,是广州市委在1956年举办的。1963年,毽球和跳绳等活动一起被列入国家提倡开展的体育活动。1984年,毽球被国家体育总局列为正式开展的体育比赛。2008年北京夏季奥运会期间,在奥运羽毛球场馆还专门举行了踢毽球表演。毽球也从个体运动进一步发展为了一项群体活动,还引入了类似排球赛的规则,并不断加以完善。

毽球作为中华传统文化的一部分,在多个方面体现了阴阳相反相生的关系。从毽子的外观结构上看,毽羽在上属阳,毽托在下属阴,毽托受力则加速,而毽羽则受空气阻力减速,其作用为一阴一阳。同时,在踢毽过程中,毽子上下翻飞、动静结合、阴阳互易。毽子的“拧、倾、曲、圆”是



全国赛中的精彩瞬间 图视觉中国

毽球的中华文脉 动静起伏,阴阳相契

毽球讲究动静结合,动中有静,静中有动。这与“无极而生太极,太极动而生阳,静而生阴,静极复动;一动一静,互为其根”的中华传统文化理论相契合。

需要连续踢的基本技术动作:盘(脚内踢)、磕(膝盖踢)、绷(脚面踢)、拐(脚外侧踢),称之为“动”;停毽的技术动作:落毽

(脚外侧停毽)、里接(脚内侧停毽)、透腿(足内侧停毽接外侧抛毽成足内侧停毽)、抱印(体前足底停毽接上举腿)、旱地拔葱(上举腿下蹲起)等,谓之“静”。

一种内收的技术,而“磕、绷、拐、跳”等动作则具有向外的趋势,毽子在各种套路的组合中,刚柔相济、阴阳互补。另外,和其他中国传统的体育项目一样,踢毽子也注重内修,注重自身体内的阴阳平衡,以达到养生的目的。

此外,毽球由“盘踢”“磕踢”“拐踢”“绷踢”“里接”“外落”等基本动作发展为成百上

千种花样踢法和套路,并形成了多个以地域划分的踢毽流派,也反映了不同的地理、历史和人文特色。

毽球运动兼具观赏性、娱乐性,而且经济、安全、健康,充分展现了中华传统文化强大的生命力和创造力,是我国民族传统文化的上佳载体。

羊城晚报记者 赵亮晨

男篮世预赛

1264天后再回主场 乔帅开门红

2月23日在中国香港荃湾体育馆,已经提前取得2023男篮世界杯入场券的中国男篮,以71比59战胜实力一般的哈萨克斯坦男篮,塞尔维亚人乔尔杰维奇收获了他作为中国男篮主帅的首场胜利,而中国的小伙子们终于在三年多后再次品尝到了主场作战的滋味。

在经历了1264天的等待后,中国男篮的将帅们又在自己的主场听到了球迷们的呐喊声。要知道中国男篮上一次在主场作战,还要追溯到2019年9月8日的男篮世界杯,当时中国男篮在广州体育馆以73比86输给了尼日利亚男篮,也基本宣告丢掉了东京奥运会的人场券。在这三年多来,中国男篮辗转于世界各地作战,虽说各地华侨都在中国队比赛时给了小伙子们足够的支持,但男篮将帅毕竟仍处异国他乡。如今,中国男篮终于再次回到了完全属于自己的主场。

中国球迷实在太期待在自己的主场看比赛,即便只是赛前热身时间,球迷们都会为中国队的一次次上篮喝彩。比赛开始后,中国球迷的热情更是越发放热,周琦的扣篮、赵继伟的三分、胡明轩的盖帽……每当这些精彩画面上演,荃湾体育馆的喝彩声仿佛能把球场的顶棚都掀翻。

赛后接受采访,郭艾伦略带抱歉地说:“很久没在主场比赛了,看到这么多球迷非常感动。但我们其实没有发挥出最佳水平,这是主帅的第一场比赛,我们也非常希望在主场打好,所以有点紧张。”

但这又如何呢?在郭艾伦说完这番话后,不少球迷隔着玻璃窗向他们心目中的偶像发出欢呼声,而郭艾伦也挥手向球迷们致意。中国男篮终于回到了自己的主场,无论发挥好坏,中国球迷也终于重新找到了在现场观赛的感觉。

羊城晚报记者 郝浩宇

滑雪世锦赛

空中技巧 孔凡钰问鼎

中国队在该项目上时隔十年再次夺金

羊城晚报记者 苏苻报道:2023年自由式滑雪和单板滑雪世锦赛在格鲁吉亚进行,北京时间23日的自由式滑雪女子空中技巧决赛,平昌冬奥会该项目铜牌得主、中国选手孔凡钰凭借决赛第二轮获得的85.30分夺冠!这是中国选手在世锦赛拿到的第六个女子空中技巧冠军!

女子空中技巧比赛共有四位中国选手参赛,孔凡钰第一跳失手,第二跳拿下80.95分,以预赛第10位进入决赛。陈梅婷、刘宜亦分别预赛第3和第6位,中国队共三人进入决赛。邵琪排名第13位被淘汰。

决赛第一轮,孔凡钰以84.42分排名第一轮第四位,进入最后的六强决战。另两名中国选手双双失手出局。

第二轮比赛,孔凡钰跳出85.30分,一举夺冠!澳大利亚选手斯科特以83.84分获得亚军,第一轮曾跳出89.88分的乌克兰选手诺沃萨德以82.84分获第三。

至此,在世锦赛的历史上,中国队一共六次拿到女子空中技巧冠军,李妮娜在2005年到2009年期间实现三连冠,程爽和徐梦桃分获2011年和2013年冠军。时隔十年,孔凡钰再次为中国队完成夺冠目标!

在随后进行的自由式滑雪男子空中技巧决赛中,中国选手杨龙啸以110.18分收获铜牌。此前中国队还获得了空中技巧混合团体银牌。