

告别跟团烦恼，亲近大自然，喝茶聊天尝美食——石狮老年人恋上了户外露营

和风暖阳下，寻一处空地搭上帐篷，与家人、朋友坐在休闲椅上喝茶聊天，品尝美食……近两年来，以轻度旅游、微度假为特点的户外露营持续升温，这种远离喧嚣，和大自然亲密接触的休闲旅游方式，逐渐成为城市人向往的生活方式。在这部分人群中，也涌现出不少老年人的身影。

前不久，趁着好天气，林大妈和4位闺蜜开着车带着水果、饮料、烧烤食材，前往红塔湾海边露营。今年61岁的林大妈是一位国企退休工人。退休后，喜欢旅游的她跟着旅行团几乎玩遍了祖国的知名景点。在旅游的过程中，林大妈却发现传统的跟团游不仅行程紧，而且旅游景点经常人山人海。每次游玩归来，她都要在家休息好几天才能缓

醒来，拉开帐篷的拉链，就能看到九仙山的美景，真是一种享受。”对户外露营“一见钟情”的老陈，前不久跟着儿子儿媳及孙儿在九仙山的露营地体验了一把户外露营，如今回忆起来意犹未尽。老陈说，退休这些年，他经常和老伴跟着老年旅行团旅游，总感觉有点走马观花。久而久之，他和老伴便减少了外出旅游的频率。而这一次，跟着儿子儿媳一家体验了一回户外露营后，这种旅游方式的兴起，再次激起了老两口外出游玩的热情。

据老陈回忆，当天，他们一家驱车从石狮前往九仙山，不到3个小时就到达了九仙山的露营地。他们便在九仙山景区的湖泊周围，寻一处适合休闲的地方，将野餐垫一铺，

和孩子们一边欣赏美景，一边品尝着孩子们准备的水果和小吃。用完午餐后，一家人沿着湖边散步，然后步行前往露营地。“细心的儿媳还为我们准备了充气床垫，让我和老伴在帐篷内美美地睡了个午觉。”老陈说，午休结束，全家人坐在折叠椅上边品茶，边享受着九仙山上吹来的习习凉风。望着周围的美景，老陈不禁感叹道：“户外露营也十分适合老年朋友，以后我打算经常带老伴在石狮周边露营，体验慢游的露营生活。”

记者了解到，近年来，石狮在旅游方面持续发力，一个个网红点如雨后春笋般现身。而停下脚步，细细欣赏家门口的美景，也成了不少老年朋友亲近大自然的不二之选。

(记者 刘晓娟)

敬老爱老

上门义剪 关爱老人“头顶”大事



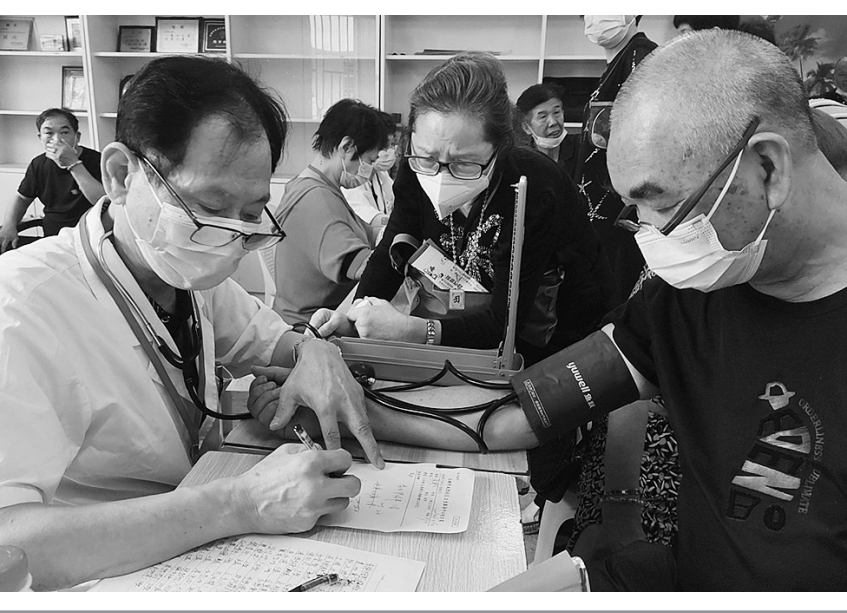
本报“阿妈，头发剪了后，人都精神多了。”近日，神采飞扬石狮振兴店的理发师们来到祥芝古浮村三福养老院，开展“关爱老人 传递温馨”义剪活动。义剪中，老人互相开着玩笑，一片热闹景象。

活动当天，在志愿者的引导下，老人有序排队等候。义剪队员一边与老人聊天，一边给老人剪头发，动作娴熟，又颇有耐心，老人很是满意。这不，长者邱味接受义剪后，赞不绝口：“腿脚不好，去理发店不方便，你们竟送服务上门。这头发剪得很棒，还是免费的，为你们的爱心点赞！”

据了解，“关爱老人 传递温馨”义剪义诊活动，是石狮神采飞扬振兴店负责人李先生于今年3月份发起的。迄今为止，他们每个月定期前往三福养老院，为老人们义剪。本次活动，共为61名老人提供了义剪服务。李先生说：“今后，我们还将积极回应社区老人的需求，不断延伸服务触角，把更专业、更个性化的服务带给身边有需要的老人。”

(记者 刘晓娟)

银龄争辉 智慧为民 石狮多个涉老单位联合行动 情暖大仑社区老人



本报讯 6月16日，在迎接中国共产党建党102周年的喜庆日子里，一场“银龄争辉 智慧为民”主题系列活动在凤里街道大仑社区老年协会举行，吸引了近300名社区老人到场参加活动。

上午9时许，大仑社区老年协会格外热闹。其大楼的廊道上，有序地摆放着各种展板，其中包括学习贯彻党的二十大精神主题教育展与科普知识图片展。走进一楼大厅，来自市总医院的退休医生正在认真地给社区的大爷、大妈看病，开方送药。不少居民就诊之余，还纷纷前往旁边的灯谜区竞猜灯谜。

走进二楼大厅，来自市公安局的民警正在开展“平安石狮 你我同行”反诈专题宣讲活动。民警耐心地

涉老动态

石狮举办老年人柔力球培训班

本报讯 为切实提高石狮的柔力球技术水平，更好推动柔力球健身运动的开展，6月16日至18日，石狮市老体协柔力球项目培训班在市老干部活动中心举行。来自全市各镇(街道)健身站点的近百名柔力球爱好者参加培训，提前庆祝“七一”建党节的到来。

据了解，本次培训班由石狮市老体协主办，市老体协柔力球研究会承办，教学的内容是柔力球入门套路《飞龙二套》及柔力球竞技的提升与指导。活动中，来自市老体协柔力球研究会的辅导员们不仅耐心细致地为大家讲解柔力球《飞龙二套》的学习要点，并逐节进行分解教学；学员们认真、刻苦学习，大家都十分珍惜这次机会。经过为期两天的培训，学员们已基本掌握了《飞龙二套》套路的动作要领。大家均感到受益匪浅，并表示回去后一定继续刻苦训练，不断提高柔力球技术水平，为推动我市柔力球运动的推广和发展作出贡献。

(记者 刘晓娟 通讯员 蔡宗营)

普京说乌克兰反攻未能实现其目标

新华社布拉迪斯拉发6月17日电 俄罗斯总统普京16日在圣彼得堡国际经济论坛全体会议上发表讲话并回答主持人的提问。他在谈及乌克兰反攻时表示，乌克兰未能在任何地段实现其目标。

普京说，乌克兰发动反攻以来已损失186辆坦克和418辆各类装甲车，包括人员在内的损失每日持续增加。他说，西方正竭尽所能，企图让俄罗斯在战场遭

到战略失败，但外方向乌方提供的约30%重型装甲装备已被摧毁。“包括‘豹’式坦克在内的外援坦克在燃烧，F-16战机的命运也将如此。”

普京指出，俄罗斯能够摧毁乌克兰首都基辅郊外5座爱国者防空导弹系统，可以毫不费力地摧毁基辅市中心任何一栋建筑，但俄方没有这么做。“敌方在前线并未成功，他们袭击别尔哥罗德州和克里姆林宫，寄希望于俄罗

斯做出激烈报复，之后就可以对俄罗斯进行指责。”

他说，乌克兰和西方国家都曾公开表示拒绝用和平方式解决俄乌冲突。俄罗斯没有拒绝与美方对话，而“美国中断与俄罗斯对话，直接把对话变成向乌克兰提供武器”。

普京表示，如果F-16战机被部署在乌克兰境外的空军基地，却被用于在乌军事行动中，那么俄罗斯将研究如何及在哪里打击

国际视窗

阿根廷四五月份19%进口额以人民币结算

新华社布宜诺斯艾利斯6月16日电 阿根廷经济部贸易国务秘书马蒂斯·博博利尼16日宣布，今年4月和5月，阿根廷使用人民币结算的进口额达该国这两月总进口额的19%。

博博利尼当天通过社交媒体发文说，在4月和5月，阿根廷使用人民币结算了来自中国的价值27.21亿美元的进口商品，并表示以人民币结算进口商品有助于改善阿根廷外汇储备情况，增强该国对经济形势的调控能力。

阿根廷政府4月26日宣布使用人民币结算从中国进口商品贸易。

环球点击

进博会推介活动首次走进冰岛

中国国际进口博览会(进博会)海外推介活动16日首次走进冰岛。中冰两国政府机构代表及当地商界人士当天参加了在这里举行的活动，表达了对第六届进博会的期待。

中国驻冰岛大使何儒龙表示，近年来，冰岛政府和企业高度重视并积极参加进博会，累计有超过40家企业赴华参展，相信进博会将为引导冰岛企业进入中国市场、扩大对华出口提供重要契机，欢迎冰岛企业共享中国发展红利。

冰岛商务促进局局长彼得·奥斯卡松表示，冰岛将中国视为最具吸引力的市场之一，冰岛企业已经连续多年参与进博会，今年有意参与进博会的冰岛企业更多了。

国家会展中心(上海)有限责任公司董事、总裁助理章伟民表示，欢迎冰岛企业发挥在食品、旅游等领域的优势，通过进博会平台深化务实合作，扩大贸易规模，共促绿色发展，把更多优质产品和服务带给中国消费者。

第六届进博会将于11月在上海举行。

(新华)

中国戚继光舰圆满结束对菲律宾友好访问启程回国



6月17日，人们在菲律宾马尼拉港码头为戚继光舰官兵送行。中国海军戚继光舰17日上午圆满结束对菲律宾友好访问，驶离马尼拉港。

(新华)

菲官员强烈反对替美国接收阿富汗移民

新华社马尼拉6月16日电 菲律宾多名官员16日表示“强烈反对”美国一项提议，该提议希望菲律宾替美国“临时接收”正在申请赴美“特别移民签证”的阿富汗人。

菲律宾参议院当天举行听证会。外交部长马纳罗在接受质询时说，这一提议是今年5月菲总统马科斯访问美国时，由美国总统拜登提出。这些人主要是曾经在阿为美国机构工作的阿富汗人。菲方正就提议与美方进行讨论，尚未作出决定。

副总统莎拉·杜特尔特的一名代表当天在参加听证会时表示，基于法律和安全考量，“强烈反对”这项提议。

参议院外交关系委员会主席伊梅·马科斯质疑美国让菲律宾接收这批移民的动机，称如果美国本土没有能力或意愿暂时接收这些人，为什么不把他们安置在关岛、波多黎各等美国海外属地。

乌干达一学校遭反政府武装袭击 数十人死亡

坎帕拉消息，乌干达反政府武装“民主同盟军”16日晚袭击了该国西部卡塞塞地区的一所学校，造成数十人死亡。

乌干达警方发言人弗雷德·埃南加17日通过社交媒体发布消息说，“已在学校发现25名遇害者的遗体，这些遗体已被送往医院。另有8名伤者目前在医院的危重病房接受治疗。”

另据当地媒体报道，此次袭击共造成41人死亡，其中包括被武装分子安置在学校内的炸弹炸死的17名学生。另有部分学生被武装分子绑架，但具体人数不详。

(新华)