

本报记者上门走访 72 岁老读者童武祥—— “我和孙子一起读晨报”

□本报记者 赵江波 文/图

11月15日上午，今年72岁的童武祥像往常一样，沏一杯清茶，端坐在阳台上，捧起新一期的《南都晨报》，如饥似渴地读了起来。自2019年9月加入《南都晨报》读者俱乐部以来，这份散发着悠悠墨香的报纸就成了他退休生活不可或缺的精神食粮。在童武祥眼中，《南都晨报》的新闻散发着浓厚的人文关怀，能给老百姓提供最直接、最有效的咨询信息。



童武祥在阅读《南都晨报》

一次暖心邂逅 与晨报结下缘分

2019年9月，正在白河边散步的童武祥看到清阳桥头有数位身着红马甲的人在向来往的行人散发报纸，出于好奇，童武祥上前询问具体情况。“走到他们跟前，我还没张口说话，一位姑娘就递给我一张报纸，还动员我去旁边的义诊台参加免费体检。”童武祥对记者说，“那位姑娘说他们是《南都晨报》读

者俱乐部的，在街头做公益体检，为市民免费检查身体。”

在体检结束后，医生告诉童武祥要清淡饮食，多注意锻炼，让血压恢复到正常水平。“我没想到报社的同志能走上街头，给我们做免费体检，我很受感动。”童武祥说，“随后，每当《南都晨报》读者俱乐部组织活动，我都积极参加。在

这期间，我交到很多志同道合的好朋友，也开阔了眼界，增长了见识。”

记者了解到，跟随《南都晨报》读者俱乐部，童武祥先后去了山东聊城、湖北武汉、陕西延安等地，在《南都晨报》读者俱乐部工作人员的陪伴下，童武祥领略了祖国的壮美河山，身心都得到了提升。

共享阅读时光 祖孙一起读晨报

从2019年以来，每天阅读《南都晨报》成了童武祥必须要做的事情，从《都市新闻》到《民生视点》，再到《梅溪副刊》，他都一字不落地通读到底，不错过任何一篇报道和文章。“这几年，通过《南都晨报》，我知道很多权威的政策和信息，了解了新锐的社会动态，也学到了很多文化知识。”童武祥对记者说，“今后，我每年都要订《南都晨报》，这是一份有情怀、有格局的报纸，我很喜欢。”

记者了解到，在童武祥的

带动下，他的孙子也成了一名南都晨报小记者。2020年初，得知《南都晨报》在招募小记者后，童武祥要求孙子参加《南都晨报》小记者团，跟随《南都晨报》小记者团参与社会实践活动和校外研学活动。

在平时，童武祥总是和小孙子同看一份报纸，共同在浸润着墨香的报纸里收获成长和快乐。“他喜欢看《南都晨报》上刊登的作文，我喜欢看新闻，一份报纸我们往往分开来看。”童

武祥说，“《南都晨报》上刊登的作文都是优秀的范文，通过这两年的连续阅读，孩子的作文水平提高了很多。”

“退休在家，时常感到孤独寂寞，但是《南都晨报》给了我精神上的慰藉，让我在茫茫的退休生活中找到了方向和动力，很感谢《南都晨报》”，童武祥对记者说，“希望有更多的老年人能加入《南都晨报》读者俱乐部，在这里寻找自己的价值和快乐。”③2

只吃红薯黄瓜，身体发出“抗议”

“养生食谱”未必靠谱

本报讯（记者 王宜迪）近日，家住中心城区建设路宇信凯旋城小区的陈女士，听从一家养生馆的养生建议，一日三餐只吃红薯和黄瓜，最终身体亮起了红灯，不得不住院治疗。

“她们告诉我母亲，只要按照她们给的食谱就餐，不仅能减肥，而且还可以让身体更健康，还可以变得更漂亮，没想到母亲才坚持了半个多月，就进了医院。”11月1日，小曹向记者反映，10月13日，母亲在其朋友的劝说下，到离家不远的养生馆听课，听课回来，根据养生馆的建议，一日三餐只吃红薯和黄瓜，说是可以排毒养生，可眼下，母亲却因营养跟不上住进了医院。

小曹说：“平日里，我并不跟母亲同住，上周五我回家时，发现母亲买了很多红薯和黄瓜。当时，我虽然觉得奇怪，但并没有在意，因为黄瓜和红薯都是母亲平日里比较爱吃的食物。直到昨天，父亲打电话说，母亲因身体不适住进了医院，我才匆匆忙忙地赶到医院，到医院一问才知道，母亲在家出现了头晕、乏力、恶心等症状，经医生初步诊断，导致母亲出现上述症状的原因是血糖过低，至于母亲为什么会突然出现血糖过低的症状，医生推测可能是母亲这一段时间以来处于饥饿状态所致。好好的，怎么会处于饥饿状态呢？随后，我从父亲那里打听得知，从10月中旬开始，母亲便开始实施‘饥饿’疗法，早上只吃2根黄瓜，中午吃1大块红薯，晚上吃1根黄瓜，其间喝些淡盐水，有时候会喝杯牛奶。父亲总劝母亲多吃点，可母亲却总说父亲在阻止她养生。”

“医生告诉我，因为缺乏五谷主食以及蛋白质、脂肪的摄入，使得身体得不到外界的能量，必须通过体内贮存的能量来满足自身的需要，身体一旦长期处于这种状态，很容易发生危险。”陈女士说，现在她的身体已经渐渐恢复了。③2

南召县住建局开展道路交通安全集中整治行动 全面排查消除隐患

本报讯（记者 吕东 通讯员 马哲理）11月17日，南召县住建局以创建文明城市为目标，开展道路交通安全集中整治行动。

南召县住建局对辖区建筑工地进行全面检查，严厉整治无牌无证、违法载人、非法改装拼装、超载滥载等违法行为。对排查出的交通安全隐患，要求其限期整改到位，并督促相关负责人严格落实安全生产责任，积极主动开展安全隐患自查自纠，从源头上杜绝交通事故的发生。

同时，南召县住建局利用广播、宣传车、发放宣传单、设立警示标语、悬挂条幅等方式开展常态化宣传，通过宣讲案例、播放警示视频等方式，不断加大交通安全宣传力度，提升广大群众的交通安全意识和自我防护能力，进一步推动文明城市创建工作。③2

九旬老人昏倒街头，城管队员伸出援手

这束鲜花 献给可爱的“城管蓝”

本报讯（全媒体记者 高峰）11月17日上午，市民张老先生的家人来到卧龙区城管执法大队，送来一面写有“热心救助老人 一片真情为民”的锦旗，并将两束鲜花献给城管队员王梦、徐志强，以此感谢他们见义勇为的善举。

11月16日上午10时许，卧龙区城管执法大队王梦、徐志强驾车行至文化路与红庙路交

叉口，忽然发现一位老人从公交站台歪倒。

王梦、徐志强立即下车，来到老人身边。他们扶起老人，搀着老人坐到路边。这时老人开始呕吐，徐志强赶忙拨打120求助。

急救车到达现场后，老人开始逐渐恢复意识。医生对老人做了初步诊断，属短时间晕厥。在征求老人意见后，老人表

示要回家调理。

急救车走后，王梦、徐志强帮老人清理干净衣服上的污渍，并将老人扶上执法车。经询问，老人姓张，今年92岁，家住港岛路某小区，于是王梦、徐志强把老人送到家中。

事后，张老先生的儿女通过多方打听，获悉了帮其父亲回家的城管队员的姓名和单位，这才有了本文开头的一幕。③2