

晨练,不该忽略“文明细节”

破坏绿化树木,大声喊叫,广场上肆意抽陀螺,公共场合不文明晨练惹人烦



公园里的景观树成了个别市民的私人健身器材

信阳消息(见习记者 郭晓雨)
秋高气爽,参加晨练的市民越来越多,这本来是健身益体的好事,但最近有不少市民反映,少数晨练者破坏绿化,乱扔垃圾,还出现大声喊叫、撞树等另类的健身方式。昨日,记者走访公园、广场,发现了一些“扰民”的健身方式。

另类“晨喊”太扰民

最近,家住天伦广场附近的郑先生有些郁闷,因为附近晨练的市民制造出的噪声实在让他苦不堪言。“对面天伦广场健身器械区里,从早晨5点到6点多,天天有人在那里晨练时大声吼叫,我们根本没法休息,我和小区里的其他居民多

次劝阻都无效。”郑先生气愤地说道。

昨日早上5时许,记者来到位于天伦广场的健身器械区附近,在远处就听见有人在那里大声喊叫,“咿咿呀呀呀……”“哇哈哈……”喊声此起彼伏。一位老人告诉记者:“这叫‘晨喊’,医生说不仅对身体有好处,还能防

止脸部肌肉萎缩,我每天在此练习20分钟,已坚持了半年。”

将近7时,此时依然有六七位市民在此“开嗓”。“最近晨喊的老人越来越多,这里是公共场所,晨喊有利健康,但也要考虑他人的感受。”在广场上散步的市民李先生说。

景观树成健身器材

昨日上午7时许,记者来到滨河公园,很多市民都在锻炼,有的在做保健操,有的在打太极拳,然而,记者发现,有些市民的锻炼方式很“奇特”。

“咚咚咚……”在樱花园里,记者看到一位老人正在“撞树”,他告诉记者,“我在广播里听到经常‘撞树’对背部能起到按摩作用,对身体很好”。那么撞树真的可以健身吗?申城大道一社区门诊的金医生表示,用背部撞树,对预防颈椎病等的确有一定的功效,但是,老年人骨质比较疏松,长时间碰撞或时间掌握不好,很可能会造成机体损伤。

在公园的小树林里,还有老人把腿放到小树枝上压腿弯腰。有的树干较纤细,压腿

时,树枝近乎被折断,有的树枝几乎被磨平了。

“陀螺”健身藏隐患

家住茗阳阁附近的李女士最近也很困扰,小区的广场上总有人抽陀螺,每次带着小孙女来这儿散步都得小心绕行。“有的市民在这里抽陀螺,声音像放鞭炮一样,我孙女每次从这里走都会被吓哭,真的是太闹心了。”孙女士满脸无奈地说道。

昨日下午,记者来到广场上看到,一根一米多长的鞭子系在木棍上,只见一位市民扬起胳膊,“啪”地将鞭子轮流抽在两个大陀螺身上,每隔几秒钟就鞭打一次,被铁皮包裹着的陀螺始终飞速转动着,伴随着刺耳的“啪啪”声不绝于耳。这位市民身边十米内都没有市民经过,从附近走过的人们也纷纷与其保持距离,对这挥舞的长鞭和炸雷般的声响,行人大多避之唯恐不及。

“广场本来就没什么大地方,他们抡起鞭子抽陀螺,基本上把地方都占了,而且这样锻炼还非常危险,万一抽到别人,后果就严重了。”一位居民说。

时间:10月2日上午9时~11时,15时~17时

地点:信阳百花会展中心时空剧场

北国风 江南情

2015中国信阳金秋时尚生活展·东北二人转明星专场演出

承办单位:信阳豫楚报业传媒有限公司
媒体支持:信阳日报、信阳晚报、信阳新闻网、信阳手机报、
信阳日报官方微信平台、信阳晚报微信平台
垂询热线:13803769176 13837693732 13700760051



国家一级演员 李海



邢艳明、许文娜



黄云凯、赵宏悦



著名笑星 高金坛