



# 用体育激发青少年奋斗向上的力量

舟山晚报

## 200米21秒38! 舟山小将俞思浩 获全国少年田径锦标赛冠军

□记者 俞怡至 通讯员 刘懿

本报讯 21秒38!在7月14日举行的2024年全国少年(U18)田径锦标赛决赛中,市少体校输送省队的17岁年轻小将俞思浩势如破竹,经过一番激烈角逐,荣获男子少年甲组200米冠军!这也是俞思浩近年来参加全国比赛获得的首个人项目冠军。

据了解,俞思浩小学就读于岱山县衢山镇敬业小学,12岁进入

市少体校南海体育班就读,在沈克峰、王一平教练的悉心指导下,通过系统训练,在省级比赛中大放异彩,获得2022年浙江省运动会15—16岁组100米、200米冠军。近年来,还曾获2023年全国田径大奖赛男子组4×200米接力赛第四名;2023年全国U18田径锦标赛异程接力赛冠军。在2024年全国田径大奖赛第5站预赛中跑出21秒18的好成绩达到国家级运动健将标准。

体育冠军荣誉的背后,隐藏着奋斗的故事。俞思浩出生于岱山衢山岛田涂村一个普通的渔民家庭,12岁进入市少体校南海体育班就读。在教练的悉心指导下,经过系统刻苦训练,先后获得2022年浙江省运动会15—16岁组100米、200米冠军,2023年全国U18田径锦标赛异程接力赛冠军等骄人成绩,使他从渔家娃成为全国田径赛场上的一颗新星。

一个个体育冠军的诞生,凝聚着社会关爱。李星缘、王彦博在2023年全国室内田径锦标赛上取得好成绩,饶欣雨全运会赛场上夺得女子800米项目银牌,近年来,舟山运动员在高水平赛场上屡获佳绩,这是我市高度重视发展竞技体育的结果。创新“区队校办”“体教融合”机制,打造“1+4+X”体育后备人才培养模式,创建球类、田径等特色示范学校……这些做法、经验,让越来越多“渔家娃”在体育运动中培养了兴趣,找到了属于自己的舞台。

诚然,能夺得重要赛事桂冠的青少年很少,但体育作为一种育人方式,不仅能帮助孩子强身健体,也能促进他们精神世界的发育成长。用体育激活孩子们奋斗向上的精神动力,让他们心中有梦、行动有力,这或许是比个体夺冠更重要的事。

□郑英律

21秒38!在7月14日举行的2024年全国少年(U18)田径锦标赛决赛中,市少体校输送省队的17岁年轻小将俞思浩荣获男子少年甲组200米冠军!

## 老人也要防溺水



### 舟山一八旬老人不慎落水,危险时刻多亏了他们...

竞舟

2024-07-15 20:18 1.6万+阅读



今天上午

金塘一快递驿站里发生暖心一幕

市民顾红君特地赶来

感谢快递小哥陆剑杰



□一歌

夏季是溺水事故的易发期,人们往往把防范的重点放在孩子身上,而事实上老人也要防溺水。7月5日傍晚,金塘一位八旬老人就在河边洗涤时不慎落水,要不是路过的快递小哥陆剑杰及时施救,后果真是不堪设想。

“君子不立危墙,不行陌路,不入深水,不坐垂堂”典出自《孟子·尽心》,提醒人们在生活中要注意安全,谨慎行事。这位82岁的老婆婆还在河边洗涤,显然是没把古人的忠告放在心上。众人相助、小哥奋勇,给了老人第二次生命,虽则如此仍应吃一堑长一智。

渔农村早就通上了自来水,但很多老人依然习惯于在河边洗涤,这其实是得不偿失的。就如这位老人,82岁了还能去河埠头洗东西,想必身体状况是不错的。但毕竟年龄不饶人,头一晕、眼一花、脚一滑就容易出事,到那时岂不是悔之晚矣?老人获救后,在宁波的儿子接到电话感觉“心都要碎了”。单就为了让子女安心,老人们也得谨小慎微才是。

改变多年的老习惯不容易,作为子女应反复叮嘱老人注意安全。而相关部门在开展防溺水工作时,也要把老人放在内,既要做好宣传教育,也要完善硬件设施。一些地方在河埠头设立洗涤区,用水泵抽水,将污水纳管,这样就在方便洗涤、确保安全的同时避免了河道污染,可谓善莫大焉。

## “家庭签约律师” 让法律融入生活



扫一扫,下载竞舟客户端

### 全市首个!舟山这个小区为居民配备“专属律师”

竞舟

2024-7-15 13:26 1.6万+阅读

“大家有邻里矛盾、家庭纠纷、房产纠纷等,都可以联系我们,提供全面的法律帮助。”日前,全市首个“家庭签约律师”试点启动仪式在东港和润花园举行。活动现场,浙江泽大(浙江自贸区)律师事务所律师马狄作为代表,向在场居民详细介绍了“家庭签约律师”具体内容与服务模式。

该试点是普陀区提升打造“15分钟公共法律服务圈”的创新之举,“家庭签约律师”是社区法律服务顾问向家庭的延伸,将为居民提供免费法律咨询,为符合条件的困难群众提供法律援助,并开展法治宣传教育等。

### 网友热议

- 135\*\*\*190 来自浙江舟山 7月15日 20:11 点赞  
确保服务质量与居民满意度持续提升
- 阿莱哥 来自浙江舟山 7月15日 17:17 点赞  
普法很重要
- 三石 来自浙江舟山 7月15日 17:09 点赞  
邻里纠纷 法律服务
- iris 来自浙江宁波 7月15日 16:45 点赞  
“专属律师”👍

□劳仁

日前,全市首个“家庭签约律师”试点启动仪式在东港和润花园举行。“家庭签约律师”是社区法律服务顾问向家庭的延伸,将为居民提供免费法律咨询,为符合条件的困难群众提供法律援助,并开展法治宣传教育等。普陀区这一提升打造“15分钟公共法律服务圈”的创新之举,有益于让法律融入生活。

有了“家庭签约律师”,“送法进社区”活动就有望常态化、专业化。这样一来,居民不但有事时可以更加方便地寻求律师帮忙,无事时也能经常接触律师、学习法律,从而增加法律知识、增强法治观念,养成“办事依法、遇事找法、解决问题用法、化解矛盾靠法”的习惯。

在此以前,居民遇到法律问题也可以通过拨打12348热线进行咨询,或者向社区求助、找律师解决,但毕竟有“临时抱佛脚”的味道。而事实上,人们在日常生活中随时都可能处在法律关系中,多些法治观念、法律常识就容易避免风险、化解纷争,而不至于在事情闹大后才知找律师、打官司。从这个意义上说,“家庭签约律师”更能起到“治未病”的作用。

法治社会一切依法而行,推行“家庭签约律师”是公共法律服务的细胞工程,有利于促进人人学法用法,让法律融入生活。而律师在向居民送法的过程中,也能获得更多案源,不失为可持续的双赢之举。

## 从“跑一次”到“门口办”

□陈斌

嵊泗县黄龙乡的陈阿姨说:“以前办证得坐船去本岛,路远流程还复杂。现在在家就能办,方便太多啦!”这句话生动地展现了嵊泗县不动产登记中心的服务模式从“最多跑一次”到“家门口就能办”的巨大转变。

曾经,群众为了办理各种证件,常常要长途跋涉,花费大量的时间和精力。“最多跑一次”的改革,在一定程度上改善了这种状况。而嵊泗县不动产登记中心的“家门口就能办”,则是在此基础上的又一次飞跃。这一转

变,不仅解决了偏远海岛群众出行不便的难题,也照顾到了老年群体办证的困难,让服务更加贴心、暖心。通过“上门服务”“预约服务”“视频见证服务”“异地见证”等特色服务,嵊泗县不动产登记中心今年已受理“上门服务”10件,提供“异地见证”服务5件。这些服务切实减少了群众办证成本,真正做到了服务群众“零距离”。

在未来的发展中,我们期待看到更多这样的创新实践,不断推动政府服务的优化升级。让精准服务成为常态,让每一个群众都能享受到便捷、高效、贴心的服务。