

台州

老井边，扇子慢摇，饿了才吃 105岁奶奶有个115岁心愿

夏日的傍晚，台州湾新区三甲街道一心村的一口水井旁，105岁的陈三妹刚刚洗漱完毕，顺势躺在洗衣台上乘凉。手边一把旧扇子缓缓摇动，偶尔有邻居路过喊一声“阿婆”，她便笑着应一句。

陈三妹老人今年实际年龄105岁，但她逢人便说自己115岁了。“我没有乱讲。”老人语气笃定。家人们却笑着摇头，他们知道，老人心里清楚自己的真实年龄，并非记错。

之所以多说10岁，或许是这位走过一个多世纪的老人，在心里给自己许下了一个愿望：希望真的能活到115岁。

这份“加龄”的小心思，透着几分期许，也透着她对生命的热望。

老人的生活极其简单。她不挑食，“好坏都吃”。平日里自己煮点米饭，住在隔壁的两个儿媳轮流送来菜肴。

“送什么就吃什么，儿媳们都对我很好，送来的都好吃。”老人说起儿媳，满脸笑意。只是她吃饭有个“怪癖”，饭菜端来了，先放着，什么时候想起来了再吃，时间没个准。

儿媳们说，婆婆的身体比她们都好。平日里偶有感冒，一包感冒冲剂下去就好，从不需要挂针。“我们有时候还感冒发烧，她倒没事。”

家门口那口水井，是老人生活里的重要伙伴。如今她仍能自己打水洗漱。夏天傍晚，在水槽边洗漱完，她就躺在洗衣台上

纳凉。天再热，也舍不得开家里的电风扇，手里那把扇子慢慢摇着，就是她的清凉。

家里晚辈买了冰棒，递给她一根，她也乐呵呵地吃。

有意思的是，老人过去不喝牛奶。“喝了牛奶，难道要做牛儿子吗？”她曾这样拒绝，这个朴素的逻辑逗乐了全家人。可这几年，晚辈们送来的牛奶，她渐渐开始喝了。从抗拒到接受，老人也在悄悄改变。

除了牛奶，她偶尔也喝点黄酒或白酒，量不多，算是生活中的一点小情趣。

平日常夜里她的睡眠尚可。“要是睡不着，就在床上躺一会儿。”她说得云淡风轻，仿佛人生本就没有什么过不去的坎儿。

在岁月长河里，她保持着自己的节奏，饿了再吃，困了就躺，扇子慢慢摇，日子慢慢过，没有刻意追求的长寿之道。而那多报的10岁，或许正是她对这个世界最朴素的热爱：既然活着，就想活得久一点，再好一点。 据《台州日报》



陈三妹在水井旁洗漱

杭州

10元一份“夏日限定”来了 西湖荷叶莲蓬开售

盼了一整年，西湖荷叶莲蓬如约归来——昨天早上，“西湖有爱·好运莲莲”爱心义卖活动在柳浪闻莺微笑亭温情开摊。对不少杭州市民来说，这场义卖早已成为每年夏天的西湖之约：携一缕西湖荷香而归，顺便把暖意捎给需要帮助的人。

义卖的荷叶与莲蓬带着晨露、裹挟清香。为护住荷花的鲜活与美态，西湖养荷人凌晨四点便动身采摘，一根根细心撷取，第一时间送至微笑亭，这是专属于西湖最鲜灵的“夏日爱心礼”。

义卖延续往年老规矩，“爱心莲莲”套餐包含3个莲蓬、5张荷叶，每份售价10元，每人限购一份，售完即止。

此次活动自昨日开启，每

周一至周五上午7时，工作人员在柳浪闻莺微笑亭发放当日号码牌，市民游客可在8:30—9:00凭号码牌现场购买，逾时号码牌作废。现场可使用现金或支付宝App付款；雨天及双休日活动暂停。

受台风过境与连日阴雨影响，部分荷叶叶面可能出现斑点，品相难以尽善尽美；此外，西湖荷花属于观赏性“花莲”，莲蓬产量远不及专供食用的“子莲”，因此每日义卖数量将根据天气与荷花长势动态调整，请市民游客谅解。

景区温馨提醒：请市民根据自身情况前往，注意防暑，文明有序购买。此次活动义卖善款将全部捐赠给慈善机构。

据《杭州日报》

亚太区青少年冠军赛 11岁女孩获400米冠军

8月11日一大早，慈溪市第四实验小学的武琳秀同学已经在慈溪市体育中心跑得满头大汗了。这个11岁女孩，刚刚在2026年WSE亚太区青少年冠军赛中，以1分00秒08的成绩拿下U12女子400米项目冠军。这次成绩不仅刷新了她的个人最好成绩，同时打破了慈溪市青少年田径女子400米纪录（1分00秒52）。

WSE亚太区青少年冠军赛是亚太地区U15及以下组别最高水平的比赛之一。本届赛事于8月5日至8日在中国轻纺城体育中心体育场（绍兴）举行，参赛选手均为WSE分站赛、省市级锦标赛的前三名及特邀精英，1800余名亚太区田径少年在为期4天的比赛中展开激烈角逐。武琳秀正是这1800余名参赛者中的一员。

武琳秀在读小学一年级时，便展现出过人的运动天赋。校运会上，她总是遥遥领先，远超同龄人。

2024年9月，武琳秀从老家来到慈溪市第四实验小学，体育老师敏锐地发现她跑起步来步幅稳健、节奏感强，当即邀她加入校田径队。同年慈溪市运动会，初出茅庐的武琳秀便拿下800米第三名。

“一开始主攻800米，但我发现她步幅特别松，跑起来很轻快，适合400米。”指导教练黄晓赟说，针对性调整训练方向后，武琳秀的400米成绩节节攀升。



今年4月，她参加浙江省青少年田径锦标赛，顺利达到国家二级运动员标准。

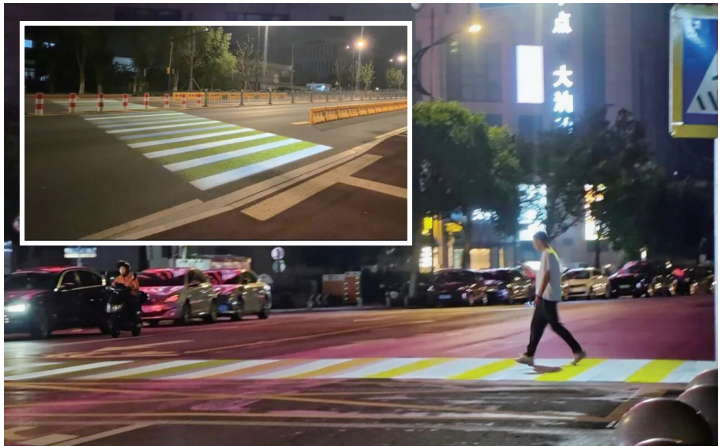
亮眼成绩的背后，是日复一日的坚持与拼搏。这个暑假，武琳秀保持着一周六天、每天上午1.5小时加下午2小时的高强度训练。“她年纪还小，我们着重打基础，小力量、小弹跳，以爆发力训练为主。”谈及爱徒，教练眼中满是赞许。

赛场上的“小飞人”，在校园里同样闪闪发光。“她成绩很好，性格开朗，人缘特别好，在同学中很有威望。”班主任陈蔚波告诉记者，为兼顾训练与学业，学校特意将晚托时段的作业提前布置给她，若训练耽搁了课程，也会安排她在次日课间及时补上。

对于此次夺冠，武琳秀坦言满心惊喜与意外。谈及未来，她表示：“这次比赛的成绩给了我很大的鼓励，我希望将来能成为一名专业的短跑运动员，在赛道上不断突破自己。”

据《宁波晚报》

会说话，会发光 全息投影斑马线上岗



在嘉兴市秀洲区，“会说话、会发光”的斑马线正在重新定义“过马路”这件事。

在江南摩尔商圈附近，“左侧有车，注意安全！”每当有行人踏上这条斑马线，清晰的语音提示便会随即响起。

夜幕降临后，它的本领更显神奇：一旦监测到行人或车辆接近，地面便会投射出醒目的全息影像，通过光影划出安全区，同时对驾驶员和行人起到双向警示作用。

“现在过马路安心多了，再也不用担心有车突然冲出来。”谈及这条斑马线的变化，家住附近的林女士感触颇深。

这份安全感，源自一项名为“全息投影人行横道预警智能体”的技术。这套系统的核心逻辑是变“被动警示”为“主动提醒”。

它集成了声、光、电一体化技术，通过摄像头实时监测，一旦有行人进入预警区域，系统便会自动触发语音播报和光影投射，让驾驶员感知到前方行人，从而弥补视线盲区造成的安全漏洞。在夜间、雨天等能见度低的复杂场景下，这种主动预警的效果尤为显著。

目前，江南摩尔商圈和兴园路的两处试点都已落地运行。

据看秀洲微信公众号

嘉兴