

# 左建灵:快乐骑行 老有所乐

花白的头发、浓密的眉毛,穿着一身骑行服、戴着头盔,骑着一辆自行车穿梭在文瀛湖风景区,谁会想到眼前这位身手矫健的“骑士”已经71岁。老人名叫左建灵,身体硬朗、精神矍铄、步履轻快。老人笑着告诉记者:“我身体很好,各项指标都正常,平时很少感冒。”

左建灵是一名骑行爱好者。自2012年退休的那一天开始,他便与骑行结下不解之缘,十几年来,骑行已成为他生活中不可缺少的一部分。“我对骑行一直很感兴趣,退休后也想通过骑行锻炼身体。”左建灵回忆道,刚退休时他在文瀛湖风景区骑行,也结识了一些骑友,2015年成立了“千里骥”车队。“建队目的非常单纯,就是希望通过低碳环保的运动方式,让队员们在骑行中享受自然、强身健体、结识朋友、感悟人生。”左建灵说,随后他们开始了在周边县区骑行,用时长则3天,短则1天,骑车旅行、搭伙做饭,大家一路上欢声笑语、累并快乐着,等队员们有了更多的骑行经验后,左建灵开始带领大家筹备长途骑行。



左建灵在文瀛湖风景区骑行(受访者供图)

对于自己第一次长途骑行,左建灵印象深刻。“我们9个人一路从洛阳市骑行至湖北神农架和武当山景区。”左建灵说,他们以玩为主,一边骑行一边欣赏沿途美景。第一次长途骑行的经

历让左建灵体验到骑行的乐趣,更加激发了他对骑行的热情。广州、江苏、安徽……左建灵用车轮丈量祖国的大好河山,骑行轨迹遍布全国。“原来我的血压有点高,腰间盘也有点突出,骑

行十多年,血压正常了,腰也没有再疼过。”左建灵说,在他的影响下,爱人和儿女也加入到骑行行列,全家人共同收获了健康和快乐。

左建灵除了爱玩,还参加过多次志愿服务。近年来,在我市举办的中国公路自行车联赛暨中国青少年自行车系列全国冠军赛、全国武术套路锦标赛暨第十八届亚运会武术比赛选拔赛、全国拔河新型系列赛暨山西省拔河争霸赛等赛事中,都留下了左建灵忙碌的身影。

莫道桑榆晚,为霞尚满天。左建灵不仅主动投身志愿服务事业,发扬“奉献、友爱、互助、进步”的志愿服务精神,他也希望通过发挥自己所长,吸引更多的老年人走出家门,和他们一起参与各项活动,度过幸福健康的晚年生活。

本报记者 杨昱郁



## 小面包冒充货拉拉 驾驶员违规受处罚

本报讯(记者 辛雅君)近日,一辆小型面包车车厢塞满了纯净水,严重影响驾驶视线,这一危险运输行为被山西高速交警二支队执法撞了个正着。

事发当日,高速二支队三大队民警执勤时,发现一辆小型面包车车厢内除了正副驾驶位,其他地方都堆满了纯净水箱子,直至车顶,严重影响驾驶视线,且未进行固定,一旦发生紧急制动,会因为惯性作用导致货物前冲,引发严重事故。

经询问,驾驶人称自家超市进货,为节省成本,选择用载客面包车载货。驾驶人表示,由于后车窗完全被遮挡,驾驶过程中确实无法通过后视镜观察到后方来车情况。民警对驾驶人进行了严厉的批评教育,并根据相关法律规定,对其驾驶公路客运车辆以外的载客汽车,违反规定载货的违法行为予以处罚,同时现场监督驾驶人对所装载物品进行转运,有效消除了安全隐患。

## 少女乘车没钱买票 民警询问查出隐情

本报讯(记者 刘剑)“谢谢警察同志,这次多亏你们,要不然,她一个人跑出去我们都不敢想象会有什么后果。”25日下午,李先生和妻子赶到天镇火车站,拉着车站派出所民警的手感激地说。

是日14时30分,天镇车站派出所民警在售票厅巡视时,一名手拿临时身份证的少女向其求助,称自己没钱买票,想让警察帮助买票去大连市。接到求助后,民警将其带至公安执勤室了解具体情况。经了解,女孩姓李,今年17岁,天镇县玉泉镇人,自称家中没人,要去大连找朋友一起上班。民警随后询问了女孩朋友的联系方式,对方称是其男朋友,加微信可为小李转钱买车票。派出所所长张彦敏根据多年工作经验,感觉事情没有那么简单,考虑到小李又是未成年人,便根据其个人信息联系了县公安局,通过县公安局的协助联系到小李的父母,才得知小李是因为在家跟父母产生矛盾要离家出走。

小李父母接到电话后,匆忙赶到天镇火车站,于是出现了文章开头一幕。

## 救助北京游客 民警获赠锦旗

本报讯(记者 刘剑)近日,北京游客敬先生的舅舅专程从北京来到市公安局云州分局交警大队,将一面印有“人民英雄护民行,真情为民暖民心”的锦旗送到事故处理中队办案民警手中,对交警暖心救助表达诚挚的谢意。

9月7日,该大队事故处理中队接到报警称,一辆重型半挂货车与一辆奔驰小轿车相撞,小轿车已损坏,人员受伤被困车里。接警后,正在值班的事故中队民

警火速赶赴现场后发现,奔驰轿车的车门受损严重,无法打开,驾驶人伤势严重,昏迷不醒,副驾驶座的女乘客也神志不清,民警随即配合消防员展开施救,将伤者送往医院。

现场勘查后,民警前往医院看望伤者,由于伤者处在昏迷状态,无法告知自己身份和家人的联系方式,医院也因无家属签字,不敢擅做手术。于是,民警通过伤者手机找到其父亲的电话,可其

父亲防范意识较强,并不相信交警的解释,并在当地派出所报警。为及时抢救伤者,民警通过视频让医院大夫和伤者家人进行通话,确定立即手术。

据了解,游客敬先生和妻子来同游玩时不幸遭遇车祸,事后得知在民警的帮助下才得到及时救治,已转回北京治疗的敬先生非常感动,在还未出院的情况下,委托其舅舅从北京专程送来了锦旗,以表感激之情。

儿时走失 乡愁难忘

## 内蒙古陈晓红:“大同的亲生父母,你们在哪里?”



本报讯(记者 龙中华)“我在大同出生,五六岁时出门玩耍走失,后被河北的养父母收养。近些年,我一直在寻找大同的亲生父母,只因线索有限,直到现在也没找到,希望借助媒体的力量帮帮我。”29日,来自内蒙古锡林浩特的陈晓红向本报求助。

据陈晓红回忆,她大概生于1983年,家在离火车站不远的地方。亲生父母给她取名丽丽,她肚脐左侧有一颗痣,家里应该还有哥哥姐姐。五六岁时,她拿着粉红弹力球,扎着两个小辫儿出门玩耍,却因为贪玩迷了路。这时,一名操外地口音的男子询问了她的情况后,带着她离开。几经辗转,来到河北一个小山村的养父母家,养父母因为多年没有孩子,便收养了她。

由于养父母忙于生意,陈晓红的童年大多在奶奶或姥姥家度过。中学毕业后,她帮养父母一起打理生意,后来一家人搬到内蒙古锡林浩特市继续

发展。多年来,寻亲梦一直萦绕在陈晓红的心头。3年前,她曾和丈夫两次回同寻找亲生父母,但儿时记忆太模糊且大同

近几年变化极大,心愿未能实现。此次,她再次回到大同,希望通过媒体的力量,能找到亲生父母。有相关线索的市民,请与本报联系。



十岁时的丽丽



现在的丽丽(受访者供图)