



# “在马拉松赛事中感受到了乌兰察布的热情与活力”

本报讯(实习记者 翟辉)6月22日,乌兰察布马拉松圆满落幕。这场赛事吸引了国内外万余名参赛选手在全马、半马、健康跑和欢乐跑四个项目中角逐。他们不仅在赛道上挑战自我极限,更用脚步丈量、用双眼发现、用心灵感感受乌兰察布独特的自然风光、人文底蕴与城市活力,赛后参赛选手纷纷为乌兰察布的独特魅力点赞。

整场比赛以乌兰察布体育场为起点,途经乌兰察布市博物馆、三羊开泰、乌兰察布科技馆、会展中心等城市建筑景观和霸王河国家湿地公园、城市绿道等自然生态景观,参赛选手可以尽情饱览自然美景,呼吸清新空气。此外,多个补给站提供的酸奶、燕麦等独属乌兰察布的特色美食,更是为参赛者带来了一场独特的味觉盛宴,让他们在挑战自我的同时,也能“品尝”到乌兰察布的独特风味。

郭嘉作为一名跑步爱好者,工作之余曾参与多地举办的马拉松比赛。尽管在比赛中未能名列前茅,但他对马拉松的热爱丝毫未减。谈及参加本次马拉松的感受时,他说:“作为乌兰察布人,看到这么多外地朋友来参加比赛,甚至还有外国友人,特别开心。乌兰察布马拉松不仅是一场体育赛事,更是向全国甚至

全世界宣传乌兰察布的好机会。”

同样是来自乌兰察布本地的参赛者孙慧说:“比赛过程中,沿途的风景美不胜收,霸王河河水波光粼粼,滨河道路两旁绿树成荫,仿佛步入画卷之中,路线途经乌兰察布的多个标志性景点,让我们边跑边欣赏沿途的风景,感受乌兰察布的自然风光。”

来自山东的参赛者高婕说:“全马42.195公里的路程,不仅考验着身体的极限,更是对意志力的磨砺。跑到30公里之后,我的身体的疲惫感愈发强烈,但当我看到赛道两旁热情加油的市民,听到志愿者们们的鼓励,内心告诉自己一定要坚持下去。这次比赛不仅感受到了乌兰察布人民的热情,也感受到了整个城市的活力和独特风情,这不仅仅是一场比赛,更是一次用脚步丈量城市奇妙之旅。”



●残疾人选手坐轮椅上比赛 实习记者 翟辉 摄



●郭嘉为赛事点赞 实习记者 翟辉 摄

市的神奇之旅。”

乌兰察布举办马拉松赛事不仅为跑者们提供了挑战自我的舞台,更

成为展示城市形象的重要窗口。相信随着越来越多体育赛事的举办,乌兰察布这座充满活力的城市,将以更加自信的姿态走向全国,迈向世界。



●仪式上新人行礼 本报记者 李梦娜 摄

本报讯(记者 李梦娜)6月22日晨光初现,2025乌兰察布马拉松公益集体婚礼在乌兰察布市体育场甜蜜启幕。9对身着运动装的新人成为焦点,他们以奔跑为媒,以誓言为证,在万人瞩目中喜结连理。

婚礼现场,9对新人身着统一的服装,胸前贴着“520”“1314”的专属爱情号牌,脸上洋溢着幸福的笑容。在全场欢呼声中,新人们手挽手,缓缓步入婚礼主舞台。签婚书时,他们执笔的手微微颤抖,将对彼此的承诺郑重写在纸上,端起合卺酒杯,新人深情对视,共饮交杯酒,甜蜜的滋味让现场观众纷纷送上祝福。随后,行对拜礼、正衣冠等传统仪式依次进行,庄重的仪式感扑面而来。每一个环节都承载着中华婚俗文化的深厚底蕴,这不仅是对千年婚仪的生动还原,更是对传统文化的创新传承。

“太激动了,我们在万人见证下完成这些传统仪式,感觉特别有意义。”新人王栋和王映手牵着手,眼中闪烁着幸福的泪花。“传统婚俗与奔跑的浪漫完美结合,让我们更加明白,婚姻不仅是浪漫的承诺,更是携手一生的责任,以后的日子,我们也要像今天这样,相互扶持,共同奔向幸福。”王栋说。

这场别开生面的集体婚礼,不仅是9对新人爱情的美好见证,更成为全民共享的爱与坚持的盛会。随着发令枪响,万人同跑的热烈场面瞬间点燃全场。赛道上,新人们并肩奋力奔跑,即便汗水浸透衣衫,始终紧握的双手从未松开,用坚定的步伐诠释着对爱情的坚守。沿途观众的加油呐喊声、热情击掌声此起彼伏,满载着对新人的美好祝福。

“此次马拉松公益集体婚礼,是推进婚俗改革的一次创新尝试。”集宁区民政局婚姻登记中心主任李海鹏表示,“未来,集宁区民政局婚姻登记中心将继续以久久为功的精神,持续深化婚俗改革,让文明新风吹遍城市的每一个角落,让更多人感受到简约适度、文明向上的婚俗新风尚。”

近年来,乌兰察布市深入推进婚俗改革工作,大力倡导婚事新办、简办的文明新风。通过广泛宣传,积极引导市民摒弃天价彩礼、铺张浪费、低俗婚闹、随礼攀比等陈规陋习,帮助市民树立健康向上的婚恋幸福观,越来越多的市民主动加入婚俗改革队伍,成为了婚俗改革的倡导者、践行者和推动者。

据乌兰察布市体育馆馆长张晓明介绍,赛事由第三方承办,赛前对方承诺活动结束后会负责展架及卫生清理。但距离活动结束已过去一日,相关工作人员仅搬走了赞助商和小吃摊的摊位架,并未及时对现场垃圾进行清理。为保障市民正常晨练,维护良好环境秩序,体育场紧急调配工作人员开展清理工作。

馆长张晓明呼吁:“马拉松传递的是活力与正能量,希望大家能文明参赛、文明观赛,更应将爱护公共环境的责任记在心头。无论何时何地,都从自身做起,不乱扔垃圾,共同守护城市的整洁与美好。”

记者感言:此次马拉松赛事虽带来运动活力,却也暴露出赛后环境清理的疏漏。守护城市环境,离不开每位市民与活动参与者的共同努力。也希望活动主办方加强对赛事的监督,确保在赛事结束后尽职尽责清理垃圾,恢复场所干净整洁面貌。

城市形象了。”

据乌兰察布市体育馆馆长张晓明介绍,赛事由第三方承办,赛前对方承诺活动结束后会负责展架及卫生清理。但距离活动结束已过去一日,相关工作人员仅搬走了赞助商和小吃摊的摊位架,并未及时对现场垃圾进行清理。为保障市民正常晨练,维护良好环境秩序,体育场紧急调配工作人员开展清理工作。

馆长张晓明呼吁:“马拉松传递的是活力与正能量,希望大家能文明参赛、文明观赛,更应将爱护公共环境的责任记在心头。无论何时何地,都从自身做起,不乱扔垃圾,共同守护城市的整洁与美好。”

记者感言:此次马拉松赛事虽带来运动活力,却也暴露出赛后环境清理的疏漏。守护城市环境,离不开每位市民与活动参与者的共同努力。也希望活动主办方加强对赛事的监督,确保在赛事结束后尽职尽责清理垃圾,恢复场所干净整洁面貌。



●新人在马拉松赛事现场合影 本报记者 李梦娜 摄



# 万人奔跑燃动乌兰察布,赛后热心市民与工作人员共同清理守护城市颜值



●热心市民与工作人员一同清理现场垃圾 本报记者 李梦娜 摄

本报讯(记者 李梦娜)6月22日,2025乌兰察布马拉松圆满落幕,万名跑步爱好者参与其中,感受运动魅力。然而,6月24日清晨,市民反映乌兰察布市体育场内垃圾遍地。

记者接到市民反映后前往市体育场实地探访。踏入体育场,只见地面上广告展架、食品包装袋、饮料瓶、一次性餐具、废纸等垃圾散落满地,一片狼藉。微风拂过,轻质垃圾随风飘散,与往日整洁的体育场形成强烈反差。

现场,几位常来晨练的热心市民,正自发与工作人员清理垃圾。他们分工协作,有人手持簸箕和扫帚,弯腰将垃圾归拢成堆,有人则徒手收拾废弃的广告展架。“这么盛大的活动,大家积极参与是好事,但我们看到赛后留下这么多垃圾,心里挺不是滋味,就想着帮忙清理清理。”市民乔欣边清扫垃圾边说。

市民范敏娟也表示:“举办马拉松是为了展示城市活力,可垃圾成堆太影响

城市形象了。”

据乌兰察布市体育馆馆长张晓明介绍,赛事由第三方承办,赛前对方承诺活动结束后会负责展架及卫生清理。但距离活动结束已过去一日,相关工作人员仅搬走了赞助商和小吃摊的摊位架,并未及时对现场垃圾进行清理。为保障市民正常晨练,维护良好环境秩序,体育场紧急调配工作人员开展清理工作。

馆长张晓明呼吁:“马拉松传递的是活力与正能量,希望大家能文明参赛、文明观赛,更应将爱护公共环境的责任记在心头。无论何时何地,都从自身做起,不乱扔垃圾,共同守护城市的整洁与美好。”

记者感言:此次马拉松赛事虽带来运动活力,却也暴露出赛后环境清理的疏漏。守护城市环境,离不开每位市民与活动参与者的共同努力。也希望活动主办方加强对赛事的监督,确保在赛事结束后尽职尽责清理垃圾,恢复场所干净整洁面貌。

## 「预制」概念流行,年轻人的新选择?

如今,“预制”一词在年轻人的生活中悄然流行,“预制婚礼”、“预制朋友圈”、“预制假期”……各种新奇的“预制”形式层出不穷,打破了传统的生活叙事规则。这些现象背后,反映的是市民在快节奏生活下对时间管理、生活品质的新追求。

“预制朋友圈”已成为不少市民在重要节假日或特殊时刻的“社交利器”。“五一”小长假前夕,社交媒体上便掀起了“预制”热潮。许多年轻人会提前规划,一天内完成多天份的拍摄,通过变换服装和场景,营造丰富的旅行氛围,随后分批发布,让朋友圈在假期中持续“营业”。市民白雅婷分享了自己的经验:“‘五一’假期去西安旅游,我第一天就拍好了精致照片,之后每天发布游玩动态。这样既避免了频繁化妆卸妆的麻烦,还能专心游玩,随时分享精彩瞬间,特别方便。”

除了朋友圈,婚礼环节也被不少新人“预制”。婚礼当天行程紧凑,新娘往往凌晨三四点就要起床化妆、拍照,十分疲惫。对此,婚礼摄影师李伟表示:“现在很多年轻人选择‘预制’晨袍照,能把一部分压力提前转移,让婚礼流程更加从容,省时又省力,新人当天也能有更多精力享受婚礼的喜悦。”

“预制”的应用场景还在不断拓展。高中老师孙雅计划在5月21日与男友领证,然而这个火爆的日子很难预约到跟拍摄影师。受网上“预制”分享的启发,她借朋友的结婚证提前拍摄了领证照片,婚姻登记处工作人员也贴心地将领证台日期更换到5月21日。“这样既没有领证手续办理的时间压力,也不用担心时间仓促留下遗憾。”孙雅的经历引发了众多网友的共鸣。

“预制”现象的流行,折射出市民对生活节奏的主动调节和对品质生活的追求。不过,有市民提出担忧,担心过度“预制”会让生活失去“即时感”和“新鲜感”。但也有市民表示,“预制”并非是对生活和仪式的敷衍,而是一种适应时代节奏的新选择。只要在“预制”过程中保持真诚和对生活的热爱,无论是即时分享还是“预制”,都能成为记录生活、表达情感的美好方式,也是年轻人追求生活品质、平衡生活节奏的有益尝试。

## 禁毒宣传进校园 多维度守护青春净土

与党的领导作用;舞台剧《破晓之光》通过真实案例改编的剧情,展现毒品对个人及家庭的危害;警犬现场寻毒演示,则直观呈现了禁毒工作的专业流程。活动设置的禁毒知识有奖问答环节,吸引了众多学生参与,在互动中强化了禁毒知识记忆。

近年来,集宁区禁毒工作成效显著。连续5年实现制毒犯罪“零发生”、毒品原植物“零产量”、18周岁以下青少年“零吸毒”、易制毒化学品“零流失”。2024年至今,集宁分局破获9起毒品刑事案件,抓获犯罪嫌疑人20人,缴获各类毒品2008.28克,查扣毒资17万元;办理涉毒行政案件77起,处理106人,强制隔离戒毒33人,缉毒执法成果居全市前列。同时,“平安关爱”行动帮助70余名戒毒康复人员解决就业、生活难题,目前集宁区戒毒三年以上未复吸人员达1500余人,且人数持续增长。活动现场,乌兰察布市公安局党委委员、政府副区长、分局党委书记、局长王立新倡议师生向亲友传播禁毒知识,希望大家积极将此次活动中学到的禁毒知识分享给身边亲友,凝聚众人力量,共同构建“教育一个孩子,带动一个家庭,影响整个社会”的“健康人生、绿色无毒”全民禁毒新格局。

6月23日,“跨省联动协同治理,筑牢北疆无毒屏障”主题禁毒宣讲活动在集宁师范学院图书馆报告厅开展。“彩虹色‘奶茶包’、卡通‘邮票贴纸’可能是毒品伪装,仿真毒品展架前,学生们驻足讨论。四川省内江强制隔离戒毒所警长以实际案例剖析毒品危害,引发师生深思;来自内蒙古、重庆、甘肃、河北等地的“跨省宣讲团”民警,通过“大学生因好奇沾染‘神仙侠’致人生失控”等典型案例,警示毒品风险。甘肃省第二强制隔离戒毒所警长聚焦药品滥用问题,结合数据与案例,指出止咳药水、止痛药等非合理使用的成瘾隐患,并通过警示视频直观展现药品滥用后果。活动尾声,全体学生由民警带领下宣誓“远离毒品,珍爱生命”,并在签名墙署承诺传播禁毒知识。

乌兰察布市强制隔离戒毒所副所长左长海表示,后续将深化跨省警务协作,依托高校资源创新禁毒宣教模式,持续守护北疆安全。

两场活动的开展,不仅丰富了校园文化生活,更切实提升了师生对毒品危害的认知及自我保护能力。



●警犬现场寻毒表演 本报记者 马佳敏 摄

近日,乌兰察布市公安局集宁分局禁毒大队与多省市戒毒部门,先后在集宁师范学院开展两场禁毒宣传活动,通过多元形式提升师生禁毒意识,夯实校园禁毒防线。

6月22日,市区两级公安禁毒部门携手乌兰察布市强制隔离戒毒所、集宁师范学院、乌兰察布医学高等专科学校等单位开展以“党旗领航护净土,禁毒利剑守初心”为主题的“6.26”国际禁毒日宣传活动。活动在歌舞《我最爱的祖国》中开场,朗诵《百年禁毒路 党旗指方向》回顾禁毒历史

门携手乌兰察布市强制隔离戒毒所、集宁师范学院、乌兰察布医学高等专科学校等单位开展以“党旗领航护净土,禁毒利剑守初心”为主题的“6.26”国际禁毒日宣传活动。活动在歌舞《我最爱的祖国》中开场,朗诵《百年禁毒路 党旗指方向》回顾禁毒历史