民生视角

暑期不“宅”家！孩子们运动中过快乐假期

□本报记者 **李梦娜**

暑假来临，我市各运动场馆和公园广场热闹非凡。与以往假期孩子常宅家看电视、玩游戏不同，如今，越来越多的孩子选择拿起球拍、穿上舞鞋、奔向球场。羽毛球、街舞、篮球等运动项目正成为孩子们暑期的“新宠”。运动，为孩子们的假期注入了健康活力。

运动场成假期热门去处

早上八点多，博冠综合体育馆的羽毛球场里，十几名孩子在教练指导下分组练习挥拍、接球。12岁的张皓轩动作灵活，赢得队友掌声。“以前暑假除了补课就是玩游戏，不仅眼睛不舒服，假期也过得很无趣。”现在，他几乎每天坚持运动两小时，“虽然累，但特别开心，生活也充实了。”

在FLY街舞工作室，动感的音乐中，孩子们认真练习动作。8岁的陈诺妍在镜子前跳得格外投入。她的母亲王女士在窗外笑着说：“孩子以前胆子小，见人就躲。学街舞几个月后，不仅敢在人前表演，性格也开朗多了，课后总爱分享新动作。”王女士认为，跳舞不仅锻炼了身体，也让孩子释放了精力，比玩手机有意义，而且运动后孩子学习时更专注。

在老年活动中心篮球场，几个男孩正组队打3V3。15岁的周扬刚投进一个三分球，与队友击掌庆祝：“和同学一起打球，能比拼也能合作，特别开心。”他坦言，以前是“游戏迷”，长时间玩游戏导致视力下降，还常与父母闹矛盾。后来发现，打游戏赢了只高兴一会儿，但打完一场球，出汗的感觉特别舒畅，赢了更有成就感。现在每天打球，感觉健康阳光，爸妈也不用总催我放下手机了。”

家长观念转变：从“催学习”到“盼运动”

孩子们的运动热情，背后是家长教育观念的转变——从过去紧盯学习，逐渐转向更关注孩子的全面成长。

“以前总怕孩子玩耽误学习，一到假期就报很多补习班，结果他学得抵触，我们也累。”家长王女士说，之前的假期孩子不是补课就是写作业，身体变差，一个月感冒两次。今年尝试报了街舞体验课，孩子不仅喜欢，参加公演后变得更自信了，“这种自觉性比逼他学习强。”

家长林茂宇则是孩子运动的“引路人”。“我自己爱打羽毛球，去年发现孩子总玩手机，注意力也不集中，就带他一起打球。”林茂宇最初只想让孩子少碰电子产品，没想到练球半年后，孩子的专注力和反应力都有提升，“以前写作业磨蹭，现在他把球场上学到的‘专注才能赢’也用在学习上，效率高多了。”

●孩子们在教练的指导下自信挥拍 本报记者 李梦娜 摄

羽毛球教练景正俐表示，体育锻炼益处很多，不仅身体健康，也是社交桥梁。孩子们在球场上学习合作、遵守规则、直面输赢，这些成长与课本知识同样珍贵。

运动场上孩子们的笑声和呐喊，成为这个夏日的生动注脚。从“宅家”到“走出”，从“虚拟快乐”到“真实成长”，运动正悄然改变孩子们的假期模式。正如家长林茂宇所说：“看着孩子在阳光下奔跑的样子才明白，最好的假期，不是装满知识的书包，而是挥洒汗水、收获自信的舞台。”

我为群众办实事

参军政策都有啥？华府社区现场讲明白！

本报讯（记者 **朱旭敏**）为推进2025年度征兵工作，提高辖区居民对征兵政策的知晓度，鼓励适龄青年积极应征入伍，近日，集宁区前进路街道华府社区开展了征兵宣传活动。

活动现场，社区工作人员通过发放宣传手册、设立咨询台等方式，与适龄青年及其家长进行面对面交流。他们详细讲解了征兵的基本条件、报名流程、入伍程序等关键信息。针对青年和家长普遍关注的焦点，工作人员重点解读了参军的多方面优势，包括服役期间的经济补助、退役后在升学深造和就业方面可享受的优待扶持政策等。同时，工作人员也耐心解答了家长对孩子入伍后适应情况、未来发展前景等方面的疑问，用清晰的政策解读回应关切。

“一直觉得军营是锻炼人的地方，今天听了详细讲解，更清楚入伍不仅能实现‘军人梦’，退役后还有不少支持政策。”刚大学毕业的李峰拿着宣传手册表示，打算和家人商量后积极报名。22岁的应届大学毕业生王佳佳说：“之前对政策了解不够全面，今天听完才明白，参军经历对未来发展很有帮助，我一直对部队生活很向往。”

此次活动有效提升了辖区青年对征兵政策的了解，现场有多名青年表达了参军意愿。华府社区工作人员表示，下一步将持续跟进适龄青年的应征意向，提供针对性指导，并通过多种渠道加大宣传力度，扎实推进征兵工作，助力更多优秀青年在军营实现理想。

●工作人员向感兴趣的居民普及征兵政策 本报记者 朱旭敏 摄

剪纸、游戏、做手工！这个公益课堂成孩子暑期乐园

●志愿者和孩子们一起做手工 本报记者 马佳敏 摄

本报讯（记者 **马佳敏**）7月9日下午，集宁区泉山街道满达社区党群服务中心内充满欢声笑语。由集宁区志愿者协会组织的暑期公益课堂第一期正式开课。

在手工区，孩子们围坐一圈，专注地用彩纸和剪刀创作。9岁的段杰剪好一只红纸蝴蝶，兴奋地拿给邻桌小伙伴看。隔壁房间，“谁是卧底”游戏正火热进行。孩子们根据拿到的词语卡片积极描述，努力分辨“卧底”。志愿者孟静茹说：“这个游戏能锻炼孩子的反应和表达能力，他们认真参与的样子很可爱。”

前进路街道为民社区党群服务中心的课堂同样气氛活跃。在志愿者指导下，苏晓静成功制作了一艘能浮在水面的纸船，她开心地展示着作品。苏晓静和妹妹是经邻居推荐来参加活动的。她表示：“暑假还能天天和同学一起玩，特别开心。”许多孩子反映，在这里写作业、做手工、玩游戏，比在家玩手机更有趣。

王茜的奶奶孙丽梅一边帮忙整理材料一边说：“我们7号开课就来了。孩子作业我们老两口辅导有困难，这里有志愿者帮忙辅导，还能学新东西，我们轻松不少。”家长胡志英也由衷地表示：“志愿者们很有爱心和耐心，既解决了我们暑期看护孩子的难题，又给孩子找了个好去处，让他们的假期过得充实又快乐。”

据了解，此次暑期公益课堂从7月7日开始，持续至8月15日，为期六周。活动通过公众号报名和居民介绍两种方式，共招募了50名孩子。课程内容涵盖文化课堂、益智游戏、环保实践等，旨在丰富孩子们的假期生活。

集宁区志愿者协会暑期公益课堂负责人荆广宏表示：“接下来，我们会征集孩子和家长的需求，进一步丰富课程内容，例如增加科普小实验、传统文化体验等项目。同时，我们也会加强志愿者的招募和培训，提升服务质量，计划未来扩大服务范围，让这份关爱惠及更多孩子。”

商户噪音、油烟扰民？集宁多部门出手解决

12345 我为群众办实事

本报讯（记者 **马佳敏 开花** 实习记者 **杜林檐**）近日，我市12345政务服务便民热线接到集宁区宁城华府北区居民投诉，反映该小区底商某烤鸭店和烧烤店存在油烟机噪音大、油烟味重问题，影响居民生活。

接到投诉后，集宁区政协委员冯孝联系集宁区城市管理综合执法大队泉山中队及第三方检测机构工作人员，前往涉事商户了解情况。

居民刘世武表示：“抽油烟机两边都是住户，噪音、油烟让我们整天都没法开窗户。”

在烤鸭店，店主出示了仍在有效期内的噪音检测报告（有效期至2026年1月15日）。报告显示风机外一米处噪音为57分贝。集宁区城管局泉山中队工作人员李义龙介绍：“我们当日到店核查，其噪音检测报告合格有效。”

对于另一家被投诉的烧烤店，泉山中队中队长李芳华介绍：“我们接到举报后次日即到店进行油烟检测。报告显示油烟轻微超标。该店油烟机较新，尚在质保期内。厂家五天内到场维修，并加装了两片滤网。”内蒙古三方监测环保有限公司现场噪音检测结果为60.5分贝，结合周边环境因素，符合相关标准。

烧烤店店主布赫表示：“接到举报时刚完成油烟净化，确实有点超标。经厂家整改后，噪音检测已达标。我们计划加装隔音罩，进一步减少对居民的影响。”

集宁区政协委员冯孝表示，作为政协委员，会持续关注居民反映的民生问题，第一时间联系相关部门协调处理。

从“心”出发 为民社区让幸福在家门口升级

□实习记者 **翟辉**

“民生无小事，枝叶总关情。”为切实提升居民幸福感，构建和谐社区，近年来，集宁区前进路街道为民社区始终把“民生为大”记在心头，从文化浸润、知识宣讲、健康关怀到志愿服务、矛盾调解，全方位满足居民需求。今年1月以来，社区已累计举办各类宣讲及惠民活动30余场，覆盖居民600多人，让社区成为居民温暖的港湾。

“退休后在家特别无聊，社区开放活动室后，生活热闹多了，来这跳舞认识了好多邻居。”居民王美俊乐呵呵地说。为丰富居民精神文化生活，社区积极搭建邻里互动平台，举办多样的邻里文化活动。六一儿童节，联合幼儿园开展非遗漆扇制作活动，让孩子们在动手体验中感受传统文化魅力；母亲节举办家风故事分享会，一个个感人的家庭故事传递着尊老爱幼、勤俭持家的传统美德。这些活动不仅丰富了居民的精神文化生活，更拉近了社区与居民的距离，营造出温馨和谐的邻里氛围。

知识宣讲是社区工作的重要一环。社区邀请内蒙古银行工作人员走进社区，围绕防范金融诈骗等反诈知识，为居民带来实用的金融安全课程，提高大家的风险防范意识，守护好“钱袋子”。同时，社区工作人员深入小区、公园等人员密集场所，发放宣传册，开展社会救助政策、民族政策等宣传活动，确保政策家喻户晓，让居民充分了解并享受相关福利。

“魏书记，又要手机上认证了，我操作不了，能帮我认证一下吗？”居民群里，78岁的高三娣向工作人员求助。社区工作人员看到后，立即上门为她完成高龄认证。社区书记魏晓玲说：“对于手机操作认证上有困难的居民，我们会主动入户协助，手把手耐心指导，切实保障每一位居民及时享受到惠民政策的福利。”

健康是幸福生活的基础。社区不定时联合社区卫生服务中心、周边医疗机构开展义诊活动，为居民提供贴心服务。义诊中，医护人员免费为居民测血压、血糖，做基础健康检查，耐心解答疾病预防、日常保健等问题，给予个性化健康指导。“社区常组织义诊，平时头疼脑热去附近的社区卫生服务中心也方便，对我们老人来说太贴心了。”居民赵华说。

为促进社区和谐稳定，社区依托离退休党员、单元长等力量，成立“暖民心管家服务”志愿服务小分队，常态化开展关爱孤寡老人、帮扶困难家庭、义务巡逻等活动，为弱势群体送温暖，维护社区治安。此外，社区选拔经验丰富、群众基础好的居民，组建“邢巧嘴邻里纠纷调解团”。面对邻里矛盾，调解团第一时间介入，以情理法结合的方式调解，将矛盾化解在萌芽状态。自成立以来，已成功调解纠纷30余起，居民的幸福感和满意度不断提升。

从文化活动到健康服务，从政策宣讲到矛盾调解，为民社区用一件件实事、一次次服务，让居民的幸福感越来越浓。社区书记魏晓玲表示：“未来，社区将继续聚焦居民需求，不断创新服务方式，让和谐之花在社区常开不败。”

快乐运动 健康生活

集宁区公益太极课开班

本报讯（实习记者 **杜林檐**）7月8日早上7点，集宁区文化馆训练大厅内充满活力。由集宁区体育馆健身指导站和前进路健身指导站联合举办的2025年第一期“三级社会指导员健身指导超市”太极拳初级班正式开课。50余名学员在舒缓的音乐中，跟随老师的口令开始练习，认真学习太极拳的基本动作。

讲台上，拥有40年太极拳练习经验和5年教学经验的包塞华老师边示范边讲解，强调动作要领：“注意沉肩坠肘，膝盖不要超过脚尖。”她细致地拆解每一个动作，从抬手、转身到收势。学员中，62岁的张阿群学得格外认真。“退休后有时间了，听说有免费太极拳班就马上报名。老师教得很耐心，一个转身动作给我纠正了三次，现在感觉好多了。”学员小王是班里的年轻人之一，他表示起初是被“考核合格可获得三级社会体育指导员证书”吸引来的：“练了几次后感觉很不错，又多学会了一项技能。”

包塞华老师介绍，太极拳对零基础学员有一定难度，因此教学中增加了理论讲解时间：“太极拳讲究以柔克刚，先把‘立身中正’的基础打牢，动作才能连贯协调。”

据了解，本次培训全程免费，旨在落实《内蒙古全民健身实施计划（2021—2025年）》，加强社会体育指导员队伍建设。集宁区体育馆健身指导站负责人表示，这是第一期培训，后续将按计划分批次开展。这也是两站联合举办的第七期公益健身培训，此前还开设过八段锦、五禽戏等课程，受到市民欢迎。

集宁区体育局群体科科长孙伟华表示，举办公益培训既能满足群众健身需求，也能为基层培养更多“健身带头人”，推动科学健身理念深入基层，助力全民健身事业高质量发展。

●学员在教练的指导下练习太极拳 实习记者 杜林檐 摄

社情民意

乌兰花镇：长者餐厅开在了家门口

本报讯（记者 **张国欣** 通讯员 **陈琳**）只需9元就能吃上一顿可口饭菜，步行10分钟就有餐厅！近日，四子王旗乌兰花镇卫井路社区开设的5家老年餐厅，让辖区老年人就近解决吃饭问题，方便又实惠。

四子王旗乌兰花镇卫井路社区为方便老年人就餐，以长者餐厅为核心，采取“惠民餐食+多店布局”的方式，着力构建“15分钟养老服务圈”。

在佳和国际人民食堂，老年人已成为主要用餐人群。该餐厅实行差异化定价：65周岁以上老年人每餐9元，选择月订餐服务则每餐低至6元；65周岁以下人群每餐12元。这一政策既考虑了老年人的消费能力，也通过合理定价保障了服务的持续性。办了月订餐的刘大爷表示：“我来这里订餐已经2个月了，饭菜可口，每顿都有肉，价格也实惠，我们吃得很好。”

为解决老年人就近用餐问题，社区已建成“一主四分”共五家餐厅，包括：主店人民食堂聚仙阁，以及佳和国际人民食堂、卫井路社区长者餐厅、乌兰路社区长者餐厅、库伦图镇幸福院长者餐厅四家分店。各分店统一菜品标准和服务质量，老人可根据居住地就近选择，实现“10分钟就餐”。

食堂负责人袁浩介绍：“我们对餐厅进行了升级，特别是在库伦图镇幸福院新设了分店。餐厅不仅是就餐的地方，更希望能传递温暖。看到老人们吃得满意，上班族吃得方便，我们感到很有意义，也更有动力做好服务。希望这里能成为大家愿意常来的地方。”

该举措体现了社区对老年群体的关怀，通过提供便利的就餐服务，为完善社区养老服务体系提供了支持。社区表示将持续探索多元化的养老服务模式，提升居民的获得感和幸福感。