



市妇联儿童关爱服务“承包”了孩子们的快乐



●在老师的指导下,小朋友创作陶艺摆件

本报记者 马佳敏 摄

本报讯(记者 马佳敏 鲍娜)近日,乌兰察布市妇联联合市中等职业学校、各旗县妇联等单位,正式启动2025年暑期儿童关爱服务活动。通过“文化体验+艺术实践+托管服务”的多元形式,为全市儿童特别是留守、困境儿童打造安全、充实、有温度的暑期成长平台。

在乌兰察布市家庭教育指导中心首场活动中,10余组亲子家庭参与了非遗陶艺体验。专业教师现场教学揉泥、塑型、修坯等基础技法,指导家长与孩子共同创作个性化陶艺作品。活动特别设置团队协作环节,各家庭合力完成大型陶艺作品,在动手实践中增进亲子互动,培养儿童团队协作能力。8岁的乐乐举着沾有陶泥的“小红船”作品兴奋地说:“我要把小船放在书桌上,每天看到它就会想起和妈妈一起做陶艺的快乐时光!”

关爱服务同步延伸至各旗县区。在凉城县影剧院,由市县两级妇联联合筹备的暑期儿童文艺展演吸引众多市民观看。展演涵盖歌曲、舞蹈、乐器演奏、演讲等12个节目,其中结对儿童表

演的手语舞蹈《有你就幸福》以真挚情感打动观众,“爱心妈妈”与结对儿童共唱的《花开中国》更将现场化作红色海洋,红旗舞间传递着温暖与希望。

针对留守儿童群体,凉城县“童伴之家”托管班正式开班。志愿者为孩子们发放新文具,组织趣味游戏,11岁的小雨抱着新书包腼腆地说:“平时和奶奶生活,今天认识了好多新朋友。”据凉城县妇联负责人介绍,下一步将升级托管服务内容,整合心理咨询师等专业资源,开发红色研学、传统手工艺等特色课程,推动服务从“基础看护”向“素质培养”转型。

“我们的核心理念是‘以儿童为中心’,通过孩子们喜闻乐见的形式实现教育目标。”乌兰察布市妇联家庭和儿童工作部部长郭晓华表示,除已开展的陶艺体验、文艺展演、托管服务外,还将陆续推出非遗扎染、红色教育基地参观等系列活动,持续构建“家庭—学校—社会”协同育人网络,用爱心与专业为孩子们铺就成长之路,让这个暑假成为难忘的“成长季”。



暑期,孩子们在游戏、实践、阅读中收获成长

本报讯(记者 徐楠 实习记者 刘昭烨)七月,暑假如期而至,乌兰察布市的孩子们正以多样方式解锁假期,在游戏、实践、阅读与社区活动中书写着属于这个夏天的成长故事。

霸王河生态公园的游乐区里,灵动的身影随处可见。二年级学生陈泽浩从彩虹滑梯上飞速滑下,脸上洋溢着灿烂的笑容;伙伴们在蹦床区跳跃比拼,蹦蹦跳跳的模样定格成夏日最鲜活的画面。“每天写完作业就和同学来这儿玩,比在家看电视有意思多啦!”陈泽浩笑着说。体育馆内,球拍挥动的破空声与喝彩声交织,孩子们在运动中挥洒汗水,强健体魄。另一边,博物馆和科技馆的“小小讲解员”体验活动正热闹进行,孩子们身着志愿服,认真为参观者讲解展品知识,稚嫩的声音里透着专注。

除了游戏与运动,不少孩子选择在暑假参与社会实践,收获别样成长。在万达商场周边,李浩宇跟着母亲王艳骑电动车送外卖,汗水浸湿后背却干劲十足。“孩子想体验生活,感受赚钱的辛苦,每天跑四五小时,既懂事了,又学会了和

人打交道,比在家打游戏有意义。”王艳说。李浩宇也点头:“现在理解爸妈的不容易,每天接触不同的人和事,是课本上学不到的成长。”图书馆的静谧角落,孩子们或伏案写作业,或捧着课外书沉浸其中。小升初学生赵欣怡翻着《中国上下五千年》,笔记本上记满摘录:“暑假没作业,正好多补补课外知识。”

为丰富孩子们的假期生活,乌兰察布市各社区也纷纷行动。集宁区桥西街道北财政街社区的“七彩假期”公益辅导班里,由大学生和在职教师组成的志愿者团队,根据孩子们的年级、学科需求制定辅导计划,耐心讲解难题。“以前数学题不会就干着急,现在有大哥哥大姐姐教,思路一下子清晰了!”正在写作业的王荣小朋友说。社区还开设布贴画、漆扇等非遗课程,孩子们亲手制作传统手工艺品,在裁剪、粘贴、上色中感受非遗魅力,指尖流转间,传统文化悄然浸润心田。

从释放天性的游戏到锤炼意志的实践,从强健体魄的运动到充盈精神的阅读,再到趣味十足的社区活动,乌兰察布



●家长陪小朋友在霸王河生态公园玩彩虹滑梯

实习记者 刘昭烨 摄

的孩子们正用多样的方式度过这个夏天。正如家长刘宇康所说:“假期就该让

孩子在体验中收获快乐,感受成长的意义,这样的夏天才更值得回忆。”

过敏反复难愈?医生:抗过敏药无依赖,规范用药是关键

小贴士



●市民在医院检查过敏原

本报记者 鲍娜 摄

□本报记者 鲍娜

“一到换季,我就有严重的过敏症状。今年已经连续吃了半年抗过敏药,可一停药身上的红疹立马又冒出来。为啥过敏老反复?长期服用抗过敏药会不会产生依赖?”市民赵科丽的疑问,说出了许多过敏患者的共同困扰。对此,记者采访了乌兰察布市第三医院耳鼻喉科医生邢伟,为患者解答科学用药疑问。

邢伟介绍,目前临床上常用的第二代抗组胺药(如氯雷他定、西替利嗪等)不具备成瘾性。过敏发生时,人体会释放组胺等物质,组胺与受体结合后会引发皮肤瘙痒、红肿、流涕等症状。而第二代抗组胺药通过阻断组胺受体,阻止组胺发挥作用,从而抑制过敏反应。这类药物代谢后药效消失,不会作用于神经中枢,与吗啡、杜冷丁等成瘾性药物有本质区别。

“像赵科丽这样停药后症状反弹的患者很常见,这主要与过敏性疾病的特点和用药习惯有关。”邢伟解释,以过敏性鼻炎为例,花粉、尘螨等过敏原广泛存在,过敏体质者接触后,免疫系统会

持续释放炎症介质,即使服药暂时抑制症状,只要过敏原未清除,停药后症状便会复发。

此外,用药不规范是导致病情反复的重要原因,约37%的患者存在随意增减药量、擅自停药等行为。“部分患者症状稍缓解就自行减药或停药,体内药物浓度无法持续抑制过敏反应,导致病情反复,看似‘依赖药物’实为用药不规范所致。”邢伟说。

如何有效控制过敏?邢伟建议:首先通过皮肤点刺试验、血液检测等方式明确过敏原,生活中尽量避开;其次严格遵医嘱用药,无论是剂量还是疗程都需听从医生安排,症状缓解后不可突然停药,应在医生指导下逐渐减量;季节性过敏患者可在发病前1到2周预防性用药,提前抑制过敏反应;必要时配合免疫调节治疗,逐步降低机体敏感性。

“患者切勿因担忧药物依赖自行停药,导致症状加重甚至引发并发症。若有用药疑问,应及时与医生沟通,制定个性化方案。同时,保持均衡饮食、适量运动、规律作息等健康生活方式,有助于提高免疫力,更好地应对过敏问题。”邢伟说。



暑期出行安全“加码”! 集宁交警为网约车驾驶员开展专题安全教育

本报讯(记者 徐楠)每逢暑假,外出游玩的市民增多,加之乌兰察布市正值旅游旺季,外地游客纷至沓来,网约车作为重要出行工具,其驾驶安全备受关注。近日,为保障市民及游客暑期出行安全,提升网约车驾驶人交通安全意识,有效预防和减少道路交通事故,乌兰察布市公安局集宁分局交管大队组织辖区网约车驾驶员开展暑期旅游交通安全宣传教育活动。

活动中,宣传民警结合网约车驾驶员的职业特性、驾驶习惯及夏

季道路安全特点,从夏季安全出行常识、暑期旅游出行注意事项等方面展开讲解。通过播放交通事故警示案例宣传片,直观呈现违规驾驶的严重后果,引发驾驶员深刻反思。随后,民警重点剖析了超速超员、酒醉驾、疲劳驾驶、强行超车、随意变道、开车打手持电话、不系安全带、闯红灯等交通违法行为的危害性,提醒驾驶员养成良好驾驶习惯,牢固树立“安全第一”理念,严格遵守交通法规,自觉抵制交通陋习,做到安全文明行车。



●民警教网约车驾驶员学习使用事故视频快处功能

本报记者 徐楠 摄

“一些看似平常的驾驶习惯实则如同道路上的‘定时炸弹’,随时可能引发严重事故,给自己和他人造成无法挽回的损失。只有主动改变不良习惯,才能共同维护安全的道路交通环境。”宣传民警表示。

为提升服务效率,宣传民警还现场讲解了“交管12123”APP的使用方法,并演示了事故视频快处功能,通过具体操作演示,让驾驶员了解该APP如何简化业务办理流程、节省时间精力。“以前发生事故要报警、等交警、等保险定损,流程繁琐还

易堵车。现在用‘视频快处’,手机操作就能完成处理,太方便了!”网约车驾驶员张占元感慨道。

活动最后,全体网约车驾驶员签订《交通安全承诺书》,承诺以安全为前提,规范运营、文明服务,为群众暑期出行保驾护航。

乌兰察布市公安局集宁分局交管大队相关负责人表示,下一步将持续深化重点行业交通安全教育,强化路面执法管控力度,全力营造安全有序的暑期道路交通环境。



卓资县明星沟景区红十字救护站正式启用,保障游客安全



●红十字会急救培训师为景区工作人员进行急救培训

本报记者 马佳敏 摄

本报讯(记者 马佳敏)近日,由卓资县红十字会全额出资援建的“明星沟景区红十字救护站”正式揭牌。作为卓资县建成并投入使用的第3个景区红十字救护站,该站点为景区游客及工作人员的生命健康安全再添坚实保障。

据悉,该救护站由卓资县红十字会全额出资打造,总投入近10万元。站内配备了自动体外除颤器(AED)、制氧机、担架、输液椅、血糖仪等急救设备,以及各类应急药品,共计40余种专业物资,可有效应对心脏骤停、外伤出血、骨折等突发状况的初步处置,实现快速响应“黄金四分钟”。此外,站内还设置了休息区,能为身体不适的游

客提供临时休憩场所。

揭牌当天,卓资县红十字会急救培训师采用“理论+实操”方式,为景区工作人员开展了心肺复苏、AED使用、气道异物梗阻解除及创伤包扎等应急救援技能培训。“大家按压时手臂要伸直,垂直向下用力……”培训现场,工作人员围在模拟人旁,跟随救护师指导认真练习。活动还发放了《急救自救》宣传册,进一步提升景区员工的应急处置能力,确保达到“敢救、会救、能救”的实战水平。

卓资县红十字会副会长韩翔表示,下一步将持续跟踪救护站运行情况,优化服务功能,强化对景区工作人员的培训与指导,为游客营造更安全、有序的旅游环境。