



我市各社区系列文化活动让节日“幸福味”更浓



●合唱表演

实习记者 张玥 摄

本报讯(实习记者 张玥 刘诏辉 翟辉)秋阳杲杲,和风送爽。“双节”前,一系列贴近生活、贴近群众的文化活动在全市各个社区蓬勃开展,让浓浓的幸福味充盈在每一个角落。

联谊汇演:歌声乐声中寻找共鸣

近日,察右前旗平地泉镇锦泰社区与集宁区泉山街道永安社区组织的联谊汇演在锦泰社区精彩上演。居民们用24个精心编排的节目,共同织就了一幅邻里和睦、社区和谐的生动图景。

汇演现场,经典歌曲独唱与特色器乐表演轮番登场,每个节目都饱含着居民的热情与才华。当《我爱你中国》的

旋律响起,激昂的爱国情在观众胸中激荡;一曲《女儿情》勾起了大家的温馨回忆;《走西口》《五哥放羊》等二人台经典曲目片段被巧妙串联;最引人注目的是电子管独奏表演,精湛的演奏让人沉醉。

“两个社区的文艺团队能这样欢聚一堂,机会难得,意义非凡!锦泰社区的合唱队和声非常整齐,值得我们好好学习,他们也觉得我们的乐器表演有特色,主动来要乐谱呢。”永安社区带队长郭建清难掩喜悦。“这种互相欣赏、互相学习的氛围,正是活动举办的初衷。”锦泰社区工作人员表示,社区之间应该“常走动、多交流”,通过取长补短,才能把社区文化活动办得更接地气、更聚人

心,未来将持续举办此类联谊活动,让邻里情在互动中愈发深厚。

中秋雅集:传统戏曲传递团圆温情

9月26日,集宁区泉山街道和顺小区内,一场“共话同心圆 月满庆中秋”主题活动温馨开启。活动特别联合乌兰察布市艺术剧院东路二人台艺术团,带来“党恩润民心·大戏进社区”专场演出,用精湛的传统艺术为居民送上节日的祝福。

演出伊始,二胡齐奏《战马奔腾》以磅礴气势瞬间点燃全场;二人台对唱《珍珠倒卷帘》以其地道的唱腔和生动演绎,展现了传统艺术的独特魅力,引得不少老戏迷轻声附和;当笛子串烧中《铁血丹青》的熟悉旋律响起,现场气氛达到高潮,居民自发跟着节奏拍手、哼唱。紧随其后的大榆树下《走西口》等经典剧目,因其贴近生活的故事内容,深深打动了在场的老年观众。

“在家门口就能看到这么专业的演出,还能和邻居们一起过节,感觉特别温暖!”居民薛玉林的感慨道出了许多人的心声。居民吕瑞和老伴更是看得入迷:“演员演得有味,社区想到我们老年人的喜好,真的很暖心。这个中秋因为这场活动,过得格外有意义。”和顺社区工作人员吴艳艳表示,希望通过传统文艺演出营造节日氛围,同时搭建邻里交流平台,增强社区凝聚力,让“幸福味”弥漫社区。

国庆欢歌:文艺宣讲凝聚奋进力量

在集宁区前进路街道宏伟社区的

口袋公园,国庆的喜庆气氛同样浓厚。社区居民文艺队自排自演的节目精彩纷呈,萨克斯的醇厚、口琴的灵动、笛子的清越巧妙融合,奏响经典旋律;水兵舞队员们步伐矫健,舞姿飒爽,展现出蓬勃朝气;个人独奏环节更是各显其能,赢得掌声阵阵。

文艺表演间隙,“干货满满”的宣讲活动同样吸引人。内蒙古自治区优秀共产党员、道德模范赵青秀用朴实语言,结合自身经历讲述生活巨变,深情号召大家“感恩、听党话、跟党走”,将感恩之心化为建设美好家园的实际行动,接地气的讲述引发强烈共鸣。随后,司法所和派出所工作人员分别就反邪教、防诈骗知识进行宣讲,结合真实案例,用通俗易懂的语言提升居民的安全防范意识,守护好幸福生活。

活动尾声,全体人员挥动着鲜艳的五星红旗,齐声高唱《没有共产党就没有新中国》,激昂的歌声、真挚的情感将现场氛围推向顶峰,爱国情怀在每个人心中激荡。“活动太有意义了!有表演看,有知识学,还能一起唱红歌,社区凝聚力更强了。”居民石跃丽的笑容感染着每一个人。宏伟社区书记闫静表示,社区将继续以居民需求为导向,让爱国情怀、文明新风在潜移默化中融入日常。

一系列丰富多彩的文化活动,犹如一条条温暖的纽带,将社区邻里紧密相连。它们不仅有效丰富了居民的精神文化生活,拉近了邻里距离,更在传承优秀传统文化、弘扬时代新风,增强社区认同感和凝聚力方面发挥了不可替代的作用。

社会关注

不只是“扮酷”,你的太阳镜选对了吗?

本报讯(记者 徐楠)俗话说“眼睛是心灵的窗户”,眼睛的健康对每个人都至关重要。阳光中的紫外线对眼睛伤害尤其大,市民在户外活动,特别是开车时,常会遇到阳光“晃眼”的问题。

9月19日,记者在中心城区走访发现,为保护眼睛,市民们各有“妙招”,其中最普遍的是选择太阳镜进行“物理”防护。

“前几天我从河北回集宁,正值下午,阳光几乎直射眼睛,晃得看不清路。车上没放墨镜,只能放下遮阳板,稍微挡一挡,慢慢开。在高速上逆光行驶,真的很危险。”市民王晓宇表示,“选购墨镜也要讲科学,至少别买太廉价的。我认为材质很关键,劣质材质反而可能伤眼睛。”

王晓宇告诉记者,优质的太阳镜能调节入眼光线,减少眩光和反射,让视野更清晰柔和,在开车、骑行、徒步等户外活动中,既能提升视觉舒适度,也更安全。

市民李新梅因患有白内障,手术后

出门必戴太阳镜。“医生跟我说,强光会刺激眼睛,导致干涩、疲劳,长时间直视还可能损伤视网膜,增加白内障、黄斑病变等风险。”她说:“我女儿也提醒,好的墨镜虽然价格高一些,但材质好,才能真正起到保护作用。”

就市民关心的问题,记者咨询了乌兰察布市中医蒙医综合医院眼科主任安燕。据介绍,太阳镜片按材质分为塑料、玻璃、偏光和变色镜片等。偏光太阳镜能将有害光线过滤,同时不影响可见光透过,保护效果较好;变色镜片在强光下自动变深,适合室内外两用。塑料镜片主要包括树脂、PC和亚克力等,缺点是耐磨性较差、易刮花,受撞击易变形,需细心保养。玻璃镜片则易碎,可能对眼睛造成伤害,不过目前强化玻璃镜片在安全性上已有较大提升。

“多数太阳镜属平光系列,根据国家相关标准,其屈光度误差不得超过正负8度,超出范围容易导致头晕、恶心、‘晃眼’等症状。”安燕说,“此外,部分太阳镜兼具近视矫正等功能,市民选购时



●市民选购太阳镜

本报记者 徐楠 摄

要特别注意产品质量。也有人为了‘扮酷’长时间佩戴,甚至进入室内、夜晚也不摘。光线太暗时,眼睛需更费力才能看

清,易导致视觉疲劳。尤其是有眼底基础疾病或高风险人群,更应避免因紫外线刺激加重病情或诱发眼病。”

多部门联合慰问 为困难群众送去节日温暖

‘暖新闻’

本报讯(记者 徐楠)9月26日,“两代表一委员”以及集宁区新体路街道红楼社区党员代表组成了联合慰问组,在辖区开展了“双节同庆·情系民生”进社区走访慰问困难群众活动。本次活动所需的爱心物资均由市红十字会提供,充分体现了社会公益力量对困难群体的关注与担当,也为他们送去了节日的问候与实实在在的关怀。

慰问过程中,慰问组深入困难群众家中,与他们亲切交谈,细致询问生活起居、身体状况以及就医用药等具体需求。针对部分患有慢性病的群众,慰问组还专门查看了日常用药情况,并结合实际需求,将提前准备好的米、面、粮油、月饼等生活物资送到他们手中,叮嘱他们保重身体,乐观生活。

“我年纪大了,又生了一场大病,曾经一度失去信心。后来社区帮我办理了低保,政府和各界也一直惦记我、关心我,让我重新看到了希望。我会努力好好生活下去!”一位受助群众激动地表示。朴实的语言中,透露出对党和政府以及社会各界关爱的由衷感激。

慰问走访结束后,慰问组代表一致表示,将持续加大对困难群众的关心关爱力度,及时回应他们的诉求,用心用情帮助解决实际困难。同时,积极发挥社区桥梁作用,推动形成互帮互助、团结友爱的良好社区氛围,不断增强居民的归属感和幸福感。

红楼社区党委书记李璇表示,本次联合送温暖活动,不仅传递了政府的关心关爱,也进一步凝聚了各方代表委员们的社会责任担当。社区将继续整合社会资源,联动学校、企业等共建单位,构建“党建引领+社会参与”的互助体系,共同营造守望相助、其乐融融的幸福社区氛围,让民生关怀更有温度、更具实效。

我们的节日之国庆

乌兰察布以满城“中国红”迎接国庆

本报讯(实习记者 翟辉)在国庆节到来之际,乌兰察布中心城区的大街小巷被一抹抹热烈的“中国红”扮靓,浓郁的国庆氛围扑面而来,成为这座城市最动人的底色。

晨光微露,主干道上已尽显节日“盛装”。从察哈尔大街到工农路,一面面鲜艳的五星红旗沿着道路两侧整齐悬挂,在微风中舒展飘扬,如同一条条红色的丝带串联起城市的脉络。车辆穿行其中,仿佛在红色的浪潮里驶向幸福生活,不少市民放慢脚步,拿出手机记录下这满街“中国红”的美景。

除了主干道的“红色风景线”,沿街商铺也自发加入到营造国庆氛围的隊伍中。无论是连锁商超、餐饮门店,还是便利店、五金店,店主们纷纷将五星红旗悬挂在店铺门头、橱窗显眼位置,有的还搭配了“祝祖国生日快乐”“国泰民安”等祝福语,让进店消费的市民在购物、用餐时,也能感受到浓浓的爱国情怀。“挂起国旗,不仅是为了庆祝国庆,更是想让顾客和我们一起分享这份喜庆,看着国旗,心里就特别踏实、自豪。”在集宁区满达街经营餐馆的李女士一边调整国旗角度,一边对记者说。

在社区广场、公园等公共场所,国庆节的气氛同样浓厚。部分社区举办不同形式的国庆活动,吸引着附近的居民参与其中,家长带着孩子们挥舞着中国国旗,稚嫩的声音里满是对祖国的祝福。还有部分社区组织开展“手绘国旗”“唱红歌”等主题活动,让孩子们在动手实践中感受爱国情怀,让老人们



●店铺门前悬挂了崭新的国旗

实习记者 翟辉 摄

在熟悉的旋律中回忆峥嵘岁月。

满城国旗红,满腔爱国情。从大型商场外悬挂的巨幅国旗,到小吃摊前插着的迷你国旗,商户们用自己的方式表达着对祖国的祝福,形成了“家家挂国旗、户户庆国庆”的生动景象。这抹跨越街巷的“中国红”,不仅是节日的装饰,更是这座城市对祖国的深情告白,是市民们对美好生活的热切期盼。

桥西街道“邻里节” 让居民“玩”在一起



本报讯(记者 徐楠)“体育公园那边真热闹,咱们也去看看!”9月26日下午,集宁区桥西体育公园内人头攒动,洋溢着喜庆祥和的节日氛围。

“我们这次参与的是集宁区新时代文明实践公益集市暨桥西街道第五届邻里节活动,希望通过投壶等传统游戏,让居民感受节日气氛,传承中华优秀传统文化,也鼓励大家走出家门,和邻居亲友一起热闹热闹。”在投壶游戏区,粮源路社区工作人员向记者介绍。

记者在现场看到,套圈和投壶区域吸引了不少居民跃跃欲试。大家有序排队,一边观察前一位参与者的“战果”,一边交流着技巧与心得。轮到自己时,参与者手握套圈或箭矢,凝神屏息、稳步瞄准,在力度与角度之间仔细斟酌,轻轻一掷,不少人都顺利将奖品收入囊中。

“嘿,你真行!套圈准,投壶也中!”每当有人精准投中,现场便响起阵阵喝彩与掌声。

居民王秀美表示,投壶作为一项古老的中秋传统游戏,承载着深厚的历史文化。通过参与体验,不仅能让大家更直观地了解传统习俗,也增强了节日的仪式感。而结合套圈等互动环节,也为邻里之间提供了轻松的交流平台,有助于拉近彼此距离,增进社区凝聚力。

在另一侧的绘画区,众多绘画爱好者踊跃参与。一位年长的国画爱好者静坐于案前,起稿、勾线、构图、上色,将日常生活的点滴感悟与对家乡的深情寄托于笔墨之间,引来不少市民驻足欣赏。

“这位老师画得真好,我女儿在这儿看了好久。在体育公园设置这样的绘画活动,给大家提供了自由创作的空间,尤其能激发孩子的想象力,培养艺术兴趣。”市民李艾说,“快过节了,大家聚在一起特别温馨喜庆。希望这类活动能经常办,让我们在家门口就能玩得开心、过得有意义。”



●绘画爱好者专注涂色

本报记者 徐楠 摄

中秋遇国庆,孩子们在趣味活动中感受家国文化



●小朋友制作中秋花灯

实习记者 刘诏辉 摄

本报讯(实习记者 刘诏辉)9月27日,乌兰察布市图书馆一楼大厅里,阵阵欢笑声与童声交织。由乌兰察布市图书馆与集宁区图书馆联合主办的“月光所至 皆为华夏”——中秋、国庆节主题活动在此开展,小读者们在互动中触摸传统文化脉络,在体验里厚植爱国情怀。

“‘小时不识月,呼作白玉盘’打一字”“‘尾巴短短的,耳朵长长的’打一动物”……猜灯谜环节,主持人刚念出谜面,小朋友们争先恐后举手,稚嫩的声音喊着“我知道!我知道!”成功猜中者拿到小礼物时,脸上洋溢着开心的笑容。

在中秋文化分享环节,从中秋节的起源,到“玉兔捣药”“吴刚伐桂”“玄宗游月作《霓裳羽衣曲》”的传说,再到拜月、赏花灯、喝桂花酒的习俗,工作人员用生动的讲述,带孩子们穿越古今。当邀请小朋友朗读中秋诗词时,郑涵悦主动走上前,用清脆的声音朗诵《水调歌头·明月几时有》,童声朗朗,引得现场阵阵掌声。“听故事的时候我听得可认真了,吴刚伐桂的传说好有趣。”郑涵悦分享自己的感受。

参与活动的胡雨松说,他刚和爸爸完成了兔子花灯的制作——父子俩协作组装骨架、粘贴装饰,一盏憨态可掬的玉兔花灯在手中“诞生”,“我和爸爸一起做了兔子花灯,我负责贴贴纸,爸爸帮我固定骨架,做好了特别好看,我要带回家挂起来!”国庆主题环节里,孩子们了解了国庆节的来历,认识了国旗、国徽等祖国标志。随后的“国歌歌谣我会唱”“国庆安全伴我行”环节,孩子们在欢乐的节奏里,既感受着节日的喜悦,又学习了安全知识。

乌兰察布市图书馆副馆长陈嘉宁表示:“中秋节承载着传统文化的根脉,国庆凝聚着家国情怀的魂。我们希望通过这样的活动,让孩子们在趣味体验中了解传统文化,激发爱国情感。”



●小朋友展示亲手制作的花灯

实习记者 刘诏辉 摄