



京蒙情深,两地银龄公益汇演绘温情

本报讯(实习记者 杜林楠)近日,乌兰察布市任泓竹声乐舞蹈公益团队与北京华悦艺术团携手举办的“龄舞北疆,乐享夕阳红”公益文艺演出在集宁战役红色纪念园·红色主题群众文艺剧场内开展,两地老人以艺术为媒介交流学习,用公益行动传递温暖。

演出当天,精心编排的节目轮番上演,为现场观众带来了一场丰富的文化盛宴。男生独唱《北京颂歌》以浑厚而富有情感的嗓音,抒发着对首都的深深眷恋;歌伴舞《为祖国干杯》将优美的舞姿与激昂的歌声巧妙融合,传递出炽热的爱国情怀;《红歌六联唱》《重整河山待后生》等经典曲目,经由任泓竹声乐舞蹈公益团队与北京华悦艺术团的精彩演绎,瞬间唤起了现场观众的红色记忆;舞蹈《洗衣歌》《祝福祖国》则以灵动欢快的舞步,尽情展现出老年人充满活力与风采的精神面貌。

记者了解到,早在今年6月,任泓竹

声乐舞蹈公益团队负责人便以“老年人艺术养老汇演”为主题,向北京华悦合唱团发出邀约。历经数月筹备,这场凝聚着双方热忱的演出终于成功落地。北京华悦合唱团团长贾毅坦言,团里成员大多是老年人,外出演出存在诸多不确定性,此次奔赴集宁演出团队下了很大决心,看到现场的热烈氛围,就觉得所有的付出都值得。

尤为特别的是,北京华悦合唱团还特意创作了诗歌《乌兰察布,我来了》,并在演出现场进行了深情的诗朗诵,用文字与声音交织的方式,表达着对乌兰察布这片土地的真挚热爱。演出最后,大合唱《天下乡亲》,团员们以饱满且真挚的情绪放声歌唱,将对乡亲的牵挂之情娓娓道来,也将整场演出的氛围推向了最高潮。

任泓竹声乐舞蹈公益团队负责人任泓竹表示,团队始终希望以艺术为桥梁,让老年人在参与公益演出的过程中收获



●演出合影

实习记者 杜林楠摄

快乐,实现价值。而这场演出的意义,不仅在于为集宁市民带来了一场视听俱佳

的文艺盛宴,更在于搭建起了一座两地老年人文化交流的坚实桥梁。



非遗手工+法治课堂,让普法变得更有趣



●孩子们在全箔扇上绘制“拒绝欺凌”主题图案

本报记者 马佳敏 摄

本报讯(记者 马佳敏)10月19日,乌兰察布市图书馆一楼少儿阅览室内气氛

热烈,一场由集宁区人民检察院与乌兰察布市图书馆联合举办的“携手护‘未’·共

筑晴空”预防校园欺凌主题活动在此开展。

“同学们,什么是校园欺凌,有谁知道呀?”随着检察官曹燕青的提问,一只只小手便迫不及待地举了起来,现场气氛瞬间活跃起来。“我知道,校园欺凌就是别人欺负我!”八岁的李昂小朋友站起来,声音清脆又响亮。曹燕青微笑着点点头,接着引导道:“那要是遇到校园霸凌,我们该怎么办呢?”李昂毫不犹豫地回答:“应该告诉家长!”稚嫩却坚定的声音,赢得了现场一阵热烈的掌声。

活动紧密结合当前校园欺凌的现状、表现形式、危害后果及相关法律法规,通过案例分析、情景互动、问答交流等生动形式,深入浅出地讲解了如何识别欺凌行为、遭遇欺凌时应如何有效寻求帮助与自我保护、以及作为旁观者如何正确介入等实用知识。检察官的讲解不仅传递了法律知识,更着重引导孩子们树立正确的法治观念、培养相互尊重、友善待人的品格,取得了良好的互动效果。

来自集宁区永安路小学二年级的史馥蓉认真听完讲解后说:“不能欺负别人,看到有人被欺负要勇敢帮忙。”家长郇云燕也感慨:“活动太有意义了,以前对校园欺凌了解少,现在知道影响大,以后会多关注孩子在校情况,教他保护自己。”

除了法律知识讲授,活动还设置非遗手工画——金箔扇体验环节。孩子们在专业老师指导下,在金箔扇上绘制“拒绝欺凌”主题图案。这一环节将法治教育与传统文化美育巧妙融合,让“反对欺凌、倡导友善”理念如春风化雨,滋润孩子心田。

“此次活动是集宁区检察院延伸检察职能、参与社会综合治理的有益实践,提升了未成年人及其家庭对校园欺凌的认识,增强了防范能力。”集宁区检察院相关负责人表示,“后续将深化与教育、文化等部门协作,探索未成年人普法教育新形式,推动构建未成年人保护社会支持体系,用检察力量为孩子们共筑法治晴空,让每个孩子都能在安全、和谐、友善环境中茁壮成长。”



霸王河社区卫生服务中心:免费为居民提供中医理疗



●理疗师帮居民调理腰背

实习记者 刘绍辉 摄

本报讯(实习记者 刘绍辉)“不用预约,直接就能来做理疗,还不花钱,这活动真是办到我们老百姓心坎里了!”近日,在集宁区泉山街道霸王河社区卫生服务中心添年堂中医馆,刚做完生物电幸福疗法的张梅感慨道。从10月15日起,霸王河社区卫生服务中心理疗科启动公益活动,持续至10月31日,免费为居民调理颈肩腰腿疼、经络疏通等“疑难杂症”,成为社区里的“健康暖流”。

据霸王河社区卫生服务中心全科理疗师周俊贤介绍,此次公益活动核心服务项目丰富,涵盖生物电幸福疗法、拔罐刮痧、艾灸推拿等。活动面向社区全部居民,包括社区居民、慢性病患者、老年人、儿童等。现场有6位具备专业资质的理疗师,服务时间从早上8点持续到晚上6点,居民无需预约、无条件即可参与。“像颈肩问题、腰疼背疼,还有代谢类问题,如糖尿病引起的身体不适、高血压伴随的颈椎不适,以及失眠、乳腺结节、甲状腺问题等,都能通过理疗调理。一般3到5次就能见效,10天一个疗程,而且是‘一人一方’,根据每个人的情况精准服务。”周俊贤说。

公益活动的良好口碑在泉山街道多个社区迅速传开。“每天能接诊8人左右,每人根据病症安排1小时左右,小病症30分钟就能完成。”周俊贤表示。居民刘继平被肩周炎折腾了大半年,贴膏药、吃止痛药都没效果,没想到做了几次艾灸推拿后,肩膀明显轻松多了。他直言:“原本以为免费理疗‘只是走走形式’,体验后才发现专业又贴心。”

美妆公益课堂,帮助市民解锁日常妆造小技巧

本报讯(实习记者 张玥)为了帮助市民快速掌握提升气质的核心技能,展现自信光彩,10月17日,由集宁区团委举办的美妆公益课在集宁区青少年宫青年之家开课。学员在讲师的指导下,同步解锁“美妆+发型”双技能,在互动实践中找到适合自己的日常精致感。

课程伊始,讲师郭娜先从妆发搭配、“妆前护肤”聊起,强调化妆和造型两者要“同频”。在彩妆教学时,她强调画眉重在填补空隙,眼线眼影则需自然放大双眼。学员们一边听,一边拿着化妆工具在自己脸上实践,遇到问题随时举手提问。

美妆教学结束后,大家期待的头发造型环节正式开始。郭娜先从工具选择讲起:“日常造型不用买太多工具,一把齿梳、一个板夹、几根隐形皮筋和发胶就够了。”紧接着,她为学员讲解了高丸子头和编发的技巧,学员们纷纷拿起梳子和皮筋动手尝试,郭娜随时关注学员的进度,不时帮大家纠正错误。

“以前画眉毛总像两条‘毛毛虫’,今天学会了‘三点定位法’修眉。平时上班总扎低马尾,今天掌握了高丸子头,感觉也很适合自己,整个人都精神了。以后早上可以多花几分钟做个简单的造型,心情都能变好!”学员张娇说。

学员王茹茹则是带着“职业期待”来的,她一直对美妆行业感兴趣,这次课程正好满足了她的需求。“以前看网上教程学,总抓不到重点,今天现场跟着老师学到了一些很细节很实用的知识。”王茹茹说,掌握了这些基础技巧,以后想尝试从事相关工作,也更有底气了。

讲师郭娜表示,希望通过美妆公益课唤醒学员的“悦己”意识,美不是为了取悦他人,而是当你用简单技巧把自己收拾得干净得体时,收获自信与快乐。打破学员存在的“精致昂贵”误区,很多人觉得变美要花费很多钱,其实正确的方法就能搞定日常通勤的妆发。同时搭建行业“入门梯”,对于想从事相关行业的学员来说,这些基础技巧和“因人而异”的审美理念,是人行的“敲门砖”。



●老师为学员示范做造型的技巧

实习记者 张玥 摄

桥西街道:让社区服务直达民心

本报讯(记者 徐楠)社区是城市治理的“最后一公里”,也是服务群众的“神经末梢”。集宁区桥西街道各社区坚持从文化惠民、基层治理到政策宣讲等多方面发力,把实事办到居民心坎上,用心用情解决好群众的急难愁盼。

在马桥街社区电影院,通往社区党总支与马桥街社区党总支联合组织了一场公益观影活动,吸引了不少社区居民党员和群众前来观看。现场放映的爱国主义影片《战狼2》,以退役军人冷锋的英雄故事为主线,生动展现了中国军人不畏艰险、担当使命的英雄气概。观影过程中,大家全神贯注,情绪随着剧情起伏,爱国情怀与民族自豪感在掌声中悄然升华。

“这样的活动不仅丰富了我们的文化生活,也让大家更加坚定了为国家、为人民贡献力量的信心。”一位居民在观影后感慨地说。

桥西街道北官房社区老年人口占比较高,针对老年人出行不便、年检困难等实际问题,社区党支部升级“移动办公桌”服务模式,推动人员和服务“双下沉”,把政策咨询、业务代办、矛盾调解等

“一站式”服务送到居民家门口。

此外,社区还联合新华街卫生服务中心开展定期义诊,提供血压血糖测量、常见病咨询等基础医疗服务,并引入专业调解员队伍,常态化开展法律咨询、邻里纠纷调解和普法宣传,推动基层治理从“单打独斗”转向“协同共治”。为进一步提升为老服务质量,社区还发动退休居民组建“邻里帮帮团”,促进老年人之间的互助与关怀。

“今年以来,我们的办公地点从社区大厅延伸至小区楼栋,服务模式也从‘被动等待’转为‘主动上门’,真正实现从‘群众跑腿’到‘社区上门’的转变。”北官房社区书记刘鹏亚表示,“我们希望通过资源整合,做到‘服务零距离,治理有温度’。”

回民社区宣讲小分队也持续深入辖区,开展常态化政策宣讲,聚焦居民真正“得实惠”,让纸上的政策走进日常生活。宣讲中,队员们避免“泛泛而谈”,而是针对居民关心的“低保申请”“灵活就业社保补贴”“残疾等级认定”等问题,逐一进行细致解答。

“通过社区工作人员的讲解,我了解到义务教育阶段家庭经济困难学生



●社区“移动办公桌”帮代办服务居民

本报记者 徐楠 摄

生活补贴政策,这大大减轻了我家的经济压力,让我能安心读书。”辖区的一位初中生这样说。

回民社区党支部书记迟善君表示:“接下来我们将分领域整理政策宣传材料,标注关键信息,让居民不仅听得懂,更能用得上。”

一场场活动,一次次上门,一轮轮宣讲,背后是桥西街道各社区为民服务的初心。他们用实实在在的行动,做好群众的“贴心人”,办好百姓的“心头事”。未来,这份服务的“实干劲”将继续延续,努力将社区打造成更加温馨、和谐的幸福家园。

小贴士

本报讯(记者 徐楠)近年来,电动车因灵活方便、易停放,成为市民短途出行热门代步工具。10月18日,记者在中心城区调查发现,电动车虽为市民带来便利,但路口转弯问题引发关注。

“电动车自行车基本上都没有转向灯,在一些车流量和人流量大的路口突然转弯,会导致机动车驾驶员来不及反应,极易引发交通事故。”市民马志杰说。而市民杨霞则表示:“我看到很多电动车是根据红绿灯指示,随着机动车一起走,不知道这种方式对不对。”

记者从市公安局集宁分局交通管理大队了解到,路口是机动车、非机动车以及行人等多种交通流交叉、合流和分流的地方,交通状况复杂。加上国道省道等路口普遍车流量大,车速较快,一旦发生事故,伤亡概率极高。所以驾驶电动自行车、三轮车等在路口左转或横过道路时,一定要注意自身安全,做到一停、二看、三通过。

有辅道信号灯的路口,电动自行车、三轮车在辅道按辅道信号灯通行;有非机动车信号灯的路口,电动自行车在非机动车道按非机动车信号灯通行,左转非机动车看左侧带箭头信号灯,绿灯亮可左转,红灯亮禁止左转。无非机动车信号灯但有左转专用信号灯的路口,机动车与非机动车信号灯并用,圆盘信号灯左转绿灯亮时,所有车辆可左转。

“非机动车左转通过路口,应靠路口中心点右侧转弯,让直行的机动车先行。当没有非机动车信号灯和左转专用信号灯的路口,或者部分无信号灯控制的路口,左转时可靠道路中心点右侧转弯。”市公安局集宁分局交通管理大队宣传民警说:“在直行与左转同时放行的路口采取‘二次过街’的方式通过路口。非机动车二次左转转弯过路口时,需绿灯放行后,先直行通过路口在二次左转等候区等待,当横向绿灯放行后,再直行通过路口,完成二次左转。”



●街道、路口随处可见市民驾驶非机动车出行

本报记者 徐楠 摄

非机动车如何左转?

交警告诉你正确方法