



冬意渐浓腌菜香 市民用传统风味让冬日“仪式感”满满



本报记者 徐楠 摄

本报讯(记者 徐楠)“每年到了冬天,就喜欢吃些酸甜可口的腌菜。”11月17日,市民张春燕和朋友们围坐一起,将提前备好的冬储菜清洗干净,着手制作腌菜。随着入冬后气温持续走低,中心城区不少家庭陆续开启腌菜、酱菜、酸菜制作,或是购置专用腌菜坛,或是搬出珍藏的“老缸”,用传统风味迎接冬天的到来。

家住集宁区银海新苑小区的73岁李爱云老人,每年都会腌制大量酱菜,除了自家食用,还会分给儿女们。在她看来,冬天腌菜是刻在骨子里的传统,更是一场庄重的“入冬仪式”。“以前物资匮乏,冬天难得吃到新鲜蔬菜,秋天囤菜,冬天腌制是家家户户的常态。”李爱云回忆,腌菜手艺是从母亲那里学来的,选菜、晾晒、清洗、分层码盐、加调料包、压石发酵,每一步都不能马虎。她特意保留着一口老式腌菜缸,从农村搬到城市,从平房住进楼房,始终舍不得丢弃。“孙女总说这缸子是家里的‘古董’,但用它腌出来的菜就是格外香。”李爱云说。

如今,腌菜的意义早已超越“储备食物”的初衷。对于年轻人而言,它更多承载着情怀与乡愁,成为冬日里独有的生活“浪漫”。“从小到大,每到冬天,餐桌上就会有我妈妈制作的小咸菜。现在我也成家立业了,就想学着妈妈的模样,给我的孩子制作属于他的‘童年记忆’。我特别享受亲自挑选蔬菜、处理食材、按照步骤腌制的过程,也享受在这个过程中体验到创造的乐趣。一口酸爽脆嫩的腌菜,配上一碗热腾腾的粥,是冬天最朴实温暖的幸福滋味。”今年36岁的李静说。

除了家庭腌制腌菜、酱菜、酸菜,社区及各类服务机构也纷纷组织腌菜活动,让居民聚在一起分工合作,交流技巧、分享经验。市民王娜就是在社交平台刷到酱油泡菜教程后,报名参加了朋友公司组织的腌菜活动。“从网上学了配方,现场跟着大家一起实操,每一步都做得特别认真。”王娜表示,“不仅收获了亲手制作的泡菜,还提升了动手能力,要把做好的泡菜分享给朋友,让日子更加有滋有味。”

集宁区妇女技能培训把“指尖艺术”变成“指尖经济”

本报讯(实习记者 翟辉 张玥)“穿针、引线、固定轮廓,弹簧线不能硬拉,要顺着布料的纹理慢慢走,配色也要注意冷暖协调,这样蒙古包胸针才更有层次感。”近日,在位于集宁区恩和路城市旅游服务中心二楼的非遗培训教室里,培训老师全烨正耐心地指导着学员们制作特色胸针。针线穿梭间,一个个兼具民族风情与现代审美蒙古包形状胸针逐渐成型,而学员们脸上,满是专注与收获的笑容。

在培训现场,桌子上整齐摆放着布料、针线、配饰等材料,学员们围坐在一起,跟着老师的步骤认真实操。遇到不懂的问题,大家互相交流探讨,或是向老师请教,学习氛围十分浓厚。“全老师讲解得特别细致,哪怕是没有任何手工基础的人也能快速上手。”学员李彩云告诉记者,她此前处于待业状态,一直想找一份灵活的工作,非遗手工艺让她看到了希望。

“我才学习了一周,现在已经能独立缝制蒙古包胸针了,一天完成一个完全没问题,还一点不耽误接送孩子上下学。”学员刘琼一边展示自己的作品,一边高兴地说,“没想到能学到这么实用的手艺,不仅充实了自己,还能赚点零花钱补贴家用,太有意义了。”



●老师指导学员手工制作特色胸针

实习记者 翟辉 摄

顾家庭的同时,收获了经济独立的底气和成就感。接下来,集宁区红袖志愿服务服务协会将继续丰富培训课程,增加更多

具有地域特色和市场潜力的非遗项目,同时拓展更多市场渠道,为女性创业者提供更全面的支持。”



本报记者 鲍娜 摄



本报记者 鲍娜

“一粥一饭,当思来之不易;半丝半缕,恒念物力维艰。”自“光盘行动”发起以来,节约粮食、文明用餐的理念在乌兰察布已深入人心,家庭聚餐打包剩菜成为常态,“小份菜”“半份菜”成为餐饮市场新宠。

随着文明用餐宣传的深入,越来越多市民开始摒弃“打包丢面子”的旧观念,将节约视为美德。在集宁区一家饭店内,记者看到聚餐结束后,同桌人员有序分装剩余菜品,让“吃完打包”成为自然之举。

“以前觉得打包没面子,现在觉得浪费才丢人。”市民李国华说,打包是对粮食的尊重。

不同年龄段市民对打包的接受度普遍提升。“我爷爷奶奶那一辈就有节约的习惯,现在我们年轻人更要传承。”95后

手工拼装玩具成年轻人“解压神器”

实习记者 张玥

在快节奏的生活背景下,手工拼装玩具成为许多年轻人的“解压神器”。这类需要亲手操作、逐步完成的玩具,不仅以沉浸式体验帮助年轻人暂时逃离焦虑,获得心灵放松,更因凝聚了制作者的时间与心意,成为传递情感的特色礼品。

11月16日,在中心城区某大型商场内的一家手工制作商铺,市民林晓雨正专注地将一块块乐高积木严丝合缝地拼接起来。桌面上散落的零件、手边的镊子和放大镜,以及逐渐成型的模型,共同构筑了她逃离工作压力的“心灵小窝”。“拼完这套大概要三个周末,过程中必须全神贯注,大脑根本没空去想烦心事,特别治愈。”林晓雨笑着展示成品,眼中满是成就感。

记者从各大电商平台了解到,如今产品品类丰富,覆盖多元需求。除经典的乐高积木外,DIY小屋、微缩景观、木质机械模型等也持续走俏。不少消费者尤其偏爱零件数量多、拼装周期较长的中高难度款式,追

求在专注投入中体验“沉浸式解压”,也让礼物因“用心”而更显珍贵。一家店铺客服表示,这类产品因体验独特、个性鲜明,销量持续稳步增长,已成为平台上的热门消费品类。

市民王锐选择将一份DIY星空小屋作为送给闺蜜的生日礼物。从裁剪木板、粘贴墙纸到安装微型灯串,她前后投入了近20个小时。“比起直接买来的礼物,亲手拼装的模型承载了更多心意。朋友收到时特别惊喜,说这是她收过最特别的礼物——这份用心,是金钱买不到的。”王锐说。

为何手工拼装玩具能在年轻人中引发共鸣?心理学教师冯婷婷分析指出,当代年轻人常因对目标和生活的掌控感缺失而产生压力,陷入“努力却难达预期”的无力感。而手工拼装恰恰提供了一种可控的创造过程:每一个零件的精准对接、每一个步骤的扎实推进,都能带来即时的反馈与满足。这种“努力必有收获”的确定感,有效弥补了现实中的情感期待。她进一步解释,手工活动还能促进多巴胺与内啡肽的释放,



●DIY小屋

实习记者 张玥 摄

形成天然的情绪疗愈。亲手完成实体作品所带来的成就感,也比虚拟娱乐的

短暂快乐更持久,既能缓解当下焦虑,也有益于长期心理健康。

三枚勋章背后的家国情怀

本报记者 刘佳鑫

在集宁战役纪念馆将帅厅的一方展柜中,陈列着一件墨绿色军呢大衣与一套藏青色少校礼服。礼服领子上的金色麦穗,在灯光下亮闪闪的。还有三枚勋章整齐摆放在丝绒布上,无声诉说着太行山下贫农儿子党尚德用一生热血践行对国家和人民忠诚的革命往事。

说起那枚三级独立自由勋章,就不能不提解放集宁战役。当时党尚德在

的连队是主攻连,大家从骆驼脖子往老虎山的制高点冲。打着打着,连长受了重伤倒下去,年轻的党尚德马上担起连队指导员的活儿,带着全连战士拼命往前冲,最后把仗打赢了。现在展柜里的这枚三级独立自由勋章,就是这段历史的见证,一直留在这儿。

展柜中的文物,把党尚德的当兵生涯都串起来了:1955年授予的少校军衔证书、三级独立自由勋章与解放勋章,见证着他在革命岁月中的赫赫

战功;1963年晋升中校的命令状,记录着他在军队建设中的成长与担当;1988年颁发的独立自由功勋荣誉章,是他毕生奉献的最高礼赞。尽管勋章绶带已随时光褪去鲜艳色彩,但上面的鎏金花纹还是透着庄重。这些老物件,把党尚德的一辈子都记下来了,他从抗日的战火里走出来,经历了解放战争,后来又跟着国家搞建设,一步一步都是实实在在的日子。

“看着这些东西,好像能看见党尚德带着战士们往前冲的样子。这些不是普通的旧物件,都是有温度的历史,能实实在在感觉到老一辈心里装着国家。我们年轻人得学着他们,把该担的责任担起来。”游客王萌说。

“馆中的每一件东西都藏着一段历史,党尚德的事儿,就是好多革命先辈忠心奉献的样子,通过观展,让红色的精神一代代传下去,让老辈人的精神鼓励更多人在现在的日子里好好干、往前闯。”集宁战役纪念馆相关负责人表示。

“看着这些东西,好像能看见党尚

德带着战士们往前冲的样子。这些不

是普通的旧物件,都是有温度的历

史,能实实在在感觉到老一辈心里装

着国家。我们年轻人得学着他们,把该担

的责任担起来。”游客王萌说。

“馆中的每一件东西都藏着一段

历史,党尚德的事儿,就是好多革命先

辈忠心奉献的样子,通过观展,让红

色的精神一代代传下去,让老辈人的精

神鼓励更多人在现在的日子里好好干、

往前闯。”集宁战役纪念馆相关负责人表示。

“看着这些东西,好像能看见党尚

德带着战士们往前冲的样子。这些不

是普通的旧物件,都是有温度的历

史,能实实在在感觉到老一辈心里装

着国家。我们年轻人得学着他们,把该担

的责任担起来。”游客王萌说。

“馆中的每一件东西都藏着一段

历史,党尚德的事儿,就是好多革命先

辈忠心奉献的样子,通过观展,让红

色的精神一代代传下去,让老辈人的精

神鼓励更多人在现在的日子里好好干、

往前闯。”集宁战役纪念馆相关负责人表示。

“看着这些东西,好像能看见党尚

德带着战士们往前冲的样子。这些不

是普通的旧物件,都是有温度的历

史,能实实在在感觉到老一辈心里装

着国家。我们年轻人得学着他们,把该担

的责任担起来。”游客王萌说。

“馆中的每一件东西都藏着一段

历史,党尚德的事儿,就是好多革命先

辈忠心奉献的样子,通过观展,让红

色的精神一代代传下去,让老辈人的精

神鼓励更多人在现在的日子里好好干、

往前闯。”集宁战役纪念馆相关负责人表示。

“看着这些东西,好像能看见党尚

德带着战士们往前冲的样子。这些不

是普通的旧物件,都是有温度的历

史,能实实在在感觉到老一辈心里装

着国家。我们年轻人得学着他们,把该担

的责任担起来。”游客王萌说。

“馆中的每一件东西都藏着一段

历史,党尚德的事儿,就是好多革命先

辈忠心奉献的样子,通过观展,让红

色的精神一代代传下去,让老辈人的精

神鼓励更多人在现在的日子里好好干、

往前闯。”集宁战役纪念馆相关负责人表示。

“看着这些东西,好像能看见党尚

德带着战士们往前冲的样子。这些不

是普通的旧物件,都是有温度的历

史,能实实在在感觉到老一辈心里装

着国家。我们年轻人得学着他们,把该担

的责任担起来。”游客王萌说。

“馆中的每一件东西都藏着一段

历史,党尚德的事儿,就是好多革命先

辈忠心奉献的样子,通过观展,让红

色的精神一代代传下去,让老辈人的精

神鼓励更多人在现在的日子里好好干、

往前闯。”集宁战役纪念馆相关负责人表示。

“看着这些东西,好像能看见党尚

德带着战士们往前冲的样子。这些不

是普通的旧物件,都是有温度的历

史,能实实在在感觉到老一辈心里装

着国家。我们年轻人得学着他们,把该担

的责任担起来。”游客王萌说。

“馆中的每一件东西都藏着一段

历史,党尚德的事儿,就是好多革命先

辈忠心奉献的样子,通过观展,让红

色的精神一代代传下去,让老辈人的精

神鼓励更多人在现在的日子里好好干、

往前闯。”集宁战役纪念馆相关负责人表示。

“看着这些东西,好像能看见党尚

德带着战士们往前冲的样子。这些不

是普通的旧物件,都是有温度的历

史,能实实在在感觉到老一辈心里装

着国家。我们年轻人得学着他们,把该担

的责任担起来。”游客王萌说。

“馆中的每一件东西都藏着一段

历史,党尚德的事儿,就是好多革命先

辈忠心奉献的样子,通过观展,让红

色的精神一代代传下去,让老辈人的精

神鼓励更多人在现在的日子里好好干、