



# 志愿者引导市民规范停车,让文明更到“位”

# 碧海社区养老服务站: 家门口的一站式养老 暖心又便民



**本报讯**(记者 徐楠)为进一步规范城区停车秩序,近日,乌兰察布市山城爱心志愿者协会组织志愿者,在中心城区开展了“贴出文明,志愿同行”文明停车志愿服务活动,营造安全、畅通、文明、有序的城市交通环境。

“您好,这里不可以停车,请您将车辆移至停车位内,这样才不会影响他人正常通行。”活动现场,志愿者们身着统一红马甲、佩戴志愿标识,走进中心城区主次干道、背街小巷、沿街商铺及小区周边,开展文明停车宣传引导工作。对路边不规范停放的车辆,志愿者主动上前与车主沟通,耐心讲解规范停车要求。志愿者们还向过往市民和商户细致普及文明停车的重要性,倡导大家自觉摒弃乱停乱放、占用盲道、堵塞消防通道等不文明行为,共同维护安全有序的城市道路通行环境。同时,志愿者在沿街商铺门窗、小区出入口、停车场等醒目位置张贴文明宣传提示贴,提醒市民规范停车,自觉维护整洁有序的城市环境。

“志愿者采取这种面对面沟通的方式来宣传,更容易让我们理解规范停车对消防通道、盲道安全的重要性,大家接受起来也比较容易。也正是因为志愿者的身体力行,让我们意识到城市秩序需要大家共同维护。”市民白哲说,“我们应该自觉做到文明出行、规范停车,让文明新风融入生活,深入人心。”

乌兰察布市山城爱心志愿者协会相关负责人表示,协会将持续深耕志愿服务领域,推动文明停车引导等志愿服务常态化、长效化开展。同时将聚焦城市环境整治、助残扶困、关爱环卫工人等重点工作持续发力,以实际行动践行“奉献、友爱、互助、进步”的志愿精神,为建设更美丽、更文明、更有温度的城区贡献志愿力量。

**本报记者 徐楠 摄**



居民在养老服务站食堂吃饭

**本报讯**(记者 刘佳鑫)上午10点多,家住乌兰察布市集宁区碧海嘉源小区的王翠仔,准时走进家楼下的碧海社区养老服务站,赴约与有着十余年调理经验的黄月英师傅,做推拿、走罐的身体调理。“每周来这儿调理一次,师傅手法好、收费实在,调理完还能直接在服务站的食堂吃饭,太方便了!”王翠仔笑着说。

碧海社区养老服务站负责人范军介绍,目前服务站主要聚焦助餐、身体调理、辅具租赁三大核心服务,为了让养老服务更精准、更安全,今年服务站还引入了先进的居家智慧康养系统。“这套系统可以实时监测居家老年人的睡眠状况、心率等生命体征,自动生成健康报告。一旦监测到数据异常,系统会自动向服务站主系统报警,工作人员会第一时间介入处置,为老年人的居家安全提供科技保障。”

范军表示,下一步服务站将继续围绕助餐、助行、助急、助医、助洁、助浴“六助”服务内容,拓展更多适老化服务项目,持续完善智慧养老服务配套,增设适老化产品,推动各项服务协同发展,保障居家养老服务项目可持续稳定运营。同时,呼吁有能力的爱心企业发挥示范作用,通过捐赠物资,提供志愿服务等方式助力社区老年食堂建设,进一步推动社区养老与居家养老深度融合,切实提高辖区老年人的获得感、幸福感和安全感。



社区调理师为居民调理身体

## 社会关注

# 家长忧心“毒音乐”悄悄侵蚀孩子思想 教师支招守护纯净童年

□本报记者 李梦娜

能力又差,天天听这些,坏毛病全沾染上了。”张慧满脸焦虑地说。

“有些‘毒音乐’特意把旋律做得简单洗脑,连小学生都很容易学会,歌词里的低俗内容、错误价值观,就像‘隐形毒药’一样,慢慢影响孩子的认知。孩子还小,分不清好坏,听多了就觉得这些内容是对的,养成不好的习惯和观念,以后想纠正都难。”家长王凯丽的话,说出了大多数家长的心声,大家普遍担心,长期接触这类不良音乐,不仅会影响孩子的学习状态,更会扭曲孩子的价值观,甚至诱发偏激行为,危害身心健康。

市民刘建伟也有着同样的困扰。刘建伟告诉记者,他的孩子爱刷短视频,平台总推荐这类口水歌,孩子听几遍就会唱,还跟着视频里的动作模仿。原先爱说爱笑的孩子,现在动不动就说“躺平摆烂”,学习劲头也大不如前。“我们家长平时要上班,不可能时时刻刻盯着孩子的手机,即便把这

类歌曲从收藏里删掉,孩子还会从同学那里接触到,防不胜防。”刘建伟无奈地表示,身边很多家长都对这类“毒音乐”深恶痛绝,却不知道该怎么有效制止。

针对家长们反映的问题,记者咨询了从事音乐教育工作多年的塔娜老师,塔娜结合日常教学和学生管理经验,给出了切实可行的建议,帮助家长和学校共同抵御“毒音乐”的侵害。

塔娜表示,首先家长要做好日常监管和陪伴,不要一味指责孩子,多抽出时间跟孩子沟通交流,了解他们听音乐的喜好,耐心跟孩子讲解“毒音乐”的危害,告诉孩子哪些歌曲是健康积极的,引导孩子主动远离不良音乐,同时合理管控孩子使用手机、平板的时间,关闭短视频平台的不良推荐,从源头减少接触机会。

其次,学校要发挥好美育教育的作用,在音乐课堂上多教孩子唱红色歌曲、

经典儿歌、正能量流行歌曲,开展音乐赏析、校园歌手大赛等活动,培养孩子高雅的音乐审美,让优质音乐占据孩子的精神世界。班主任也可以通过主题班会,用通俗的方式讲解“毒音乐”的坏处,教孩子掌握辨别不良音乐的方法,增强自我防范意识。

最后,家校要紧密配合,老师发现学生有哼唱不良音乐、言行受影响的情况,要及时跟家长沟通,家长也要主动向老师反馈孩子在家的状态,形成教育合力。同时,塔娜提醒家长,要关注孩子的心理需求,多带孩子参加户外活动、文体活动,以此丰富孩子的课余时间,让孩子在健康的环境里快乐成长。

“青少年是祖国的未来,优质的文化养分才能助力他们健康成长。面对‘毒音乐’的侵蚀,只有家长用心守护、学校正确引导,才能帮孩子筑起一道防护墙,让他们远离不良文化侵害,在积极健康的音乐陪伴下成长。”塔娜说。



# 银发映初心 余热暖邻里 ——记集铁家园退休志愿者张培茹

□本报记者 徐楠

报名参加。走进敬老院慰问老人,为福利院的孩子送去温暖,参与社区环境整治、文明劝导……一年多时间里,她的身影出现在各个公益现场。没有惊天壮举,没有豪言壮语,她只是默默地搬东西、发物资、陪老人聊天、帮孩子整理衣物,用最朴素的行动,传递最真诚的善意。

在张培茹心里,做好志愿服务,一靠担当,二靠团结。服务队里不乏高级工程师、老政工、技术骨干等专业人士,在她的带动下,大家各展所长、分工协作:有人擅长组织协调,有人细心负责文案,有人熟悉办事流程,有人动手能力强。一支“银发队伍”,硬是把志愿服务做得规范有序、有声有色。

“我之所以能坚持下来,离不开家风的熏陶,更忘不了自己是一名共产党员。”张培茹坦言。从小,家人就教育她与人友善、乐于助人;参加工作后,她在岗位上兢兢业业、认真负责;入党多年来,党员的身份时刻提醒她,要多为他人着想、多为社会出力。性格直爽、敢说敢干、办事靠谱的她,在邻里和队员中间有着很强的号召力,



张培茹(左一)看望孤寡老人

大家信任她,跟着她,也正是因为她身上那股实在、真诚、肯担当的劲头。

张培茹在集铁家园小区已经居住了14年,早已和老街坊、老邻居亲如一家。平日里,邻里之间有小矛盾、小摩擦,她主动上前耐心劝解,把话说开,把事情理顺;谁家遇到急事难事,她知道了总会搭把手;有时半夜居民遇到突发情况,她也第一时间赶过去帮忙。社区里高龄老人较多,其中有一位老人已102岁,在社区书记的带领下,张培茹和志愿者们定期上门探望,陪老人说话聊天,帮忙打扫卫生,逢年过节送去慰问品,用点滴陪伴温暖老人的心。

家人的理解与支持,是张培茹最坚实的后盾。疫情期间她连续奋战,爱人默默承担起全部家务,让她安心投入一线;平时参加志愿活动,女儿和女婿主动开车接送,全力支持她的公益事业。最让人感动的是,外孙年幼时,她常常一边照顾孩子,一边惦记着志愿服务,有时活动紧急,她便拜托邻居临时照看孩子,先把志愿服务的事做好,再匆匆赶回家接孩子。家人没

# 暖新闻 一年多持续守护生命 市中心血站获家属赠锦旗

**本报讯**(记者 马佳敏)近日,再生障碍性贫血患者余女士的家属特意来到乌兰察布市中心血站,将一面印有“对工作认真负责,尽心尽责,为患者竭诚服务有求必应”的锦旗,亲手送到工作人员手中,对血站长期以来精准、及时的血液保障服务,表达最真挚的谢意。

据了解,再生障碍性贫血是一种骨髓造血功能衰竭性疾病,主要表现为骨髓造血功能低下、出血、感染综合征等,患者自身造血能力严重不足,需依靠规律输血维持生命体征、保障生活质量。余女士罹患该病后,每周需固定输注1个治疗量血小板、2个单位红细胞,长期且规律的输血需求,对血液供应的稳定性、及时性有极高要求。

面对余女士的特殊输血需求,乌兰察布市中心血站全体人员全力以赴,扎实做好血液调配、供应等各项工作,以专业、严谨、负责的态度,确保每一袋救命血液及时、安全送达。在一年多的时间里,余女士的治疗从未中断。

“真的太感谢你们了,每一袋血都来得及时,从来没耽误过治疗。”家属紧紧握着血站工作人员的手,言语间满是哽咽与感激。

接过锦旗后,乌兰察布市中心血站负责人表示,这份锦旗不仅是患者家属的认可与信赖,更是一份沉甸甸的责任。接下来,中心血站将继续严把血液采集、检测、储存、供应全流程质量关,全力守护血液安全生命线。同时,呼吁更多爱心人士积极加入无偿献血队伍,让爱心与热血在乌兰察布大地持续传递。



张培茹(左一)走进养老服务中心