

友谊湖公园成市民消暑好去处 休闲遛娃各得其乐



● 友谊湖公园风光

本报记者 乌云夫 摄

□ 本报记者 刘佳鑫

水面波光粼粼,几只洁白的鸭子悠然游过,荡开一圈圈细密涟漪。走进乌兰察布市友谊湖公园,微风裹着草木清香拂面而来,不少市民或沿湖漫步,或驻足观赏,或陪孩子嬉戏。

入夏以来,气温攀升,就近寻一处风景好、凉快舒适的休闲场地,成了市民的日常刚需。友谊湖公园清风临水、绿意盎然,岸边草木繁茂葱郁,漫步湖边步道,温度适宜、空气清新,炎炎暑气被挡在了园外,成为市民休闲纳凉的好去处。清晨和傍晚时分,是公园最热闹的时候,不同年龄段的市民都能在这里找到专属的休闲乐趣。今年70岁的赵玉梅,天气暖和后几乎天天都会来友谊湖公园散心休闲。她常带着自家小狗,来到湖边空旷的地方,对着澄澈湖面放声歌唱,伴着湖风与鸟鸣,悠然自得。

“我就住在附近,在家里待着闷得慌,就喜欢来公园转转。”赵玉梅笑着说,“这里环境特别好,绿树多、湖水凉,还能看到湖里的鸭子,空气也好。



● 市民带着孩子看鸭子

本报记者 刘佳鑫 摄

没事来这儿唱唱歌、遛遛狗,心情特别舒畅。”

除了适合老年人休闲散心,友谊湖公园也是备受小朋友喜爱的亲子游玩宝地。公园内配备了多样的儿童游乐设备,还打造了特色萌宠观赏区域,羊驼、小马、鸵鸟、梅花鹿、花孔雀等小动物在这里安家,不仅满足孩子们玩耍嬉戏的需求,还可以近距离互动,亲近自然,让亲子休闲时光更加丰富有趣。

不少家长趁着闲暇时间,带着孩子前来游玩。市民张睿就经常带着3岁的孩子来公园游玩,看着开屏的花孔雀,孩子好奇驻足、满眼欢喜。“这里既能玩游乐设施,又能让孩子近距离看小动物,比宅在家里有意思多了,孩子每次都玩得舍不得走。”张睿说。

据了解,友谊湖公园目前仍有部分区域处于建设施工阶段,后续将持续完善绿化景观、休闲步道、便民设施等配套内容。待建设全部完成后,公园的整体观赏性、功能性和体验感将进一步提升,为市民提供更优质、全面的消暑休闲城市绿地。



● 文艺汇演

实习记者 张玥 摄

本报讯(实习记者 张玥)5月28日,一场集政策宣讲、文化惠民、健康咨询、便民服务于一体的综合服务活动在集宁区白海子镇泉玉岭村开展,多项便民利民举措直达乡村一线,切实把优质服务送到村民家门口。本次活动由集宁区委社会工作部、中共集宁区白海子镇委员会、中共乌兰察布市公交公司委员会联合主办,集宁区民族事务委员会、共青团集宁区委员会、集宁区红十字会、集宁区乌兰牧骑、白海子镇新时代文明实践所协办,白海子镇新时代文明实践站、红袖志愿服务协会承办,多部门联动发力,为辖区村民送上多样化、接地气的惠民服务。

前往泉玉岭村的“红石榴号”主题公交车化作移动宣传阵地,林林开心健队的队员们轮番唱响《没有共产党就没有新中国》《英雄赞歌》等经典曲目。铿锵有力、振奋人心的歌声一路回荡,持续

文艺演出、政策宣讲、便民服务全安排! 泉玉岭村的这场活动真“解渴”

传递爱党爱国的正向能量,也为整场惠民活动提前预热。

当活动正式拉开帷幕后,泉玉岭村新时代文明实践站舞蹈队率先带来开场舞《母亲是中华》,队员们舞姿舒展大方、精神饱满,生动展现出各族儿女同心向党、家国同心的真挚情怀。随后,乌兰察布市公交公司职工登台表演民族团结三句半,通俗朴实的语言、朗朗上口的节奏,深入浅出地宣讲民族团结相关知识,让民族团结理念深入人心。活动现场节目接连上演,四胡独奏《牧马青年》、笛子独奏《牧民新歌》旋律悠扬,饱含浓郁的北疆民族风情;舞蹈《万泉河水清又清》与广场舞《桃花朵朵开》节奏欢快、氛围热烈,收获现场观众阵阵掌声。

节目表演间隙,各类实用科普宣讲同步穿插进行。集宁区红十字会工作人员走上舞台,结合日常生活突发意外场景,现场讲解、示范心肺复苏等急救护理操

作流程和关键技巧,细致普及急救常识,帮助村民掌握基础自救互救技能。白海子镇派出所民警结合农村高发诈骗案例,面对面开展反诈防骗宣讲,细致揭露各类诈骗套路,提醒村民提高防范意识,守护好自身财产安全。

舞台之上文艺展演,科普宣讲有序推进,舞台之下各类便民服务同步铺开,村民们有序参与各项服务。义诊服务区域内,医护人员耐心为村民测量血压,细致询问身体状况,针对常见慢性病、日常养生问题答疑解惑,提供专业健康指导。一旁的便民服务点位前秩序井然,志愿者们专心为村民提供免费义剪、手机贴膜服务,细致贴心的服务切实解决村民日常生活中的细碎难题。

“今天不仅能免费剪头发、贴手机膜,还能学知识、看节目,在家门口就能享受到这么多服务。”

正在排队剪发的村民胡玉英说道。她因年纪较大日常出行不便,此次进村开展的便民服务,精准解决了老年群体出行办事难的实际问题。刚贴完手机膜的村民王进福也连连称赞:“手机膜磨损很久了,一直没空更换,这次免费贴膜效率高、效果好,帮我省了不少事。另外反诈宣讲也让我学到很多知识,今后遇到陌生来电和信息,我一定会提高警惕。”

乌兰察布市公交公司党建办主任赵海霞表示:“乌兰察布市公交公司倾力打造‘红石榴号’民族团结进步主题公交车,让小小车厢成为流动的宣传阵地,暖心的文明窗口。今后将持续做优车厢文化,做实惠民服务,把每一条公交线路都打造成民族团结进步的示范线、连心线、幸福线,让各族群众手足相亲、守望相助的温情一路传递。”



○ 志愿者为村民手机贴膜

实习记者 张玥 摄

城管进社区为居民清理卫生死角

本报讯(记者 李梦娜)近日,集宁区人民法院综合执法局组织机关党员干部深入集宁区泉山街道平安社区,聚焦居民生活痛点,开展人居环境整治志愿服务活动。

活动现场,党员干部针对楼道杂物堆积、公共区域杂草丛生、枯枝乱堆乱放等影响居住环境与

安全的问题,展开精细化整治行动。大家分工协作、干劲十足,合力拔除公共绿地内的杂草,仔细清运堆积的枯枝、杂物,彻底清理楼道死角与消防通道。经过集中整治,小区环境面貌焕然一新,不仅有效消除了消防通道堵塞、枯枝坠落伤人等安全隐患,更切实提升了居民居住舒适

度,让群众幸福感、获得感持续增强。

参与活动的党员干部纷纷表示,此次下沉社区开展环境整治,是贴近群众、服务群众的生动实践,今后将持续以实际行动为群众办实事、解难题,把服务送到群众心坎上。

集宁区城市管理综合执法

局办公室主任张进臣表示,此次社区环境整治活动,是城管局践行基层治理责任、回应群众民生需求的具体举措,下一步将继续立足城市管理主责主业,主动融入基层治理,聚焦群众急难愁盼问题精准发力,为打造整洁、有序、宜居的城市环境贡献城管力量。



当思政课搬进美术馆 “行走的课堂”让大学生直呼“不一样”

本报讯(记者 马佳敏)5月27日上午,乌兰察布市美术馆举行大思政教育实践基地揭牌仪式,乌兰察布医学高等专科学校成为继集宁师范学院美术与设计学院、乌兰察布职业学院之后,与市美术馆建立馆校共建关系的第三所高校。双方代表共同为基地揭牌。

市美术馆馆长田慧表示,打造馆校共建公共教育平台,目的是让德育、美育课堂走出书本,转化为直观的沉浸式体验教育。作为全市公共美育核心阵地,市美术馆常年开设红色主题

展、地方文化展、民族主题展等特色展览。高校师生可以依托这些展览资源,通过观展学习、交流感悟,丰富校外教学形式,拓展教育维度。

活动中,乌兰察布医学高等专科学校思政课教师刘玉敏带领学生参观了馆内展览。刘玉敏介绍,美术馆是审美教育和文化浸润的重要场所,学生在这里能够近距离感受绘画、书法等艺术作品的魅力,在艺术熏陶中提升审美素养、感悟中华优秀传统文化的深厚底蕴,坚定文化自信,实现美育与思政教育的有机结合。

据了解,近两年来,乌兰察布市医专坚持常态化组织学生走进市美术馆开展教学活动,将“行走的思政课”作为深化思政课教学改革、创新立德树人载体的重要举措。这种走出校园的实践课堂形式新颖、体验直观,受到学生的普遍欢迎。

“走进美术馆看到这些精美的作品,不仅是一种审美享受,更是一次心灵的触动。”大一学生杨雅婷说,“这种实地参观让我对文化自信有了更具体的理解,也激励我在今后的学习中更加努力,做有担当的年轻人。”

田慧介绍,目前市美术馆已与我市三所高校、多所中小学建立了常态化馆校共建育人合作机制。合作过程中,美术馆会结合不同阶段、不同院校的育人需求,开展针对性的教育活动,形成了多元化的育人模式。

下一步,市美术馆将继续深化馆校协同合作,依托丰富的展览资源,常态化推出艺术家面对面交流、红色作品临摹、学生主题艺术作品展等特色活动,让美术馆成为兼具美育熏陶和思想引领功能的校外公共育人阵地,助力青少年全面成长。

健康服务进社区 居民学会科学防治慢性病



本报讯(实习记者 翟辉)近日,集宁区泉山街道通和社区携手普济医院开展公益健康知识讲座暨义诊活动,将优质便捷的医疗服务送到居民家门口。

通和社区中老年居民占比较高,骨关节疼痛、高血压、糖尿病是困扰老年人的高发慢性病,多数居民存在用药不规范、日常养护方式错误、健康筛查不及时等问题。针对居民日常反馈的健康痛点,本次活动针对性设置健康科普讲座与现场义诊两大板块,全方位满足居民问诊、学习健康知识、免费体检的需求。

在健康知识讲座环节,医生详细讲解骨关节疾病的发病诱因、康复训练方法、日常保暖与运动注意事项;同时深入浅出科普高血压、糖尿病的健康讲座、公益义诊、健康科普宣传等惠民活动,丰富健康服务形式、拓宽服务覆盖面,全方位守护辖区居民身心健康。

疑问,一对一给出专属养护建议,帮助居民建立科学健康的生活方式。

讲座结束后,医护人员结合居民年龄、身体状况,优化用药方案,讲解各类药物的服用剂量、服用时间以及副作用等注意事项,并普及慢性病患者的日常饮食、作息时间、运动调理技巧等知识。

为帮助居民常态化做好健康监测,活动还免费向参与活动的居民发放普惠体检卡,体检卡涵盖血脂血糖测量、腹部彩超、心电图等多项便民体检项目,居民可凭卡前往普济医院享受免费体检服务,降低居民体检成本。

“身体有些小毛病一直不太重视,今天不仅做了免费检查,还学到了慢病养护知识。领到免费体检卡后,我准备进行一次专业检查,提高身体素质。”居民王阿姨笑着说。

通和社区相关工作人员表示,健康是民生之本,关爱居民身体健康是社区常态化民生工作的重要内容。下一步,通和社区将持续聚焦居民多样化健康需求,联动辖区医疗机构,常态化开展健康讲座、公益义诊、健康科普宣传等惠民活动,丰富健康服务形式、拓宽服务覆盖面,全方位守护辖区居民身心健康。

全班拧成一股绳! 集宁四中这场拔河赛拼出了少年气概

本报讯(记者 朱旭敏)为营造积极健康的校园氛围,丰富校园文体生活,近日,集宁区第四中学开展全校师生拔河友谊赛。活动以趣味体育赛事凝聚班级力量,融洽师生关系,让全体学子在团结拼搏的氛围中展现青春风采。

据了解,本次拔河比赛分年级、分阶段有序开展,覆盖初一至高三所有年级。赛场上,各班参赛队员斗志昂扬,全力以赴。大家双手紧握麻绳,双脚后岔开踩实地面,身体整齐后仰近45度,伴随“一二、一二”的整齐口号节奏发力。比赛进入僵持阶段时,双方队员咬紧牙关、面红耳赤,脚底在地面蹭出浅浅的痕迹,绳索中间的红布条左右微颤、僵持不下。场边师生驻足助威,阵阵加油声此起彼伏、振奋人心,温暖又热烈的氛围感染着在场每一个人。

师生同台拔河对决中,平日里伏案执教、传道授业的老师们走出课堂,走上赛场,组队参与比拼。老师们全力应战,尽情欢笑,褪去讲台的庄重,与同学们并肩竞技、趣味互动,鲜活生动的赛场画面引得全场掌声不断,进一步拉近了师生距离、增进了师生情谊。

热闹的赛事让同学们收获满满,大家纷纷点赞此次校园活动。“一根绳子凝聚了全班的力量,大家齐心协力、互相鼓劲,不仅锻炼了身体,也让我们感受到了校园的温暖。劳逸结合的校园生活,也让我们更有精力投入到学习中。”高一学生于晓婷说。

高三学生王佳说:“这次拔河比赛让我们走出教室舒展身心,和同学、老师一起并肩拼搏,特别有集体归属感,也让我们学会了



○ 比赛如火如荼进行中

本报记者 朱旭敏 摄

团结协作。”

集宁区第四中学负责人表示,此次拔河友谊赛,是集宁区第四中学落实五育并举、推进阳光校园建设、关爱学生身心健康的

具体举措。下一步,学校将持续开展多元化文体活动,引导学生劳逸结合、全面发展,让每一位学子在健康向上的校园环境中快乐学习、茁壮成长。