乌兰察布 风光美

# 塞北秋韵入画来 乌兰察布斑斓秋景引客来



●市民在公园散步 通讯员 乔敏 摄



●乌兰察布秋日风光 通讯员 乔敏 摄

□本报记者 **张国欣**

金秋十月,乌兰察布迎来一年中景致最丰盈的时节。苏木山万亩林海鎏金叠翠,黄旗海畔芦花摇曳水鸟翩飞,白泉山层林尽染,古建与秋色交相辉映。连日来,各地游客专程赴约感受塞北秋意,本地市民就近漫步游园,整座山城沉浸在秋日的诗意与闲适之中。

郊野山林间,秋日自然景观成为流量焦点。在霸王河生态公园,来自浙江的游客刘子墨沿着河畔步道漫步,举着手机边走边拍,接连更新了几条朋友圈。“乌兰察布的秋天像一幅开阔的油画,天高地阔,风里都是草木的清冽气息,特别治愈。”刘子墨说。她休年假专程来乌兰察布游玩,提前做好了赏秋攻略,苏木山的金色林海、黄旗海的湿地秋景、辉腾锡勒的高原秋韵都在行程清单上,计划用一周时间沉浸式感受塞北秋日的独特韵味。

近期在社交平台,“乌兰察布赏秋”“苏木山金秋”等关键词热度持续攀升。一条航拍苏木山林海的短视频播放量超过50万次,起伏的山峦上落叶松与白桦林层层叠叠,金黄、橙褐、深绿交织错落,宛如壮阔的秋日长卷。有外地网友留言:“原来乌兰察布不只有夏天的草原,秋天也这么惊艳。”不少本地网友也热情推荐打卡点位,表示“从小看到大的秋景,怎么都看不腻”。

塞北的秋自带开阔意境,而城市中的古典建筑,则为这份秋意增添了厚重的人文韵味。在白泉山凤凰楼景区,金黄的白蜡、火红的槭树环绕着飞檐翘角的古建,阳光穿过枝叶洒在青砖之上,古朴庄严与绚烂秋意交融。来自黑龙江的摄影爱好者徐亚专程赶来拍摄秋日古建,他举着专业相机辗转于各个取景角度,两个多小时就拍下了上百张照片。“原本是冲着草原风光来的,没想到山城的秋景古建更有味道。金黄的叶片落在飞檐青砖上,恍惚间有种穿越时光的厚重感。”徐亚说。

在集宁古城,街巷两侧的树木染上秋意,白蜡树满树金黄,落叶铺满青石板路。来自河北的游客陈沁雪特意穿上汉服,在古城街巷里拍照留念。“这里既有古城的沉静古韵,又有秋日的烂漫色彩,一步一景,特别出片。真羡慕本地人每天都能邂逅这样的景致。”陈沁雪说。

“推窗见绿、出门入园”,是不少乌兰察布市民秋日生活的真实写照。近年来,乌兰察布市持续完善城市公园体系,从白泉山、霸王河等大型综合公园,到人民公园、社区游园、街头口袋公园,布局日趋均衡,市民步行不远就能找到休闲赏秋的去处。

“每年入秋,我们全家都要到白泉山走一走。秋风吹过,黄叶簌簌飘落,走在林间特别放松。”45岁的陈芳2018年从广西搬到集宁定居,在青年路上经营着一家餐饮店,孩子在附近上学。她坦言,来之前总觉得北方的秋天萧瑟冷清,住久了才发现,这里的秋天层次丰富、韵味悠长。等到深秋时节,人民公园的银杏满树金黄,落叶铺成金色的小径,走在其中步步皆景。

秋日山城的走红,并非偶然。从苏木山几代人植树造林造就的万亩林海,到黄旗海湿地持续修复迎来的候鸟归栖,再到城市山体公园、沿河绿道的连片成网,这份动人秋景的背后,是乌兰察布市多年来坚持生态优先、持续推进国土绿化与湿地保护的成果。好生态从不只是远方的风景,更是可感可及的民生福祉——它既转化为吸引游客的文旅动能,也支撑着市民日常的休闲生活,成为城市宜居底色里最鲜亮的一抹色彩。秋意正浓,不妨走出家门,赴一场属于塞北山城的秋日之约。



●市民在湖边赏秋 通讯员 乔敏 摄

吃在乌兰察布

# 咬口炸糕,步步登高

□本报记者 **张国欣 乔喆**

油炸糕是乌兰察布极具地域辨识度的传统风味。对于本地人而言,岁时节庆、宴席席间必有它的身影,外酥里糯、筋道醇厚的米香,是刻在心底的家乡味道;对于外地游客来说,这道寓意吉祥的传统吃食,也是打卡乌兰察布不可错过的本土美味。

乌兰察布的气候与土壤适宜黍子生长,由黍子碾磨而成的黄米面,正是炸糕的核心原料。在本地民俗中,“糕”与“高”谐音,寓意步步高升、诸事顺遂,由此形成了“无糕不成席”的饮食传统。逢年过节、婚丧嫁娶、乔迁升学、盖房上梁,炸糕都是席面上必不可少的主食,民间更有“搬家不吃糕,一年搬三遭”“三十里莜面四十里糕”的俗语。从早年的礼仪性吃食,到如今寻常百姓家的日常美味,炸糕承载着代代相传的生活记忆与美好祈愿。

记者走进集宁区一家经营多年的传统饭店后厨,面点间里刚蒸好的黄糕泛着温润的金黄。厨师趁热反复揉搓糕体,直到达到软糯不粘、筋道弹牙的状态,再揪成均匀的小剂子,捏成薄皮填上馅料,指尖快速收口后,下入滚热的胡麻油锅中。油花滋滋翻涌,糕体在热油中渐渐鼓起、染上透亮的金黄色。刚出锅的炸糕外皮酥脆,内里软糯,兼具“黄、软、筋、香”四大特点,是本地炸糕公认的标准。

据饭店厨师介绍,乌兰察布传统油炸糕素以“个儿小、皮儿薄、花样多”著称,主要分为豆馅、糖馅、菜馅三类,适配不同口味喜好。经典豆沙馅选用本地优质红小豆,经浸泡、慢煮、手工熬制而成,口感绵密、甜度适中;糖馅以红糖、白糖为基底,加入青红丝、核桃仁、果脯增香;最具本地特色的菜馅则以土豆、豆腐、粉条、韭菜等家常食材调配,加入地皮菜的款式鲜香独特,是不少老食客的心头好。

既能登上正式宴席,也能融入市井日常,是炸糕最鲜明的特点。在集宁区建桥路的一家老牌炸糕店前,常有居民排队等候。刚出锅的炸糕热气腾腾,豆沙、菜馅两种经典口味最受欢迎,不少市民买上几个带回家,搭配烩菜、凉拌菜就是一顿实在的家常饭。“从小就好这一口,外脆里糯,越嚼越香,隔几天不吃就想得慌。”市民李建国告诉记者,家里逢年过节都会自己炸糕,平时图省事就来店里买,熟悉的味道几十年没变。

近年来,随着乌兰察布文旅热度持续攀升,黄米炸糕也成了外地游客的必打卡美食。不少游客专程到本地老字号品尝地道炸糕,感受蒙晋交融的饮食特色。“之前就听说内蒙的炸糕有名,咬一口外酥里糯,米香很醇厚,和平时吃的口感完全不一样。”来自河北的游客陈女士说。

一枚金黄的炸糕,裹着的是本土物产的馈赠,藏着的是传承已久的民俗,连着的是本地人割舍不断的乡愁。作为地域饮食文化的标志性符号,炸糕之所以能流传至今,既在于它贴合北方饮食需求的实用价值,更在于它承载的情感与文化内涵。在传承中守住本味,在烟火里延续生机,这老味道既是舌尖上的日常,也是山城文化肌理里鲜活的组成部分。

社会关注

# 老年人刷到AI“暖心人设”易当真 我市多渠道帮助辨别虚假信息

□本报记者 **张国欣**

刷短视频已是不少老年人日常休闲的方式。近日记者走访集宁区多个社区、公园发现,不少中老年市民刷到的短视频中,出现了一批AI生成的虚拟人物形象——或是谈吐儒雅的中年男士嘘寒问暖,或是乖巧孩童喊着爷爷奶奶求点赞。这类内容制作成本低、推送精准,专门瞄准老年群体的情感需求,看似温情陪伴,实则暗藏流量收割乃至后续诈骗的风险。针对这一新型网络乱象,乌兰察布市网信、公安、社区等多方已将AI虚假信息防范纳入日常工作,守护老年人的精神与财产安全。

家住集宁区桥东街道的市民王女士近期就发现,60多岁的母亲总抱着手机刷短视频,有时还对着屏幕自言自语。凑近一看,视频里是一名着装得体的中年男子,正对着镜头说一些暖心话,还会喊“姐姐”互动。王女士一眼就看出这是AI合成的数字人视频,画面角落也有小字标注“内容由AI生成”,可母亲却觉得对方是真人,还说“人家天天跟我打招呼,说话也贴心”。王女士劝了好几次,老人还是忍不住点开看。

这样的情况并非个例。记者在多个社区走访了解到,不少老年人都刷到过类似内容,除了“温情大叔”,还有AI生成的孩童、老兵、养生专家等形象,话术精准戳中老年人的情感需求。多数老人看不懂“AI生成”的标识,也不了解数字人技术,很容易将屏幕里的虚拟形象当成真人,投入真情实感。有社区工作人员告诉记者,一些独居、空巢老人尤其容易被这类内容吸引,因为日常交流少,几句暖心话就能让他们产生依赖。

这类AI视频的制作门槛极低。记者实测一款AI生成软件,只需简单输入指令,选定人物形象、话术风格,不到十分钟就能生成一条完整的短视频,台词、表情、动作都能自动匹配。正因为成本低、产量大,这类内容可以批量生产、矩阵式发布,依靠算法精准推送给老年用户。据悉,这类账号前期大多只做情感陪伴、不直接索财,等建立起信任后,才可能逐步转向带货、引流甚至诈骗,隐蔽性很强。

从行业治理层面看,这类AI虚拟人设内容的监管主要由全国性互联网平台统筹推进。按照中央网信办“清朗·整治AI应用乱象”专项行动要求,平台需落实AI生成内容标识义务,对利用AI制作虚假信息、假冒仿冒他人等违规内容进行清理处置。但实际治理中确实存在现实难点:普通虚拟数字人账号若没有直接违法违规内容,难以直接封禁;且黑灰产对抗性强,封禁一批账号后,换个人物形象、注册新账号就能重操旧业,治理往往陷入“封一批、起一批”的循环。

针对包括AI虚假信息在内的各类涉老网络陷阱,乌兰察布市已通过多渠道开展防范宣传与数字素养提升工作。市委网信办在2026年国家网络安全宣传周期间,专门将AI深度伪造、AI虚假信息识别作为科普重点,组织各地网信部门进社区、进公园、进校园,面向老年群体讲解合成内容的辨别方法,引导老人不轻信陌生网络形象。

乌兰察布市公安局反诈中心联合民政、社区等单位,常态化走进养老机构、社区村居开展反诈宣讲,将AI换脸、虚拟人设引流等新型骗局纳入讲解范围,结合真实案例拆解套路,提醒老年人不随意转账汇款。乌兰察布市推出的“乌兰码”反诈平台设置了家庭守护功能,子女可绑定老人账号,一旦老人接触涉诈信息,系统会同步发出预警,从技术层面增设一道防护网。

与此同时,智慧助老服务也在全市各社区持续推进。集宁区多个社区开设智能手机教学课堂,志愿者手把手教老年人操作手机功能的同时,也同步讲解网络安全知识,帮助老人辨别虚假信息、诈骗链接。旗县乡镇也结合乡村振兴、基层宣讲,面向农村老年人普及网络常识,从认知层面补上数字短板。

本报记者提醒,AI虚拟人设围猎老年群体,本质上是利用了老年人的数字认知短板与情感需求。想要从根本上破解这一问题,既需要国家层面持续规范行业、平台压实主体责任,也离不开家庭与社会的共同参与。子女多一些陪伴交流、社区多一些科普活动,多方合力才能让老年人既能享受数字生活的便利,又能避开各类网络陷阱,安享晚年生活。

城事

# 无障碍通道、爱心驿站投用 植物园游园体验提升




●公园内的爱心智慧驿站

**本报讯**(记者 **张玥**)近日,乌兰察布植物园无障碍主题公园建设进入收尾阶段,无障碍通行通道、爱心智慧驿站、科普宣传设施等陆续落地投用。该项目在原有绿化景观基础上补齐无障碍配套短板,将便民服务功能与无障碍科普宣传深度融合,为残障群体打造可休闲、可学习、无阻碍的公共活动空间,是乌兰察布市推进无障碍环境建设、提升城市包容度的又一民生举措。

在植物园北侧广场,新建的无障碍通道清晰醒目:坡道配套不锈钢扶手与连续盲道,彻底消除了台阶带来的通行阻碍。园内同步升级了无障碍卫生间,布设智能感应播报装置,行人途经感应区域时,设备会自动语音播报周边无障碍设施、休息点位的位置信息,为视障人士提供清晰的场地指引。广场核心位置的爱心智慧驿站内,专门设置了导盲犬休息区与公共休憩座椅,既能为游人遮阳避雨,也为特殊群体提供了固定的休整空间。驿站墙面还绘制了基础手语科普图示,通过直观的动作演示普及日常手语表达,让市民在游园过程中就能接触助残知识。

除此之外,园区内还设立了多处景观立牌与大型宣传展板,内容涵盖《中华人民共和国无障碍环境建设法》、残疾人就业相关政策、残疾预防健康知识以及全国助残日、无障碍建设理念等内容,把普法科普融入日常游园场景。

无障碍设施的升级,最直接的变化体现在市民的游园体验里。市民王女士常陪同腿脚不便的老伴来植物园散步,她告诉记者,以前遇到台阶只能先搀扶老人,再费力搬运轮椅,逛一趟公园十分不便。“现在修好了无障碍坡道,轮椅能顺畅推上来,出门散心方便多了。”王女士说起新变化十分欣喜。不少游园市民也表示,爱心智慧驿站解决了中途歇脚的实际需求,沿途的宣传展板也让大家对助残、护残有了更多认识。

无障碍环境建设是衡量城市文明程度的重要标尺,也是保障特殊群体平等参与社会生活的重要基础。此次无障碍主题公园的打造,不只是对一处公共空间的功能完善,更是把包容、尊重的无障碍理念嵌入市民日常生活场景。硬件设施补齐了特殊群体的出行短板,科普宣传则潜移默化地传递着助残理念,双向发力之下,既让残障群体更有获得感,也推动全社会形成理解、关爱、帮助残障群体的良好氛围。

据现场施工负责人介绍,目前园区无障碍主体设施已基本安装完成,剩余适老化、康复锻炼类设施正在加紧布设。工程收尾阶段将对园区地面进行全面平整修复,保障通行路面安全平顺。施工方同时提醒广大市民,无障碍通道是轮椅、助行器具的专用通行空间,请家长看护好儿童,勿在坡道上滑行玩耍,共同维护无障碍设施的正常使用秩序。




●公园内无障碍通道




# 地面有人巡、空中有人盯, 这套“地空联动”防火模式真管用

**本报讯**(记者 **宋晓辉** 通讯员 **郝湘婷**)秋冬季节气候干燥、风力偏大,是森林草原火灾高发、易发的关键时段。为切实筑牢生态安全防线,压紧压实属地防火责任,近日,集宁区应急救援和森林草原防灭火大队开展常态化巡护督导工作,通过实地巡林、智能监测、基层督查等多项举措,全方位织密秋冬防火安全网。

巡查期间,集宁区应急救援和森林草原防灭火大队队员在凤凰楼周边林区开展常态化徒步巡护。队员们沿着林区重点路段细致排查林下枯枝、杂草、落叶等易燃可燃物,全面巡查野外违规用火、林区隐蔽风险点,做到不留死角、不留盲区,从源头消除火灾隐患,切实守住林区第一道安全关口。

在做好地面巡护的同时,队员们充分依托火情瞭望站监测优势,对辖区山林开展全天候动态监测。通过智能监控、远程瞭望实时掌握林区整体态势,实现火情隐患早发现、早预警、早处置,构建起地空联动、立体覆盖的现代化防火监测体系,大幅提升辖区火情防控科学化、精准化水平。

为进一步加强森林草原防火工作,集宁区应急救援和森林草原防灭火大队队员前往集宁区泉山街道办事处开展秋冬防火专项督查。队员认真查阅街道森林草原防火工作台账,细致核对日常隐患排查、值班值守、应急部署等工作记录,逐项核验基层防火工作落实细节,针对薄弱环节提出规范化整改意见,督促街道压紧压实防火属地责任。

“森林草原防火最重要的就是抓早抓小。一到秋冬,就进入了火灾防控的关键阶段。我们大队一边进山开展野外巡护,一边通过火情瞭望站监测火情,还会下沉到基层一线督导检查,人防加技防同步开展,不间断排查火灾隐患,做好防火宣传,守好林区的安全防线。”集宁区应急救援和森林草原防灭火大队中队长段德龙说。