



# 室内活动也要把好安全关

□袁剑锋

深秋季节，随着天气逐渐变冷，老人们在户外活动面临诸多不便。针对这一情况，迎泽区各社区积极行动，开展丰富多彩的室内活动，丰富了老年人的精神文化生活。（《太原晚报》11月4日）

天气转冷后，室外活动不便。迎泽区各社区通过开展室内活动，为老年人们提供了温暖、舒适的场所，让他们能够在室内参加各种活动，避免了因天气寒冷带来的不便。这种贴心的服务，体现了社区对老年人的关爱，更展现了社区的责任与担当。

各社区在组织室内活动时，应充分考虑老年人的兴趣和需求。如开设书法班、绘画班，让老年人能发挥自己的兴趣爱好，陶冶情操；组织合唱、舞蹈等文艺会演，让老年人展示才艺，增强自信心；健康讲座、养生知识普及等活动很受欢迎，老年人可以了解更多的健康知识，提高生活质量。这些丰富多彩的活动，满足了老年人的精神文化需求，让他们感受到社区大家庭的温暖和关爱。

需要提醒的是，老年人参加室内活动，特别是体育运动时，安全问题不能

忽视。每到冬天，不少有锻炼习惯的老年人怕冷不愿意前往室外，就改在家中、商场或地下车库内运动，由此带来了一些问题和隐患。比如在家晨练动静大，易引发邻里纠纷；商场通风条件差，身体较弱的老年人长时间在这种环境下停留会感到不适；地下车库车来车往，汽车尾气很难散发，空气质量不好，既有安全隐患，还影响身体健康。

社区举办了丰富多彩的室内活动，物业等部门也应该积极行动起来，打造合适的室内活动场所，为老年人提供更多的关爱和服务。



话外音

朱红亮

**新闻：**市疾控中心11月3日发布健康提示，流感进入高发季，流感不是普通感冒，但其症状、体征易与普通感冒和其他上呼吸道感染疾病相混淆，公众要提高对流感的认识和重视，采取综合措施保护自己和他人免受流感的侵害。（《太原日报》11月4日）

**旁白：**预防大于治疗。

**新闻：**科学技术普及是实现创新发展的重要基础性工作。11月4日，科学技术普及法修订草案首次提请全国人大常委会会议审议，这是科学技术普及法自2002年公布施行以来首次修订。（新华社11月4日）

**旁白：**科普之光照亮创新之路。

**新闻：**在11月3日举行的2024世界物联网大会上，发布了全球首部《世界万物智联数字经济白皮书》，数据显示，今年我国物联网连接数有望突破30亿。（央视网11月4日）

**旁白：**万物智联，助力高品质生活。

投稿邮箱：tywbplb@163.com



# 乡村旅游要打好特色牌

□朱红亮

11月1日，省文旅厅发布10条山西乡村旅游精品路线。在“古村探究之旅”路线中，太原市的归朝村和刘家堡村成为途经的旅游景点。（《太原晚报》11月3日）

发展乡村旅游，将绿水青山变为金山银山，关键要打好“特色”牌。

“久在樊笼里，复得返自然。”相比于都市和热门景区的摩肩接踵，安静闲适的乡村旅游，更易感受到自然风光的惬意与悠然。应因地制宜，不断发掘利用乡村自然景观优势。比如，依山傍水的乡村，可以开发登山、徒步、漂流、垂钓等户外活动。稻田公园，四时皆有不同的美景和丰富的活动，每到秋季，金

黄的稻浪随风起伏，和蓝天、白云、远山、荷塘、笔直的田埂路绘成一幅诗意图卷，成为游客争相前往的网红打卡地。

乡村文化是乡村旅游的核心竞争力。深挖乡村历史典故、民间传说、神话故事、传统习俗，有助于文化产品贴近百姓生活，将其融入旅游线路设计和景观打造之中，能为游客营造神秘而独特的氛围。一些有传统戏曲文化的乡村，可以安排定期的戏曲表演，游客可以欣赏到原汁原味的地方曲艺。传统村落赤桥古村，通过恢复智伯渠，整修豫让祠，唤醒“沉睡资源”，不断挖掘赤桥村深厚的文化底蕴和浓郁的民风民

俗。

乡村旅游要持续拓展“旅游+”“+旅游”新路径，不断丰富乡村旅游新业态。应与当地农业、工业、康养、教育等深度融合，多元化培育旅游项目，延伸乡村产业链条，以景带村、全域联动。以“互联网+”为催化剂，充分利用大数据、人工智能等科技手段，创新旅游宣传模式，全天候推介旅游线路和产品，不断擦亮乡村旅游特色品牌。

橙黄橘绿时，乡村览胜景。只有找准定位、彰显个性，加快打造生态优、环境美、产业强、农民富、机制好的乡村旅游精品，才能真正让游客看得见山水、记得住乡愁、留得住乡情。



王成喜/漫画

“签完竞业协议，感觉像被全行业‘封杀’了。”在北京一家互联网企业工作的刘鹏，原本准备在今年年底跳槽。然而，重新翻看入职时签订的竞业协议后，密密麻麻的限制条款，让他的想法有些动摇。（《工人日报》11月4日）

# “仗义顶包”是法盲行为

□宋鹏伟

发生交通事故后，交警询问驾驶员是谁，竟有两人同时声称自己是司机。这到底是怎么回事？11月3日，省交管局通报一起醉驾典型案例，以此警醒大家，为酒驾顶包，不仅帮不了别人，反而会害了自己。（“并州新闻”客户端11月4日）

挺身而出不是一味袒护，甚至为违法行为顶包，这种无原则的法盲行为，只会搬起石头砸自己的脚。

醉驾导致交通事故后，车上两人争先恐后承认自己是驾驶人，这一幕实在令人啼笑皆非——你当是饭后抢着埋单呢？谁抢上了谁就更有面子？又将执法的交警当成了什么？即使交警反复提醒后果，李某还是一口咬定“他的车，我开的”，只能说明自己完全不懂法——交警问你是例行程序，并不代表毫不知情、无法核实，执迷不悟的结果既帮不了朋友，也会惹祸上身。

这种行为也是一种交通肇事逃逸，本质上是为逃避法律追究，涉嫌违

反《道路交通安全法》《治安管理处罚法》甚至是《刑法》。其后果有大有小，往往与事故造成的损害有关，但一定比醉驾本身更严重。事实上，类似行为也时有发生，丈夫找妻子、母亲找儿子来顶包的并不鲜见，似乎只要逃脱了酒驾，就只用赔点儿钱了事。

为何“开车不喝酒、喝酒不开车”？除了自己与他人的生命安全受到威胁，以及可能受到法律严惩以外，也因为酒后反应力与判断力大幅降低，时常会做出蠢事来。通过交通探头等技术手段，很容易查清谁是驾驶人，就像老师在讲台上能一眼看到谁在做小动作一样，欺骗不仅是徒劳的，也会造成不必要的损失。倘若事故造成人员死伤，肇事者与顶包者还可能受到更加严重的处罚。

积极联系救援、主动报案与实话实说，才是交通意外发生后正确的选择。对于“无证驾驶+醉驾”的郭某而言，接受点儿教训没什么不好，若逃过了处罚，日后的胆子只怕会更大，后果也更可怕。作为朋友，怎么能害他呢？

# 骑行运动要重在强身

□薄 鸿

得益于完善的道路环境、优美的城市风景以及浓厚的全民健身氛围，踏上单车去探索城市风光，成为越来越多市民的休闲选择。（《太原日报》11月4日）

骑行有乐趣，乐在途中，乐在心中，更乐在“骑”中。但如果过度关注骑行之外的事物，则会适得“骑”反。

骑行是一项健康的运动，低碳环保，节能减排，助力绿色家园建设。骑行团体的兴起，推动了骑行文化的发展。不过也有一部分在装备和炫耀当中有所迷失。

骑行攀比不仅增加了骑行者的经济负担，也扭曲了骑行的价值观，破坏了友好、纯粹的骑行社交环境。骑行原本是为了享受运动带来的快乐、

挑战自我以及领略沿途风景，而攀比装备则忽略了骑行的本质，误认为好装备就能带来好成绩，而不愿花费精力去提高骑行技术。因装备而产生的优越感或自卑感，也让骑友之间产生隔阂，影响团队氛围。

抵制不良攀比风，做纯粹的骑行人。骑行组织者要多举办一些强调骑行乐趣和技能提升的活动，比如趣味骑行比赛、骑行技巧分享会等，将大家的注意力从装备转移到骑行体验和能力提高上。同时，对于新加入的骑行者，老骑友们要传递正确的骑行观念，让他们在入门阶段就不被装备攀比风所影响。此外，社交媒体和骑行论坛也应发挥积极作用，倡导健康的骑行文化。

风光无限好，骑行赏美景。要摒弃骑行攀比风，让骑行回归健康快乐的本质，让“骑”乐无比，“骑”乐无穷。



责编 朱红亮 和亮 立君 联系电话：8222669