



为春节注入更多健康元素

□袁剑锋

1月20日,太原市滨河体育中心发布公告称,春节期间该中心所有场馆正常对外开放。(《太原晚报》1月21日)

春节,是中华民族最重要的传统节日,承载着团圆、欢乐和祝福。然而,在欢庆之余,我们也要面对一些现实问题:过度饮食、缺乏运动、沉迷电子产品等。这些不健康的节日习惯,影响了人们的身心健康,也在一定程度上削弱了春节的文化内涵。太原市滨河体育中心春节期间所有场馆正常对外开放,无疑为春节注入了更多健康元素。

这一举措提升了市民的健康意识。无论在球场上挥汗如雨,还是泳

池中畅游嬉戏,都能让人们在享受节日氛围的同时,保持身心的活力与健康。体育场馆正常开放,为市民提供了一个锻炼身体的机会,通过参与各种体育活动,市民可以增强体质、提高免疫力,以更好的状态迎接新的一年。

这一举措丰富了春节的文化内涵。春节不仅是一个吃喝团聚的节日,更是一个传承文化、弘扬精神的时刻。运动健身作为一种现代文化,应成为新时代春节的重要主题之一,为春节增添新的活力和魅力。邀请亲朋好友参加体育运动,可以增进彼此之间的感情,还能在运动中培养团

队合作精神和竞争意识,让春节更加丰富多彩。

这一举措体现了公共服务设施的社会责任。体育场馆作为城市的公共资源,在春节期间正常开放,既满足了市民的健身需求,还充分发挥了其服务社会的功能。这种以人为本的服务理念,提升了市民的生活质量,展示了城市的文明与进步,还增强了城市的凝聚力和向心力。

体育场馆在春节期间正常开放,是一项得民心、顺民意的好举措。让我们合理安排膳食、注意营养均衡、加强科学运动、保障规律作息,让健康成为春节的温馨底色。

活外音
薄 鸿

新闻:新春佳节将至,为营造整洁有序的节日氛围,1月18日开始,市城管局市政建管中心市政设施专项整治行动全面展开,巡查巡管设施,修复路面病害,清洁排水设施,以保障节日期间市政设施安全、高效运行。(《太原晚报》1月21日)

旁白:干干净净迎新春,欢欢喜喜过大年。

新闻:“过年赶集不是独属于中国人的浪漫,我也可以在菜市待上一整天!”农历蛇年春节临近,26岁的马来西亚游客玉婷提着手撕烤兔、麻辣春卷,在成都青羊小区综合市场战旗包子铺外,用镜头记录下老面开花馒头的出笼瞬间。无论是采买年菜、年货,还是探寻城市年味,菜市正成为年轻人过年新去处。在社交平台上,“菜市场过年”相关笔记已超过1万篇。网络平台数据显示,70%以上搜索“菜市场”的用户为20岁至35岁的年轻人。(光明网 1月22日)

旁白:菜市场“升级”。

新闻:一边是劳动模范、非遗传承人、厨艺大师等来到大中小学,为学生讲述自身故事,展现技能、非遗绝活等;一边是大中小學生走进企业,了解生产过程,体验劳动创造……这是陕西省西安市劳模工匠进校园示范课中的一个场景。日前,陕西省政府与省总工会召开第三十次联席会议,就常态化、制度化开展“劳模工匠进校园、大中小學生进企业”活动的建议达成共识,政府相关部门和工会联合推进该活动。(《工人日报》1月14日)

旁白:向劳模工匠汲取智慧和力量。

投稿邮箱:tywbplb@163.com



“窗帘之约”展现社会关怀

□朱红亮

央视新闻频道《新闻直播间》栏目“新春走基层”专栏以《4年13万张照片 他们为什么只拍窗帘?》为题,关注太原杏花岭区志愿者和高龄独居老人的“窗帘之约”。这场持续4年的“窗帘之约”,以其独特的助老方式,如一束光照进高龄独居老人的生活,实现了多赢。

首先是设计巧妙。志愿者与老人们约定,上午9时拉开窗帘代表安全起床,晚上8时关上窗帘代表全天平安,通过观察窗帘的开合情况,志愿者便能及时掌握老人的基本生活状态。简单有效的方式,保障了老人安全,也提高了志愿者的工作效率,有限的人力能够服务更多的老人。

其次是人文关怀。志愿者们不仅关注窗帘的动静,更留意老人的情感需求。当发现老人故意不拉窗帘,只为等待陪伴时,志愿者们会主动停下脚步,耐心倾听老人的心声,陪伴聊天。在这个过程中,志愿者给予老人的是心灵慰藉。

再次是协同智慧。政府、社区和志愿者三方紧密合作,形成了强大的助老合力。政府为志愿者组织提供政策、办公场地等支持。社区负责前期摸底,精准筛选出需要帮助的老人并提供给志愿者队伍。志愿者们积极履行职责,为老人提供贴心服务。分工明确、协同合作的模式,整合了各方资源,实现了优势互补。

最后是爱心传递。从最初的十几名志愿者发展到如今的53名常驻志愿者,以及寒暑假踊跃加入的大学生志愿者,越来越多的人被这一温暖的约定所吸引,积极投身到助老服务中来。爱心的传递和凝聚,不仅让老人们感受到社会的关爱和温暖,也在社区内营造了尊老敬老的良好氛围。同时,志愿者们在与老人的互动中,也收获了快乐和成长,进一步激发了他们参与志愿服务的热情和积极性。

“窗帘之约”体现温情、彰显智慧。期待这样的温暖约定在更多地方生根发芽,开花结果,让每一位老人安享幸福时光。



深耕康养产业 助老安享晚年

□孙达佳

近日,古交市古东新城养老服务中心主体工程顺利完工,该项目将缓解古交市养老床位紧张的问题,为当地老年人及有康养需求的人士提供集居住、养老、医疗、娱乐为一体的优质生活场所。(《太原日报》1月17日)

发展多元化康养产业,是积极应对人口老龄化的有力举措,值得做深做细。

古交打造康养产业基地,发展康

复疗养、旅居康养、度假养老等多元化业态,是顺应时代发展潮流之举,契合了老年人多样化的养老需求。

康复疗养、旅居康养、度假养老等丰富多彩的康养模式,为老人们的晚年生活注入了活力。晚年生活并不单调,可以追求诗与远方,在领略各地风光的同时,享受养老照护服务,让生活更加安心舒心。

做深做细康养产业,要加强政策支持 and 引导,加强专业人才培养,为

产业发展提供人才保障。要完善行业标准和监管机制,加强市场监管,规范市场秩序,保护老年群体权益。企业要以市场需求为导向,加大创新投入,开发更多符合老年人需求的特色产品和服务,当中要树立品牌意识,确保服务质量。

要让丰富的养老产品与服务,更好地惠及广大老年人,让他们在温馨、舒适、健康的环境中度过幸福的晚年。



详细约定才能少踩坑

□宋鹏伟

春节的脚步越来越近,不少家庭将打扫家、擦玻璃等提上日程。记者在走访中注意到,由于事先没有详细约定引发的消费纠纷时有发生。为此,消协部门建议市民选择有资质的正规家政公司。(《太原晚报》1月21日)

许多市民都有这样的感受:钱不钱的另说,“坐地起价”的行为给人添堵。可见,贵不是问题,问题是有上当的感觉,花钱买了不舒服。在家政行业,类似的纠纷不少,解决之道只有签合同一条路。

知易行难。一是家政公司不好找,价格通常也比较贵;二来擦玻璃、洗油烟机这种活儿,个人单干是市场主流。因此,当下微信群成了重要的平台,相互介绍成了主流的中介通道。不签合同的一对一交易,本来就

容易出问题,更不必说家政服务门类庞杂,有一点事提前没说清或双方理解有误,都可能产生纠纷。事实上,家政人员并不是不懂其中的门道,之所以事先沟通不够透明,一是考虑低价更容易引来客源,二是“坐地起价”更容易成功。

前期图省事儿,后期可能就少不了麻烦。最好的选择是找正规公司,以合同形式约定双方权利义务。即使找个体,也应当在事先沟通时详细介绍自身具体情况和对方收费明细。有些地区的先进经验也值得借鉴,如北京、天津等地,市场监管部门推出了服务合同范本,对诸如损坏物品如何赔偿、保姆洗不洗内衣等细节都进行了约定,也能够减少乱象的发生。



寒假不虚度 成长正当时

□梁 涛

1月18日至19日,太原市手牵手帮扶中心为我市孤困儿童精心组织寒假儿童实践成长营。记者跟随孩子们一同走进科技馆探索科学的奥秘,到军事训练营感受红色文化的魅力。(“并州新闻”客户端1月21日)

眼下,孩子们迎来了期盼已久的寒假生活。确保孩子们在寒假期间不虚度光阴,是家长们的共同心愿。

安全是快乐假期的基础。家长和社会应承担起更多监护责任,加强孩子的安全教育,提高自我保护意识。家长还应引导孩子正确使用网络,避免沉迷游戏或受到不良信息侵害。

应鼓励孩子积极参与多样化的社会活动,以此丰富假期生活,培养兴趣爱好,激发创造力和想象力。例

如,可以参加科技馆、博物馆举办的活动,在玩乐中学习科学知识;可以参与户外探险、体育活动,锻炼身体、培养团队合作精神;可以加入艺术创作、手工制作等兴趣小组,提升审美和动手能力。家长最好一起参与,增进亲子关系。

家长还应关注孩子们的心理健康,多与孩子沟通和交流,了解他们的想法和需求,帮助他们解决遇到的困惑和问题。鼓励孩子参加一些能够提升自我认知和情感管理能力的活动,让他们在假期中保持积极向上的心态。

确保寒假不虚度,家长和社会应共同努力,为孩子们提供更多元化、更有意义的假期活动选择,为他们创造更加有利的成长环境。