

聚焦“体医融合” 助力科学健身

杨氏太极拳“打”出新套路

本报讯(记者 杨尔欣 见习记者 刘苗苗)3月2日,太原市杨氏太极拳协会换届大会在太原市滨河体育中心举行。会长杨雅娴表示,该协会将立足非遗传承,聚焦体医融合、科学健身等核心方向,推动太极拳运动与全民健康深度融合。

太原市杨氏太极拳协会成立于

2021年。该协会成立后常态化开展教学培训、展演交流和公益健身活动,全覆盖推进太极拳“进社区、进校园、进机关、进企业、进医院、进乡村”活动。

值得一提的是,山西省第23届杨氏太极拳邀请赛于2025年7月在太原市滨河体育中心举行。本次比赛,共有86支代表队、733名运动员参赛,参

赛人数创省内赛事历史新高。

“跟着协会习练太极拳这几年,身体舒服了,心态平和了,生活特别充实。”62岁的会员杨灵生坦言,太极拳不仅是一项健身运动,更是一种健康生活、快乐交流的方式。

据杨雅娴介绍,太原市杨氏太极拳协会将面向老年人开设“银发太极

公益班”,与中小学合作开设太极兴趣课、举办校园太极联赛,为企业事业单位定制“工间太极”课程。

在常态化开展公益送教与科学健身指导志愿服务的同时,太原市杨氏太极拳协会还将推进“太极健康服务站”建设并组建“科学健身指导团”,推动杨氏太极拳融入科学减重、慢病防控等领域。



郭苑甫 宋婕 摄

元宵主题晚会亮相大剧院

本报讯(记者 陈辛华)“元宵共此时,传承即新生”2026年新春元宵主题活动,3月1日在山西大剧院小剧场上演,山西保利大剧院艺术教育中心的学员们,以艺术形式诠释传统文化在新时代的生机与活力。

活动参演人员从四岁半的孩童到各行业的成人学员,共同勾勒出一幅生动的传承图景,老少同台,交相辉映。少儿学员从启蒙开嗓到功底展示,再到完整演绎《穆桂英大破天门阵》等经典剧目,呈现了戏曲艺术的代际脉络。成人夜校学员通过古琴、钢琴与书法等表演,展现艺术

与生活的深度融合,生动诠释“全龄美育、薪火相传”。晋剧表演艺术家武忠,与后辈们共话传承,见证本土艺术的代际赓续。

“以前我们是把好戏请进来,现在我们要自己种戏。”此次活动负责人表示,“这台晚会所有的演员,都是山西保利大剧院艺术教育中心的学员。他们在山西大剧院的排练厅里成长,在大剧院的舞台上绽放,让艺术在这里生根,文化在这里延续。”演出为公益性,面向市民免费开放,旨在让更多公众走进剧场、走近传统,切实感受本土文化的活力。

多彩元宵节 邻里共团圆

本报讯(记者 郭晓华)2月28日至3月2日,迎泽区各社区开展丰富多彩的元宵节庆祝活动。孩子们巧手剪出骏马图,居民们踮脚挂起红灯笼,糯米粉的香气伴着欢声笑语飘出窗外。一场场有温度、有年味的庆元宵活动,拉近了邻里距离,也温暖了居民心窝。

在新城北街社区,剪纸活动热闹开场。志愿者手把手教孩子们剪纸技巧,红纸翻飞间,奔腾的骏马、吉祥的福字跃然指尖。8岁的甜甜举着作品扑进妈妈怀里:“妈妈快看,我剪的小马像不像?”

双塔寺二社区的活动室里,彩绘脸谱正在进行。志愿者讲解京剧脸谱的色彩寓意,孩子们听得入神。勾线条、填色彩,亲子配合默契,不一会儿,空白的脸谱就变成了威风凛凛的关羽、机灵俏皮的孙悟空。

海东社区的活动室里,糯米香

飘得老远。山西饭店的厨师带着孩子们滚元宵,圆滚滚的元宵在簸箕里越滚越大,孩子们的笑声也跟着越扬越高。制作完成后,网格员和志愿者端着热气腾腾的元宵,敲开了空巢老人的家门。

五龙口二社区的元宵节活动同样热闹,醒狮手工、福字拓印、趣味猜谜三大体验区同时开启,大人孩子齐上阵,在动手动脑中感受传统年味。

暮色渐浓,幸福社区门口亮堂起来。迎泽区第二实验小学的孩子们和家长一起挂起彩灯,兔子灯、荷花灯次第点亮,将夜空染成温暖的彩色。路过的居民纷纷驻足,有人接过挂绳,有人帮忙调整位置,说说笑笑间,邻里情谊悄然流淌。

这个元宵节,迎泽区的街头巷尾,红纸映着笑脸,花灯照亮归途,糯米的甜香里,是化不开的邻里情。

节日主题活动 弘扬传统民俗

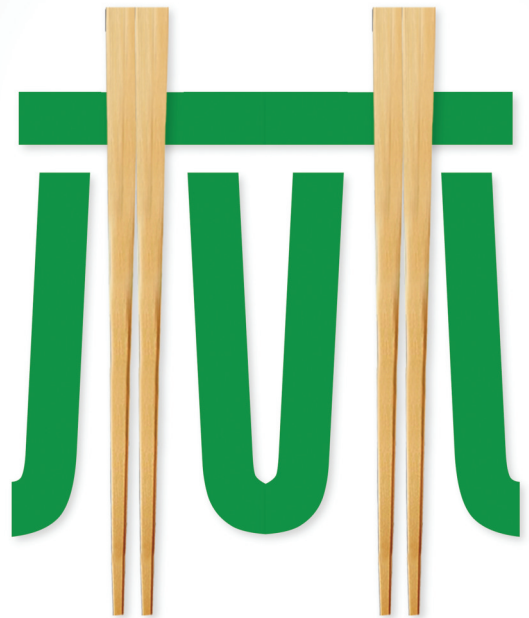
本报讯(记者 弓凤飞)正月十五闹元宵,张灯结彩喜气浓。3月2日,下元街道未保站气化街社区儿童之家、漪汾苑社区儿童之家分别开展元宵节主题活动,让传统民俗浸润童心。

气化街社区儿童之家以“童趣闹元宵 温暖满社区”为主题开展活动。现场暖意融融、热闹非凡。在花灯制作区内,孩子们化身“小手工匠”,在志愿者指导下,他们折、粘、贴一气呵成,一盏盏造型别致、色彩鲜艳的花灯很快成型。孩子们提着自己的作品喜笑颜开。猜灯谜区人头攒动,红灯笼下悬挂着涵盖历史文化、科学知识、生活常识等内容的灯谜,兼具趣味性 with 知识性。孩子们凝神思索、相互探讨,猜对的欢呼声与笑声此起彼伏。现场的元宵主题打卡点,喜庆背景板搭配灯笼、汤圆、小马卡通造型,成为孩子们最爱的去

处,定格下节日的美好瞬间。

漪汾苑社区的“成长法宝课”年味十足,温馨的教室宛如一处彩色小乐园,摆满竹篾、彩纸、彩泥、毛绒球等手工材料。在老师的讲解与陪伴下,孩子们全神贯注地制作花灯,细心搭建骨架,精心装饰灯面,兔子、金鱼、蝴蝶等吉祥花灯造型栩栩如生,尽显童真巧思。除了做花灯外,猜灯谜和用彩泥“画”汤圆活动同样精彩。孩子们用彩泥揉出各色“汤圆”,还搭配用彩泥捏出来的冒热气的小碗、小云朵,目之所及,一派温馨欢乐。

两场活动以动手实践、趣味互动的形式,让孩子们沉浸式体验元宵节传统习俗,既锻炼了孩子们的动手能力与思维能力,也在潜移默化中让他们感受到了中华优秀传统文化的博大精深。家长们纷纷表示,活动寓教于乐,让孩子们在欢乐氛围中学习民俗、收获成长。



保护森林, 向一次性筷子说不

中宣部宣教局 中国文明网