

河曲：全民健身“热浪”涌

本报讯 随着“健康中国”战略的持续推进,全民健身理念在河曲县逐渐深入人心,从少数人的时尚追求转变为大众生活的日常选择。临隰公园作为当地集生态与运动功能于一体的公园,凭借多元的健身场景,激发了全民参与健身的热情,成为践行“体重管理年”行动、推动健康生活方式的鲜活范例。从清晨到夜晚,公园里活跃的身影与黄河岸畔的微风呼应,描绘出一幅充满活力的健康生活画卷。

每当天色渐亮,临隰公园的广场上就聚集起不少人。动感的音乐响起,上百名健身操爱好者整齐地舞动起来。队伍里有头发花白但精神矍铄的老人,虽步伐稍缓却充满力量,也有朝气蓬勃的年轻人,动作轻盈敏捷,展现出青春的活力。李女士是健身操队伍中的一员,她笑着说:“县里把公园建设得这么好,早上来这儿跳完操整个人都神清气爽。以前颈椎和肩周老是酸痛,现在症



状减轻了不少。现在跳操的人越来越多,全民健身的氛围越来越浓。”

在公园的球类运动区域,羽毛球爱好者们两两一组,全神贯注地投入到运动中,时而大力扣杀,时而巧妙救球,每一次击球都伴随着清脆的声响。乒乓球爱好者们也不甘示弱,灵活地挥动着球拍,展现出良好的竞技状态。乒乓球健将张先生对公园的设施改善赞不绝口:“一个多月前,乒乓球球场上装了围栏,现在捡球方便多了,还安装了照明设施,就算天黑也能



照样打球。”

近年来,河曲县高度重视体育工作,不断加大投入力度,全力完善城乡体育设施网络。在临隰大道、湿地公园内修建了健身步道,为群众提供了散步、慢跑的好去处。同时对公园内的健身器材定期维护和更新,确保市民安全使用。在全民健身的热潮中,河曲县以实实在在的行动,让运动成为市民生活的一部分,让健康理念深入人心。

(李春梅 乔雨霞)

忻府区满80岁老人请注意,可登记申领高龄津贴



为切实保障高龄老年人合法权益,让高龄津贴政策“应享尽享、不漏一人”,忻府区民政局近期通过大数据比对、乡镇(街道)排查等方式,发现部分户籍在册的年满80周岁的老年人,因生存状况不明、信息未及时申报或联系方式变更等原因,尚未享受高龄津贴。因此特申明:符合条件的高龄老年人,由本人或其家属、监护人,携带本人身份证、户口簿、银行卡,尽快前往户籍所在地的村(居)委会或乡镇(街道)便民

服务中心民政窗口进行信息核实和补办登记。办理截止时间为2025年9月30日,逾期未登记的将视作自动放弃,后续符合条件可重新申请。

特别提醒:对行动不便的高龄老人,可联系所在地有关部门提供上门登记服务,请广大居民相互转告,帮助身边的高龄老人及时办理,详情可咨询忻府区民政局,电话为0350-8652816、0350-8652809。

(本报通讯员)

消防宣传进校园 上好“开学第一课”

本报讯 新学期伊始,为进一步强化师生消防安全意识,提升自防自救能力,忻州市消防救援支队组织开展消防宣传活动,全力筑牢校园安全“防火墙”,上好开学第一课。

课堂上,消防员采取“讲、传、教”相结合的模式,多角度普及消防安全知识,重点对发生火灾后如何正确报火警、扑救初期火灾、快速安全逃生自救等知识进行讲解。此外还鼓励同学们从自己做

起,积极参与消防演练,主动学习消防安全知识。

活动现场,消防员还向参训师生讲解了灭火器的正确使用方法和亲自示范。学生们使用灭火器对模拟着火点进行实际扑灭操作,在亲身体验中真正掌握了基本的消防技能。今后忻州市消防救援支队将持续加强与辖区学校的合作,为师生筑牢坚实的消防安全屏障。

(张 榕)



奇村民警助力游客找回遗失挎包

本报讯 “警察同志,太感谢了,这封感谢信你们一定要收下!”近日,来忻旅游的郭先生将一封感谢信送到了市公安局忻府分局奇村中心派出所,对不久前民警帮助他找回遗失的挎包表示感谢。

几天前,该派出所民警接到游客郭先生的报警,他在奇村镇一路口停车购买西瓜,不慎将自己的随身挎包遗失在瓜摊,民警根据其提供的时间和大致位

置,前往辖区沿路寻找,后来在奇村镇辛庄村附近找到该瓜摊。经向摊主核实,确有游客在此遗落一只黑色挎包,确认包内物品完好无损后,民警将挎包带回派出所,并通知郭先生前来领取。当日晚上,郭先生在派出所看到失而复得的挎包时激动不已,连声向民警表达谢意。

一封感谢信不仅是群众对民警高效服务的认可,更是警民连心的生动写

照。奇村中心派出所坚持践行“为民服务”宗旨,用实际行动守护群众财产安全,传递公安正能量。警方温馨提醒市民:出门在外一定要妥善保管好自己的随身物品,身份证、手机、钱包等物品最好贴身放置,如发现财物丢失,要及时拨打报警电话寻求帮助。也希望广大群众发扬拾金不昧的精神,如果捡到他人遗落的物品,要及时交还失主或公安机关。

(记者 王 晟)

社会主义核心价值观

富强 民主 文明 和谐
自由 平等 公正 法治
爱国 敬业 诚信 友善

我朝我行



静夜思

一场秋雨,在送来清凉的同时,也送来了秋天更加蔚蓝而高远的天空。又一个九月在和我们招手啦!

九月,对于孩子来说,是一个崭新的开始。更换新的书包、领上新的课本,一次次跨过九月的门槛,不断拓展着自己的天地,丰富着属于自己的世界。经过一个九月,孩子的目光愈加坚定、步伐愈加稳健、脸上的棱角更加分明。从父母牵着手接送,到不再需要他们的护送,再到能够独立远行,这世上还有什么比健康快乐成长更令人欣喜?

作为孩子的亲人、师长,为能够参与并见证他的成长而心怀感恩。我们相信,有耕耘就会有收获、有春华就会有秋实、有孩子就会有春天。在又一个九月到来之时,给孩子一个拥抱吧,以热忱、以激情、以感恩、以敬畏。

新的学期就是新的起点,意味着对知识殿堂的再次奔赴。来到九月,孩子有了新的渴望、新的目标、新的烦恼。时间仿佛在用爽朗的声音说:放下过去的包袱,接纳全新的自己吧,你是独一无二的,是自己星球上的小王子、小公主,总有一朵玫瑰只为你盛开。九月给了我们一个重新出发的机会,接纳新的自己,代表着不再纠结过去的泥潭,而是勇敢向前看。

九月的天空澄澈而高远,就像属于孩子的未来,看得见却摸不着。仰望这份未知的过程,也是在不断挑战未知的过程。其间虽有着不确定性,但同时也充满不断攀登、不断超越的激情和乐趣。直面挑战,就是给成长、给生命一次验证的机会,验证自己拥有无限可能、无限空间。登山者,每攀登一步都会离山顶更近一些。直面挑战、努力去克服一个个困难、化解一道道难题,是生命给成长送上的特殊礼物,由此孩子的能力将提升,内心也会变得更加坚韧。

拥抱九月,让我们看见收获的同时,也感受生长的力量。如果未来是大厦,今天就是一块块只能亲手搭建、不可简单复制的砖瓦;如果未来是可望而不可及的梦,现在就要用自己的努力今天赋予确定的意义。人生没有返程票,在每一个节点都要静下心来,结合自己的人生目标,制定短期和长期的计划,全心、全力走好每一步。

九月已来,沐浴着这个时节独有的色彩和芳香,像雄鹰一样飞翔吧,每一次振翅都是对未来的探索;每一声啼叫都是对成长的宣言。孩子,拥抱九月,接纳新的自己,不断靠近美好的未来,让这个九月和无数个九月一起,串联成属于明天的精彩篇章。

(沁 梅)

孩子,让我们一起拥抱九月