

《今天小孩爱玩啥》系列报道

跆拳道，踢打间磨砺成长

跆拳道作为一项集防身、健身、修身于一体的运动，自2000年正式成为奥运会比赛项目以来，逐渐走进越来越多孩子的日常生活。近日，在精武跆拳道训练馆中，大同市外国语学校初二学生李佳璇正以刚劲有力的动作，展现她对这项运动的深刻理解和日益增长的热爱。

李佳璇与跆拳道的结缘始于银幕上那道“又帅又有力量”的身影。她被优美而变幻莫测的腿法吸引，认为它不仅能够强身健体、展现风采，还能综合锻炼人体的柔韧性、反应速度和身体稳定性。然而真正投入训练后，她意识到跆拳道远不止

于招式的凌厉，更核心的是其中所蕴含的“礼”的精神和持之以恒的磨练。

“兴趣是最好的动力。”李佳璇这样总结自己的初心。她表示，跆拳道对她而言不仅是一项运动，更是一种推动自我成长的精神力量。它在不断提升身体机能的同时，也培养了她顽强果断、吃苦耐劳、绝不轻易放弃的意志品质。

值得一提的是，跆拳道所倡导的礼仪规范也已融入她的日常生活——尊敬教练、礼待队友、尊重身边的每一个人，这些在反复练习中内化的行为准则，让她逐渐成为一个更懂得谦让与宽厚

人。她从兴趣出发，逐步走进这项运动，并在持续练习中体会到它超越“耍帅”与“防身”的更深层价值——礼仪、毅力与人格的锤炼。

如今，李佳璇已能很好地平衡学业与训练，白天高效完成学习任务，晚上则专注投入训练，生活忙碌而充实。对她来说，跆拳道早已超越一般的体育项目，成为一位陪伴其全面成长的“良师益友”。正如她所说，跆拳道真正教会她的，是在日复一日的坚持中，如何成为更好、更强大的自己。

本报记者 田雁 实习生 董宁博

资讯快递

“幸福家园”慈善义演义诊活动举行

本报讯(记者 杨显郁)为迎接9月5日中华慈善日·山西慈善宣传周，同时纪念抗战胜利八十周年，8月26日，市老促会与市慈善总会在新荣区郭家窑乡拒门堡村联合举办了以“传承红色基因，弘扬慈善大爱”为主题的“幸福家园”慈善义演义诊活动。

活动现场气氛热烈，红色文化与慈善精神交相辉映。义演区域歌声激昂，红色经典曲目引起观众共鸣，表演者用真挚的演出传递对革命先辈的缅怀，也让慈善理念深入人心。义诊区域排起长队，医护人员耐心为村民量血压、测血糖，细致询问健康状况，尤其为行动不便的老人提供贴心服务，现场暖意融融。

市慈善总会相关负责人表示，此次活动将慈善日的温暖与抗战胜利的厚重记忆相结合，为公益事业注入了鲜明的红色文化内涵，进一步推动了红色精神和慈善大爱在基层社区的传播与落实。

我市启动全国药品安全宣传周活动

本报讯(记者 刘剑)1日上午，市市场监督管理局、市综合检验检测中心及平城区市场监督管理局在万达广场联合启动了2025年“全国药品安全宣传周”活动。今年活动的主题为“药品安全 监管为民”，旨在强化药品安全责任意识，推动社会共治共享，全面提升药品安全水平。

启动仪式通过发放宣传资料、现场讲解和展板展示等形式，向市民普及安全用药、用械和用妆知识。内容包括如何辨别玻尿酸真伪、美瞳佩戴需专业指导、热敷贴与“暖宝宝”的区别以及化妆品使用注意事项等，帮助公众增强药品安全科学素养。

宣传周期间，我市还将开展多项活动，包括药品技术监管机构公共开放日、药械安全进大学及社区、化妆品安全培训等。同时，组织执业药师进入社区，围绕家庭常备药管理、慢性病规范用药、药品不良反应识别以及特殊人群用药等问题，开展贴近生活的科普讲座和互动答疑，积极营造全社会关心、重视药品安全的良好氛围。

团市委组织开展青年交友联谊活动

本报讯(记者 孙露)近日，由共青团大同市委、平城区商务局联合主办，多家团区委共同承办的“缘来是你情定古都”青年交友联谊活动在百盛奥特莱斯举行。活动吸引了全市各行各业100余名单身青年参与，旨在服务青年婚恋交友需求，搭建真诚友好的交流平台。

现场设置了多个互动环节，包括考验默契的“勇夹同心”、充满动感的“锤走烦恼”，以及展现智慧的“看图猜成语”和“我来比划你来猜”等游戏。青年们在轻松愉快的氛围中协作互动，自然交流，有效避免了传统相亲的尴尬，现场笑声掌声不断。

本次活动是团市委服务青年现实需求、拓展青年社交圈层的具体举措，旨在引导青年树立文明、健康、理性的婚恋观。未来，团市委将继续关注青年成长发展需求，开展更多形式多样的活动，团结青年为我市高质量发展贡献青春力量。

五彩翠菊为古都秋景“上色”

本报讯(记者 双红)连日来，御河生态园、文瀛湖风景区的翠菊迎来盛花期。粉的、紫的、白的……五彩斑斓的翠菊在秋风中轻轻摇曳，轻盈的花瓣裹挟着暑气刚退的清爽，将公园一隅装扮成姹紫嫣红的彩色天地。

翠菊是菊科翠菊属一年生或二年生草本植物。花型有单瓣、重瓣、卷瓣等类型，株高跨度从30厘米到100厘米，生长适应性强，喜温暖、阳光充足环境，耐旱且对土壤要求不高，疏松透气的土壤即可满足其生长。此外，翠菊不仅是优良的观赏花卉，还是一味传统中草药，有清肝明目、清热解毒、化淤消肿的功效。翠菊的花语同样丰富，不同花色对应特定寓意：红色翠菊象征主动的爱、热情似火的情感；白色翠菊代表纯洁无瑕、真挚的心意；蓝色翠菊寓意深沉的思念、坚定的牵挂；紫色翠菊传递优雅高贵、神秘浪漫的气质。

步入御河生态园，驻足翠菊花海间，不同色彩的翠菊形成强烈视觉冲击，能瞬间点亮心情。带着细碎纹理的叶片娇小可爱，茎干上的软刺如“防护衣”般守护植株；每朵花都生长在单独的花梗上，无论花瓣是哪一种花色，中央的花蕊都是显眼的黄色圆盘，宛如大自然精心雕琢的艺术品。园内的百日草此时也正值盛花期，它与翠菊外形相似，让人时常分不清，不过只要看到这“显眼包”似的黄



图为御河生态园 本报记者 韩莹 摄

色花盘，就能准确认出——这便是翠菊。

据市城市公园服务中心专业技术人员介绍，翠菊花色丰富艳丽、花型多样，适宜于作为花坛主景或镶边材料，可与其他花卉搭配，组成色块、图案或渐变效果，形成色彩缤纷的花坛，点缀城市景观，还可与金盏菊、万寿菊、一串红等草本花卉搭配，营造层次丰富的季节性花境。园林绿化中常成片种植于公园道路两侧、广场或绿地中，形成大面积色带，增强视觉冲击力，还能吸引蜜蜂、蝴蝶等



传粉昆虫，有助于丰富生态多样性。翠菊花枝细长，花朵耐久性强，是优质的鲜切花材料，可用于插花、花束制作，也适合作为盆栽，点缀阳台、窗台等室内空间。

南关南街小区36号楼北侧

污水井外溢成“河” 居民出行难

本报讯(记者 龙中华)“我们楼前污水井外溢有段时间了，单元门前积了一大片污水，几个单元的人出门都难，希望有关部门尽快清理!”近日，南关南街小区居民张先生向本报热线反映此事。

据张先生介绍，前段时间，他们36号楼北侧污水井外溢，后来越来越严重，如今污水已呈深绿色，且还在缓慢向外漫溢。尤其近期雨水多，污水量明显增加，还散发着刺鼻臭味。出门得绕路走，不小心就会踩到污水，家里窗户都不敢开。污水不仅阻碍出行，还让周边生活环境变差，给居民们带来极大困扰。

接到反映后，记者前往现场走访，看到36号楼北侧路面确实有一条长五六十米、宽四五米的污水带。污水顺着地势缓

慢向西流动，部分区域还积有淤泥，空气中弥漫着异味，过往居民均掩鼻绕行。现场多位居民表示，该问题已存在多日，希望相关部门能尽快到场查出外溢原因，清理污水并修复设施，恢复正常出行环境。

就此，记者采访了兴国寺社区负责人。她说，由于居民们都不愿意分摊维修费，社区也承担不起相关费用，使得问题一时难以解决。他们正在积极想办法，希望能够尽快解决问题。

龙帮办

0352-6034132



图为南关南街小区36号楼单元门口，污水横流。
本报记者 李冬宾 摄