

## “从春节消费看市场活力”系列报道

## “大同好粮”京东开售

本报讯(记者 孙向阳)新春将至,依托“大同好粮区域公用品牌+企业子品牌”双轮驱动模式,整合市内优质农产品资源,中国特产·大同好粮特产馆在京东平台开业,搭建起了宣传售卖大同好粮线上平台,也标志着我市农业产业从“卖资源”向“卖品牌”的战略跨越出关键的一步。这是记者3日从市农业农村局获悉的。

打开京东App,搜索进入中国特产·

大同好粮特产馆,各种大同好粮满屏,手指轻轻滑动,就能选择自己喜欢的商品,目前已上线的有黄芪、黄花、小米杂粮、休闲零食、非遗文创等12个系列的100多款“大同好粮”农特产品,涵盖刀削面、黄小米、杏脯、沙棘汁、醋等“大同好粮”特色农产品,陆续还有产品正在审核上线。其中一款有机苦荞粉受到消费者关注,买家评论说,质量不错,送达速度也挺快,很满意。

随着春节消费热潮,特产馆还推出了大同好粮城市礼物·马上有礼、马上有福、马上有钱系列礼盒与大同优质农特优品促销系列活动,为消费者提供多样化选择,助力大同农特产成为爆款。同时,中国特产·大同好粮特产馆还通过建立会员专属折扣、短视频宣传、“大同好粮”推荐等途径,打造“大同好粮”爆款产品,进一步提高“大同好粮”区域公用品牌在线上的知名度和市场占有率。

## 寒假如何做好健康管理?

## 我市儿科医生开出“处方”

本报讯(记者 高燕)寒假模式开启,一些孩子会因脱离校园作息约束后,出现摄入零食过量、运动不足、作息不规律等问题,埋下免疫力下降、视力减退等健康隐患。日前,记者就如何做好寒假健康管理采访了市一医院儿科医生。

“假期容易打乱学生们的正常生活节奏,而规律饮食与作息是假期健康生活方式的‘压舱石’”。市一医院儿科医生吴国文说,寒假期间,孩子要均衡饮食,一日三餐要坚持定时定量的原则,平衡膳食;

零食可优选水果、原味坚果、酸奶等,并约定食用时间;烹饪优先蒸、煮、炖、拌、余;饮水优先选择温热白开水。

假期应保证每天累计不少于1小时的中高强度身体活动,天气适宜时优先选择户外活动,如跑步、跳绳、球类运动等;户外条件不佳时,可开展室内运动,如开合跳、俯卧撑、仰卧起坐等。运动前一定要充分热身,运动后及时拉伸肌肉、补充水分,避免过度运动造成损伤,避免久坐,每静坐1小时应起身活动5至10分钟。

同时,充足睡眠对学生身心修复、生长发育至关重要,不同年龄段儿童睡眠需求有明确标准,5岁以下儿童每天睡眠时间为10—13小时,6至12岁儿童为9—12小时,13至17岁儿童青少年为8—10小时,建议家长协助孩子制定并执行作息表,督促孩子早睡早起,睡前1小时需远离电子产品。

此外,面对节日丰盛饮食,家长应提醒孩子食有节制,定时测量体重,及时了解体重变化,以便调整饮食与活动量,远离“节日胖”“假期肥”。

## 大手牵小手 童声话古城

## 平城区双语小讲解员春节即将上岗

本报讯(记者 丁亚琴)为丰富青少年假期生活,助力我市文旅发展,近日,平城区力行青年志愿者协会招募一批寒假返乡大学生志愿者,为小志愿者开展“双语小讲解员”培训,共有50余名孩子参与,以“文化传承+双语表达”为目标,围绕九龙壁、太平楼等文化地标,开展为期6天的系统培训。

培训中,大学生志愿者精心设计课程,通过视频、图片等形式,为孩子们讲解九龙壁、太平楼的建筑特色及相关文化背景。课堂上设置了问答互动环节,孩子们积极提问、主动表达,并在模拟讲解中锻炼双语组织与表达能力。

据悉,春节期间,这批小讲解员将分批走进九龙壁、太平楼等景点开展志愿服务,为游客以中英双语讲解古迹历史与建筑特色,并提供路线指引、咨询答疑等服务,为古城春节增添别样暖意。



培训现场 本报记者 韩莹 摄

## 公益托管班开班 多彩寒假不孤单

本报讯(记者 杨昱都)2日,由市明德社工联合平城区武定街道办事处共同举办的寒假公益托管班,在御西苑社区正式开班。这场为期5天的暖心陪伴,为辖区青少年打造了一个集学业辅导、兴趣拓展与能力培养于一体的寒假成长空间。

开班首日,孩子们围坐在一起热烈讨

论,共同制定“托管小主人规则”,在互动中树立起自主管理意识,志愿者们全程陪伴开展课业辅导。下午的“童趣之旅”更是趣味拉满,各类互动游戏轮番开展,孩子们在尽情玩耍的同时,不仅学会了沟通配合,更解锁了团队协作的乐趣。游戏结束后,大家重返书桌继续课业辅导,针对薄弱环节查漏补缺。托管尾声,社工组织孩

子们分享复盘当日活动感受,在表达与总结中沉淀收获、记录成长。

接下来的几天,孩子们还将体验“小小银行家”“音乐律动”“非洲鼓”等特色课程,以及绘画、乐高积木等趣味活动。“我们希望通过专业的陪伴与精心的设计,让孩子们度过一个温暖充实、趣味满满的寒假。”社工郭汉铭说。



本报讯(记者 孙向阳)日前,本报以《南环路有个垃圾堆 市民呼吁尽快清理》为题,对永泰南路与南环路交叉处的垃圾堆影响行人安全和市容市貌进行了

## 南环路一处垃圾堆已清理

披露,2日,记者实地回访看到,垃圾堆已经清理,道路明显干净整洁。

在这段路的南侧,曾经有一堆两米多长的垃圾,里面有木板木条、包装袋、塑料袋、残破的地板砖,还有塑料饭盒等餐厨垃圾,看上去又脏又乱。这段路有公交站点,也有一些大的酒店和餐馆,行人较多,人行道堆放垃圾既影响行人安全,

又影响市容市貌。经了解,垃圾是附近一个门店装修堆放的。

2日,记者在现场看到,这堆垃圾已被清理。一些市民表示,装修垃圾规范处理,是建设良好生态、生活环境的需要,更有利于改善城乡人居环境。这堆装修垃圾及时清理后,道路整洁干净,也为市民营造了良好的市容环境。

## 雪夜深山被困 交警暖心护航

本报讯(记者 辛雅君)近日,因降雪山区路段积雪结冰,两辆满载乘客的大巴先后被困。浑源交警闻警而动、紧急驰援,护送乘客安全脱险。

1月30日,浑源县突降大雪,浑源县公安局交通管理大队迅速启动应急预案,在重点路段加强巡逻管控。当晚8时30分许,一辆载有54名河北秦皇岛游客的旅游大巴,行驶至省道239线三二岭路段时,因大雪封路、路面湿滑被迫停滞,游客们焦灼不已。正在该路段巡逻的五中队二岭执勤组民警发现后,立即安抚游客情绪并上报情况。

该大队接报后快速响应,协调县汽车站派出车辆救援,同时部署四中队护送救援车辆赶赴现场开展转运工作。最终,54名游客全部安全抵达县城酒店。

无独有偶,当晚9时30分许,六中队下达枝执勤组在国道336线钱风岭路段发现一辆从大同前往灵丘的满载大巴,受雪天路滑、能见度低影响无法安全前行,民警当即采取警车压速领航、全程护航随行,将该车安全护送进浑灵交界处。

## 陈年纠纷终化解 锦旗致谢司法情

本报讯(记者 杨昱都)近日,广灵县人民法院内暖意融融,一起跨越多年的劳务纠纷案件原、被告双方,将两面锦旗送到该院办案法官团队手中,感谢法院成功解开多年心结,依法守护双方合法权益。

这起案件牵扯时间久、矛盾积累深,处理起来头绪繁杂、调解难度大,为厘清案件脉络,团队成员放弃休息、加班加点,逐页梳理案卷材料,精准核对双方往来细节,把复杂的劳务关系、权利义务梳理得清晰明了。考虑到双方积怨较深、情绪对立,团队成员一方面结合相关法律法规,向双方细致释法明理,明确各自的法律责任与行为后果;另一方面,多次面对面倾听双方的诉求与实际难处,耐心疏导情绪,引导彼此换位思考、互相体谅。最终,僵持多年的双方渐渐放下心中芥蒂,达成一致和解意见。“法官们不光把案件事实查得明明白白,还充分考虑到我们双方的实际情况,不偏不倚、公平公正,这样的处理结果,我们双方都心服口服。”赠送锦旗现场,当事人动情地说。

龙帮办

0352-6034132

## 御东花园西区 公共设施破损待修缮

本报讯(记者 龙中华)“我们小区一些公共设施破损,不仅起不到应有作用,还影响小区环境,希望有关部门能尽快妥善处理。”2日,家住御东花园西区的柴女士致电本报反映此事。

接到反映后,记者赶往该小区实地走访看到,小区公共区域的几块公益宣传牌部分广告布破损下垂,画面斑驳脱落;路灯设施损毁严重;健身场地部分器材部件缺失,锈蚀的部件存在安全隐患;篮球架的篮板碎裂脱落大半,篮筐无法正常使用;小区南侧的绿化带附近,干枯树枝、落叶与废纸、塑料袋等垃圾混杂堆积。“马上就过年了,这些易燃杂物万一遇到火星,很容易引发火灾。”居民邹女士担忧地说。

就此,御东花园西区物管站相关负责人表示,将尽快对小区环境卫生、破损设施开展全面排查与整治,妥善解决各类问题。