

多彩文体活动 点亮健康生活

本报记者 宋杰

群众性文化活动是现代公共文化服务体系建设的重要组成部分和精神文明建设的重要内容。

文化秀演来袭，快乐健步走风靡……今年以来，我市深入实施文体惠民工程，用好文化阵地，培育文化人才，多举措开展特色文体活动，为精神文明建设注入文化活力和精神力量。

文化秀演来袭 丰富群众生活

演唱传统戏曲，品尝乡村美食，研习体验非遗文化……7月16日至9月10日，天鹅城之夏“今朝夜享·咱村有戏、乡村振兴艺起来”戏曲艺术暨群众文化秀演活动，将在三门峡市蒲剧团博物馆持续举行。届时，文化秀演每晚8:00至9:30上演，将为广大群众献上精彩的文化视听、美食购物和非遗研习盛宴。

据悉，此次群众文化秀演活动以“今朝夜享天鹅城，咱村有戏唱起来”为主题，共有夜秀、夜购、夜食、夜研4项内容。其中，夜间秀展示传统戏曲，让群众沉浸式体验传统艺术魅力。蒲剧团博物馆内，伴随着铿锵的锣鼓声，身着华服、妆容精致的戏曲演员，以圆润的唱腔和熟练的动作登台献艺。夜购是穿越时空，还原一个20世纪70年代的供销社，打造集展示、展销于一体的沉浸式消费体验场地。供销社通过售卖老式点心、糖果及生活用品等，并以算盘算账等方式，营造时光回溯的浓厚氛



上阳骏马健走团成员在健走前做甩手热身身操 康佳 王春虎 摄

围，激发群众怀旧式消费体验。夜食以三门峡“戏食工坊”精心烹制阎乡十三花、阎乡卤肉、烤串、涮菜、时令果蔬、醪糟米酒、灵宝肉夹馍、油酥饼、石子饼、雪花糕、炒面、凉面等几十种美食，以及各种饮品、保健营养的草本汤饮，营造丰盛的人间烟火气息，打造有文化、有品质的夜间消费市场。夜研即文化非遗类项目研习体验，让广大群众沉浸式参与体验布艺扎染、彩陶制作、漆扇工艺、现场作画、篆刻技艺、木板年画、戏曲泥塑等文化非遗项目。

“作为老戏迷，能在家门口欣赏到戏曲名家名段，太幸福了！”陕州区甘棠街道蔡白村村民张大爷高兴地说。

“夜秀活动面向群众，只要有才艺即可报名参与秀演。除了传统戏曲外，还有相声、器乐、武术表演等跨界艺术秀演，特别是‘传统戏曲新玩法’的活动，定会受到广大群众欢迎。”市蒲剧团博物馆负责人赵红军介绍，通过老戏新唱，将《铡美案》《三娘教子》《空城计》等脍炙人口的传统版本戏曲，用现代表达方式演绎，让戏迷更易懂、更爱看。此外，戏迷也可上台与演员共同切磋。

“此次重点打造的文化非遗类项目研习体验，也会向大众免费开放。届时，各类文化非遗项目传承人将亲自示范，指导群众亲手体验学习，还能免费带回家留作纪念。”赵红军表示。

快乐健步走风靡 争做文明使者

服装统一、动作整齐、步履矫健、精神饱满……日前，三门峡上阳骏马健走团的成员们昂首阔步、意气风发行走在沿黄生态廊道经济开发区段塑胶步道上，成为夏日里一道亮丽的风景线。

“骏马健步走不仅是一项科学健身运动，还是一项群体性活动，更是一项社交功能运动，能有效消除中老年人寂寞孤独的心理，促进身心健康，是应对老龄化问题的一剂良药！”市老体协健步走专委会副主任李正良介绍。骏马科学健步走是国家一级体育指导员蒋学行经过多年反复实践，结合运动学、中医学而研发的一套完整的、系统的、规范的、量化的一项中强度有氧运动，它具有老少皆宜、简便易学、运动损伤少、锻炼效果好、收

效快等特点，不受运动场地的限制，尤其适合中老年人。

李正良告诉记者，三门峡上阳骏马健走团成立于2021年5月，由最初11人发展到目前的300多人，立足公益健身，用健身效果吸引广大市民参与。2023年4月，市老体协健步走运动专项委员会成立以后，推广骏马健步走的力度进一步加大，特别是湖滨区、陕州区发展迅速，骏马健步走团队已达到12个（含早队、晚队）。目前，市区骏马健走团队中以50岁到70岁年龄段的人群居多，年龄最大的75周岁。

“坚持健步走一年多来，我心情非常愉悦，生活也很充实。肩周炎得到很大改善，冬天膝关节炎也没再犯。”“坚持健步走半年后，体重从140斤下降到120斤，如今的我更加自信了！”来自市区西苑小区健步走爱好者张奕和李淑香感触颇深。

随着健步走运动蓬勃发展，市区健步走团队的规范管理尤为重要。“我们及时对各健步走团队发出文明健走倡议书，规范健步走团队健走行为。严禁在马路上健走，音响音量控制在国家规定的标准范围之内，减少噪声，防止扰民，在高考、中考静音期间，要求各团队自觉停止健走或更换场健走场地。”李正良说，截至目前，市区各健走团队，没有发生一例扰民方面的投诉。

“下一步，我们将适时组织一次全市性骏马健步走展示大会，以推动骏马健步走运动向纵深发展。同时，将健步走运动工作重心下沉到乡镇、边远农村等地，开展送健康活动，让老年健步走运动在三门峡基层扎根、开花结果。”李正良表示。

……
我市将以丰硕文明成果凝聚全社会昂扬向上的精气神，朝着文化强市建设的目标奋力前行，不断满足人民群众对精神文化生活的需要，新期待，切实提升人民群众的幸福感和获得感。

携手同行 传递温情 湖滨区多部门联合开展关爱活动



活动现场 尚兰 摄

本报讯 7月10日，湖滨区民政局联合湖滨区慈善总会、湖滨区消防救援大队、交口乡政府以及三门峡曙光社工服务中心，在交口乡敬老院开展以“携手同行，传递温情”为主题的关爱活动。此次活动旨在深入关爱和支持孤寡老人与困境儿童，为他们送去社会的温暖与关爱。

活动现场，消防宣传员结合各种现实案例，向老人和孩子们讲解火灾的危害性、如何做好火灾预防、火场自救逃生、

紧急疏散等日常消防常识和注意事项，教会他们在遇到安全事故时要保持冷静，采取正确的应对措施。此外，工作人员还为老人和孩子们进行心理健康测评，深入了解他们的需求和困扰，以便后续提供更为精准和有效的帮扶服务。同时发放慰问品，用实际行动传递社会的关爱和支持。

“我们将继续携手社会各界力量，深化关爱活动，不断创新服务模式，确保每一项关爱政策都能落到实处，让孤寡老人和困境儿童真正感受到社会的温暖和关怀。”湖滨区民政局相关负责人说。

此次活动不仅为孤寡老人带来了温暖，提升了他们晚年生活的幸福感，也为困境儿童的健康成长提供了必要的物质和心理支持，促进了他们的全面发展。同时，活动也进一步普及了安全知识，增强了安全防范意识，弘扬了尊老爱幼的传统美德，倡导了全社会共同关注和帮助弱势群体的良好风尚。（尚兰 张姗姗）

定格瞬间



宣传垃圾分类 共建清洁家园

7月11日，三门峡市园林绿化服务中心组织志愿者到魏国公园开展垃圾分类志愿宣传活动，旨在更好地普及垃圾分类知识，引导广大市民养成良好垃圾分类习惯。刘海平 摄

开展移风易俗 破除陈规陋习

灵宝市涧东区：“小切口”入手 奏响和谐曲

本报讯 “婚姻不是交易，抵制高额彩礼，我们应该从自身做起……”近日，灵宝市涧东区召开移风易俗领域问题排查集中整治工作推进会，对“禁止借婚姻索取财物”等条款进行着重宣传，让大家在认清高价彩礼危害的同时，树立积极健康的爱情观、婚姻观和消费观，争做文明新风的倡导者和自觉实践者。

今年以来，涧东区把推进移风易俗、治理高价彩礼作为加强精神文明建设、巩固拓展脱贫攻坚成果同乡村振兴有效衔接的重要抓手，以整治高价彩礼、大操大办等陈规陋习为“切口”，全面推进移风易俗落地生根，引导群众形成文明乡风、良好家风、淳朴民风，奏响移风易俗和谐曲。

强化宣传阵地，营造浓厚氛围。采取悬挂宣传标语、电子屏播放、发放宣传单、利用新时代文明实践所（站）开展文明新风主题宣讲活动等方式，大力宣传勤俭节约、劳动致富、厚养薄葬的故事，注重用身边事教育身边人，使移风易俗内化为人人们的新理念、外化为人人们的自觉行动，

引导文明节俭操办婚丧喜庆事宜落实到每一个家庭。

聚焦带头作用，深化示范引领。紧盯党员干部这个关键，以纪律“硬约束”落实党员干部和公职人员婚丧事宜报备制度，禁止党员干部及公职人员索要高价彩礼、禁止炫富比阔、禁止大操大办、禁止铺张浪费；充分发挥社区“两委”班子作用，组织开展好群众说事、民情恳谈、百姓议事等各类协商活动，以点带面，成风化俗，让新风正气不断充盈。

突出党建引领，筑牢基层治理战斗堡垒。坚持以党建为引领，将治理高价彩礼推动移风易俗与基层社会治理体系相结合，督促指导各社区制定完善“一约四会”章程，依托红白理事会、居民议事会，把拒绝高价彩礼、控制酒席规模，拒绝大操大办等纳入管理范畴，形成全社会广泛关注、群众积极参与的良好局面。

据介绍，涧东区将继续整合各方力量，提高广大群众对移风易俗的知晓率、认同感，为婚嫁“减负”，为家庭“减压”，营造践行移风易俗、树文明新风浓厚氛围。（李涛）

“善意执行”有温度 诚信履行享双赢

本报讯 “法官，5000元案款已转到法院指定账户，感谢您肯相信我……”近日，灵宝市人民法院执行七组接到被执行人黄某来，未发

三提醒黄某失信的严重后果。黄某表示自己愿意配合履行，但是家人生病住院花费较多，所以导致未能按期履行，并向执行干警提交了家属相关住院病历等材料予以佐证。目前其在外地跑网约车为生，无力一次性还清全部案款，希望分期履行。

2022年，黄某通过手机在甲公司借款15000元到期未还引发诉讼。灵宝市人民法院受理后，判决被告黄某于判决生效后十日内偿还原告甲公司借款本金15000元及利息等内容。判决生效后，黄某迟迟未履行，甲公司向法院申请强制执行。

灵宝市人民法院执行七组接到该案后，通过线上线下调查，未发现黄某有可供执行财产。但执行干警并未气馁，继续耐心开展线索摸排，终于“顺藤摸瓜”联系上被执行人黄某。黄某刚满30岁，正值人生发展黄金阶段，本着善意执行的原则，执行干警将失信后果告知黄某，再

结合黄某实际情况，执行干警遵循善意文明执行理念，为被执行人争取减免部分利息、分期履行方案以及解除冻结部分账户用于正常经营等有利条件，以上内容均得到申请人理解支持。4个月间，执行干警持续关注该案，黄某每月按时履行案款，并于6月25日将最后一笔案款全部履行。

近年来，灵宝市人民法院坚持贯彻善意文明执行理念，将善意文明执行与强制执行有机结合，既保障了申请人的合法权益，又有助于弘扬“诚实守信”的良好社会风尚。（陈飞）

曝光台



如此涂鸦 伤了“面子”

近日，在三门峡市区一辆3路公交车上，一些座椅不知何时被个别乘客乱涂乱画，这种行为不文明，也影响了城市形象。本报记者 摄



如此垂钓要不得

近日，在三门峡沿黄生态廊道吉铁路桥下，有市民携带钓竿在此钓鱼。时下正值汛期，此行为存在危险。本报记者 摄



文明养犬，共建和谐社会的必要之举

近年来，随着城市居民生活水平的提高和情感需求的增加，养犬成为许多家庭的选择。然而，与宠物数量快速增长形成鲜明对比的是，养犬人的文明素养和法律意识并未同步提升。一些养犬人缺乏规则意识，忽视了对犬只的管理和约束，导致不文明养犬现象频发，不仅破坏了城市环境，影响了市民生活，还时常引发社会矛盾。因此，文明养犬已成为社会各界关注的焦点，也是共建和谐社会的必要之举。

文明养犬不仅是养犬人的个人责任，更是社会文明的体现。一个文明的社会，必然是一个尊重他人、遵守规则的社会。对此，相关部门应加大对文明养犬的宣传力度，通过媒体、网络等多种渠道普及文明养犬知识，增强养犬人的法律意识和道德素养。同时，可以开展形式多样的宣传活动，如文明养犬进社区、进学校等，让更多人了解并参与到文明

养犬的行动中。针对不文明养犬现象频发的问题，相关部门应加快制定和完善相关法律法规，明确养犬人的责任和义务，加大对不文明养犬行为的处罚力度。同时，加强对养犬行为的监督管理，建立健全举报和投诉机制，及时查处不文明养犬行为，可以鼓励社区、物业等基层组织参与养犬管理，形成多方共治的良好局面。

此外，养犬人应树立科学养犬的观念，了解并掌握犬只的生理和心理特点，合理安排犬只的饮食、运动和休息等。同时，应定期对犬只进行疫苗接种和体检等工作，确保犬只的健康和安全。

文明养犬是每位养犬人的责任和义务，也是共建和谐社会的必要之举。只有我们每个人都能够自觉遵守法律法规和道德规范，共同营造文明、和谐、宜居的城市环境，才能让我们的生活更加美好。（谨彤）