

画师杨彦萍在黄骅市羊二庄镇张八寨村的幸福院里,开办了一场个人艺术展——500幅作品展示家乡新风貌

本报记者 孙杰 本报通讯员 李小可 任振宇

8月29日,在黄骅市羊二庄镇张八寨村幸福院里,杨彦萍个人艺术展吸引了村民前来参观。从主体设计、照片印制到策展布展,每一个环节、每一处细节,杨彦萍都格外细心和在意,整个筹备过程大概用了3天,共展出近500幅摄影、书画作品。其中,主展厅分为图片展、绘画作品展、静物展三个部分,集中展示了杨彦萍近年来的艺术成果,她用手中的相机和画笔,记录下乡村的变迁。

印象深刻。他们对绘画的喜爱与坚持令我感动,让我决定要在这个行业深入下去。”谈及那段经历,杨彦萍说。

借助工作机会,杨彦萍掌握了一定的美术基础,但她知道,要想在行业内有进一步发展,必须接受系统和专业的学习才行。2018年,在一位前辈的带领下,杨彦萍开始了学习创作之路。

“临摹学习时,我也会通过网络和前辈交流,搜集艺术信息,对自己进行提升。”在画班中,老师不仅教授专业知识,还给予她很多的鼓励与支持。杨彦萍表示,通过长时间的努力,她渐渐摸索出适合自己

的艺术方向。

在绘画的道路上,杨彦萍结交了一些志同道合的朋友。她在网上结识了自由画师付丽,并建立起友谊。“我俩第一次线下见面约在了石家庄,去的路上我既紧张又兴奋。”杨彦萍笑着回忆说,那次见面,氛围轻松融洽,她们聊了很多,比如在艺术和生活中如何寻求平衡。“她十分明确自己想要什么,在追求梦想的道路上坚持而笃定,并不会被外界左右。”杨彦萍说,朋友的经历给了她不断的创作动力。

举办个人画展是每一位画师的梦想,杨彦萍也不例外。“听说我要

筹备个人展,村干部非常支持,他们帮我把村里的幸福院收拾好当展厅。”杨彦萍高兴地说。

杨彦萍的作品大多拍摄农村的景色与村民的生活片段,展示的是乡村特有的风土人情:从闲适的村民到四季的变换、从植物的自然生长到沉眠于地下的古文物,向村民生动展现了当地自然物化之美。在画展区,杨彦萍除了用抽象的笔法描绘农民的耕作和农村的日常,也用作品反映新冠肺炎疫情大背景下,面对重重困难,大家依然满怀希望、积极向上的生活态度。而静物展则充分利用了本地农作物资源,芦苇、野草甚至是

常见的垃圾桶,都成为杨彦萍的灵感来源。

“幸福院里‘话’幸福,我觉得在幸福院里以艺术展的形式展示如今的幸福生活本身就很有意义。”杨彦萍说,村庄本身就是一片蕴含丰富资源的文化宝地,通过开展文化展览,让村民感受艺术魅力的同时,推动乡村文化建设。



接过接力棒 一起献爱心

胡学敏

这个暑假,沧州博爱人生志愿服务协会资助的孩子徐美琪、袁佳佳、代有江、代有海利用假期休息时间,参与到各类志愿服务中。

“他们都特别勤快,脸上总挂着笑容,服务周到又麻利。”在志愿沧州爱心服务站,见过这几个孩子的环卫工人说,他们给大家留下了深刻印象。

“早上5时多来到志愿沧州爱心服务站,为环卫工端碗盛饭。结束服务后,又跟着去馒头房为环卫工人蒸爱心馒头。有时候他们还和助学部的伯伯、阿姨们冒着炎热走访那些受资助的弟弟妹妹、困难的老人,从来都不叫苦叫累。”博爱人生助学部部长袁龙昌说,他时常带着几个孩子一起参加公益活动。

“作为曾经被资助的一员,看到困难家庭的学生,就像看到小时候的自己。”徐美琪现在是沧州师范学院大三学生,学习优秀,她上初中起,博爱人生助学部副部长王玉智开始资助她,定期看望她,鼓励她好好学习。在助学走访中,她见到弟弟妹妹们说得最多的也是鼓励的话。

“步入大学后,我总是觉得自己也应该力所能及地去帮助更多需要帮助的人,将爱心传递下去。”袁佳佳说,自己从小在爱的环境中长大,沧州博爱人生志愿服务协会的志愿者伯伯、阿姨们陪着她一路从小学走到大学,她也要追随志愿者的脚步,为社会作贡献。

“在我和哥哥还有爷爷最困难的时候,志愿者来帮助我们,所以长大一点,我们就想着要感恩,要回报社会。”代有江、代有海是一对双胞胎兄弟,兄弟俩今年刚大学毕业,已于8月30日正式入警。代有江说,两人从上大学起就利用假期参加各类志愿服务,就在入警前几天,他们还参加了省书博会引导服务。

其实,在志愿者的队伍中,还有很多曾经受资助的孩子,长大成人后,跟随曾经帮扶过他们的志愿者,穿上红马甲,走在公益的路上,成为志愿者队伍中的青春力量。

海兴有个“兴海之翼”讲师团 把理论变成“家常话”讲给农民听

本报讯(记者胡学敏 通讯员史得江)近日,在海兴县高湾镇西南村,“兴海之翼”青年讲师团成员正和老乡们讲解农业发展相关政策,讲师朴实的大白话令大家茅塞顿开。

“原来是这么回事儿啊!”“讲师讲得真好!”“今天收获太大啦!”老乡们激动地说道。“兴海之翼”青年讲师团由共青团海兴县委与中共海兴县委党校共同组建,对前期招募、初筛并经过培训的青年讲师分批进行试讲评选,最终共有39名青年讲师组成讲师团。他们中,有机关企事业单位青年干部、少先队辅导员,还有各类青年人才典型、青年教师、媒体工作者。他们

利用业余时间参加宣讲活动,以“解放农民思想、促进农村农业发展”为抓手,把高深理论“翻译”成“家常话”,把“大理论”转化为“小例子”,带领农民充分理解生态农业的概念和特点,让农民听得懂、学得会、用得上,实现理论宣讲与农民的“零距离”。

“兴海之翼”青年讲师团自6月4日成立以来,宣讲团成员创新宣讲主题,采取分专题、小切口,多层次、多维度的方式,常态化深入基层,围绕党的理论、党史国史、形势政策、青年榜样故事等开展面对面、互动性的宣讲交流。截至目前,已开展宣讲30余次。



近年来,沧县纸房头镇古迳铺村在乡村振兴发展战略中巧做“文农旅融合”文章,大力发展“一村一品”,建起了玫瑰葡萄种植观光采摘园。目前,共有300多亩葡萄园,吸引周边大量游客前来采摘。据了解,采摘园一年能为村民带来700多万元纯收益,古迳铺村实现了现代农业与旅游观光合拍共振,走出了一条农业旅游致富路。

周洋 孙永智 摄

疫情期间 如何足不出户锻炼身体?

力量锻炼。可以选择俯卧撑、平板支撑、仰卧起坐、仰卧抬腿等进行力量训练。

心肺锻炼。最方便有效的方式是跳绳,不仅能提升心肺功能,还可锻炼脚部关节。

拉伸锻炼。可以通过牵拉练习、柔韧性练习,缓解肩颈腰背腿等产生的不适感。

需要注意的是:居家久坐,身体机能不活跃,记得充分热身;勤通风,注意周围家具位置,避免动作过大导致磕碰,避免滑倒、拉伤;居家锻炼要因地制宜、因人而异、循序渐进,不宜进行长时间高强度的锻炼。

此外,针对不同人群应选择不同运动形式。

儿童:以灵敏、柔和、协调平衡练习为主,比如做一些听口令的动作,单脚站立、钻山洞、跳格子、爬行等。

速度、小力量、心肺练习,如振臂跳、原地踏步、开合跳、高抬腿、波比跳、仰卧蹬单车等。每个动作进行20至30秒,依据身体素质,进行2至4组。

身体素质较好和有良好体育锻炼习惯的成年人:可以进行高强度间歇训练,提高心肺功能和基本力量素质,同时还能在短时间达到良好锻炼效果。比如可以做一些原地跑、俯卧撑、开合跳、波比跳等,每个动作练习10至15次,进行2至4组。

老年人及缺乏体育锻炼的成人:建议以功能练习和柔韧平衡素质提升练习为主,针对肩颈腰背这些关键部位的肌肉进行拉伸和转体练习。每组拉伸时间持续大概20至30秒,进行2至4组。

韩学敏 整理

疫情防控科普知识

青少年:可加入



近日,孟村回族自治县积极组织对农村妇女进行绢花、编织、串珠等手工艺培训。据了解,孟村共有2000余名农村家庭妇女从事手工绢花,涉及多个乡镇,当地政府组织企业定点收购,带动她们在家就业增收。

刘冠一 杨洋 摄

弘扬大运河畔传统农耕文化 东光任庄村建起“民俗文化馆”

本报讯(记者周洋)“里面都是些老式的劳动工具,跟孩子讲讲,让他知道农民辛勤劳动的不易。”刚刚过去的这个夏天,东光县龙王李镇任庄村47岁的村民任风阳,总喜欢带着小孙子来到村里休闲广场中心的“民俗文化馆”里参观。

这间“民俗文化馆”,是今年“七一”前夕打造的。记者在现场看到,民俗文化馆外摆放着石磨盘和

一辆独轮小推车,馆里面有老式纺车、秤、风箱、簸箕等传统生产工具。“这些老物件是村民们自发捐赠的,都是上世纪中期农村生产、生活中经常使用到的农具器具及生活用品。”任庄村党支部书记李万顺介绍,这些器具都原汁原味展现了当时劳动人民传统的生产生活方式。每一件、每一副均历经沧桑、弥足珍贵,象征着一代又一代人辛勤努力、艰苦奋斗的精神。

大运河穿过东光县,东光县有着深厚的大运河文化,农民世代耕种,诠释了勤劳的农耕文化。近年来,任庄村因实行土地流转,农民家中的地全部承包出去。为了让群众铭记农耕时代的不易,切身感受当时的民俗民风,龙王李镇党委、镇政府同任庄村“两委”着力打造了占地60平方米的“民俗文化馆”。

推进全国文明城市省级卫生城市创建 全面加快沿海经济强市建设步伐

9月5日农贸(集贸、批发)市场考核排名情况公示

9月5日市场环境秩序提升指挥部办公室对20家农贸(集贸、批发)市场进行了实地督导检查并测评打分,现将各点位测评得分情况予以公布,请广大市民予以监督。监督电话:0317-3057160

市场环境秩序提升指挥部办公室									
序号	点位名称	所属指挥部	所属责任单位	所属县区	主要负责同志	分管负责同志	具体负责同志	得分情况	
1	维明路菜市场	市场环境秩序提升指挥部	新华区商务局	新华区	李瑞勇	李志飞	刘浩	90	
2	惠民菜市场	市场环境秩序提升指挥部	新华区商务局 运河区城管局 运河区市场监管局	运河区	李瑞华 于杰 韩宏江	罗静雅 张树林 柳晖	王建忠 哈笑天 尹文政 王埃征	90	
3	九河路市场	市场环境秩序提升指挥部	运河区城管局	运河区	于杰	张树林	吴卫卫 陈杰	90	
4	北大院菜市场	市场环境秩序提升指挥部	运河区城管局	运河区	于杰	张树林	哈笑天 尹文政	89	
5	黄河路市场	市场环境秩序提升指挥部	新华区商务局	新华区	李瑞勇	李志飞	刘浩	89	
6	富园菜市场	市场环境秩序提升指挥部	市国资委	新华区	冯艳玲	张德普	匡洪章	89	
7	沧州嘉华果品批发市场	市场环境秩序提升指挥部	开发区经发局	开发区	刘树明	范莹	马璇	89	
8	富强市场	市场环境秩序提升指挥部	运河区商务局 运河区城管局 运河区市场监管局	运河区	李瑞华 于杰 韩宏江	罗静雅 张树林 柳晖	王建忠 赖德培 闫春宝 宋文庆	88	
9	便民疏导街明珠商贸城精品馆	市场环境秩序提升指挥部	开发区综合行政执法局	开发区	孙玉贵	于中宝	周海生	88	
10	千童菜市场	市场环境秩序提升指挥部	新华区商务局	新华区	李瑞勇	李志飞	刘浩	88	
11	浩利便民菜市场	市场环境秩序提升指挥部	小赵庄乡	新华区	魏鑫	田明军	陈广成	87	
12	光荣路便民市场	市场环境秩序提升指挥部	运河区城管局	运河区	于杰	张树林	李宇宁 张茂国	87	
13	冀沧果品批发市场	市场环境秩序提升指挥部	运河区城管局	运河区	于杰	张树林	吴卫卫 陈杰	87	
14	育红路菜市场	市场环境秩序提升指挥部	运河区城管局	运河区	于杰	张树林	赖德培 杨文贺	87	
15	惠之鲜农贸市场	市场环境秩序提升指挥部	新华区商务局	新华区	李瑞勇	李志飞	刘浩	87	
16	四合菜市场	市场环境秩序提升指挥部	运河区商务局 运河区城管局 运河区市场监管局	运河区	李瑞华 于杰 韩宏江	罗静雅 张树林 柳晖	王建忠 韩书成 相佳良 尹广东	86	
17	交通大街便民市场	市场环境秩序提升指挥部	建北办事处	新华区	桂文艳	边国强	高婷婷	86	
18	盛国农贸市场	市场环境秩序提升指挥部	运河区城管局	运河区	于杰	张树林	冯鼎硕 闫春宝	85	
19	物华市场	市场环境秩序提升指挥部	东环办事处	新华区	孙亚英	黄平立	马新民	85	



征稿启事

本报民生新闻版面开办的《草野事·民生情》栏目,受到了广大读者的欢迎。本栏目虽然表现的是草野之事,反映的却是民生之情。本栏目以记叙为主,无需过多评论;务求简短、言之有物;务必真实,不虚构、不夸大。我们尊重表达的权利,相信真实的力量。

我们期待收到来自不同地方的故事,倾听来自不同行业群体的声音,尤其欢迎来自基层细节生动的故事,小中见大、滴水见太阳。我们愿用有限的版面,撑起一方公民发言的舞台。

来稿请注明《草野事·民生情》专栏,邮箱:czrbmsxw@163.com。



- 曹广欣 13833726801
- 贾世峰 18633723378
- 周洋 15373303138
- 韩学敏 13303177581
- 胡学敏 13303177569
- 邢程 18403078228
- 李佳芳 13315793900
- 孙杰 18631707181
- 李智力 18211153012

欢迎提供新闻线索