

欢度国庆·情暖中秋

昌吉市和畅园社区:

扬中华传统 品文化中秋

本报讯 记者喻兰、通讯员陈博报道:9月26日,昌吉市建国路街道和畅园社区在和畅园小区举办了“扬中华传统 品文化中秋”活动,各族居民欢聚一堂,喜迎中秋佳节。

活动内容丰富多彩,既有歌舞、戏曲表演,还有健康知识和防范电信网络诈骗专题讲解,同时还穿插中国传统文化和全国文明城市创建知识问答。

活动中,和畅园社区的3支文艺队轮番上台,为居民表演了麦西来甫、筷子舞、扇子舞等,还带来了经典歌曲演唱和戏曲表演,赢得了现场居民阵阵掌声。

此外,和畅园社区还邀请昌吉州人民医院的医疗专家从脑卒中基础知识入手,向居民重点讲解了如何预防脑卒中等相关知识。

居民李万年说:“今天的活动内容很多,我们观看了精彩的歌舞表演,还



9月26日,昌吉市和畅园社区举办“扬中华传统 品文化中秋”活动。图为社区文艺队为居民表演舞蹈。本报记者 喻兰 摄

学到了很多知识,州人民医院的医生还为我们义诊。社区活动搞得很好,我

们生活很幸福。希望以后像这样的活动多多益善。”

昌吉市星光社区:月饼DIY 用心传递爱

本报讯 记者于瑶报道:为弘扬中华优秀传统文化,增进居民邻里感情,9月27日,在昌吉市建国路街道星光社区吉祥花园小区,一百多位辖区居民齐聚一堂,开展“浓情中秋 欢度国庆”文艺活动。

记者一走进大楼就听到了热闹的音乐声,会议室桌上摆着苹果、香蕉和葡萄。吉祥花园幼儿园的小朋友正在为参加活动的居民表演节目。“张岩一家亲”爱心团队负责人张岩现场为

大家分发手工花馍,并为8位80多岁的老人送上了月饼。

“感谢社区邀请我来参加中秋活动,社区的工作人员会时常给我们打电话,关心我们的生活,让我们心里太温暖了。”79岁的星光社区居民李岩说。

最受居民欢迎的当属冰皮月饼教学环节,星光社区吉祥花园小区工作人员早早准备好了制作冰皮月饼的用具,还特意备下了豆沙、五仁、玫瑰花

和乳酪等十种月饼馅料。在认真听完烘焙师讲解的月饼制作步骤后,居民们戴起手套,按照讲解,开始一步步学习制作月饼。揉面团、包馅、压模成型……大家你一言我一语边聊边做,互相展示着自己的成果。

星光社区党委书记扇淑婷表示:“举办这次活动就是想让社区居民进一步感受中秋节的文化魅力,丰富居民的精神文化生活,加强邻里沟通交流,培育健康和谐新风尚。”

情暖中秋 爱心月饼送老人

本报讯 记者王昱骅报道:“各位村民,早上好。爱心企业为辖区老人准备了月饼,请大家下午来活动室免费领取。”9月22日10时,昌吉市小三

四工二村村民李万友收到了居民微信群里的消息。16时,新疆中佳建筑安装有限公司工作人员准备了200多份月饼等候在村活动室,为村里老人送

上中秋节的问候与祝福。

村民们喜笑颜开,连声道谢:“这几年我们总收到爱心企业送来的中秋礼物,感谢他们对我们的关心。”



9月25日,在中秋佳节到来之际,昌吉怡霏爱心公益团队志愿者携手昌吉州福昌社会工作服务中心工作人员,一同走进昌吉市消防救援大队开展庆中秋活动。活动现场,大家围在一起做月饼、猜灯谜、看歌舞表演,共庆中秋佳节。

本报记者 付小芳 摄

信息快递



治理电视“套娃”收费和操作复杂工作

推动用户看电视更简单、更舒心

记者9月26日从国家广播电视总局获悉,治理电视“套娃”收费和操作复杂工作开展一个多月以来,试点地区多措并举推动治理工作取得良好成效,让老百姓看电视更简单、更舒心。

如何让用户更加便捷地“开机看直播”,是治理电视操作复杂的重点。有用户曾做过统计,开机后想进入直播频道,最多需要操作11步。现在,在很多试点地区,“开机看直播”已经变成现实。

例如,北京已有500多万歌华有线用户实现“开机看直播”。浙江华数传媒公司基本完成4K智能终端、高清终端产品的设计和开发定版工作,开机20秒无操作自动进入全屏直播界面。上海、广东、山东累计升级近500万存量终端,实现“开机看直播”。

收费包多、收费主体多、收费不透明等问题,是群众反映的电视“套娃”收费问题所在。据悉,治理工作开展以来,电视收费包少了,免费专区多了,用户的收看体验也得到明显提升。

在湖南,中国广电湖南公司上线免费内容专区,助力银发族实现“看电视自由”;在上海,上海移动IPTV对收费页面进行优化,为收费节目目标明标识,增加了单片付费专区入口、免费专区入口以及频道直播回看入口……

记者了解到,有关部门在下大力气治理电视“套娃”收费和操作复杂问题的同时,也注重加大优质节目供给。在即将到来的中秋、国庆假期,有关部门将统筹协调全国广播电视台提供多样化、高质量的荧屏内容,丰富假日视听体验。

来源:新华社

辟谣



长痘是因为吃辣椒?

中秋节、国庆节来临,和三五好友烧烤、吃火锅是时下不少人的选择,今天就来聊聊关于吃辣的话题。但在这之前,咱们先说一说关于长痘的那些事儿。皮肤长痘是让人很恼火的一件事,不挠着闹心,挠破了容易留疤,左右对颜值都是很大的伤害。

我们常在饭桌上听到这样的说法:“我最近脸上爆痘了,可不能吃辣,吃完又得长。”这时候大家可能会有个疑问:吃辣为什么会会长痘?吃辣跟长痘之间到底有没有关系?

其实,吃辣和长痘之间并没有什么联系,反而有研究指出,辣椒里的辣椒素对治疗痤疮有好处。并且,在最新修订的第2019版《中国痤疮治疗指南》里也没提到不吃辣能预防痤疮,只是说:限制高糖和油腻饮食及奶制品,尤其是脱脂牛奶的摄入,适当控制体重、规律作息、避免熬夜及过度日晒等均有助于预防和改善痤疮发生。

说到这里,可能又会有疑问,为什么每次吃完辣的东西,脸上的痘痘都会马上蹦出来?这是因为,吃辣会让本来不太明显的痘痘因为“辣”的刺激变得更红,看起来也就更明显一些。而且咱们印象中那些辣的食物:红油火锅、水煮肉片、辣子鸡丁,这些比较辣的食物往往都会伴随着高糖高脂。这些所有因素综合起来,才是皮肤爆痘的主要原因。

所以,下次可不要把长痘怪给辣椒了,少吃一些油腻、高糖分的食物,养成规律的作息习惯,才是防止爆痘的关键。

来源:学习强国