

让优秀传统文化更好加持“心动怀川”

本报记者 王玮萱

7月8日,一批来自中国传媒大学、河南理工大学等省内外高校师生走进修武当阳峪金谷轩绞胎瓷研发基地开展研学活动。师生们一边参观,一边深入了解绞胎瓷文化,不时发出赞叹。参观结束后,师生们又在绞胎瓷烧制技艺国家级非遗传承人柴战柱的指导下,实操绞胎瓷手工编织技艺。

一位来自中国传媒大学的教授告诉记者:“今天上午,我们在陈家沟打太极拳,下午又在当阳峪做了绞胎瓷,深厚、优秀的焦作文化让我们的旅程变得愉快,为焦作印象加分。”

高校师生研学活动刚刚结束,又一批小规模省外研学团队走进当阳峪金谷轩绞胎瓷研发基地。柴战柱告诉记者:“近两年来,基地每天都会接待规模不等的研学团队。对游客而言,来焦作就要看一看焦作的代表性文化符号,这才不虚此行。”

不只当阳峪金谷轩绞胎瓷研发基地。近年来,随着研学游市场日益火爆,温县陈家沟学太极、沁阳神农陶研学基地学黑陶烧制技艺、博爱竹林里学竹器编织、武陟黄河边上学吹黄河泥塑……可以说,焦作优秀传统文化的崛起,挑起了焦作研学游市场的大梁。

由此可见,焦作优秀传统文化的力量已经在文旅市场凸显,且这种力量正在被持续加强。

在刚刚结束的焦作市第十二届委员会第八次全体会议上,“优秀传统文化的力量”一再被强调、重视。

根据焦作市第十二届委员会第八次全体会议精神,我市将持续推动文化遗产保护传承。扎实推进第四次全国文物普查,加快推进万里茶道太行沁阳段联合申报世界文化遗产、沁河广利渠申报世界灌溉工程遗产项目,大力实施古民居、古建筑抢救性工程,积极推动黄河、大运河国家文化公园(焦作段)建设,争取更多



高校师生在当阳峪金谷轩绞胎瓷研发基地学习制作绞胎瓷。

本报记者 王玮萱 摄

工业遗产成功入选国家、省工业遗产名单。

我市将加强文博场馆、文化场馆景区化建设,加大文博文创产品开发力度。加快太极拳高质量保护和推广,推进“四大怀药”立法进程。实施“非遗点亮计划”,推动非遗与旅游深度融合。依托我市“七大文化标识”,深化文化文艺精品打造工程。

我市将组建“讲好焦作故事”专班,梳理故事脉络,挖掘文化内涵,加快资源转化,推动文化人景、文化润景、文化成景,全新推出山水、红色、美食、乡村、康养之旅等精品线路,辐射带动全市文化设施、文化场所、文化景区、文化场景上档升级。我市出台《焦作市文化和旅游产业链群建设三年行动方案》,加快推进市文化艺术中心、山阳古城

片区、太极·蜜雪文旅融合示范区等重点文旅项目建设。

“心动怀川”如何令人更心动呢?看来焦作优秀传统文化还应多加柴。

看的是山水,品的是文化,留下的是“心动”。

多年来,许多关注焦作文旅产业发展的各界人士仍在感慨:“焦作是全国知名的煤城,这要走到老井架下才能看见;焦作曾是‘瓷都’,这要走进陶窑文化遗址才能看见;焦作是诸多历史文化名人故里,这要走进韩园、朱载堉、李商隐、许衡纪念馆才能看见。然而,许多焦作丰厚的历史文化遗产至今仍是未出窑的金子,难得一见,很难一品。”

采访时,柴战柱有感而发。他说,在南阳不看不买玉器没到过南阳,在洛阳不看不买唐三彩没到过洛阳,这都是当地最知名的文化品牌。而游客也应有“在焦作不看不买绞胎

瓷没到过焦作”的感受。

河南理工大学“草帽教授”、“感动中原”年度教育人物陈兴义十几年如一日深入焦作特色乡村调研。他说:“优秀文化的力量是无穷的,有时只需要一个好点子、一个有力的支点,就能带动一方百姓致富,就能成为游客来此地旅游的兴奋点。”

焦作文化研究者宋宝塘说:“焦作的好东西太多了,关键是我们能否将其连点成线,形成品牌,整体包装向外推介。游客来焦作看的不仅仅是山水,深度游焦作的背后是焦作优秀传统文化力量的深层觉醒。”



博爱县博物馆正在征集文物 “万里茶道”文物被列入征集范围

本报讯(记者王玮萱)近日记者获悉,博爱县博物馆正在面向社会广泛征集文物,以进一步丰富和充实文物数量以及陈列展览实物。

记者注意到,此次文物征集范围主要分“博爱记忆”、国保石佛滩相关文物、太行山文化石刻、“万里茶道”相关文物等。

“博爱记忆”主要是反映博爱县历史变迁、民俗活动、重大事件的老照片、胶片、录像、服饰、日记、书信等文物,以及记载博爱县历史的方志、档案、地图及家族谱牒等文物;国保单位石佛滩文物主要征集太行山南麓未收录的石刻、岩画,以及反映古代交通、军事、商旅活动、水利建设等文物。同时,关于青天河摩崖石刻、石佛滩造像的学术

记录也在本次征集之列。据了解,此次征集方式以无偿捐赠、借用与代管为主。对无偿捐赠文物,经专家鉴定符合馆藏标准的,博爱县博物馆将对捐赠者颁发证书,在陈列时标注捐赠者姓名、捐赠时间。该馆将对所有征集入藏的文物藏品与资料,进行科学保护、安全管理。

所征集文物藏品和资料必须是原件。文物、藏品、资料的拥有人应保证所提供文物、藏品、资料的合法性、真实性,对提供的文物、资料有完全处置权。捐赠者在报送文物、藏品、资料信息时需注明姓名、电话、住址等信息。

作为万里茶道太行沁阳段申报世界文化遗产的重要点,博爱县博物馆此次文物征集将“万里茶道”相关文物列入其中。其主要征集内容包括与茶道贸易相关的商号印章、茶叶包装、运输器具、贸易契约等,以及记录茶道驿站、商旅活动文献、地图及影像资料等。

据了解,此次征集方式以无偿捐赠、借用与代管为主。对无偿捐赠文物,经专家鉴定符合馆藏标准的,博爱县博物馆将对捐赠者颁发证书,在陈列时标注捐赠者姓名、捐赠时间。该馆将对所有征集入藏的文物藏品与资料,进行科学保护、安全管理。

所征集文物藏品和资料必须是原件。文物、藏品、资料的拥有人应保证所提供文物、藏品、资料的合法性、真实性,对提供的文物、资料有完全处置权。捐赠者在报送文物、藏品、资料信息时需注明姓名、电话、住址等信息。

市图书馆百科知识擂台赛 将走进陈家沟

本报讯(记者王玮萱)记者从市图书馆了解到,第三期市图书馆百科知识擂台赛将于本月26日在陈家沟中国太极拳博物馆举办,并在线上同步直播。

市图书馆工作人员告诉记者,市图书馆百科知识擂台赛——百科知识擂台赛由市文化广电和旅游局主办、市图书馆承办,旨在提升市民文化素养,展现知识魅力,促进文化交流。此次擂台赛约请温县陈家沟,赛前活动组织方将带领参赛选手参观陈家沟中国太极

拳博物馆,一同体验武术智慧与百科知识的交融,感受天人合一的太极智慧。

据悉,市图书馆百科知识擂台赛于今年3月开赛,每两个月举办一期。市民可关注焦作市图书馆微信公众号以个人形式参赛。

截至目前,该擂台赛已成功举办两期,2025年预计举办6期,前5期产生的10名擂主进入年度擂主争霸赛,争夺2025年度总冠军。擂台赛内容主要是天文、地理、物理、化学、历史、文学、生活常识、焦作历史人文等。

焦作中医大讲堂

“躯体化障碍”上热搜 中医帮您调理恢复

——焦作市中青年名中医谢静红为您支招



焦作市中青年名中医、焦作市中医院睡眠医学中心主任、脑病科二区主任谢静红。 本报记者 陈天昊 摄

专家简介

谢静红,焦作市中青年名中医、仲景国医传人、焦作市中医院睡眠医学中心主任、脑病科二区主任、主任中医师。任河南省中西医结合专业副主委、焦作市神经心理学会副会长。擅长中西医结合治疗失眠、抑郁、焦虑、眩晕、头痛、痴呆、抽动症、中风及帕金森病等运动障碍为主要表现的神经内科杂病。曾获焦作市科技成果二等奖两项,焦作市“三八红旗手”等荣誉。

方剂: 栀子甘草饮、百合地黄饮、甘麦大枣饮
主治: 疏肝解郁,滋阴清热,养心安神

【专家支招】

谢静红:各位网友大家好!“躯体化障碍”是身体多个脏器的不适加上失眠、焦虑等多种心理障碍为表现的一类疾病,是广泛性焦虑的一种表现形式,在中医称为“郁病”“百合病”“脏躁病”。因表现形式多样,病人往往就诊于不同的科室,如神经内科、心血管科、消化科、精神科,甚至到外科、疼痛科就诊,往往因诊断不清而误诊。临床表现为失眠、头晕、情绪低落、心烦、心慌、胃部不适及肋部疼痛、腹胀、呃逆、乏力、怕冷、潮热、出汗等。多见于青少年、更年期女性、中老年、产后及大病体弱之人,中医认为本病属于阴阳失调、气血逆乱、心神不安所致。“郁病”的核心病机为情志不舒,肝气瘀滞。“百合病”的核心病机是心肺阴虚、百脉失养。“脏躁病”的核心病机是心肝血虚,神不内守。其共同表现为失眠、头晕、乏力、急躁、心烦、欲卧不卧、欲食不食、口干、悲伤欲哭。

中医治疗以疏肝解郁、滋阴清热、养心安神为主,需在专科医生的专业指导下具体治疗。在这里给大家推荐3个简单有效的食疗方法:1. 栀子甘草饮疏肝清热:栀子10克,甘草5克煮水当茶饮。2. 百合地黄饮滋阴清热:百合30克,鲜地黄50克煮水当茶饮。3. 甘麦大枣饮甘润缓急:浮小麦70克,甘草12克,大枣5枚煮水当茶饮。

在这里我也提醒大家,“躯体化障碍”会对患者的学习、生活、工作造成一定的影响,当难以判断或病情加重时,我们还是需要到正规的医院进行专业的诊断和治疗。

【主播结语】

本期节目焦作市中青年名中医谢静红为大家带来的调理“躯体化障碍”的茶饮方剂,在生活中当我们发现身体莫名其妙的不舒服又查不出原因时,我们应该停下来,调理好自己的情绪,也照顾好自己身体。更多节目详情,欢迎大家关注焦作日报全媒体平台,我们下期节目再见。



扫码看视频



谢静红为患者把脉问诊。

本报记者 陈天昊 摄

- 策划:曾琳琳
- 脚本执笔:韩笑
- 录制:陈天昊 石媛媛
- 摄影:陈天昊
- 技术:刘佳 赵银岷
- 剧务:王雪静
- 链接:登录焦作网 www.jzrb.com 进入网络直播收看本期节目,同时请关注焦作日报全媒体矩阵。

网谈聚焦

以法治之力 护“头顶安全”

本报记者 朱颖江 实习生 王云鲲 申贝妮

长期以来,高空抛物严重威胁着公众的人身和财产安全。从高空坠落的物体,小到烟头、果皮,大到花盆、砖石,哪怕是看似微不足道的物品,在重力加速度的作用下,都可能成为致命凶器。

此类事件屡见报端,引发社会广泛关注与担忧。

6月27日,十四届全国人大常委会第十六次会议表决通过新修订的《中华人民共和国治安管理处罚法》,自2026年1月1日起施行,其中一大亮点便是将高空抛物明确增列为妨害公共安全的行为。根据新法,从建筑物或者其他

高空抛物物品,有危害他人人身安全、公私财产安全或者公共安全危险的,处五日以下拘留或者一千元以下罚款;情节严重的,处十日以上十五日以下拘留,可以并处一千元以下罚款。

此前,对于高空抛物行为,《中华人民共和国民法典》明确规定禁止从建筑物中抛掷物品。当发生高空抛物致人

损害时,受害者可依法向侵权人索赔。《中华人民共和国刑法》也将情节严重的抛物行为列为犯罪。然而,在现实生活中,大量高空抛物行为尚未达到《中华人民共和国刑法》所规定的“情节严重”程度,却又实实在在地对他人人身安全、公私财产安全或者公共安全构成危险,这类行为长期处于法律规制的

相对模糊地带,难以得到有效惩处。

新规精准填补了此前法律体系在此方面的空白,与《中华人民共和国民法典》《中华人民共和国刑法》共同构建起民事、行政、刑事全方位梯度治理体系。

新规定一经公布,网友们纷纷点赞。网友表示,新规明确的治安处罚规定,让那些只要实施高空抛物行为,即便未造成严重后果,也将面临法律制裁,形成有力威慑,从而有效遏制此类不文明且危险行为的发生。

网友“木林森”:我想了解一下献血前应注意哪些事项?请市中心血站的同志给讲解一下。

市中心血站:献血前,请注意以下几个方面:

- 1.《献血法》规定献血者年龄通常为18周岁至55周岁。男子体重≥50kg,女子体重≥45kg。
- 2.有传染性疾病、重要器官有严重疾病、地方病等都不能献血,感冒、有炎症或女性例假前后三天等情况下要暂缓献血。
- 3.献血前一周不要服药。
- 4.饮食清淡,食物应少脂肪摄入,勿空腹献血。献血前一天和当天可按往常的饮食习惯进餐,但以低脂肪为宜,不要吃像油条、牛奶、肉类、脂肪之类的油腻食品,进食太油腻会影响血液质量,暂不能献血。
- 5.献血前一天和当天不饮酒,尤其是不饮烈性酒。
- 6.献血前一晚保证充足睡眠,不宜做剧烈运动。
- 7.必须带好本人真实有效的证件(居民身份证、护照、驾驶证等)。
- 8.认真阅读献血知识,消除紧张心理,形成有力威慑,从而有效遏制此类不文明且危险行为的发生。

褚新建 整理

关注无偿献血

献血前应注意哪些事项



扫码看视频