

中外友人 共迎中秋 爱心月饼 温暖佳节



外国友人学习制作月饼。



盲人按摩师领取爱心礼盒。

本报讯(YMG全媒体记者 钟嘉琳 通讯员 王云竹 许洁依 摄影报道)昨日,由烟台市人民对外友好协会、芝罘区委宣传部主办,烟台市保利大剧院管理有限公司承办的“中外文化交流面对面”中秋活动在烟台妇女爱婴慕工坊举行。数十名在烟台外籍人士及中外婚姻家庭成员齐聚一堂,体验月饼制作技艺,共话中秋传统文化。

“中秋节又称月圆节,月饼象征着团圆和睦,是中华优秀传统文化的重要组成部分。”活动伊始,主持人向中外嘉宾介绍了中秋节的由来及月饼的文化意义。来自法国的Charmean Jack表示:“之前我只知道中秋节要吃月饼,但并不了解其中蕴含的深厚文化意义。”在体验环节,面点师傅详细演示了冰皮月饼的制作全过程。冰皮的制作需要把糯米粉、粘米粉、澄粉等材料按比例调配,加上糖、油和牛

奶,混合搅拌后蒸熟。从和面、包馅到压模,面点师傅一边演示一边讲解制作要点。

“在我的国家,也有类似的团圆节日,中秋节的独特之处在于它强调月圆人团圆的理念,以及月饼这种特有的节日食品。”来自菲律宾的Ari-anne Joy Castillo说。活动最后,大家手捧作品合影留念,镜头定格了一张张笑脸,见证了这次中外文化交流的美好时刻。

“中秋节承载着团圆和睦、家国情怀的深厚文化内涵,是展现中华优秀传统文化、讲好中国故事的重要载体。”烟台市人民对外友好协会副会长左亚林表示,这次活动通过体验月饼制作,让在烟台外籍人士更直观地了解了中国传统文化,深化了中外文化交流互鉴。下步,市对外友协将积极举办各类文化交流活动,增强在烟台外籍人士对中华文化的认知与情感联结。

本报讯(YMG全媒体记者 杨春娜 摄影报道)小院里热气腾腾,饺子香夹杂着欢声笑语,环卫工人围坐一堂,大口吃着饺子,芝罘区的这个小小的角落里,暖意流动。

9月29日上午,秋日阳光洒进芝罘区益暖小院。一场暖心的捐赠仪式在这里举行。芝罘区道德先锋志愿队与区政协侨联特邀组联合,为困难群众和环卫工人送去了中秋的温暖。

记者来到现场时,爱心物资已堆满了小院一角。爱心企业捐赠的100盒营养礼盒和100盒月饼整齐码放,志愿者孔德娟个人出资1000元购买了100斤月饼。

很快,芝罘区盲协几位盲人按摩师,奇山街道和东山街道部分社区贫困居民,以及中环洁、奇山道路的环卫工人陆续来到这里,从爱心人士手中接过月饼和营养礼盒。“逢年过节,经常有爱心人士送来温暖,让我们充满

了力量,将清扫出更整洁的城市环境。”一位环卫工人说。

上午9点,烟台小船靠岸食品有限公司送来了300多斤饺子和鲅鱼馅儿。志愿者们立即忙碌起来,和面、擀皮、包馅,动作娴熟如行云流水。

中午11时分,第一锅饺子出炉。“饺子来喽!”随着志愿者一声吆喝,热腾腾的饺子被端上桌。忙碌了一上午的环卫工人们围坐在一起,脸上洋溢着笑容。“饺子很美味,感觉心里很温暖。”一位双手捧着饺子的环卫工人笑着说。活动当天,爱心人士还走访了6户家庭。

“环卫工人是城市的美容师,我们想通过这样的活动,向他们表达敬意。”芝罘区政协侨联特邀组组长李洪杰告诉记者。“我们连续十几年举行爱心活动,向困难群体和环卫工人捐赠物资。”道德模范孔德娟说着,不断招呼环卫工人多吃点。

国庆出行若遇健康“小插曲”怎么办?

8个锦囊 为您保驾护航

国庆假期将至,不少市民已规划好行程,准备畅游山水。然而,旅途中山车、失眠、腹泻、疲劳等健康“小插曲”常让人措手不及。如何用自然、便捷的方法缓解不适?烟台毓璜顶医院中医科副主任邵丽结合中医千年智慧,为您送上8个健康锦囊,从预防到应急处理,助您安心出行。

锦囊一:晕车晕船,内关穴来帮忙

“上车前按揉内关穴(腕横纹中点上2寸)3分钟,或切一片生姜贴于肚脐(神阙穴),能有效预防晕车。”邵丽介绍,若途中出现头晕恶心,可顺时针按揉太阳穴,或闻新鲜橘皮香气提神醒脑。

锦囊二:水土不服,天枢穴+姜苏茶

假期出游,环境变化,品尝生冷美食等易引发呕吐、腹泻。邵丽建议,每日按揉天枢穴(肚脐旁开2寸)、内关穴2次,每次3分钟;腹泻时可用艾灸或热敷天枢穴15分钟,操作过程要避免烫伤,或取生姜3片、紫苏叶5克焖泡代茶饮,散寒止泻。

锦囊三:消化不良,中脘穴+消食茶

“暴饮暴食后按揉中脘穴(肚脐上4寸),每日3次,每次2分钟,配合顺时针摩腹,可健脾和胃。”邵丽补充,若积食腹胀,可用陈皮、焦山楂、焦神曲、焦麦芽各10克煮水代茶,助消化、解油腻。

锦囊四:失眠焦虑,神门穴+安眠穴

换床难入睡?邵丽指出,按揉神门穴(腕横纹小指侧)3分钟,配合深呼吸,能宁心安神;点按安眠穴(后颈部,翳风穴和风池穴连线中点)至酸胀感,或使用助眠贴,亦有助于改善睡眠。

锦囊五:急性腹泻,神阙穴艾灸应急

若突发腹泻,可艾灸或热敷神阙穴(肚脐)20分钟,操作过程要避免烫伤,或服用藿香正气水。邵丽提醒:“此法适用于寒湿型腹泻,若症状持续需及时就医。”

锦囊六:便秘困扰,摩腹+蜂蜜陈皮茶

旅途作息改变易致便秘。邵丽建议,每日顺时针摩腹5分钟,按揉支沟穴(腕背横纹上3寸,尺骨与桡骨间隙中点)3分钟,通调肠道;或用蜂蜜两大勺、陈皮2克煮水代茶,润肠通便。

锦囊七:疲劳恢复,涌泉穴+艾叶泡脚

游玩后腰酸腿软?按揉涌泉穴(足底前1/3凹陷处)、委中穴(腘横纹中点)5分钟;疲劳时捏肩井穴10次,或用艾叶、红花煮水泡脚,活血解乏。

锦囊八:免疫力提升,大椎穴+防感冒

温差大易感冒,按揉大椎穴3分钟可增强免疫力。邵丽分享:“若轻微发热,可刮痧风池穴至出痧,或用生姜、苏叶、红糖泡饮,散寒解表。”

邵丽强调,上述方法仅适用于常见轻度不适,若症状持续或加重,应及时就医。她表示:“中医讲究‘治未病’,出行前做好防护,旅途中巧用穴位和食疗,能让假期更轻松健康。”

YMG全媒体记者 刘晋
通讯员 李成修 王婧

拟投入县际以上客运班车450余辆,旅游包车1000余辆 我市全力护航出行路

本报讯(YMG全媒体记者 杨春娜 通讯员 于天洋 郭磊)中秋国庆假日期间,预计全市道路、水路旅客出现同比增加,全市交通运输系统多举措强化运输保障,护航群众便捷平安顺畅出行。

统筹安排运力。道路运输方面,全市拟投入县际以上客运班车450余辆,旅游包车1000余辆;全市日均组织公交车4000余辆、出租车5000余辆,抽调50辆大型客车作为机动运力应对客流高峰。加强城市公共交通、出租运力与火车站、机场、码头等交通枢纽的运输衔接。水路方面,全市拟投入客(滚)船47艘,其中,烟台至大连航线投入客滚船19艘;蓬莱至长岛航线投入客(滚)船26艘;中韩航线投入2艘客滚船。

针对假期车流量“前期急剧攀升、持续高位运行、返程多点发散”的总体特征,运营单位在通行压力较大的高速公路出入口和国省干线公路事故易发路段制定“一点一案”,设置清障点,做好路面保畅工作。在机场、烟台站、城铁南站、芝罘站、烟台港客运

站等主要客运场站,派驻交通枢纽管理组,安排交通执法人员现场值守,根据现场情况及时调配运力,保障旅客及时疏运。加强节日运输市场监督管理,依法从严查处非法营运等违法违规行为。

交通部门依托12345热线、12328交通服务热线等,进一步畅通群众意见反馈渠道,做好群众咨询、出租车和网约车服务管理、失物查找等工作。相关运输企业加强交通场站环境整治和运输工具卫生清理,强化工作人员技能和礼仪培训,拓展志愿服务,为旅客提供文明、热情的出行服务。

假日期间,交通部门深入开展安全生产大检查,严格落实客运站“三不进站、六不出站”等安全规定,强化“两客一危”重点营运车辆的动态监管;严格落实客滚船运输的安检、车辆绑扎、实名制售票和旅游船安全管理措施,严查非法夹带危险货物行为。运输企业和相关运营单位在售票大厅、收费站、公路沿线信息显示牌等部位,及时发布气象和路况信息,引导群众提前规划、合理选择出行方式。

烟台车务段再迎“双节”假期

预计发送旅客近158万人次

本报讯(YMG全媒体记者 张孙小娱 通讯员 吴洲源)记者从中国铁路济南局集团有限公司烟台车务段获悉,2025年国庆假期铁路运输期限为9月29日至10月10日,共计12天。烟台车务段预计发送旅客158万人次,日均13万人次,较2024年同期增长2.4%,高峰日为10月1日,预计发送超过16.6万人次。

长线游、深度游出行意愿强烈

9月30日至10月2日、10月7日至9日,假期首尾客流相对集中。省内客流主要集中在济南、淄博、青岛、曲阜等地,跨省客流以去往北京、天津、上海、郑州、石家庄、太原等方向为主。

今年中秋节与国庆节假期无缝衔接,形成8天超长假期,探亲流和旅游流都将得到充分释放,公众“长线游”“深度游”出行意愿强烈,客运市场保持良好增长态势,出行总量大,客流高峰日有望再创新高,部分时段客流高度集中。

针对客流特点,烟台车务段结合实际制定旅客运输组织细化措施,落实好安全服务举措以及增运挖潜有关要求,全力做好双节假期旅客运输组织工作。

合理分布运能,优化服务体验

为满足旅客出行需求,国铁济南局全面启动高峰期运行图,密切关注客流变化情况,精准投放运力,除图定高峰线外,双节期间加开威海至上海虹桥D4330/27、D4328/9次1对;青岛北至威海C9661/C9662次1对;威海至青岛北D9436次0.5对;临沂北至烟台西G5372/3/2 G5371/4/1次1对;曹县至威海K5536/3次、威海至菏泽K5538/9次1对,全力保障假日期间运力供应。

烟台车务段各车站全面优化换乘流线,及时增派引导人员、合理调整进站安检通道,减少旅客等候时间;加强站台巡视和引导,对客流量大的列车,及时分流,保障旅客乘降顺畅;提高服务水平,进一步完善重点旅客、商务座旅客、军人旅客服务措施,满足差异化、适老化服务需求。部分车站还在客流密集时段,开展青年志愿服务;做好重点旅客预约、遗失物品找回等便民措施;为旅客提供引导、咨询、帮扶等贴心服务。

铁路部门提示,利用互联网或手机客户端购票的旅客,请通过官方渠道购票,以保护个人信息安全、维护自身合法权益。假期铁路客流较大,请旅客朋友合理安排行程,错峰出行。



龙口推出国庆文旅“大餐”

总有一款适合你

本报讯(YMG全媒体记者 王军华 通讯员 丁晓辉)金秋送爽,丹桂飘香。国庆与中秋双节同庆之际,龙口市精心策划推出一系列内容丰富、形式多样的文化旅游活动。从景区主题庆典、田园牧歌体验到潮流露营、非遗手作,全方位满足市民游客多样化的假期需求,让大家在欢声笑语中感受节日的喜庆与龙口的独特魅力。

作为龙口文旅的核心地标,南山旅游景区将打造一场全民参与、家国情怀浓郁的节日盛宴。《我和我的祖国》大合唱点燃全场热情,红气球与地爆球同步放飞,传递对祖国的美好祝福;曲艺杂耍专场带来人体力量、水流星、川剧变脸等绝技,华服旗袍走秀、竹竿舞、海阳大秧歌等民俗表演轮番登场,让游客沉浸式体验传统文化;中秋创意打卡区、“中秋仙子”送月饼等活动传递团圆温情,国潮热舞快闪、琴乐雅集、汉服巡游等三十多项活动贯穿假期,实现“天天有精彩,时时有乐趣”。

南山健康游乐小镇同步开启欢乐模式,奇幻冒险寻宝、红色记忆挑战赛、国庆主题打卡墙等互动活动吸引游客参与;10月1日全新开业的腾龙乐园,汇聚恐龙主题体验、六环过山车、双层木马等游乐设施,成为亲子家庭与年轻群体的新晋打卡地;百花园225亩花海绚烂绽放,森林公园绿意盎然,为游客提供亲

近自然、放松身心的休憩空间。

现代农业与休闲旅游的深度融合,为龙口文旅注入新活力。黄山馆镇格润富德农牧科技景区以“科普观光+主题游乐”为特色,游客可近距离观摩现代化养殖与牛奶加工流程,沉浸式感受农牧文化;全新开放的“牛嘟嘟无动力主题乐园”,集萌宠互动、滨水露营、无动力游乐于一体,成为家庭游的优选目的地。

潮流露营成为假期出行新选择。七甲镇前迟家村星空露营地支持游客自带装备扎营,提供场地举办音乐会、主题沙龙,并设置农产品销售摊位助力乡村振兴;石良镇石山赵家露营地配套设施齐全,承接亲子活动与企业团建,让游客在户外体验中远离城市喧嚣。

非遗手作活动则让传统文化焕发新生。景瓷轩推出陶艺手作体验,专业老师现场指导创作,游客可在完成作品后参与庭院品茶、休闲健身;允霞手工非遗坊免费开放龙口线编、珠编、剪纸、布老虎手绘等体验项目,让市民游客在动手实践中传承非遗文化,感受传统技艺的独特魅力。

此次国庆假期,龙口市通过多元化文旅活动,串联自然景观、人文底蕴与现代潮流,既丰富了市民精神文化生活,也为外地游客搭建起了解龙口、走进龙口的桥梁,进一步推动当地文旅产业高质量发展。

招远市在丰收节上展示地名服务新成果

文化赋能庆丰收

本报讯(YMG全媒体记者 殷新 通讯员 秦志岭)招远市民政局充分发挥地名服务管理职能,将地名文化服务带进农民丰收节大户村主会场,通过设立专题展台、创新路牌设计等方式,深入展示地名文化与农业、农村、农民的深厚渊源,为丰收节注入浓郁的文化气息。

在日前举办的第八个中国农民丰收节主场活动大户村丰收节主会场,招远市民政局设立的“数字化地名服务”主题展台吸引了众多村民和游客驻足观看。展台通过视频介绍、老地名故事汇编、智慧路牌展示等形式,系统介绍了地名演变历史、地名命名规则及地名与当地农业生产、地理特征、民俗文化等内在联系,生动展现了地名作为文化载体所蕴含的丰富历史信息和集体记忆。

“此次展示是我们深化地名公共服务、助力乡村振兴的一次具体实践。”招远市民政局负责人介绍,地名不仅是地理标识,更承载着一方水土的历史文脉和乡愁记忆。让农民朋友了解地名背后的故事,能够增强其对

家乡的认同感和自豪感。”

尤为引人注目的是,招远市民政局专门为大户村设计打造了一批新颖实用的路牌设施,包括与乡村风貌相协调的仿古路牌和标准化的T型路牌。这些路牌不仅美观大方、指示清晰,更创新性地增设了二维码功能。村民和游客只需用手机扫描二维码,即可快速访问线上平台,详细了解该道路的历史沿革、大户村的村史故事、重要事件记载以及周边公共服务信息。

这种“智慧路牌”的建设,是民政局推动地名服务数字化、智能化转型的有益尝试,既方便了公众出行,又成为传播乡村文化、展示乡村形象的新窗口,有效提升了乡村地名管理水平。

招远市民政局负责人表示,下一步将继续深化地名文化建设,挖掘、保护、传承好乡村地名文化遗产,推动地名服务与乡村旅游、农业发展深度融合,让地名工作更好地服务基层、服务农民,为乡村振兴战略实施贡献更多民政力量。

2025年“数据要素×”山东分赛决赛结果公布

市救助中心获两项省级大奖

本报讯(通讯员 赵克 孙立华 杜保江)近日,由国家统计局、山东省政府指导,省大数据局等21部门联合主办的2025年“数据要素×”山东分赛决赛结果公布,烟台市社会救助综合服务中心(以下简称“救助中心”)申报的两项案例从全省3500项案例中脱颖而出,获数字机关赛道两项省级大奖。

救助中心单独申报的《烟台市打造民政一体化大模型应用体系,在全国率先实现社会救助人工智能辅助审批》斩获同赛道“优秀奖”。

作为全省民政系统首个AI应用案例,其依托大模型模拟审核5类救助待遇1000余人次,与人工经办一致率达86%,有效推动救助向数智化转型。

下一步,救助中心将持续完善社会救助家庭经济核对机制,提升数据质量与核对准确率,逐步推动AI应用从试点扩展至全市。

长岛开展有奖竞答活动

弘扬廉洁文化

本报讯(YMG全媒体记者 苗春雷 通讯员 范祯晔)近日,长岛综合试验区纪检监察工委组织开展了“清风同行 以学促廉”有奖竞答活动,弘扬廉洁文化,持续营造风清气正的良好氛围。

此次活动采取线上答题的形式,围绕新修订的《中国共产党纪律处分条例》,参与者登录“长岛号”APP从系统随机抽取