



幸福“食”光

本报记者 李铭 孙鑫

“今天的地三鲜看着就不错。”“这刚炒好的猪肝特别软，符合我们老年人口味。”……

1月15日11时许，通化市东昌区金厂镇和合社区的幸福食堂逐渐热闹起来，附近的老人陆续赶来等待“开餐”，助老福利让居家养老的老人尽享幸福“食”光。

“今天中午有炖豆腐、孜然肉片、韭菜炒鸡蛋……老人们喜欢吃软一点的食物，这炖菜可得多炖一会儿。”幸福食堂厨师王纪太挥动着锅铲，忙着出餐。

记者看到，这里环境干净整洁，工作人员按照菜谱每天中午准备20多道菜品，荤素搭配、营养均衡。老人们欢聚一堂，吃得津津有味，交谈声、欢笑声与饭菜的香味充盈着整个

食堂。

“好吃不贵，一顿饭就花几块钱，热菜、热饭、热汤吃得心里暖乎乎的，街坊邻居还能坐在一起聊天，子女放心，我们也打心眼儿里觉得幸福。”70岁的老人逢瑞景直说幸福食堂吃出了晚年“幸福味”。

幸福食堂负责人陈林一边忙着帮老人们打饭，一边告诉记者：“我们的菜品设置了1元、2元、3元等多个标准，保证大家几元钱就能吃饱、吃好。食材采购也是专人负责，不使用任何添加剂，保证菜品新鲜和安全，并根据老年人的饮食特点，多一些比较软的菜和汤，让大家吃得安心、舒心、顺心。”

11时30分左右，幸福食堂里的餐桌逐

渐坐满。记者发现，这里不仅让辖区内的老年人吃上了暖心健康饭，还吸引了许多周边的上班族。每天近300人“定点报到”。

“上班忙，没时间做饭，幸福食堂就很方便，菜品多，吃着也放心，在家里可做不到这么多菜。”居民杨洋在幸福食堂开心地享用午餐。

“小饭碗”装起大民生，“小食堂”托起大幸福。进入冬季，幸福食堂还与社区接力合作，60岁以上的老年人、残疾人等特殊群体都可享受优惠，90岁以上的老年人还能免费用餐。

“你看，今天中午打了3个菜，都是我

吃的，多好！这里不仅卫生，工作人员也热心，我们是赶上了好日子。”老人马纪文吃着饭，不时与记者分享用餐感受。

从“一餐热饭”到“多元服务”，社区里的幸福食堂集聚了生活气、烟火气、人情味，成为更多“家门口”服务的有效载体，承载着居民满满的幸福感。

“把食堂开进社区，让老人和周边群众‘尝’到实惠、‘吃’出幸福。这个春节，我们还将继续探索惠民举措，整合多方力量，为孩子们提供平台和资源开展各类有意义的教育活动，将养老服务与托育服务相结合，打造‘老幼共托’新模式。”和合社区党委书记陈健文说。

全国大学生长春冰雪社会实践活动启动

本报1月15日讯(张义彬 记者张和力)今天，2025年全国大学生长春冰雪社会实践活动暨长春籍大学生寒假“返家乡”社会实践活动启动仪式在长春举行。来自全国800多所高校的1706名大学生参与其中，开启青春与冰雪的碰撞之旅。

本次活动由共青团吉林省委指导，共青团长春市委等单位联合主办，旨在服务青年，让大学生走出校园、了解社会，体验冰雪文化，提升实践能力，巩固“带动三亿人参与冰雪运动”

成果，助力长春冰雪经济高质量发展。

“长春冰雪文化底蕴深厚，我们定当充分发挥北大的学科优势与创新精神，把所学知识融入到长春冰雪经济的发展实践中，为这片充满活力的土地注入新的青春力量。”北京大学“力行计划”社会实践团团长陈旭满怀期待地说。

“在推动大学生‘返家乡’活动进程中，二道区一直积极探索。通过精心设置适配的岗位，让大学生能学以致用；以红色文化为引

领，厚植青年的家国情怀；不断完善留才机制，让优秀人才能够安心扎根。我们坚信，青年人才是家乡发展的宝贵财富，希望能与更多青年携手共创二道区的美好未来。”“返家乡”基层组织单位代表、共青团长春市二道区委书记刘博分享道。

外交学院大三学生汤绍童说：“我一直是‘返家乡’活动的忠实参与者。每一次参与都让我对家乡有了新的认识。这个寒假，我渴望深入到不同的岗位，全方位感受长春的发

展脉搏。期待将这些实践收获转化为坚实的底气，未来能够回到家乡，为长春的发展添砖加瓦。”

长春文旅青春推荐官代表王月在仪式上热情洋溢地推介长春冰雪：“2024—2025长春雪季以‘北国春城、冰雪天地’为主题，围绕‘长春冰雪好玩儿’这一特色，打造了精彩纷呈的冰雪节事、趣味盎然的冰雪研学、精彩绝伦的冰雪演艺等活动。这里的每一场冰雪活动都独具魅力，相信大家来到长春，一定会沉浸在这冰雪的欢乐世界中。”

为更好地推广长春冰雪旅游，活动现场为6位长春文旅青春推荐官颁发了聘书。现场还为11所高校冰雪社会实践代表团授旗，标志着全国大学生长春冰雪社会实践活动正式开启。



近日，2024—2025年度集安市“冬之韵——冰雪乐园撒欢季”盛大启幕。现场活动丰富多彩，吸引大量冰雪运动爱好者前来体验。

杜兴武 北岸 摄

吉林官参局历史文化展馆开馆

本报讯(记者李婷 丁美佳)近日，吉林官参局历史文化展馆正式开馆。

该展馆总面积1500平方米，讲述了吉林官参的“前世今生”。展馆一层的展陈设计以“大东参情”为主题，通过参史、参政、参产

大部分，全面展示吉林参历史文脉。展馆二层以复原官参局环境格局及职能情景为主，还原了中堂、发放参票、定等、定价、账房课税等场景。负一层以人参及文创产品展销为主。

据了解，吉林市是清代“官参”的发祥地

和集散地之一，也是我省四个人参核心主产市(州)之一，在全省加快推进人参产业高质量发展战略中具有重要地位。为全面推进人参产业发展，吉林市依托科教资源、旅游资源、文化资源等优势，建设吉林官参局历

史文化展馆项目，打造集科普宣传、产业孵化、市场交易、文旅融合于一体的人参展示展销中心。

“这个展馆是展示吉林人参历史文化的重要载体，溯源人参产业变迁的重要证明，也是打造吉林人参品牌的重要依托。”展馆负责人廖敏告诉记者，展馆作为一个重要的教育基地和新的文化景点，将吸引大量的游客前来参观，有助于推动人参文化的传播和普及，提升吉林市城市形象和知名度，打造吉林市的“文化新名片”。

当好教育排头兵 厚植边疆硕果丰

——记全国民族团结进步模范集体延边大学马克思主义学院

本报记者 祖维晨

坚持将铸牢中华民族共同体意识有机融入到思政课堂之中，深化特色理论研究，建设思政品牌新高地、探索实践育人新模式，不断加强新时代党的民族理论和民族政策宣讲，努力培养更多让党放心、爱国奉献、担当民族复兴重任的时代新人……这就是全国民族团结进步模范集体延边大学马克思主义学院。

近10年来，该学院培养了8万余名青年马克思主义者，产出超百篇理论研究成果，举办覆盖全省高校的《中华民族共同体概论》教材试讲培训，开展贯穿全省千里边境线的社会实践服务活动，为培养造就各民族优秀人才、服务国家和区域经济社会发展、促进边疆稳定和民族团结贡献了智慧和力量。

请全国知名专家教授进行授课，全省53所高校120余人参加培训，切实将铸牢中华民族共同体意识贯穿教育教学全过程。

该学院配备建强思政课专任教师队伍，成立铸牢中华民族共同体意识教研室，开展《国门高校业方兴，边陲石榴花正红》等系列思政课15讲、铸牢中华民族共同体意识与伟大复兴的中国梦等专题讲座10余场，制作铸牢中华民族共同体意识及中华优秀传统文化教育思政微课12期、“主题教育思政微课开讲啦”等爱国主义教育微党课8期，受众师生达3万余人次。

该学院还积极组织各族教师参加铸牢中华民族共同体意识思政课各级各类教学竞赛，以民族团结为主要内容的思政社会实践教学成果荣获国家部委教学成果一等奖，为全面扎实开展铸牢中华民族共同体意识教育教学提供“延大智慧”。

理论创新也没有止境。”该学院持续加强铸牢中华民族共同体意识理论研究体系建设，不断深化铸牢中华民族共同体意识理论研究。

依托国家民委“中华民族共同体研究基地”和教育部分“全国高校思想政治理论课教师研修基地”等研究平台，聚焦中华民族共同体建设的理论和实践等重点方向，定期举办“铸牢中华民族共同体意识研究学术论坛”。与吉林大学铸牢中华民族共同体意识研究基地建立交流机制，共同做好铸牢中华民族共同体意识问题的研究。

据介绍，该学院持续加强中华民族共同体意识、民族团结、红色文化和中华优秀传统文化研究，成功申报国家社会科学基金项目10项、省部级项目20余项，累计发表学术论文100余篇，包括CSSCI期刊论文20余篇，出版专著10部，获得省级以上教学科研成果22项，获得省级以上统战理论政策研究创新成果2项，为深化边疆地区民族团结进步教育、铸牢中华民族共同体意识发出“延大声音”。

将主线意识贯穿到课堂阵地

该学院在省率先启动《中华民族共同体概论》课程建设，深入探索《中华民族共同体概论》课程教学培训模式，积极推进高校铸牢中华民族共同体意识教育工作，承办我省《中华民族共同体概论》试讲培训培训班，邀

让理论之光闪耀在祖国大地

党的二十大报告指出：“实践没有止境，

礼赞“中国好人” 激扬奋进力量 我省4人(组)荣登2024年第四季度“中国好人榜”

本报1月15日讯(记者吴茗)感动有力量，平凡亦闪光。今天，2024年第四季度“中国好人榜”发布仪式暨全国道德模范与身边好人现场交流活动在云南大理举办，吉林省4人(组)荣登“中国好人榜”。

他们是助人为乐魏玉杰，把“管闲事”当成毕生事业，四十余载助困三百余人，个人捐款五十余万元；见义勇为郭如涛、韩德伟、梁继德，三人互不相识，却在生死关头不惧危险，勇救溺水母女；见义勇为云庆军、冀冉，路遇晕倒老人，白衣天使接力救助，诠释救死扶伤精神内涵，敬业奉献吴艳滨，从“护林人”到“护管人”，讲解员让红色故事直抵人心。

积善成德，明德惟馨。“中国好人”标注出“向上向善”的精神境界，他们可学可仿、可敬可信，展现了中华民族的传统美德。自2008年4月起，中央精神文明建设办公室已连续16年组织开展网上“我推荐我评议身边好人”活动，定期发布“中国好人榜”，截至目前，共有1.7万余人(组)荣登“中国好人榜”。

延吉车务段：暖意铺满旅客出行路

本报讯(记者张卫国 代黎黎)1月14日是2025年春运首日。上午10时30分，延吉车务段在长白山站候车室举行了主题为“梦幻冰雪季 情暖旅途”的活动，在一片喜气、祥和的氛围中开启了春运之旅。

活动现场，延吉车务段2025年春运民俗吉祥物“腾宝”“智宝”首次亮相，吸引大批旅客争相与之合影。身着朝鲜族服饰的客运职工将一副副充满象征美好祝福的春联送到旅客手中，并邀请旅客写下心愿、梦想和祝福，同时还热情介绍春运期间铁路部门的新举措和新亮点。

为让旅客拥有更美好的出行体验，该站还开展了丰富多彩的群众性文化活动。来自民间艺术团的演员和车站职工轮番上演精彩的歌舞供旅客观赏。旅客还可以在直径长达5米的朝鲜族石锅上体验拌饭的乐趣。车站还准备了“幸运大转盘”“掷骰子”“趣味问答”等趣味活动，并为幸运旅客分发纪念车票、明信片、吉祥物玩偶等礼物。

延吉车务段管内9个高铁站通过升级服务设备设施，满足旅客个性化出行需求。延吉西站改造手机充电区，旅客可在具有民族特色的充电区充电。在候车室打造“悦”读区，丰富旅客的文化生活。升级“红梅爱心之家”服务设备设施，添置富有童趣的沙发、“智慧”书架及有民俗特色的吉祥摆件；长白山站在出站通道的长白“暖屋”增设取暖设备，打造“网红日历”“打卡地标”“文创集市”等主题景观，供旅客拍照打卡。

青年志愿者在客流量较大的珲春、延吉西、敦化、蛟河西站开展购票引导和重点帮扶等工作，并为旅客免费发放“旅游秘籍”，宣传推介长白山、延边地区冬季旅游和车站文明出行服务举措。此外，该段各高铁站还升级推出“妈妈团”“老人尊享”“童行陪伴”等贴心服务举措，用真心与温情温暖旅客出行路。

为应对春运期间客流高峰，延吉车务段通过动车组重联、开行临客的方式保障旅客出行需求，单日最高开行旅客列车120列。据统计，延吉车务段春运期间预计发送旅客170万人次。

热雪沸腾·相约吉林 滑雪“老炮”

本报记者 曲镜涛

又见老蔡，风采依旧。

上一雪季在吉林市北大湖滑雪场结识老蔡，此番再见既是采访，也是叙旧。

“身体还好？”“还在每天坚持滑雪登山？”“今年有啥新玩法？”……

一番寒暄，老蔡的话匣子打开了。

老蔡大名蔡洪文，今年68岁，20余年雪龄。从2016年开始，他每个雪季都会驻扎在北大湖。迎着北大湖的第一缕阳光，老蔡沿着雪道登山，到了山顶再滑下来。

“每个雪季平均150天，登上去再滑下来，每天两次，这行程8年累计下来，怎么也能有个一万多公里。”老蔡底气十足地说。

年近七旬，还能保持这样的体力，源于老蔡日复一日的坚持。

为了保持冬天滑雪的体能，滑雪场外的老蔡也在运动中度过。

“今年，我在长春的伊通河边玩过陆地冲浪板和轮滑，在松花湖上还折腾过帆板和皮划艇，还到大庆骑过马……”老蔡说。这么折腾的目的就是为了自己的“北大湖滑雪季”。

为什么偏偏是北大湖？“没有风”“雪质好”，这是老蔡总结的主要原因。

话头儿指向北大湖，老蔡的话就如连珠炮——从哪条雪道最刺激到哪个角落的雪最松软、最适合炫技，再到周边山林里那些不为人知的绝美雪景打卡点，他都能说得头头是道。难怪在雪友圈里，都说老蔡是北大湖的“人形GPS”。

每天都是北大湖滑雪打卡“第一人”，天长日久，老蔡成了北大湖的“名人”。

不过，8年前，他被人当成“傻子”。

别人都乘坐缆车上山，他却踩着雪板沿着雪道一步一步往上爬。于是缆车里总有人朝他指指点点：“你看那人傻不傻？”

但大多数人不知道，老蔡的玩法是正儿八经的滑雪项目，标准说法是“滑雪登山”，是首次被列入2026年冬奥会的正式比赛项目。

玩得专业是其次，老蔡还有自己的心得：

——“登山的过程，就像是一场与雪山的深度对话。我攀登的每一步，都能感受到山体的脉络、雪层的变化。”

——“当我在山顶俯瞰这片银白世界，那种征服感和与自然融为一体的美妙，是坐缆车永远无法体会到的。”

——“登山锤炼了我的意志，让我在滑雪时能更从容地应对各种挑战。”

老蔡把线下的经历与心得发布在短视频平台上，粉丝量看起来不高，但都是圈里的铁粉。

于是，循着老蔡的“传说”，一些来自五湖四海的滑雪登山发烧友也加入到他的行列。他们跟老蔡一样，爱上了滑雪，爱上了北大湖。