

春暖三月 追“锋”前行

——我区广泛开展学雷锋志愿服务活动

□ 本报记者 栗洁 李翎铭 周颖珊 于颖

“如果你是一滴水，你是否滋润了一寸土地？”雷锋的话语，穿越数十载岁月，仍掷地有声。在第62个学雷锋纪念日到来之际，海淀区各街镇以实际行动作答：从家门口的便民服务，到敬老院的暖心陪伴，处处涌动着学雷锋热潮。这一场场活动，是对雷锋精神的传承与践行，更是爱心与责任的接力。

青春力量解锁科技智慧生活

3月4日，学院路街道举办“学雷锋·文明实践我行动”科技志愿服务系列活动，活动分为室内科技讲座和室外科技志愿服务市集两部分，吸引众多居民参与。

来自高校的师生志愿者分别以“人工智能与生活”和“科技进步与文化传承创新”为主题，用通俗易懂的语言和生动形象的案例，讲解了人工智能技术在日常生活中的应用，以及科技进步对文化传承和创新的推动作用。一位志愿者表示：“通过此次活动，我感受到社区居民对科技创新的热情和期待，作为一名高校学生，我认识到自己有责任学习和传播科技知识，为推动社区的智能化发展贡献自己的力量。”当天的活动也吸引了不少老年人的关注：“随着科技发展，我们老年人也想与时俱进。听了志愿者的讲解，我明白了什么是AI，什么是大数据，特别好。”

此外，科技志愿服务市集还设置了科技体验区，不少居民亲身体验了VR虚拟现实、智能机器人等高科技产品，感受科技带来的便利。“在科技体验区，居民能够近距离接触智能机器人等前沿科技产品，这种亲身体验的方式极大地提升了活动的互动性和趣味性。”学院路街道党工委副书记梁丽容介绍：“希望通过这次活动，能够激发社区居民对科技的兴趣，同时传递助人为乐、服务社会的正能量。”

便民大集“闪现”居民家门口

3月1日，青龙桥街道携手海淀区商务局、



青龙桥街道/供图

海淀区社区商业协会，共同开展以“凝聚时代文明新力量 奋楫志愿服务新航程”为主题的学雷锋志愿服务便民活动，为居民带来了一系列贴心的便民服务。

伴随着磨刀区铁屑飞溅、缝纫机哒哒作响、清洗机器微鸣，磨刀、缝纫修补和清洗眼镜的志愿者们凭借着精湛的技艺，让居民们的生活小困扰迎刃而解。义务理发棚前，也早早便排起了长队。志愿者们耐心地向每一位居民的需求，娴熟地为大家修剪头发。王大爷理发完后，看着镜子里精神焕发的自己，开心地告诉记者：“最近天气冷，我脚脚有些不便，没想到下个楼就能理发，真是太贴心了。”

此外，活动现场除便民菜场外，还增加了特色商业、非遗文创等内容，20多个展位呈南北对应排列，品牌商品琳琅满目，护国寺、东来顺、月盛斋、六必居等许多北京老字号悉数

登场。精美养眼的文创产品形态各异，制作精巧，将传统工艺与现代审美完美结合，充分体现了首都文化的底蕴和首善之区的特色。“我们秉承‘奉献、友爱、互助、进步’的志愿服务精神，开展更多形式多样的便民志愿服务活动，让雷锋精神在社区持续闪耀光芒，让居民们在日常生活中感受到社区的关怀与温暖。”青龙桥街道市民活动中心韩爱军说。

“小雷锋”成为老人们的“开心果”

3月4日，魏北社区携手紫竹院街道第二幼儿园，在紫竹院街道养老服务中心举办了一场传承雷锋精神的主题活动。活动现场，幼儿园小朋友带来了小合唱《学习雷锋好榜样》《小星星》，清澈童声传递对雷锋精神的尊崇。传统艺术京剧《跑驴》演员们精彩演绎，让观众领略传统文化的独特韵味。魏之韵合唱团

的《我和我的祖国》《枕着光的她》将活动推向高潮，激昂歌声唱出对祖国、对生活的热爱。

随后，小朋友们手捧鲜花，用纯真言语表达祝福，老人们脸上露出欣慰笑容。这一互动，不仅让老人收获关爱，也让小朋友们在实践中理解尊老敬老的内涵，将传统美德传递。“看到老年人有大家的关怀，我感到很欣慰。未来我到这个岁数，也会加入到他们的行列中。有这样美好的生活，我非常放心。”家住魏北社区的张大爷亲切地说道。

此次学雷锋日活动，丰富了社区居民精神生活，增进了邻里感情，更让雷锋精神在实际行动中传承发扬。魏北社区党委书记王铁墩介绍，“让辖区的幼儿园小朋友走进养老中心，不仅发扬了雷锋精神，从小培养他们爱老敬老的服务意识，同时我也想让生活在这里的老人能感受到社区的温暖与关怀，让他们在这里生活得更幸福、更快乐、更健康。”

爱心义诊守护居民健康

连日来，苏家坨镇各基层单位积极开展志愿服务活动，为辖区居民传递温暖，提供实实在在的便利，用实际行动诠释雷锋精神。

在河家园社区联合苏家坨镇养老服务中心组织开展“中医义诊进社区，服务居民‘零距离’”活动，为辖区居民开展免费健康体检。志愿服务义诊团队开展问诊、测血压、按摩推拿等服务。中医专家耐心询问居民的身体状况，并根据每个人的具体情况，给出个性化的中医养生建议和治疗方案。

安阳苑社区联合北京康养服务中心组织开展爱心义诊活动，为社区老年人送去温暖和关怀。北京康养服务中心的医护团队为老人们提供免费的健康咨询和中医诊疗服务。医护人员耐心细致地为老人们测量血压、血糖，解答他们的健康疑问，并根据每位老人的身体状况，提供个性化的中医调理建议。“医生讲得很清楚，让我对自己的身体状况更加了解，也学到了很多养生保健知识。”正在接受健康检查的王爷爷对活动赞不绝口。

稻香湖学校释放“体教融合”新活力

本报讯(记者 刘畅)近日，北京市先农坛体校、北京市木樨园体校与北京稻香湖学校正式签署合作协议，联合组建北京少年队网球队、北京少年队游泳队、北京少年队排球队，此次合作聚焦“体教融合”新模式，整合专业体校训练资源与国际学校优质教育平台，致力于培养实现“文化学习与运动竞技双优发展”，为优秀运动员提供“教育+运动+职业”全周期成长通道。

记者了解到，北京少年队在稻香湖学校落地的契机源于学校网球队张瑞恩同学的亮眼表现。2024年，张瑞恩获中国网球公开赛青少年女单冠军，北京队教练向张瑞恩抛出橄榄枝。这一事件让稻香湖学校校长辛颖敏锐地意识到青少年体育发展的新机遇。“张瑞恩的成功证明，‘体教融合’既能培养顶尖运动员，也能兼顾学业发展。如何让更多学生实现‘双优’成长，是我们推动此次合作的初衷。精英需要与精英同行，通过组建少年队，让更多青少年学生集中训练、竞技，才能突破成长瓶颈，形成人才梯队。”辛颖表示。

为实现“体育+学术”双优目标，北京少年队创新推出“三结合”培养路径。将训练与学业并重，运动员日常训练纳入稻香湖学校课程体系，配备专职文化课教师和专业教练团队，确保训练与学业同步提升；以科技赋能训练，引入智能穿戴设备监测体能数据，结合AI动作分析系统优化技术细节，实现训练科学化、个性化；进行赛事实战锤炼，依托北京市“双奥100”精品赛事平台，每年参与国内外青少年赛事超20场，通过实战锤炼心理素质与竞技水平。

“进入少年队的学生将接受北京队教练的专业指导，同时享受定制化文化课程，真正实现‘学习训练两不误’。”海淀区稻香湖学校体育中心主任李校表示。体育中心负责人刘洪波介绍，一位家长坦言：“这种模式让孩子既能追求体育梦想，又不耽误学业，我们充满期待！”

此次合作是北京市构建新型青训体系的重要试点。未来，三方将通过“以赛代练”“跨校交流”等方式，提升运动员实战能力，并总结可推广的体教融合经验。

海淀区2025年高招体检正式启动

本报讯(记者 王艳洁)3月1日，海淀区2025年高招体检工作正式启动。今年，北京市中关村医院和北京中西医结合医院将为全区1.7万余名高考考生提供体检服务。

3月3日上午，记者到北京市中关村医院高招体检现场进行实地探访。体检现场，来自北京一零一中学的考生在医护人员和学校老师的引导下，有序排队完成内外科、耳鼻喉科、口腔科、眼科等相关项目的检查。“为了确保体检顺利进行，学校首先向考生及家长发放了详细的体检通知单，明确列出了体检前和体检中需要注意的各项事宜。”北京一零一中学教学副校长杨双伟向记者介绍，“为了不影响学生的正常上课，同时又能让他们保持良好的心情参与体检，学校采取整班

集体乘坐大巴往返的方式，同时所有班级的班主任全程陪同，确保学生在体检过程中遇到任何问题，都能及时得到帮助和处理。”

今年，北京市中关村医院承担了来自50多所学校10400名考生的体检任务，相比往年任务量有所增加。为此，北京市中关村医院也进行了全方位的保障。“经过前期的一系列培训，3月1日，我们正式开始了今年的高招体检工作，预计两周时间完成。3月14日后，将安排部分考生进行复查、复检、会诊等相关工作。”北京市中关村医院健康管理中心主任鲁翠红向记者介绍，“今年体检人数明显增加，为了能够顺利完成高招体检工作，全院集中精干力量，抽调了80多名工作人员。目前，体检分学校、分时段开展，体检现场也进行了男

女分区，保障了高招体检工作的有序进行。”

“目前，我们按照上午和下午分时段进行体检。特别是针对下午体检的考生，我们也反复提醒学校和老师，上午可以进行清淡饮食。”鲁翠红表示，“体检现场，我们也准备了面包、巧克力等，防止下午体检的考生发生晕厥等，最大程度地为考生做好服务保障。”

北京中西医结合医院也共同承担了今年海淀区高招体检工作。北京中西医结合医院的医生提醒参加高招体检的学生，如果体检时患有感冒或其它疾病，处于服药治疗期间，应主动向医生说明情况，以免影响体检结果。同时，体检当日应穿着宽松衣服，以便穿脱。如对体检结果有异议，可以在规定时间内提出复检申请。

清河街道科技“助听”共享美好生活

本报讯(记者 景天)科学用耳知识讲座、听力检测、人工耳蜗政策解读与申请、AI智慧体检……2月27日，在第26个全国爱耳日即将到来之际，清河街道联合浙江诺尔康神经电子科技股份有限公司、辖区科技企业北京巨龟科技有限责任公司，在温馨家园开展了一场以“科技赋能，让助听服务更贴心”为主题的科普宣传活动。

活动现场，一场生动实用的健康用耳知识讲座，不仅介绍了耳朵的构造、听力损失的成因、常见耳部疾病的预防和治疗等内容，还解答了大家提出的各种疑问。讲座结束后，专业技师还为有需求的残疾人朋友现场进行了听力检查，根据检查结果，一对一讲解指导，做到早预防、早治疗。

人工耳蜗为重度或极重度听力损失患者带来了重获听力的希望。为了让更多听障人士了解人工耳蜗相关政策，本次活动还邀请了专业机构的咨询师，为听障朋友详细讲解了人工耳蜗的申请条件、补贴政策、评估训练、手术流程等内容，帮助大家更好地了解政策。

在本次爱耳日主题活动中，清河街道积极联系

辖区科技企业北京巨龟科技有限责任公司，利用温馨家园康复训练室，打造AI智能健康体检小屋，集中展示健康安全科技产品，使用AI智能设备为现场参加活动的学员和残疾人朋友开展血压、血糖、心率等健康检查和结果分析。“没想到这么方便就进行了常见项目的检查，真是太好了。”一位参加完体检的残疾人朋友兴奋地说道。

活动同时设有以“智慧居家养老”为主题的就业指导项目，部分感兴趣的残疾人朋友可在详细了解项目内容后，结合自身实际情况与企业达成初步意向，为下一步学习和了解企业模式及产品，提升自身素质及就业方向打下了坚实基础。

据介绍，清河街道还将依托29个社区，以电子屏播放、发放宣传单等形式，围绕残疾人康复、成年残疾人康复和残疾人辅助器具等残疾人朋友息息相关的服务需求，对相关政策内容及申请流程进行广泛宣传和精神讲解，积极开展爱耳护耳知识宣传普及，引导大家进一步增强听力健康意识，养成科学用耳行为，形成良好的生活习惯和生活方式。

居民组团为社区美颜

本报讯(记者 韩宁)近日，记者跟随海淀区城管委(交通委)走进海淀镇柳浪裕和社区，只见工作人员与居民们正热火朝天地进行着一场春季大扫除。

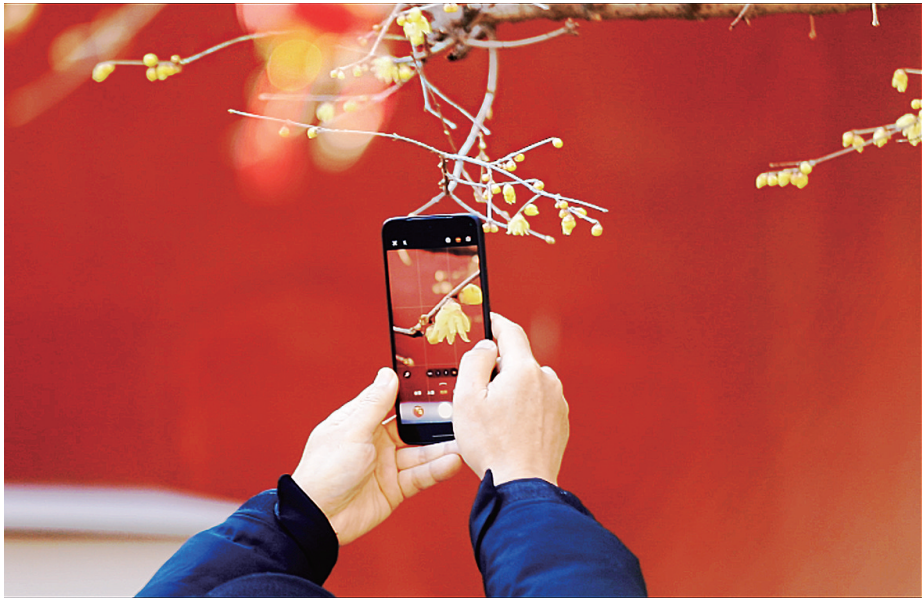
“我们号召社区工作者、物业工作人员，以及党员、群众、志愿者们一起参与小区大扫除。大家一起动手，捡拾绿地垃圾、清理和擦拭宣传栏、清除单元门道里的堆物堆料和小广告。这样不仅能让居民参与到社区日常工作中，还能让大家真切体会到工作人员的辛劳，从而养成爱护环境的好习惯。”海淀镇柳浪裕和社区党支部书记、居委会主任石琳介绍。

80岁的李阿姨平常喜欢去社区花园晒太阳。“小区工作人员每天把这里打扫得特别干净，路上连个小石子都见不到，子女们也放心我出门遛弯晒太阳。”说着，李阿姨主动将手中的卫生纸放进志愿者的垃圾袋，可惜手腿不太方便，不然肯定加入大家一起打扫。“像手纸这类垃圾，平时可不能乱扔，我们一定要珍惜别人的劳动成果。”

参与志愿服务的李连凤阿姨也颇有感触：“我们平时就打扫得很细致，宣传栏也会反复擦拭。这次大扫除明显感觉垃圾少了，但花坛里还是有几个烟头，希望大家能一起爱护社区环境。”为实现人人参与社区治理的目标，柳浪裕和社区常态化开展月末环境清洁日、垃圾分类主题宣传等活动，通过入户宣传、集中宣讲、普及法规等形式，每年开展活动不少于20场次，参与人数不少于3000人次，在点滴行动中逐步提升居民的文明素养，社区、物业与居民携手共建和谐绿色家园。

“希望通过此次大扫除，及时清理各处的暴露垃圾、枯枝落叶和堆物堆料。在春冬交替的关键时期，也能降低小区的消防安全隐患。”海淀区城管委(交通委)市容环卫科副科长闫齐表示，接下来，海淀区城管委每月都会定期组织社区清洁活动，呼吁所有海淀区民积极参与，以“海淀有我，清洁同行”的实际行动，守护海淀干净整洁的城区形象。

京西“小故宫”春日上新



高子旗/摄

□ 本报记者 王楠

早春时节，鲜花烂漫，眼下，各大公园迎来了游客的早春赏花期，走出家门踏春赏景成为不少游人周末的首选休闲方式。近日，记者来到有着京西“小故宫”美誉的北京艺术博物馆(万寿寺)内，这里的蜡梅已悄然绽放，第一批赏花游客已抵达景区。

“迎春第一花”蜡梅陆续开放

随着气温稳步回升，“迎春第一花”蜡梅已经陆续开放，迎来最佳观赏期。北京艺术博物馆(万寿寺)内，金黄的蜡梅已悄然绽放，点点花簇拥在枝头，与红墙相映成趣，形成了一幅美丽的早春画卷。许多远道而来的游客正是为这第一波春景而来。“北京的春天特别漂亮，沉寂了一个冬天，在这里看看鲜花，感受色彩和生机，是件非常快乐的事情。”一名正在拍摄春

景的游人分享着自己的感受。

据了解，蜡梅的花期通常在早春，可持续到3月中旬，在蜡梅花开之后，园中的玉兰也将迎来盛放。

木版年画展引游人打卡

在春日中漫步，在古建中穿梭。北京艺术博物馆致力于古建的保护与开放，将传统书画等主题展览与古建融合，让更多市民游客能够走近历史，感受文化魅力。近日，北京艺术博物馆举办的“瑞彩盈门”木版年画展吸引了众多游客前来打卡。展览现场，一幅幅色彩鲜艳、工艺精湛的木版年画令人驻足。据了解，该展览精选了馆藏六大产地木版年画40余件，通过“神灵神兽”“人物故事”和“吉庆富贵”三大主题单元，为观众呈现一场视觉与文化的双重盛宴。记者在展览现场看到，此次展出的年画题材广泛，涵盖了神话传说、历史

故事、农事生活以及吉祥如意等多个方面，从驱邪纳福的门神年画，到象征着丰收喜悦的农耕场景年画，每一幅都生动地展现了中国传统文化的丰富内涵。

北京艺术博物馆副研究员杨小军介绍，“中国木版年画是中国绘画和民间文化的结晶，是民俗的绘画以及普通百姓精神生活的写照，展品所体现的月有余、福寿、寿字等，这些题材表现的都是普通百姓对未来的展望和对幸福生活的向往。”

“金蛇献瑞”主题文创受青睐

除了赏春景、看展览、观古建，今年，北京艺术博物馆以蛇年为主题，结合馆内的“洪福齐天”彩绘、五福捧寿、玉兰、银杏等多种元素，精心设计了以“金蛇献瑞”为主题的文创产品。其中，蛇年系列冰箱贴备受游客青睐，设计师巧妙的将冰箱贴轮廓以葫芦的形状展现，象征着健康长寿、家族兴旺、和谐美满和招财纳福，不仅外观精美还带来浓厚的文化气息和新年氛围。

在北京艺术博物馆的文创空间内，“金蛇献瑞”套色章也格外吸引年轻人的目光。对于追求个性与新鲜感的年轻人而言，购买文创产品不仅是简单的收集，更是一种探索传统文化、分享社交生活的独特方式。

北京艺术博物馆业务部主任徐伟伟说：“除了冰箱贴，我们还推出了蛇年系列笔记本以及车载香薰，通过文创产品让广大群众真正感受我们的传统文化，传承历史文化。为了让更多游客可以走进博物馆，把‘博物馆’带回家，今年，北京艺术博物馆还将结合四季，陆续推出原创冰箱贴等生活类的文创产品，满足公众更多的文化需求。”

北京艺术博物馆(万寿寺)可谓一座自然与文化交织、文化与风景共生的宝藏之地。如今，在这里不仅能感受新年第一缕春日胜景，还能看展览、观古建，感受历史文化元素与现代人文精神的碰撞，让历史文脉在群众的生活场景中赓续不辍、生生不息。