

## 2016年北方水城·美丽沁州

## 第八届端午民俗文化节暨山西省第四届龙舟公开赛活动安排

## (一)启动仪式

1、时间:6月9日上午9:00-10:00

2、地点:西湖水上舞台

3、内容:①文艺节目表演;

②嘉宾讲话;

③龙舟点睛;

④观看赛龙舟。

4、承办单位:县体育总会、县广播电视台

5、责任单位:县体育中心

## (二)民俗看沁州

1、民俗展演

(1)时间:6月9日—6月11日(8:00-18:30)

(2)地点:县民俗馆

(3)内容:①祭祀屈原;

②包粽子比赛;

③民间七十二行技艺展演;

④民俗展览。

(4)承办单位:县民俗文化协会

(5)责任单位:县文化局

2、民间传统文化巡游

(1)时间:6月9日—6月11日(上午9:30-11:00)

(2)地点:县城西内环、青少年活动中心广场

(3)内容:①党政口“清朝皇帝出巡”巡游队伍;

②农口“吴王献米”巡游队伍;

③宣教口“隋唐时期王通讲学”巡游队伍;

④经贸口“皇后泉传说”巡游队伍;

⑤新店镇舞龙巡游队伍;

⑥定昌镇跑旱船巡游队伍;

⑦故县镇跑驴巡游队伍;

⑧郭村镇高跷巡游队伍;

⑨册村镇舞狮、二鬼摔跤。

(4)承办单位:党政口、农口、宣教口、经贸口、新店镇、定昌镇、故县镇、郭村镇、册村镇

(5)责任单位:县文化局

3、第四届八音会大赛

(1)时间:6月9日—6月11日(晚上19:30-23:30)

(2)地点:青少年活动中心广场

(3)内容:八音会大赛

(4)承办单位:县文化馆

(5)责任单位:县文化局

## (三)龙舟亮沁州

## 山西省第四届龙舟公开赛

(1)时间:6月9日—6月11日(上午9:00-11:00)

下午16:30-18:30)

(2)地点:县城西湖

(3)内容:①公开组传统龙舟100米直道竞速;

②公开组传统龙舟200米直道竞速;

③公开组传统龙舟500米直道竞速;

④公开组传统龙舟3000米环绕赛。

(4)承办单位:县体育总会、六大口、13个乡镇

(5)责任单位:县体育中心

## (四)曲艺唱沁州

1、沁州书会

(1)时间:6月8日—6月11日下午16:00晚上20:

(2)地点:文化馆北演艺广场

(3)内容:①太行盲艺人联谊会专场演出;

②优秀曲艺节目(鼓曲唱曲)展演;

③鼓曲唱曲新人新作展演;

④上党鼓曲名人助演;

⑤民间说书艺人拜祖祭祀民俗活动。

(4)承办单位:县文联、县残联、县曲艺家协会、县文化馆

(5)责任单位:县文化服务中心

## 2、传统庙会

(1)时间:6月5日—6月12日(物资交流会)

6月8日—6月12日下午16:00-18:00

晚上20:30-22:30(唱戏)

(2)地点:苏式一条街小广场(唱戏)

苏式一条街(物资交流会)

(3)内容:唱戏、物资交流会

(4)承办单位:县市场局、县文化局、县环卫中心、00

县城管队、唯思可达公司

(5)责任单位:县市场局

## (五)游乐在沁州

1、下曲峪童年记忆游

(1)时间:5月14日—10月底

(2)地点:下曲峪村

(3)内容:垂钓、登山、采摘、水上娱乐、趣味赛、摄影展、农事体验、农家乐、象棋赛

(4)承办单位:定昌镇政府、县文旅中心、总工会

县体育中心、县钓鱼协会

(5)责任单位:定昌镇政府

2、徐阳情趣休闲农庄游

(1)时间:5月14日—10月底

(2)地点:徐阳村

(3)内容:啤酒节、篝火晚会、垂钓、农事展览、“小猪赛跑”、观赏种养

(4)承办单位:新店镇政府、县文旅中心

(5)责任单位:新店镇政府

3、景村休闲垂钓节

(1)时间:6月12日

(2)地点:景村

(3)内容:垂钓、亲子包粽子比赛、采摘、“渔滋渔味”美食体验

(4)承办单位:漳源镇政府、县文旅中心

(5)责任单位:漳源镇政府

4、百人山地自行车赛

(1)时间:6月9日下午

(2)地点:二郎山森林公园

(3)内容:(线路待定)

(4)承办单位:山西省自行车协会、县文旅中心

(5)责任单位:县文旅中心

5、房车展示及技能表演

(1)时间:6月9日—6月10日

(2)线路:6月8日下午17:30房车到达北海湿地公园—6月9日上午8:15沿旧208国道经交通局红绿灯→沁州路(原八一站)→育才街→西内环路(停放红旗小学

段)→12:00经友谊街→交通局红绿灯→旧208国道→景

村→下午17:30沿旧208国道→友谊街(广场)→人民路

(十字街)→胜利路→西内环→红旗街延伸段→新208

国道→莱茵湖郡→6月10日上午11:00沿新208国道→樊村口→旧208国道→徐阳村→6月11日上午8:00沿

旧208国道→太长连接线→王村高速口

(3)内容:摩托艇西湖水上表演(西内环新码头)

(6月9日上午10:45下午16:00)

无人机表演(西内环新码头)

(6月9日上午11:30下午16:45)

(4)承办单位:县文旅中心

(5)责任单位:县文旅中心

## (六)影像展沁州

## 《美丽沁州我的家》摄影展

(1)时间:6月8日—6月12日

(2)地点:下曲峪村

(3)内容:美丽乡村、美丽沁州

(4)承办单位:县摄影家协会、定昌镇政府

(5)责任单位:县新闻中心

## (七)经典诵沁州

## 端午篇·中华经典诵读

(1)时间:6月4日—6月6日

(2)地点:各中、小学校

(3)内容:组织学生参与文化节相关活动,通过开展中华经典诵读,培育和践行社会主义核心价值观,强化未成年人思想道德教育,培育爱国主义民族精神,传承中华民族优秀文化传统。

(4)承办单位:县直各中小学校

(5)责任单位:县教育科技局

## (八)招商促沁州

## 招商引资签约仪式

(1)时间:6月9日上午11:00

(2)地点:沁州宾馆

(3)内容:重大项目签约仪式

(4)承办单位:县招商局、县发改局

(5)责任单位:县招商局

## 农事百科

## 黄瓜黑星病防治技巧

症状叶片上的“虫口”呈现“星状”穿孔,孔的边缘很不整齐,并有黄色晕圈,叶脉扭曲,叶片皱缩不平整,嫩茎上的病斑凹陷龟裂,有透明的胶粒溢出。这是黄瓜黑星病,属于真菌性病害,是我国的检疫病害,是大棚的毁灭性病害之一。相对湿度在90%左右,温度在9℃~0℃都可发生。病菌从作物的表皮、气孔、伤口侵入。棚膜及棚内作物叶片有水珠存在,是该病害发生的重要条件。棚内湿度大、光照弱、浇水后遇上连阴天的气候条件下发病重。病菌以菌丝体在大棚中生存,成为最初的传染源;也可以分生孢子附着在种子表面或以菌丝体潜伏在种皮内使种子带菌,种子带菌可侵染幼苗,带菌的苗子定植后会很快发病。

防治方法选用抗病品种,用55℃~60℃温水浸种15分钟或用50%多菌灵可湿性粉剂500倍液浸种20分钟,用清水冲净后再催芽。在保证温度的情况下,尽量放风排湿,减少叶面结露,抑制病菌萌发和侵入,经常擦拭棚膜,增加透光率。用45%百菌清烟剂每亩300克晚上熏棚8小时左右。发病初期可用10%苯醚甲环唑分散粒剂1500倍液、40%氟硅唑7000倍液、12.5%腈菌唑乳油1500倍液、62.25%腈菌唑·代森锰锌可湿性粉剂1000倍液等叶面喷雾进行防治,视病情隔5~7次。

## 生活百科

## 吃低钠盐会吃出高血钾症吗?

最近微信朋友圈都在疯传这样一个微信内容:“急诊的高血压患者越来越多,追问病史,许多人都用低钠盐。因为低钠盐比普通盐贵,人们认为贵的就是好的。我们肾脏科医生,天天讲,就买最便宜的雪花盐,不能买低钠盐,其实低钠盐就是高钾盐,是送命盐……”于是,很多购买了低钠盐的朋友惶惶不安,担心自己会患上高血钾症。真的需要这种担心吗?

由于肾功能正常的人有很强的排钾能力,食物中的钾摄入量多的时候,会很快从尿液排出去,所以并不会引起什么麻烦。相反,对高血压、高尿酸血症的人来说,多吃进来一些钾元素,既有利于降低血压,又有利提升尿液的pH值,帮助尿酸排出体外,有利于预防痛风发作。

吃低钠盐的多是高血压、高血脂、冠心病患者,需遵循医嘱,日常要注意摄入高钾低钠的膳食。

只要肾功能还正常,6克低钠盐中的钾是不太可能引起钾过量问题的。若把这些钾都换成钠,未必对健康更有好处。

逻辑是这样的:高血钾症是因为肾功能不正常引起的;反之,肾功能不正常,并不是因为吃蔬菜水果和低钠盐引起的。不要把因果关系搞反了。所以,若



浣溪沙

## 南山眺远

娄永涛

南山绮丽红烂漫,  
水城风光尽鸟瞰;  
华宇连栋冲霄汉。

无须哀叹能源缺,  
故园因贫而思变;  
励精图治辉煌建。

## 浅谈家庭教育

莫少云

格去感染子女,用自己强烈的责任感、事业心、自主、自强的毅力去熏陶子女,用自己锲而不舍、孜孜不倦的好学精神去激励子女,尽量使孩子感到:我的父母是最棒的。总之,家长要通过不断地完善自己,力争成为孩子的楷模。还有,对孩子进行教育,家长不能居高临下,要在民主平等的氛围中进行;另外孩子教育是个循序渐进的过程,不可能一蹴而就。我们一般每天都抽出一点儿时间,关注孩子的成长:作业完成得如何,学习顺利吗?有什么新鲜事,心里有没有不愉快呢?尤其在孩子遇到困惑、挫折及犯了错误时,及时与孩子沟通,予以正确引导,调整好孩子的心态。同时,日常生活中从身边的人和事说起,潜移默化地对孩子进行人生观、价值观教育,尽量使孩子能从心灵深处激起无穷的学习动力。

## 三是严丝合缝,学校家庭有效结合。

首先,我们父母在家庭教育中对孩子的要求与学校保持一致,家长一定要克服被动等待或不好意思的心态,应积极主动地向老师了解孩子在学校的种种表现,掌握学校在一段时间里对孩子在各方面的要求,学校教育是从德、智、体多方面相结合的,家长如果如果给孩子灌输一些不健康的东西,如鼓励孩子功利心,要小聪明,占小便宜,夸大地社会阴暗等等,孩子就把学校的正面教育抵消得一干二净,正所谓“入芝兰之室久而不闻其香,入鲍鱼之肆久而不闻其臭”。

其次,为了教育好学生,老师会与家长沟通交流、向家长反映情况,家长要积极配合、互通信息、共同教育。不要对老师反映的情况置若罔闻,或持怀疑态度。也不要喜欢报喜不报忧,对子女的缺点袒护、包庇、大事化小、小事化了,从表面上看是维护孩子的声誉,实则是姑息纵容。还有部分家长对待孩子过于“望子成龙”、“望女成凤”,对孩子提出过高的要求,一旦未能达到目标,就采取强制压服、粗暴专横的手段,导致孩子产生厌学心理,甚至自暴自弃。这样只能加深老师、家长、孩子之间的矛盾,适得其反,更加影响教育效果。

只有学校教育与家庭教育的有效结合,才能给教师全面了解学生的机会,以便因人施教采取最佳的教育策略,又能让家长经常获悉孩子学习生活的动态