

第四届咸宁市未成年人心理健康教育宣传月启幕

同心守护少年“心”阳光

本报记者 焦姣



演员沉浸式演绎日常,真实还原过度沉迷手机带来的社交疏离、情绪焦虑、学习懈怠等问题,生动地展现不良习惯对身心成长的负面影响。鲜活的剧情、接地气的场景,让在场学生深受触动,引导大

家学会合理使用电子产品,放下屏幕、拥抱生活,珍视现实陪伴,教育意义十足。伴随着热烈的掌声,第四届咸宁市未成年人心理健康教育宣传月正式启动,标志着全市新一轮青少年心理健康

关爱系列活动全面开启。

启动仪式后,首场心理健康专题辅导课堂准时开讲。本次活动特邀市未成年人心理健康专家库专家蔡灵花现场授课,告别枯燥说教,主打轻松治愈、互动赋能。

课堂通过趣味心理游戏破冰解压,帮助同学们放下拘谨、舒缓学业压力、放松身心状态。在互动交流环节,同学们大胆敞开心扉,主动倾诉学习压力、人际交往、成长烦恼等心理困惑。专家针对性答疑解惑、温柔疏导,用通俗易懂的方式传授情绪调节、自我接纳、积极沟通的实用技巧,让大家在轻松欢乐的氛围中学习到专业的心理知识、排解内心烦恼。

我市将以本次宣传月为契机,持续深化未成年人心理健康教育工作,常态化开展形式多样、内容丰富的心理关爱活动,不断完善心理健康服务网络,着力构建学校、家庭、社会协同发力的未成年人心理健康防护体系,切实为青少年心理健康保驾护航。

从拥抱着到对话 从理解到共情

亲子心理集市呵护“心”成长

本报记者 张克鼎

5月31日上午,咸安区十六潭公园变身为一处充满欢声笑语的“亲子心理集市”。由咸宁市精神文明建设办公室与共青团咸宁市委联合主办的“六一亲子心理集市”活动在这里温情开启,吸引了众多中小學生家庭踊跃参与。

本次活动围绕“学习挑战、沟通合作、情感联结”三大主线,设置了九个趣味十足的心理互动环节。在“学习挑战区”,孩子们抽取心理知识问答卡,家长

们也饶有兴致地参与 OH 卡牌自我探索;在“童年交换站”前,一位父亲抽到了“孩子最近的小烦恼”,认真听完女儿的讲述后感慨道:“以前总觉得她没什么心事,今天才发现她需要我更多倾听。”

“沟通合作区”更是笑声不断。“情绪猜猜猜”中,一位妈妈手舞足蹈地模仿“焦急”的表情,孩子愣了两秒后大喊“着急!”全场鼓掌;在“各有所长”环节里,孩

子蒙上眼睛,由家长指挥绕开障碍物,默契配合让人动容。最温馨的莫过于“情感联结区”。一个10秒的“拾光拥抱”,让不少家长红了眼眶;在“糖弹大轰炸”中,孩子们把“你是最棒的妈妈”“爸爸很温柔”等赞美贴纸贴满父母全身。最后,孩子在彩色纸上写下今年的愿望,和家一起折成纸飞机,投向“梦想窗口”——纸飞机穿过窗口的瞬间,现场响起阵阵欢呼。

活动现场还特别设置了“智感心情站”,引入AI情绪识别技术,孩子们在屏幕前看到自己的情绪被“画”成彩色图谱,家长们也从中读懂了孩子内心更多的细节。

本次活动通过轻松有趣的互动体验,让心理健康知识走进了家庭,也让亲子之间的情感在游戏中被看见、被连接。不少家长表示,希望这样的活动能年年办下去。

高举队旗跟党走

为落实立德树人的根本任务,培育和践行社会主义核心价值观,传承少先队红色基因,厚植青少年爱国情怀,5月28日,市委宣传部、共青团咸宁市委、市教育局、市少工委,在咸宁高新实验外国语学校联合组织开展“高举队旗跟党走 做新时代好少年”2026年少先队市级示范性入队仪式,引领队员们在星星火炬的照耀下茁壮成长。

记者 刘震 摄



银龄挥杆展风采 文明满城耀咸宁

——第五届全国老健会门球交流活动综述

本报记者 王禹宇

5月17日至22日,第五届全国老年人体育健身大会门球交流活动在我市圆满举行。来自全国的36个代表团、95支代表队,633名老年运动员齐聚咸宁,在男子五人制、女子五人制、混合双人制三个项目上挥杆竞技、以球会友。

四天时间、378场比赛,这场全国老年体育的顶级盛会,不仅展现了新时代银龄群体的健康活力,更成为咸宁以重大赛事展示城市文明形象、以赛事赋能城市发展的生动实践。

一流赛事,彰显城市“硬实力”

连续两届承办全国老健会门球交流活动,咸宁成为本届老健会唯一连续承办同一项目的城市。这份信任,源于咸宁对标全国一流的赛事保障能力。

走进咸宁市门球馆,两层十连片的标准化场地宽敞明亮,空调、电子计分、大屏转播等设施一应俱全,露天场地加装透明亮瓦顶棚,实现全天候开放运营。这座获评“全国门球示范基地”的场馆,被众多参赛运动员称为“走遍全国,堪称一流”。“场地很好,秩序保持得也很好,这次来咸宁我们感觉非常幸福。”河北队队员赵静芬的感言,道出了许多参赛者的心声。

目前,全市已建成110块人工草坪标准化门球场,覆盖六个县(市、区),为老年

朋友搭建起“家门口”的健身平台。

一流的硬件是基础,科学的组织是内核。本届活动首次将项目由一个扩充为三个,参赛人数较上一届增长超过60%。赛事团队创新采用“分组循环赛+淘汰附加赛”模式,保证每支队伍至少进行7场比赛,既避免体力透支,又创造了充分交流机会。

首次启用线上抽签,首次上线交流活动小程序,赛程、比分“指尖一点”即查。

天津队队员付英杰已是第三次来咸宁参赛,他感慨道:“咸宁的办赛氛围、人文环境都让人舒心,办赛水准堪称全国一流。”378场比赛、每天8小时赛程搭配2小时午休,时间精确到秒,编排张弛有度——这套“咸宁样板”赢得了各代表队“专业、顺畅、暖心”的一致好评。

温情服务,诠释文明新高度

赛事是一面镜子,映射出一座城市的文明素养和人文温度。

正如中国老年人体育协会主席唐军所言:“办一次大会、惠一方老人、促一方发展。”在咸宁,这一理念落实为一个可感可及的细节。

市委、市政府为每支参赛队伍配备“一对一”的专属服务人员,提供接站、住宿、赛场引导“一站式”贴心保障。

本次比赛创新推出“运动竞技+中医

理疗+科技康养”服务模式。咸宁市中医院组建骨干医护团队,在场馆设立义诊点,提供火龙罐、温通刮痧、耳穴贴压等中医服务,并引入CEO粒子共振仪等智能康养设备,为老年运动员缓解疲劳、消除炎症。“今天的腿有点受伤,理疗之后挺舒服的。”参赛选手张淑琴说。上海队队员顾金强也连连称赞:“对腰腿酸痛特别有效果,有像家一样的温馨感。”

室外门球场设置第二观赛现场同步直播,闭幕颁奖安排就座等候避免久站。这些细微安排汇聚成“被尊重、被照顾”的切身感受。

山西队领队齐红芳将自带的零食送给负责车辆调度的工作人员杨静,感谢她连日来的辛苦付出。“有一种宾至如归的感觉,让我们特别感动。”

深圳门球协会会长姜海鸥已是第四次来到咸宁,“每一次都是一对一服务,接待非常给力,对每个队的吃住行都安排得妥妥当当。”

赛后,贵州、福建、广东、内蒙古、陕西等15个代表队发来感谢信。一封封感谢信,正是咸宁作为全国文明城市的温情底色与硬核担当。

赛事赋能,绘就民生新图景

门球与咸宁,是一场双向奔赴。

咸宁森林覆盖率达56%,全年优良空气天数352天,是名副其实的“天然氧吧”。门球运动节奏舒缓、动静结合,与咸宁“宜人宜居、康养咸宁”的城市定位高度契合。依托生态优势和康养基建,咸宁创新探索“门球+康养+旅游”融合发展模式,让门球从一项运动变成一种生活方式。

赛事经济与社会效益持续释放。每年数万名门球爱好者前来参赛交流、旅居康养,带动住宿、餐饮、文旅等产业联动发展。目前,全市拥有19个门球组织、340支门球队,常态化参与运动的老年群众超1.2万人,年均举办各类赛事80余场,形成“月月有活动、季季有赛事”的全民健身格局。

安徽代表队运动员晁青感慨:“咸宁生态环境这么好,又结识这么多门球朋友,真想来咸宁养老。”中国老年人体育协会副主席兼秘书长林洁评价:“咸宁拥有一流的场馆设施、深厚的群众基础和浓郁的健身氛围,彰显了打造门球城市品牌的坚定决心。”

赛事落幕,余温长存。门球场上,银发长者挥杆笑语、活力满满;温泉湖畔,市民游客休闲安居、岁月安然。这份从容健康、惬意美好的“慢生活”,正是体育赋能民生、文明滋养城市最生动的注脚。



本报讯 记者张欢、通讯员许松明、郑颖欣报道:5月28日,咸安区“光明同行 共建文明”文明实践专场活动在官埠桥镇河背村文明实践站举行。

活动现场,氛围温馨融洽。文艺展演环节,红歌联唱、器乐独奏、朗诵、微宣讲等节目轮番上演,既有经典红色旋律、乡土特色曲目,也有致敬光明、自强不息的励志表演。公益服务区,志愿者一对一引导视障人士体验义剪、义诊、艾灸、理疗等服务,区直部门工作人员现场解读助残、民政救助等惠民政策,为群众答疑解惑。活动还为到场视障人士免费赠送听书机、生活用品等物资,助力特殊群体丰富精神生活、便利日常生活。

随后,现场视障群众一同收听无障碍电影《妈妈的神奇小子》,在温情中感受拼搏与坚守的力量。影片根据残奥冠军苏桦伟的真实经历改编,讲述身患残障的他,在母亲不离不弃的陪伴与鼓励下,冲破身体局限、刻苦拼搏,登顶残奥赛场、创造世界纪录的故事。

据悉,“光明影院”放映的电影有别于普通电影——每个画面场景、人物神态、动作细节等,都配有详细的旁白解说,让观众只用听觉就能感知到电影传递的情感与故事。

“不用出门就能听专属电影,还有这么多贴心服务和暖心关怀,我真切感受到了社会的温暖。”参与活动的李女士点赞道。

作为中宣部全国推广的重点文明实践项目,“光明影院”是湖北省重点试点项目,咸安区为全省仅有的两个试点区域之一。

据了解,咸安区“光明影院”文明实践项目自2025年9月正式启动,随即在全区14个乡镇、场(街道)全面铺开,依托乡镇新时代文明实践所,聚焦视障群体精神文化与生活服务需求,将特色无障碍观影、暖心公益服务、惠民政策宣讲、特色文艺展演融为一体,常态化开展文明实践活动。

截至目前,全区开展“光明影院”文明实践专场活动15场次,让越来越多的视障群众在家门口感受温暖、享受文化红利。

咸安区将持续深耕“光明影院”文明实践特色品牌,依托全区新时代文明实践阵地网络,常态化、规范化开展文明实践活动,以温情服务守护特殊群体,让文明之光照亮辖区每一个角落。

萌宠运动会欢乐开赛

文明养犬“玩”出新风尚

本报讯 记者张欢、特约记者李婷婷、通讯员李星报道:5月30日下午,咸安区龙潭里景区热闹非凡,一场别开生面的萌宠运动会火热举行,吸引了众多爱犬人士参与,在欢声笑语中践行文明养犬理念。

随着一声哨响,形态各异的萌宠们在主人的引导下奋力奔跑、跨越障碍,现场加油声、欢笑声此起彼伏。最终,市民花女士带着两岁的爱犬“泡芙”,凭借着默契配合与出色发挥夺得冠军,赢得萌宠礼包一份。

“今天的活动特别有意义,不仅了解了养犬知识,而且认识了很多爱犬的朋友,狗狗也找到了新玩伴。”市民杨超群说。

这场萌宠运动会是当天“爱犬有‘礼’ 文明同行”主题活动的一环。除萌宠运动会外,现场还设置了四个集章打卡点,市民参与各项活动可兑换精美礼品。

在文明养犬打卡点,养犬人纷纷与爱犬手持“文明养犬、从我做起”等标语牌合影。政策咨询与办证服务点前,咸安区公安局和区城管执法局的工作人员耐心解答养犬办证、违规处罚、禁养犬种等问题,并现场指导线上办证流程。在宠物义诊及医疗科普点,专业兽医为犬只提供免费健康检查,一对一解答日常护理疑问,科普免疫周期、行为引导、日常护理等知识。文明养犬知识问答点则通过互动展示如何使用牵引绳、拾便袋等养犬用品。

活动现场还发出文明养犬倡议,并开展了狂犬病防控知识宣讲。

活动由咸安区委宣传部、咸安区精神文明建设办公室、市公安局咸安分局联合主办,旨在通过寓教于乐的方式,提升市民文明养犬意识,营造人与宠物和谐共处的良好社会氛围。爱犬人士纷纷表示,活动既有趣又有意义,希望今后能经常举办。

“好人宣讲”走进咸宁高新区

本报讯 记者王禹宇、实习生刘旨奕报道:5月26日下午,2026年咸宁市“好人宣讲”——大思政课宣传活动走进咸宁高新区。本次活动以“创新奉献·岗位建功·责任担当”为主题,旨在发挥道德模范与身边好人的示范引领作用,为广大学干部职工和企业代表带来一堂生动鲜活的大思政课。

14时30分,活动在咸宁高新区党群职工服务中心二楼正式拉开帷幕。宣讲环节,“中国好人”范晓霞率先登台,围绕“创新追梦”分享了自己技术研发道路上不断突破、追逐梦想的奋斗历程,激励大家勇于创新、敢于圆梦。随后,宣讲员卢亚琴以“工匠精神与平凡坚守”为题,讲述了“湖北好人”来碧海数十年如一日扎根岗位、精益求精的感人故事,展现了平凡中的伟大坚守。两位先进代表的事迹朴实而动人,赢得现场阵阵掌声。

最后,湖北科技学院马克思主义学院院长、教授刘佰萍以“新质生产力与高质量发展:中国式现代化的新引擎”为题,从理论高度深入阐释了新时代发展的核心动力,为企业创新发展提供了思想指引。

此次活动将榜样示范与理论宣讲有机结合,进一步激发了咸宁高新区广大劳动者立足岗位、担当作为的热情,为咸宁高质量发展凝聚了强大精神力量。

咸安「光明影院」点亮视障群体精神生活