

舞台艺术作品要不断推陈出新



主持人:王英

由呼和浩特市文化旅游投资集团(以下简称呼市文旅投)倾力打造,中国舞蹈家协会主席冯双白担任艺术指导,中国歌剧舞剧院青年舞蹈艺术家唐诗逸、青年导演郑子豪担任总导演的舞蹈剧场《如见》近日在呼和浩特首演。就像它的名字一样,见自己、见天地、见众生。

见自己。唐诗逸与呼市文旅投的合作并非第一次,前者是以古典舞闻名的舞者,后者则已经将历史题材、民族舞剧与蒙古族舞风打造成了自己的强项和“名片”,《如见》是二者对各自“生涯”的回望,是见自己后,结合时代价值、时代精神和时代风度的一次自我突破。剧

中的镜子,既照着舞者自己,也照着他人,预示着每位舞者的眼中都有不同的对方,但镜中的自己是怎样的则完全取决于对自己的认识。如果唐诗逸将自己定位为古典舞舞者,如果呼市文旅投只标榜历史题材、民族舞剧与蒙古族舞风,不见自己,也许观众看到的就不会是充满科技感、现代感、包容的《如见》。

见天地。《如见》是以呼和浩特的开放包容为底色,尝试打破区域文化限制,探索现代舞全新创作境界、塑造具有国际视野的文化品牌的一次实践。它让观众感悟人生的意义,也告诉人们要学会内心自洽,这体现的是创作者的天地之见。对于呼市文旅投来说,见天地便是用更开放的眼光、更包容的心态来接纳舞台艺术不同的表现手法,融合新的艺术表达视角,展现草原风貌、时代风貌。

见众生。艺术关照众生。《如见》表达的

是对人生、对一些事物的感受、探讨和思考,包括人与自然、人与人、人与时间等等,舞者不停地跌倒、爬起、奋进,是对生活的不懈追求。创作者见众生,观察众生,明晰众生的贪嗔痴,然后以不同的形式展现给人们,旨在引导、启发人们,思考如何看待自己,如何去生活。

文艺创作需要与时代同频共振。更加开放包容的呼和浩特需要有更加开放、包容和更高艺术水准及品味的文艺作品。在舞台表现力上能海纳百川,融合各类表现手法;在内容上能够不断推陈出新,紧跟时代步伐;在创作上能够多元尝试,既体现地域特色,还能不断融合、碰撞出新作品。期待,呼和浩特能有更多见自己、见天地、见众生的作品,不断丰富本地文化艺术舞台,不断满足人民群众对精神文化生活的需求。

三伏天可以喝中药吗?



主持人:李娟

夏日炎炎,喝中药容易上火吗?带着疑问,呼和浩特晚报记者咨询了呼和浩特市妇幼保健院的专家。

中西医结合科申冬峰医生表示,一般情况下,三伏天可以喝中药。通常三伏天是阳气最旺盛时,人体的阳气升散外发,气血运行也相应旺盛。在此时根据具体证型服用相应中药,可以充分调动正气祛邪外出,有助于疾病的康复。

三伏天还可以通过服用温补阳气的药物,增加抵抗力,阳气渐旺盛。该种药物能够减少疾病复发次数,或减轻发作时的症状,适合虚寒性疾病患者或虚寒性体质患者。《黄帝内经》最早提出四时阴阳是万物之根本,并总结提出春夏养阳,秋冬养阴,即顺应四时阴阳变化的养生原则。

“在夏季,许多患者都会选择‘冬病夏治’,就是把秋冬季节易发的疾病于夏季最热的三伏天来治疗和调理,可激发人体阳气,增强抗病御寒能力,达到以热治寒、鼓舞阳气、强身健体的治病目的。中药调理身体能够减少对肠胃的副作用,每个季节都可以服用,因为每个人的体质不同,所以服用的中药成分也是不同的。但由于夏天天气比较炎热,自身代谢比较旺盛,容易出汗,影响到中药的吸收效果,所以在服用中药期间需要做好护理措施。”申冬峰表示。

需要注意的是,夏天服用中药期间避免吃刺激性食物,比如海鲜、烧烤、冷饮、辛辣食物以免损伤到脾胃。还应注意,并非所有药物均适合在三伏天服用,如需用药应由专业医师辨证后治疗,不可自行服药。



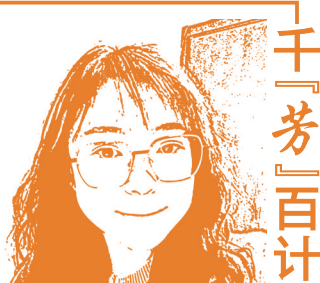
主持人:许婷



速度赛马

赛马骑手正在奥威赛马场内练习,准备迎接速度赛马比赛。风驰电掣间,骑手与马匹配合完美,在湿潮的赛道上掀起沙砾,畅享速度与激情。

这份夏季游泳消费警示请收好



主持人:刘芳

场馆看资质,预付办卡不盲目,购买泳具重质量。

据介绍,广大消费者在选择游泳馆时要选择安全、卫生的游泳场所,看场馆的资质(营业执照、卫生许可证)等是否齐全,选择管理规范、干净卫生、优质服务的正规场所。

儿童游泳时,要确保在家长的监护下进行,要提前对孩子做好相关教育,遵守游泳场地的各项规则,自觉保持身体卫生,拒

高温酷暑,游泳馆成了消费者纳凉、休闲、健身的好去处,为提醒广大消费者正确选择、注意安全,避免消费纠纷,呼和浩特市消费者权益保护服务中心发布消费警示,选择

绝跳水、追逐打闹,听从安全员指挥。家长在给孩子办理游泳兴趣班时,要仔细查看游泳培训机构配套设施、教练资质是否完善,倡导理性消费,对一次性缴纳大额培训费用应当谨慎,签订协议时,明确各项权责,并保留好相关票据凭证。

办理游泳预付卡时,消费者们要了解清楚卡的使用规则,根据自身实际情况,理性选择次卡、月卡、年卡等种类,不要盲目预存大额费用,不要轻信商家的口头承诺,避免产生不必要的纠纷。

此外,消费者在选购泳衣、泳帽、泳圈等泳具时,不要只关注商品的图案、颜色、款式,要仔细查看生产信息,合格证是否齐全,重视泳具材料的质量。

呼和浩特市消费者权益保护服务中心提醒,广大消费者在消费过程中合法权益如受到侵害时,可先行与经营者协商解决,当协商困难时可拨打 12315 热线投诉举报,维护自身合法权益。