

杨凌开展“我们的节日·端午”主题活动

粽香浓情是端午，文明新风永传承。为弘扬中华优秀传统文化，丰富居民群众的精神文化生活，营造浓厚节日氛围，近日，杨凌示范区各级、各部门、各单位紧贴群众需求，相继开展“我们的节日·端午”系列主题活动，将文化传承活动送到百姓身边。

在端午来临之际，6月19日，杨陵区人民检察院开展“我们的节日·端午”主题活动。

活动开始，干警们观看了短片《端午节为什么要戴香囊》，了解端午节习俗。随后，工作人员为大家分发制作彩绳、香囊所需的材料。只见干警们拿到彩绳材料后，一个个摩拳擦掌，编花、穿小挂饰、打结……不一会儿，一条条精致、五颜六色的彩绳呈现于眼前。在制作香囊时，干警们跟随着视频讲解，穿针引线、填充香料、打结收尾……一招一式耐心细致，大家纷纷把自己最美好的端午祝福缝入香囊。

本次活动让检察干警们不仅感受到了传统文化的魅力，还体会到伟大的爱国主义精神。

6月16日，杨陵区揉谷镇新时代文明实践所联合权家寨村新时代文明实践站，开展了以“欢聚祝安康，共度端午节”为主题的志愿服务活动。

志愿者将刚刚出炉、香气四溢的甑糕和油饼分装好后，分别送到200余位65周岁以上老人手中，并对老人送上节日问候和祝福。

通过本次志愿服务活动，不仅营造了浓厚的敬老爱老氛围，使老人们感受到了浓浓的暖意，而且进一步弘扬了中华民族传统美德。

张家岗小学二语组在端午节来临之际开展了“浓情端午‘粽’享欢乐”系列主题活动。

“小团冰浸砂糖裹，有透明角黍松儿和。”这是古人有关粽子的描述。粽子也是端午节的传统佳肴。瞧，自己包的粽子最香甜，同学们跟老师学包粽子，大家先将粽叶交



叉铺平，放入适量的糯米、红枣包好，再用细绳一绕、一捆，一个粽子就做好了。孩子们学会如何拿粽叶、放多少糯米及系绳的手法。一张张翠绿的粽叶在同学们的手中翩翩起舞，忽而四四方方，有棱有角，一个个有模有样的粽子陆续诞生了。孩子们共同体验着劳动的快乐，也感受到了传统节日的浓郁文化气息。

通过这次端午节主题实践活动，弘扬了中华民族传统文化，使孩子们深刻感受到了传统文化的魅力，也增强了孩子们之间的友情，锻炼了动手能力，传承了民族情怀。

(综合报道)

粽飘香 端午到

“端午临中夏，时清日复长。”当粽香与艾草香在街巷弥漫，我们就知道端午节来了。

端午，是略带伤感的节日。戴花冠、佩长剑的屈原，独睇山水，静对心灵，写下千古诵读的长诗。“亦余心之所善兮，虽九死其犹未悔”“长太息以掩涕兮，哀民生之多艰”“路漫漫其修远兮，吾将上下而求索”，对国之忧虑，

对民众之关心在字里行间浮现，端午节也由此承载了浓浓的爱国情怀。过端午，纪念屈原，每年的节日，都是灵魂的净化和情怀的升华。

端午，也是一次精神上的昂扬。在这一日，赛龙舟成为大江南北的风俗。赛龙舟既是力量的较量，也是万众一心的表现——参加比赛的人全神贯注，奋楫者先，观看比赛的人呐喊助威，欢呼雀跃。在百舸争流、千舟竞发中，你追我赶、永不服输、力争上游、精诚团结的民族精神，激励我们在前进征程中不断抵达新的高度，创造新的奇迹。

端午，还承载着人们追求美好生活的愿望。不管是包粽子，还是佩香囊，延续的是辟邪驱瘟、保佑安康、延年益寿的不竭愿望。时光在变，人们过节的方式也在变，但对美好生活的向往没有变。在传统节日和法定假日双重加持下，“端午经济”作为“假日经济”重要组成部分，将为释放内需、拉动消费贡献一份力量。

端午节种种纪念和庆祝活动，看似只是古老的仪式，但正是千年未变的情怀，加固了民族认同和文化认知，使之成为传承民族文化、弘扬民族精神、激发爱国情感的载体。同时，端午和其他一系列重要的中国传统节日，剥去其物质载体后，留下的精神内核，形成一个民族重要的文化传统和文化印记，永远留在世代代中国人的基因中。

(来源:光明日报)

年年端午节，粽子难忘怀。每到节前，市场上各类粽子总是让人眼花缭乱。如何科学选购、健康饮食、愉快过节，杨凌示范区市场监管局和消费者协会发出消费提醒：过节吃粽子时应当注意以下几个问题：



一是注意售卖场所。市场上粽子品种多，源头也多。购买粽子时要到正规且信誉度较好的大型商场、超市去购买，尽量不要贪便宜或图方便在地摊、流动商贩处购买。网购粽子时，要选择正规的网购平台和信誉度高的网店，不要被“自制”、“私房粽”、“全手工制作”等看似美好的广告所迷惑，收到快递时，要及时拍照取证并联系网店经营者或者电商经销平台处置。

二是注意查看标签。购买预包装粽子时，首先要观察粽子外包装是否有标签，印有清晰的厂名、厂址、生产日期和保质期等。由于真空包装的粽子其保质期一般只有3个月左右，尽可能挑选出厂时间较近的产品，不要购买、食用无标签或标签信息不全、内容不清晰，或掩盖、补印或篡改标识的粽子。其次还应查看包装袋是否完好，真空包装粽子不应出现破损、漏气或胀袋等现象。即使在街边选购个人现做现卖的粽子，也要注意观察，看外观、闻气味、摸外皮，有粘手或有不好气味的多数是时间较长的粽子，坚决不能买。

三是注意“返青粽叶”。选购粽子时，除了看场所和标签外，还要警惕“返青粽叶”的问题。一要看外观，“返青粽叶”色泽翠绿，看上去很漂亮，而正常粽叶在制作过程中经过高温蒸煮，颜色会发暗发黄；二要闻味道，“返青粽叶”包的粽子煮后粽香味不浓；三要看煮粽子的水，“返青粽叶”煮后水变绿，正常粽叶煮后水呈现淡黄色。疑似“返青粽叶”时不要购买。

四是注意保存得当。预包装粽子可按照包装袋上标示的方法进行加工食用，不食用馅料已发酸、发苦或口味不正的粽子。购买的真空包装或速冻粽子，需在-18℃以下冷冻保存。购买的新鲜或散装粽子，保质期短，大多能存放3-5天，买回后应当冷藏保存，切忌常温存放，并且要及时食用，以防变质。

五是注意科学食用。粽子属于高糖、高能量的食物，不易消化，食用方法很重要。冷藏、冷冻粽子一定要加热后食用，千万不能冷着吃。对于有糖尿病、三高、肝胆疾病的消费者，一定要控制食用量。即使是正常人一次也不宜过量食用，以免引起胃肠负担过重，造成消化不良。食用时，最好搭配一些蔬菜、汤羹等，既均衡营养，有助于消化。

消费者如果发现购买的粽子或生产经营单位的粽子存在质量问题，可拨打87012345市场热线电话投诉，或向市场监管部门、消费者协会进行投诉举报。

吃粽子要注意什么？端午节食品安全提示来了

端午假期 天气晴好

2023年端午节假期为6月22日至24日，共3天。节日期间陕西高速公路不免费。据气象部门预报，节日期间陕西天气以晴天和多云为主，适宜出行。关中地区有35℃以上的高温天气。

