

文体活动多彩 礼赞伟大时代

我区开展中秋节、国庆节系列活动

本报综合 中秋国庆假期，我区各地开展丰富多彩、精彩纷呈的文体活动，营造喜庆热烈的节日氛围，人们在踊跃参与文化体育活动中欢度中秋国庆，礼赞伟大时代。

日前，经过为期6天的激烈角逐，2023年渝西八区文化交流篮球联谊赛亚军争夺赛在江津区体育馆展开，争夺赛对阵双方为江津代表队与铜梁代表队，给现场观众带来了一场精彩的体育赛事盛宴。凭借队员们的出色表现，江津队最终以65-43击败铜梁队，夺得2023年渝西八区文化交流篮球联谊赛冠军。

日前，江津区老年诗书画研究会“庆国庆”会员作品展在区老干部局健身活动室举行。本次展览精选72件书画作品，涵盖书法、国画、油画和水彩多个艺术画种。老同志陈永富、付思明、黄淳、许福新出席活动。

日前，2023年“聂帅故里杯”美丽中国全国门球大赛（重庆江津站）闭幕式在我区滨江体育中心门球场举行。来自全国各省市的66支参赛队伍经过3天258场的激烈角逐，最终产生本次比赛的冠军季军。

10月1日至4日，2023年全国国际跳棋和五子棋特色学校校际联赛重庆市总决赛在重庆市江南职业学校举行。来自全市30所学校的近300名运动员展开激烈角逐。我区重庆市江南职业学校获得国际跳棋和五子棋2个比赛的中学组冠军，几江实验小学获得国际跳棋比赛小学100格B组冠军，将代表重庆市中小学参加全国总决赛。

日前，江津区第七届“机关杯”游泳比赛在区游泳馆举行，全区120余名机关干部职工同场竞技，奋“泳”争先。

在第十三个民族团结进步宣传周到来之际，日前，江津区民族团结进步促进会走进海会苑幼儿园，与全体教师、幼儿及家长一起参加“民族团结一家亲，童心共筑中国梦”国庆主题活动。

为丰富官兵精神文化生活，在中秋、国庆节期间，四面山旅游（集团）有限公司到驻区某部队开展“我们的中国梦 文化润军心”主题活动，为部队官兵放映《长空之王》《万里归途》等爱国电影。



西关社区居民合唱《我和我的祖国》 见习记者 钟尧 摄



同唱《歌唱祖国》 记者 张渝 摄



五子棋比赛现场 记者 贺奎 摄

日前，几江街道各社区开展了爱国教育、同吃一碗饭、健康融合、手工月饼DIY等多彩活动，共庆双节。

双福街道李子社区开展“迎国庆话中秋”主题活动，各族群众在欢声笑语中共度佳节；双福第四小学开展“情满双节 月满华诞”庆祝活动，少数民族学生和家长们身穿民族服饰，一起打糍粑、跳摆手舞、千人大大合唱、和家乡亲人视频连线，欢声笑语响彻校园……近日，双福街道通过民族团结进步宣传月，广泛宣传党的民族政策、法律法规，开展特色宣传教育活动，让民族团结之花绽放满城。

日前，白沙镇各村（社区）开展了非遗表演、打糍粑、爱国教育、防诈骗宣传等丰富多彩的活动。

日前，塘河镇开展“礼赞新时代，奋进新征程，文化进万家”庆中秋国庆节暨2023年公共文化服务基层演出活动，辖区群众与塘河小学学生齐聚一堂，共庆佳节。

日前，嘉平镇2023年“茶飘香、果满园，共享丰收硕果迎中秋、庆国庆，共建和美乡村”群众文化活动在嘉平新区文化广场举行。

日前，塘河镇开展“礼赞新时代，奋进新征程，文化进万家”庆中秋国庆节暨2023年公共文化服务基层演出活动，辖区群众与塘河小学学生齐聚一堂，共庆佳节。

重庆首案 老人以遗嘱方式设立居住权

本报讯（记者 阮瑞雪 通讯员 闫洋）近日，区法院审结一起遗嘱继承纠纷案件。经法官调解，被告同意协助原告办理居住权登记。据悉，该案是《中华人民共和国民法典》实施以来，重庆首次有案件当事人在继承纠纷案件中以遗嘱主张设立居住权，也是江津区不动产登记中心首次办理居住权登记。

张爷爷跟李奶奶再婚后一起生活20余年。2014年左右，张爷爷自己的婚前住房拆迁，之后老两口一起搬进了拆迁还房中，过上了幸福舒适的晚年生活。2020年，张爷爷因为一场疾病住院，此后身体状况大不如前，随着年龄增

大，张爷爷开始为自己的身后事作起了打算。

2020年7月，张爷爷为避免自己身故后子女因为遗产发生纠纷便立下遗嘱，表示在去世后将自己的拆迁还房交由自己的四个子女继承。同时为了让李奶奶能够在居住多年的还房中继续安享晚年，张爷爷特意给李奶奶立了一份遗嘱，李奶奶享有拆迁还房的居住权直至去世。

2022年底，张爷爷去世，享年75岁，其子女在料理完后事后，将张爷爷的拆迁还房按照遗嘱的安排办理了房屋过户登记手续。之后，李奶奶找到张爷爷的子女，要求按照遗嘱办理居住权登记手续，四名子女却迟迟未协助李奶奶办理。无奈之下，李奶奶将张爷爷的子女起诉至法院，要求协助自己办理居住权登记手续。

案件审理过程中，张爷爷的子女向法院道出了自己的苦衷。原来，李奶奶一直生活在该房屋内，四子女也都愿意协助李奶奶办理居住权登记。但因为不懂相关法律法规规定，他们顾虑李奶奶在居住过程中如果发生意外，自己作为房主可能要承担责任，最关键的是李奶奶去世后该如何办理撤销居住权登记。因为这些问题，双方一直没有协商妥当，也就没有协助李奶奶办理居住权登记。

既然四子女都同意李奶奶在该房屋居住，为什么李奶奶还是要坚持去办理居住权呢？“因为老张在遗嘱里说了，这是我的权利，只有进行了登记国家才认可，我住下去才有保障。”李奶奶坦言。

找到双方的症结后，承办法官耐心进行释法明理，双方都逐渐打消疑

虑，最终达成调解协议。

随后，四名子女和李奶奶一起前往江津区不动产登记中心，办理了居住权登记手续。

法官说法：

《中华人民共和国民法典》首次对居住权进行规定。居住权是指居住权人有权按照合同约定或遗嘱，对他人的住宅享有占有、使用的用益物权。居住权自向登记机构申请居住权登记时设立，登记设立后便可以保障居住者有其房，即便以后房屋权属发生变化，其他权利人也无权要求居住权人搬出房屋。



津津说法

（上接第一版）“研学游”成为假期旅游新时尚。10月1日，2023重庆四面山科学家嘉年华活动启动，国内多位知名科学家现身四面山，在六天五夜的时间里，与来自全国的50对家庭同吃同住，一起在四面山开展亲子科普教育活动。此次活动，包括科学家大讲堂、丛林徒步、家庭教育讲座、户外探索、夜间探索、四面山景区游览、科学家冷餐会等。活动采用大学式自由选课制，孩子们可以根据自己的兴趣，自由选择课程和活动。“学到了很多课本上没有的东西，我觉得这次假期非常充实、有意义。”活动中，孩子们纷纷表示，跟随科学家来到四面山森林公园，近距离观察

各种动植物，畅快了身心，开阔了视野。

“古镇游”民俗荟萃节日氛围浓厚。中秋国庆假期，白沙镇举办了“遗韵新曲·传承白沙”系列活动，连续多日向市民展示江津区以及白沙镇的市级、区级非遗项目，吸引了不少游客前来观看游玩。活动中，白沙耍耍、川剧、金钱板、元宵打莲枪、塘河婚俗、石蟆百戏伎等精彩的文艺表演让大家目不暇接、沉浸在浓厚的节日氛围中；白沙风筝制作、水晶凉糕、汤水豆腐脑、鳝鱼面、糖关刀等非遗项目的展出则让大家在制作、品尝中领略了非遗技艺的独特魅力。此次活动突出了白沙古镇、影视旅游特

点，深入挖掘各非物质文化遗产内涵，让更多年轻人了解白沙文化，走近非遗文化，实现了保护传承“年轻态”，打响非遗名片，助力文旅发展。

“博物馆游”穿越古今备受青睐。中秋国庆假期，江津博物馆推出“情动中秋 乐在国庆”古风游园会系列活动，让广大市民和游客深入了解中国传统文化，近距离体验非物质文化遗产。活动现场，工作人员积极引导市民和游客游览参观，参加非遗灯笼制作以及双节游园印章等活动。不少带孩子的游客参与了非遗灯笼制作，大家在工作人员的指导下亲手制作非遗灯笼，增添了亲子互动，留下了团圆快乐的节日记忆。

“乡村游”返璞归真野趣横生。一边采摘新鲜瓜果，一边欣赏乡间美景，时而在溪边嬉闹，时而置身花海留影打卡……中秋国庆假期，“乡村游”也备受游客喜爱。在创丰雨仙农谷，游客们体验到了与大自然亲密接触的“慢生活”，早上，在开心生态农场采摘新鲜蔬果、打卡坪坝村乡情馆；下午，到田间湖畔领略自然风光，“零距离”和黑天鹅拍照。在鲁能美丽乡村，游客们在水枪大战和泡泡秀里和朋友分享，把“白云”穿在身上，在水池里“浑水摸鱼”，梦回童年的快乐时光，此外，乐园里每天上午、下午还各有小剧场演出。乡村天地广阔，到处都洋溢着孩子和家长的欢声笑语。

“行走的思政课”江津区青少年走进德感工业园研学活动举行

本报讯（记者 王茜）日前，德感工业园发展中心迎来了一批特殊的参观者，他们个个都是小学生，在讲解员的带领下，走进党员活动室，一边参观，一边认真聆听讲解。这是我区开展的“行走的思政课”活动上的一幕。

“行走的思政课”江津区青少年走进德感工业园研学活动，由团区委、德感工业园发展中心主办，通过组织30名实验小学学生走进德感工业园，让青少年了解江津工业发展史，进一步增强青少年对科技创新、工业强区的理解，潜移默化地开展思想政治教育，激发广大青少年对江津、对祖国的热爱之情。

“接下来，我们还将继续开展‘行走的思政课’活动，围绕推动思想政治教育和培育时代新人这一目标，梳理整合区内丰富的思想政治教育资源，打造一批思政课路线，组织一系列示范活动，以点带面，引导带动广大青少年走出校门、走进社会。把思政课实践教学搬到爱国主义教育基地、工厂企业、乡村院坝等，实现思政小课堂同社会大课堂的巧妙结合，让青少年们在行走中学习，在学习中成长。”团区委相关负责人介绍。

我区全国科普日特色活动走进青江小学校 科普之光点亮儿童梦想

本报讯（记者 陈婷 实习记者 龙晨语）日前，为进一步弘扬科学精神，助力“双减”提质增效，江津区全国科普日特色活动——“科普之光点亮儿童梦想”活动走进夏坝镇青江小学校，全面促进提升青少年科学素质，把科学的种子播种到孩子们心中。

本次活动由区科协、区委政法委、区教委、区公安局、团区委、区妇联、区关工委主办，夏坝镇人民政府协办。青江小学校、区科技馆、陈独秀旧居陈列馆、江津区青少年服务中心、区图书馆、江津区青少年科技辅导员协会、江津区烟草专卖局承办。

据悉，“科普之光点亮儿童梦想”活动是我区全国科普日的特色活动。近年来，我区大力实施“青少年科学素质提升行动”。其中，区科技馆作为“首批重庆市中小校外科普特色基地”在探索“馆校结合”新路径上取得新成效，一批校园科技馆、社区科普馆落地建成，为孩子们零距离学习科学知识搭建了平台。此外，“院士专家进校园”“科普大篷车进校园”等科普品牌活动也深受广大师生喜爱，在学校营造了“热爱科学、崇尚创新”的浓厚氛围。

老同志何泽智参加活动。

先锋镇积极开展多形式反诈宣传活动 反诈宣传进村 安全防范入人心

本报讯（记者 王茜 通讯员 陈艺）连日来，先锋镇各村（社区）积极开展多形式反诈宣传活动，进一步增强辖区居民反诈意识，预防和杜绝辖区诈骗事件发生。

据悉，先锋镇各村（社区）干部、社区民警通过“拉家常”、面对面讲解、发放宣传单等方式，用最通俗易懂的语言，结合辖区已发生的诈骗案例，向辖区群众讲述了电信诈骗的种类、诈骗分子惯用手段，提醒辖区群众不要将个人资料、卡号等信息告诉他人，如遇可疑情况要及时报警，以免遭受诈骗，要打消“用小钱赚大钱”的念头。帮助群众提高防范意识和识别能力。同时向辖区群众推广国家反诈中心APP，开启来电预警功能，为群众“钱袋子”再上一道关键保险。

接下来，先锋镇将继续加大反诈宣传力度，持续掀起反电信诈骗热潮，切实做到“宣传不放松、反诈不打烊”，营造全民反诈的浓厚氛围，织密反诈“防护网”，护卫一方平安。



国庆出行 最美的风景是文明

本报讯（通讯员 吴宣言）中秋节、国庆节假期期间，出游市民日益增多。10月5日，笔者在浒溪公园看到，一位母亲在耐心地叮嘱孩子：“不要破坏公园的美丽风景，要把垃圾都带走，做个讲文明的小朋友。”

“我觉得每次出游都是一个教育孩子讲文明、有礼貌、爱护环境的好机会，带孩子去景区打卡的同时，我也会告诉他保护大自然，爱护环境，不随意丢垃圾。”市民李女士说。

近年来，区城市管理局通过倡导“文明旅游”，不仅为市民、游客营造出文明、温馨、安全的旅游环境，还引导广大市民、游客提高文明旅游意识，自觉爱护景区环境，人人争做文明游客。

出游中，每个游客都应发扬社会公德，维护环境卫生，遵守公共秩序，保护生态环境，爱惜公共设施。每个人都展现文明之美，才是假日里最美的风景。

儿童零食怎么选？

儿童，尤其是学龄前儿童，胃容量小，加上活泼好动、消化快，容易感到饥饿。在不影响正餐食欲的前提下，合理选用零食也可以为儿童提供能量及营养补充。那么，儿童零食怎么选？

一看配料表
食品配料表是以含量高低排序，在配料表中排名越靠前，添加的量就越大。因此家长们尽量不要选择糖和香精排名靠前的零食。
二看过敏信息
相较于成年人而言，儿童容易出现过敏的情况。因此，家长每次给孩子购买零食时，需要留意包装上的过敏原标记。
常见的过敏食物有牛奶、蛋、海鲜、豆类、花生、大豆和小麦等。如果孩子有过敏史，家长在选购儿童零食时更需谨慎选择。
（由区疾控中心提供）

