七大板块联动邀您“悦见南岗”
145项精彩活动喜迎双节

生活报讯（记者**于海霞**）中秋、国庆双节将至，哈市南岗区准备了足足145项文旅活动，分成七大板块全域联动，打造“悦见南岗”文旅盛宴。

演唱会、小剧场 演艺活动很热闹

假期演艺活动既有大型演唱会，也有小剧场轻松演出。会展中心将上演李玉刚演唱会、先锋音浪演唱会等重磅演出，并配套推出“跟着演唱会游南岗”攻略，看完演出还可以吃美食、住酒店、夜游打卡。喜欢轻松小剧场的市民也有选择：环球剧场、丁香剧场、波波笑剧场等多个剧场，脱口秀、儿童剧、舞台剧、芭蕾晚会轮番上演，大人小孩都能找到想看的节目。

公益演出亮点多 家门口就能欣赏

借着中俄地方文化艺术季的平台，花园街历史文化街区、意大利领事馆旧址将上演沉浸式公益演出；9月25日西城红场还有民族乐器专场音乐会，以民乐演奏烘托中秋团圆氛围，将免费的文化大餐送到市民身边。

逛博物馆、研学打卡 读懂南岗百年故事

省博物馆、省民族博物馆推出双节特展、民俗体验、科普课程；南岗博物馆上新建筑艺术展，规划4条文物主题游径，组织研学活动；龙塔也准备了登高望月等多项主题活动。带上孩子逛文博场馆，一边游玩一边学习历史知识。

中秋书市、古琴雅集 假日静心品书香

三级阅读阵地同步开启读书活动：南岗新华书店将设置中秋书市、古琴雅集、非遗手作；来邮政汇文书院可以体验古筝演奏、冰皮月饼手工、古法造纸；南岗区图书馆举办中秋诗会、摄影绘画展。20个街道图书分馆也将安排诗词诵读、红色读书分享。假期静下来读一本书，别有滋味。

非遗手作、百家宴 邻里一起庆佳节

南岗区文化馆和20个街道文化站同步开展活动：除兰花书画展、线上书法展外，还有月饼、花灯、香牌、掐丝珐琅等各类非遗手作体验；邻里百家宴、露天红色电影、趣味运动会、研学参观，各类接地气的活动走进社区，居民在家门口就能热闹过节。

非遗市集、精彩演艺 边逛边玩嗨翻天

西城红场、凯德学府等商圈将融合文化、市集、演艺，举办多样精彩活动：西城红场将设置公益市集、少儿演出；凯德学府汉服拜月大典、非遗市集、科创市集、中医市集、滑板联赛接连登场，逛商场不再只是单纯的购物，还能看表演、体验非遗。

体育赛事人气高 文旅线路有看点

多项体育赛事同步开赛，冰球邀请赛、青少年冰球挑战赛、魔方大赛、太极拳展演等活动将陆续登场。

南岗还打造了多条特色文旅线路：VR沉浸式体验项目带您走进花园街黄房子历史街区，用数字技术活化老建筑；依托儿童公园、湘江公园、马家沟步道打造城内赏秋休闲路线；拍摄“百年文脉·南岗街巷”宣传片，串联老建筑、非遗工坊、老字号，讲好南岗故事。

图片均由南岗区政府提供

冰城交管发布中秋出行提示 24日晚高峰车流集中

扫码看详情

生活报讯（记者**何兴丽**）中秋节将至，冰城交管部门结合近年中秋交通数据、辖区道路实际情况，发布假期“两公布一提示”。

中秋节假期较短且高速公路正常收费，出行以城市周边短途探亲、近郊赏秋和市内休闲为主。预计9月24日（假期前一日）晚高峰提前启动，主城区主干街路车流集中；9月25日（假期首日）8时至11时，各出城方向及主干道路将迎来出城小高峰，哈红公路、哈阿公路、长江路等城郊道路及相关高速公路出入口易出现区间缓行，当晚中央大街、防洪纪念塔、中华巴洛克街区、群力外滩等景区周边人流车流叠加，20时至22时周边道路通行压力较大。9月27日15时至19时为中秋假期返程高峰，跨江桥梁和城市主干道进城方向车流量集中。

假期热门景区、商圈周边停车泊位供给有限，建议市民优先选择地铁、公交等公共交通出行。中秋时节清晨、夜间部分路段易出现轻雾、路面凝露湿滑现象，行经国省道、县乡道路，途经弯道、坡路、桥涵位置要主动减速，增大跟车距离；夜间出行合理使用灯光。假期家庭聚会聚餐增多，坚决杜绝酒后驾车，充分重视“隔餐酒”带来的影响。在景区商圈按标志指示停放车辆，服从现场交警疏导指挥。

冰城交管部门在中秋假期将持续强化重点路段巡逻管控与现场疏导，广大群众出行可及时关注交管部门发布的实时路况信息。

清理卫生死角 收集枯枝落叶
哈市环卫部门“净”待佳节

生活报讯（记者**李丹**）国庆、中秋双节临近，哈市城管环卫部门全面部署环境卫生保障工作，切实提升市区环境卫生整体质量。

哈市城管局环卫中心相关负责人表示，节日期间将合理调配作业机械，增加清扫频次、延长保洁时间，落实“两扫全天保”及“皮卡车快速巡保”模式，实施“定保、巡保、检保”制度，加大环境卫生巡视力度，坚决消灭管理盲区和卫生死角。各区将加大分流力度、合理调配拉运车辆，确保生活垃圾及时有效处置。

同时，各个城区环卫部门还将加强果皮箱、垃圾箱（桶）、垃圾站点等环卫设施的擦拭刷洗，配齐桶盖，增加清理频次，强化消杀除臭；严格落实公厕管理规定，节前对公厕内外设施进行

一次彻底清洗和全面检修，确保按时开放、无异味、设施完好。

针对秋冬季节转换，哈市各个城区环卫部门将通过伴随式保洁管控秋菜上市环境秩序，采取“人机结合”方式密闭收集枯枝落叶。

图片由哈市城管局提供

定岗执勤+全时段巡查
“执法蓝”护航平安假期

生活报讯（记者**李丹**）中秋、国庆双节将至，市民休闲出行、外地游客纷纷沓来。为给市民游客营造有序、整洁、靓丽的城市环境，哈市城管执法人员将坚守一线、全力维护城市市容环境。

节日期间，哈市城管局统筹调度全市执法力量，聚焦主次干道、商圈广场、景区景点、交通枢纽、出入城口等重点区域，强化巡查防控、定岗执勤，对店外经营、乱堆乱放、乱贴乱画等城市乱象问题进行疏导规范。同时，全市城管队伍落实“721”工作法，倡导柔性管理服务，从“单一执法”向“执法+服务”转变，执法人员当好“服务员”“宣传员”“引导员”。

哈市城管局相关负责人表示，假日期间全市各区城管执法部门放弃休息、全员在岗，实行全时段巡查，强化源头疏导，做实末端服务，坚持规范执法，确保节日期间城市街面秩序井然，让市民和游客在文明、舒适、安全的环境中欢度佳节。

图片由哈市城管局提供

百业信息 刊登电话13946092977

大疆行业应用产品解决方案

DJI大疆行业应用解决方案，面向政企单位、工程合作伙伴提供大疆行业无人机、机载负载、配套软件一站式供应服务。

水利：河道巡查、堤坝隐患排查、防汛抗洪监测

应急：灾害勘察、被困人员搜寻、现场态势回传

公安：治安巡逻、现场勘查取证、空地协同处置

消防：火情侦察、火线研判、热成像隐患探测

电力能源：输电线路巡检、光伏电站热斑检测

测绘：倾斜摄影建模、地形测量、工程土石方测算

林业：森林防火巡护、林地资源监测

植保：农药喷洒、施肥播撒、果园病虫害防治

多款行业样机现货，支持实地看机、现场演示体验

提供免费技术支持：方案选型、飞行指导、数据处理指导、操作培训、项目技术咨询，全程技术护航。

如有需求请联系我们获取专属行业解决方案

电话微信同步：

18245137715

哈尔滨卓易科技开发有限公司

百业信息 刊登电话13946092977

金福来全屋定制 家装工装一体化

承接家庭装修、办公场所装修；家装、工装整屋家具定制；承接同行二手单柜体定制；工厂一站式服务→设计→加工→安装。

橱柜门、衣柜柜门定制加工（种类有PVC吸塑、PET、高光纳米板材等）；免漆板材加工定制柜体（材料与环保等级自选）。

工厂设有样板展厅，欢迎参观选购。

定制热线

18904515815

15846048899

工厂地址：哈尔滨市南岗区王岗镇哈双公路592号，金福来家具有限公司

生活报中缝广告

办理地址 哈尔滨道里区地段街1号生活报社一楼103室

刊登电话

84681180

13104659009 海霞老师

13613600156 王羽老师

18686821585 侯老师

敬告客户 本报所刊登商务信息不作为提供双方交易的法律依据，交易时请认真核实相关证照，谨慎付款；一切交易行为自行承担法律责任。

患者尖锐鸡骨卡入食管 医护深夜开展内镜急救

生活报讯（实习生**姜欣** 见习记者**李晓航** 记者**王秋实**）凌晨时分，黑龙江省医院香坊院区的医护人员开展了紧急救治的暖心一幕。近日，该院消化内三科主任祝喜萍放弃周日休息，深夜紧急返院为一名食管卡入鸡骨的患者实施内镜异物取出手术，凭借精湛医术成功化解险情，让患者转危为安。

记者了解到，事发当晚56岁的市民李女士在家中进食晚餐时，因一边吃饭一边与家人闲谈，不慎将一块鸡骨误食咽下。鸡骨嵌顿食管后，李女士咽喉及胸骨后方立刻出现明显的刺痛感，强烈的异物感持续不散，吞咽动作会大幅加剧疼痛，甚至连口水都无法正常咽下。家人见状察觉情况危急，立刻陪同李女士赶往黑龙江省医院香坊院区急诊就诊。

医院急诊医生接诊后，第一时间为患者开展颈部及胸部CT检查，精准排查异物位置与伤情。影像检查结果显示，一块不规则的鸡骨高密度异物牢牢嵌顿在患者食管入口处。该部位解剖结构特殊、操作空间狭小，紧邻气管、重要大血管及喉返神经，手术风险极高。加之鸡骨边缘锋利，一旦发生轻微位移，极易刺破食管壁，引发食管穿孔、纵隔感染、大出血等致命并发症，随时危及患者生命，必须尽快手术取出异物。

彼时已是周日深夜，消化道异物精准取出对医生专业经验、操作技术要求极高，需要资深消化内镜医师主导手术。值班医生当即紧急联系了消化内三科主任祝喜萍。接到求助电话时，祝喜萍正在家中休息，在快速了解患者病情后赶往医院。

当晚23时，祝喜萍抵达医院内镜中心，迅速接手患者救治工作。她细致查阅患者CT影像报告，精准研判鸡骨的大小、形态、嵌顿深度，结合食管入口狭小、操作空间有限、极易造成二次损伤的难点，凭借多年处置消化道急症的丰富临床经验，快速敲定精准、安全的手术操作方案。

在麻醉科与护理团队的默契配合下，手术正式开展。祝喜萍平稳轻柔地将胃镜送入患者食管，镜下清晰可见鸡骨横向嵌顿于食管入口，两端已刺入食管黏膜，周边组织明显充血水肿。为避免尖锐骨片划伤食管管壁，她手持异物钳精准操作，小心翼翼调整鸡骨角度，让鸡骨长轴与食管腔保持一致，随后稳稳固定住骨片，平稳顺利地将整块鸡骨连同内镜一同取出。整台手术流程娴熟、干净利落，仅用时数分钟便成功完成救治，彻底解除了患者的危险。

术后，李女士咽部刺痛、异物感等不适症状完全消失，医护人员持续密切观察，确认患者无出血、食管穿孔等术后并发症，各项生命体征平稳，患者于次日顺利康复出院。

祝喜萍表示，日常进食时一定要养成细嚼慢咽的习惯，切勿边吃边说话、大笑，食用鸡、鱼、鸭等带骨带刺食物时，更要专注进食，避免分心。一旦发生异物卡喉，切忌使用吞咽饭团、馒头、喝醋等民间“土方法”，这些错误操作不仅无法取出异物，还会将异物推向食管深处，加剧黏膜划伤、穿孔、出血风险。正确的处理方式是立即停止进食、进水，第一时间前往具备消化内镜诊疗条件的医院就诊，由专业医生开展规范救治。**图片由受访单位提供**

老年人总忘事？别只当“老了”
抓住黄金干预期
哈尔滨市第一医院神经内科专家提醒

世界阿尔茨海默病日

图片由受访单位提供

生活报讯（实习生**姜欣** 见习记者**李晓航** 记者**王秋实**）中秋将至，人间最暖是团圆。每逢佳节，本是一年中最珍贵的温情时刻，但在欢声笑语背后，有一部分老人正在悄悄经历记忆的“褪色”：偶尔忘事、反复提问、记不清时间地点、情绪变得敏感多疑。很多家庭总会习惯性认为，“年纪大了，记性差很正常”。但从临床视角来看，记忆力减退并不是衰老的必然结果，而是需要早识别、早干预的疾病信号。

每年9月21日是世界阿尔茨海默病日。阿尔茨海默病起病隐匿，进展缓慢，早期症状极易被家人忽略，等到出现明显的语言障碍、认不出亲人、生活不能自理时，往往已经错过了最佳干预窗口。哈尔滨市第一医院神内四科主任王薇提醒：认知损害一旦发生，脑组织损伤难以逆转，但早期规范干预能够延缓疾病进展，维持老年人的自主生活能力，减轻家庭照护负担，发现异常，切勿一等再等。

一、佳节团圆，是发现早期认知问题的最佳时机

平日里子女忙碌，难以细致观察父母的变化。中秋、国庆这样的长假团聚，恰恰是一年中最容易发现异常的关键节点。请留意家中长辈是否出现以下细微变化，这些都不是正常的衰老表现，而是大脑认知功能受损的早期表现。

1. 短期记忆明显下降：刚说过的话、刚放好的物品瞬间遗忘，会反复重复提问。

2. 时间、方位感模糊：分不清日期、节气，在熟悉的小区、街道也会迷路。

3. 性格情绪悄然改变：原本温和开朗，变得多虑、固执、敏感、爱猜疑。

4. 做事条理变差：做饭、理财、收纳等做了几十年的熟练事务开始出错。

5. 语言表达卡顿：想说的话表达不出来，经常词不达意、停顿发呆。

二、别再把认知衰退当成“正常衰老”

在临床接诊中，多数家属容易将病理性认知下降与生理性衰老混淆，从而错失黄金诊疗时机。神内四科主任王薇表示，二者在临床上有明确区别：

正常生理性衰老：

多表现为偶尔忘记琐事、忘记细节，经家人提醒后可以完整回忆；思维逻辑清晰、判断力正常，日常生活、待人处事、情绪性格都没有明显改变，不会影响独立生活能力，属于人体正常的老化过程。

病理性认知障碍：

记忆衰退会越来越重，遗忘频率高、程度深，即便他人提醒也无法回忆起完整信息；逐渐出现时间、空间、人物认知模糊，逻辑思维、理解判断能力下降；伴随性格固执、淡漠、多疑、易怒等情绪改变，随着病情进展，会逐步影响日常生活。

王薇强调，阿尔茨海默病不可逆，但可防、可控、可延缓。越早进行专业认知筛查，越早进行医学干预和生活方式干预，越能有效延缓脑功能衰退，最大程度保留老年人的独立生活质量。

三、适合中老年人的“居家护脑方法”

秋季昼夜温差加大、气候干燥，人体代谢与睡眠节律容易波动，也是脑疲劳、认知功能波动的高发季节。王薇建议，老年人无需依赖保健品，可通过科学、规律、可持续的日常居家方式养护大脑，有效预防和延缓认知损伤。

1. 规律作息，稳定睡眠护脑神经

坚持固定时间入睡、固定时间起床，尽量不熬夜，午睡不宜过久；睡前少刷手机、少看电视，保持心态平和，稳定脑神经状态。

2. 坚持交流互动，激活大脑思维活跃度

节假日团聚期间，子女多陪伴长辈聊天、倾听回忆、参与家庭讨论，持续的语言互动，是低成本、高效率的脑力锻炼方式。

3. 清淡节律饮食，保护脑血管健康

饮食荤素搭配、少油少糖，控制糕点、甜食等摄入，规律三餐，保护血管通畅，为大脑提供稳定供血保障。

4. 动脑结合运动，双重延缓脑功能衰退

长期久坐不动、少思考，会导致大脑处于“休眠状态”。日常坚持读书、看报、写字等轻脑力活动；每日进行散步、简单家务等温和运动，动静结合，维持大脑功能稳定。

哈尔滨市第一医院神经内科专家提醒：阿尔茨海默病从来不是普通的“老糊涂”，而是一种需要被看见、被重视、被温柔对待的疾病。这个中秋，别只忙着团圆，也请多看一眼身边的长辈——早一点发现，早一点干预，就是给记忆多留一点时间。

生活报分类信息

搬家、出售、驾校、餐饮、招商、开锁、百业信息

订版电话 13946092977 微信

公 示

根据市政府关于历史遗留不动产权办理的相关规定，现对以下房屋的不动产权现受人公示如下：本人刘书会，身份证：230106193607182016，为香坊区公滨路388-1号2单元1层2号房屋的使用人，现办理该房屋房改买断事项，该房使用面积46平方米（以实际测量报告为准）。刘书会所提供申请材料均真实有效，该房屋使用权无争议，如与事实不符并自愿承担由此产生的一切相应后果和法律责任。如对上述房屋所有权存有异议的，请在此公示发布之日起15个工作日内，向哈尔滨市香坊区住房和城乡建设局和哈尔滨市不动产登记交易事务中心香坊一分中心提出异议申请。

哈尔滨市香坊区住房和城乡建设局，地址：香坊区松江路6号；电话：0451-58629909

哈尔滨市不动产登记交易事务中心香坊一分中心，地址：香坊区中山路17号；电话：0451-55150370

哈尔滨市香坊区住房和城乡建设局

哈尔滨市不动产登记交易事务中心香坊一分中心

2026年9月23日