

小记者探秘中医药文化 感受千年智慧魅力



讲解员为小记者们介绍中医药文化展品。



小记者们体验木版年画制作。



小记者们认真学习八段锦。

□孙关鑫/文 常晶晶/图

为弘扬中华优秀传统文化，增进青少年对中医药知识的了解与兴趣，2月7日下午，30余名周口报业小记者及其家长走进周口市博物馆4楼专题展厅，探访正在热展的“智慧之光——中医药文化展”，开启了一场集知识性、趣味性、体验性于一体的中医药文化研学之旅。

活动伊始，小记者们在专业老师的带领下学习八段锦。大家跟随老师的动作，一招一式认真练习，在舒缓的节奏中感受传统养生功法的独特魅力。抬手、转体、伸腿……小记者们在一招一式间，体会到了中医“治未病”的养生理念，也感受到了传统健身功法带来的身心舒展。

随后，周口市中医院毛艳君、淮阳区中医院苏世豪与方柯欣三位讲解员，带领小记者们依次参观了“文明之钥”“摄生之道”“灵兰秘典”“器药撷英”“传承创新”等主题展区。从中医药的起源与发展，到独特的生命观与健

康理念；从厚重的中医典籍，到精巧器具与珍贵药材，再到中医药在当代的传承与创新，讲解员们用生动的语言，将中医药数千年的历史画卷徐徐展开。小记者们认真聆听，眼神中充满了对古老智慧的好奇与赞叹。

在互动体验环节，小记者们亲手尝试了中药材研磨。当手中的铜臼与药杵碰撞出清脆的声响，当草药的清香在指尖弥漫开来，大家真切感受到了传统中医药炮制工艺的独特韵味。

活动最后的知识问答环节气氛热烈，小记者们积极抢答，灵活运用所学内容。小记者王星皓的家长感慨道：“参加了今天的活动，真切感受到中医文化的博大精深，老祖宗的智慧真实用，原来健康生活有这么多讲究！”

此次活动，不仅让小记者们系统地了解了中医药文化的精髓，更通过沉浸式体验，在他们心中播下了传承中华优秀传统文化的种子。未来，周口报业小记者中心将继续推出更多此类活动，让青少年在实践中感受传统文化魅力，增强文化自信。



小记者们体验中药研磨。

闯南寨 寻年味

城市生存挑战赛 感受周口独特魅力

2月8日，周口南寨历史文化街区迎来了一批朝气蓬勃的小记者。30余名小记者参与了由周报研学组织的“闯南寨，寻年味”城市生存挑战赛第三季活动，在古街巷陌中追寻历史记忆，在实践互动中感受传统年味。大图为全体合影，小图为“气球龙”展示。

王文博 摄



本版组稿 范一言