

月洒千里路“饼”承一寸心

铁路青年用手作庆双节

中秋逢国庆，月圆人团圆。从9月24日到29日，中国铁路成都局集团有限公司重庆工电段团委，重庆客运段团委，重庆工务段团委，成都北车辆段团委，重庆车辆段团委、关工委，重庆电务段团委主办，重庆晚报·厢遇承办的“橙C沙龙·青年夜校”之冰皮月饼手作体验活动陆续开展。青年职工们在各自的“专属工坊”里揉面、包馅、压模，让软糯的饼皮裹着暖暖的情谊，为“双节”前的铁路职场增添了满室香甜。

1青春聚力·匠心筑轨

(重庆工电段团委)

人数:30人
时间:9月24日
地点:重庆工电段综合维修基地

青年说:“平时在基地里忙着检修设备，双手总是握着工具，哪有机会揉这么软的冰皮！今天指尖捏着面团转圈圈，裹进豆沙馅再压出花纹，不仅学会了做月饼，抬头还能看见同事们笑着递过来的模具，满屋子的甜香裹着热闹劲儿，心里比吃了蜜还甜。”



3工韵甜造·冰月匠心

(重庆工务段团委)

人数:20人
时间:9月26日
地点:九龙坡滩子口29号

青年说:“特意选了小兔子模具，把红豆馅捏得紧紧地裹进冰皮里，压出来的月饼边缘还带着清晰的纹路。盯着这枚萌萌的小兔子月饼，就想起了爸妈，好想把月饼带回家，让他们尝尝我亲手做的‘团圆味’。”



5饼承心意·月满车辆

(重庆车辆段团委、关工委)

人数:30人
时间:9月28日
地点:重庆西动车所

青年说:“平时检查动车部件，讲究的是精准细致，没想到做月饼也一样——馅料多了会露，压模轻了花纹不明显。看着自己一点点调整做出来的月饼，整整齐齐地摆进盒子里，就有一种满满的成就感，这可是自己做的中秋礼啊！”



2月满指尖·甜叙中秋

(重庆客运段团委)

人数:40人
时间:9月25日
地点:重庆火车北站综合楼一楼食堂

青年说:“平时跑车总在车厢里穿梭，难得和这么多同事围在一张桌子旁。看着自己揉的冰皮从松散的粉团，慢慢变成裹紧馅料的面饼，再压出‘中秋快乐’的字样，咬一口满是Q弹的感觉，这味道比买的月饼更好——毕竟是和伙伴们一起做的，每一口都裹着相聚的暖意。”



4北辆暖秋·月映匠心

(成都北车辆段团委)

时间:9月27日
下午场:重庆西车辆段劳模工作室,30人
晚上场:中国铁路成都局集团有限公司重庆职工培训基地,83人

青年说:“老师们手把手教我揉面，说‘冰皮要揉到不粘手才够软’，身边还有新同事笑着分享馅料，手里的月饼还没做好，心里就先热乎起来了。这种围着一张桌子做手工的热闹氛围，让我觉得自己真的融入了这个大家庭。”



6同庆佳节·共话团圆

(重庆电务段团委)

人数:35人
时间:9月29日
地点:重庆电务段段部一楼会议室

青年说:“一开始大家还各自琢磨，后来有人发现‘揉面加点温水更软’，就立刻分享给所有人；有人压模技巧好，主动帮身边的人调整力度。看着满桌子各式各样的月饼，听着屋里的笑声，突然觉得团队的凝聚力就藏在这些细节里。今年这么热闹，已经开始盼着明年还能和大家一起做月饼了！”





重庆晚报-厢遇记者 舒凡雪 蔡静

焙感幸福 甜迎国庆





绿韵指尖造小天地





方寸容器里展绿意，陶粒碰撞藏巧思。9月25日，重庆机务段“两站”工作室里暖意融融，25名青年职工在此参与由中国铁路成都局集团有限公司重庆机务段团委主办，重庆晚报·厢遇承办的“绿韵指尖·微缩天地”微景观制作交友活动，在指尖创意中邂逅自然之美和有趣的灵魂。

活动伊始，以森系、卡通等风格作品为引，揭开“方寸之间见天地”的美学奥秘。

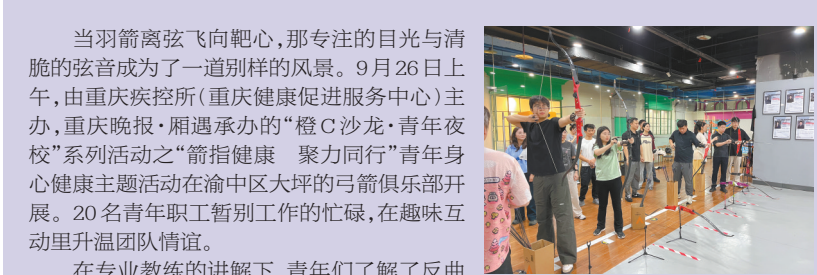
“多肉植物如胧月、熊童子，看似娇小却生命力顽强，恰似我们铁路青年的韧劲！”专业微景观设计师的讲解，让现场氛围更加欢乐。

随后，从基质配比到工具使用，从植物栽种到摆件搭配，青年职工们在“你摆石子我栽苗”的协作中，掌握了微景观制作技艺，更在协作中拉近了心灵距离。

合影时，大家捧着亲手打造的小天地”笑意盈盈，镜头定格下这美好的瞬间。

重庆晚报-厢遇记者 蔡静

箭指健康 聚力同行





当羽箭离弦飞向靶心，那专注的目光与清脆的弦音成为了一道别样的风景。9月26日上午，由重庆疾控所（重庆健康促进服务中心）主办，重庆晚报·厢遇承办的“橙C沙龙·青年夜校”系列活动之“箭指健康 聚力同行”青年身心健康主题活动在渝中区大坪的弓箭俱乐部开展。20名青年职工暂别工作的忙碌，在趣味互动里升温团队情谊。

在专业教练的讲解下，青年们了解了反曲弓、复合弓等不同弓型的知识与魅力。从握弓姿势到撒放技巧，教练一一指导，队员们则认真练习。

在小组射靶决赛时，每人三支箭，总分定胜负。队员们个个凝神聚力，拉弓如满月，箭出似流星。每一次命中靶心都引来队友的喝彩，偶尔的失误也收获了温暖的鼓励。

此次活动不仅为青年职工们提供了放松身心的窗口，更以趣味竞技为载体，有效提升了团队的向心力和凝聚力。

据了解，重庆疾控所（重庆健康促进服务中心）将推出更多“运动+健康”的主题活动，让身心健康成为青年职工们干事创业的“源动力”。

重庆晚报-厢遇记者 蔡静



全家总动员 去历山田园“庆丰收”

国庆巧遇中秋，“趣”哪里玩呢？我们或许能给读者一点小推荐。

周五 线下活动第294期

去历山田园跳丰收舞



当“国庆红”遇上中秋月，不用远行，就能解锁“最有仪式感”的假期——快去璧山区的历山田园，赴一场烟火气十足的丰收狂欢！白天，你和家人朋友可以体验传统祈福仪式“开仓放粮”，感受节日氛围。或者和小伙伴组队玩“CS”，在田园间穿梭对抗，笑声能传去老远。

傍晚，你可以踩着欢快的节奏，和亲友跟着人群跳丰收舞。等到夜幕降临，还可以手持火把加入游行队伍，当火光映着夜空，温暖又热闹。美食随时补给，让你能量满满！

值得一提的是，若是赶不上10月3日的专场，也没有关系，10月1日到7日的历山田园，天天都有精彩活动，非常适合全家总动员！

时间 10月3日(周五) 13:30-20:30
集合点:璧山区历山田园

周四 线下活动第293期

攻防箭对抗赛 请“高手”来秀

喜欢热闹、爱挑战？这场攻防箭对抗赛千万别错过！攻防箭是融合了射箭技巧与敏捷反应的运动，在奔跑、闪避和拉弓射箭中激发全身活力。不管是想试试新鲜的小白，还是想秀操作的“高手”，都能在场上找到乐趣，遇见新的朋友！

时间 10月2日(周四) 15:00-17:00
集合点:江北区“N37”桥角角夜光营地

周三 线下活动第292期

大圆洞徒步 相约丹霞瀑布

想在假期逃离喧嚣，一头扎进自然的怀抱？这条徒步路线绝对能满足你的需求！丹霞瀑布、石刻古道、暮光森林、山间湖泊……这是一条隐匿在江津区山水之间的徒步大环线。徒步全程约12km，耗时约5小时。路线的起点是一段较缓的平路，沿途有杉树林和溪水相伴，时不时淌过巨石和桥墩，几乎全程被绿意包围。

当水流撞在红色岩石上，溅起细碎的水花，随手拍都是大片！

时间:10月1日(周三) 07:30-17:00
集合点:轨道交通3号线嘉州路站3B出入口

重庆晚报-厢遇记者 蔡静