

2025“朗读者”活动第十四季启动仪式暨“4·23”优秀志愿服务团队展演表彰会顺利举办



东方风来满眼春，海上明月共潮生。十四年春风化雨、公益助残；十四年传递光明、润物有“声”，4月19日上午10:00，声绘光阴 共读自然——2025“朗读者”活动第十四季启动仪式暨“4·23”优秀志愿服务团队展演表彰会在金陵图书馆举办。

首先，金陵图书馆副馆长杨峥代表主办方致辞，杨馆长深情回顾了十四年来，金陵图书馆“阅美”志愿者们和残障读者相携互助的感人历程。她感谢志愿者们和公益伙伴的爱心奉献。这些努力，其背后的意义，不仅是馈赠一本本书、一张光盘、一部有声读物，更承载了社会赓续相传的文明火炬——关爱、关怀、公平、正义、友谊、希望……愿我们不懈努力，为了更加幸福、更加美好、更加绚丽的

明天而砥砺前行。

随后，金图“朗读者”文化志愿者们开始了精彩传情的朗诵展演。这段由书香编织的文化旅程，以《致秋天》的斑斓诗意为起点，带我们踏上《一路书香，一生阳光》的阅读之旅。当《二十四节气书》的古老智慧在纸页间流转，《于书中遇四季斑斓》便化作流动的画卷，让《四季书语》在春夏生长中呢喃着文明的絮语。而《这是一张怎样的脸》则让我们看见文化守护者的动人剪影——他们《以志愿之声，书文脉四季》，我们终于读懂《相信未来》的深意。精彩的朗诵赢得了现场观众的热烈掌声。

“朗读者”项目的成长壮大离不开来自社会、学校以及四面八方的爱心注入，在签约暨授牌仪式上，金陵图书馆迎来了两家新的合作伙伴。杨峥副馆长先后与南京高等职业技术学校党委书记唐云清、中兴通讯公益基金会南京志愿者分会会长刘季丰签约，并接受志愿服务基地铜牌，金陵图书馆“阅美”志愿服务队又有了新生力量的加入。

金图活动服务部主任周樱格宣布了2024年度在金图志愿服务活动中表现优异的志愿者团队，他们是：东南大学外国语学院、南京工程学院、南京审计大学润园书院、南京特殊教育师范学院（予希社）、南京工业大学交通运输工程学院、南京扬子江朗诵艺术团、南京一枝梅文化传播有限公司、南京铁道职业技术学院运输管理学院。杨馆长代表主办方授予他们“优秀志愿服务团队”称号，并希望志愿者们秉承“奉献、友爱、互助、进步”的志愿精神，为全

民阅读推广贡献力量，打造南京作为“世界文学之都”和全球学习型城市的志愿名片。

(文/活动服务部 张楠笛)

“金图讲坛：非遗与诗词的乐享传承”

走进南京市聋人学校



4月25日，在“世界读书日”暨“公共图书馆服务宣传周”到来之际，金陵图书馆“金图讲坛”走进南京市聋人学校，为学生们带来了一场非遗与诗词的文化碰撞。

讲座从非遗的概念讲起，

各国关于非物质遗产的历史保

护措施，以及关于非物质遗产形成的政策条例，到非物质文化遗产的内容、分类与特征等。

中华文化历史悠久，有民族语言、曲艺、杂技、手工技艺等众多非物质文化遗产，老师从剪纸、云锦、南京金箔三部分讲述了非遗技艺的重要性。剪纸艺术最早出现在1500年前的“对猴团花”剪纸，剪纸的寓意展现了人们对丰收、如意、幸福的美好愿景；南京云锦的历史开始于东晋末年，它集历代织锦工艺之大成，大量运用金银线，尤其是“三色金”的使用，使得云锦的色彩更富于变化。南京金箔又称金陵金箔，曾是明朝制作真金线的官营作坊，是中国最大的真金线生产基地。剪纸、云锦与南京金箔等非遗技艺对古代文化、生活、经济、政治等都有着重要作用，也有无数的诗词为之传颂，代表着古代人民的生活智慧与巧思。

讲座在传播传统非遗文化的同时，也丰富了学生的课外文化生活。同学们用热烈的掌声表达了对讲座内容和仁和老师的肯定，今后，金陵图书馆将继续立足无障碍文化服务建设，为读者提供丰富多彩的文化体验。

(文/分馆建设部 孔瑶)

金陵图书馆携墨香与科技文润商圈



4月5日，由南京市文化和旅游局、商务局主办的“文润商圈·幸福南京”公共文化进商圈活动在建邺吾悦广场盛大启幕。顾客们在商场内即可欣赏到昆曲白局、茶艺表演，也能亲身参与文化服务、非遗工艺，在公共文化与商业综合体的融合中享受到别样的清明假期体验。作为本次活动的承办单位之一，金陵图书馆将传统阅读与智慧科技巧妙融合，在商场一楼创设“阅美家园”展区与来往顾客亲密互动，雕版印刷、VR数字图书馆、“益书来”以旧换新等服务受到众人青睐。

在快节奏的商场氛围里，金陵图书馆的雕版印刷体验让时间慢了下来。研磨墨块、覆纸刷印，慢工出细活，馆员在此过程中热情地为大家介绍此次印刷作品的原型源于千年前的中国，为世界上最先的纸币。当一幅完整的宋代交子印刷完成，体验者直呼“赚到了”。另一侧，戴上VR眼镜即可畅享数字阅读的体验又瞬间把众人拉入未来。通过VR设备，游客可进入虚拟图书馆，扫视多个内容丰富的主题，看知识信息通过动画模拟在眼前一一呈现。“现在的图书馆服务和印象里的不太一样了嘛，”一对母女摘下眼镜笑着回到现实，“看来是我们去少啦！”

“益书来”以旧换新专区在当天迎来了络绎不绝的换书人潮，多数是家离金陵图书馆较远的读者，趁着假期带着书来到商场。这些旧书在工作人员核定可换后，将转化为“书币”进入换书者的“益书来”账户，后续可用于南京市民图书交换中心的新书兑换。同样排起长队的还有金陵图书馆文创展台，以金陵十二钗形象设计的古风线装本、金陵图书馆特色银杏书签等文创产品引发年轻人兑换热潮。文化符号化作可触摸的生活美物，阅读的仪式感与日常的烟火气在此完美相融。陈列在“阅美家园”展区四周的《柳色新处见清明——一个节日的千年生长史》文化展结合节气特色，生动展现踏青、插柳等传统习俗，使得整个“阅美家园”展示空间都沉浸在清明润万物的节气意境中。

“文润商圈·幸福南京”作为南京市公共文化服务与商业综合体的首次深度合作，既以文化赋能促进商业消费，又借助商圈高人气让文化服务走近百姓身边，一经启动就获得了央视媒体的关注报道。据悉，“文润商圈·幸福南京”活动还将在2025年陆续走进南京各大商业街区，让市民在休闲购物时享受触手可及的文化服务，塑造文都商圈独特的文化气质。



(文/宣传营销部 汪然)

简讯

- 4月8日和10日，副馆长方炜、系统技术部主任王承冠分别赴江宁区图书馆和江北新区图书馆，就智慧图书馆业务服务平台建设开展需求征集及座谈工作，各区图书馆馆长参加此次座谈。
- 4月14日—16日，南京图书馆学会理事长焦翔、学会秘书胡宇涛赴北京参加中国图书馆学会学术研究工作委员会和首都图书馆联合举办的“翰墨匠‘芯’，潮流永‘筑’——可持续发展的图书馆”学术会议。
- 4月16日下午，市文旅局召开第一季度安全生产工作会议，副馆长方炜参加会议并代表我馆汇报安全生产工作的主要做法和今年的重点工作等。
- 4月19日下午，副馆长杨峥参加“阅读趁春光，茉莉又芬芳”书香南京文化助残暨朗读者进基层启动活动和“茉莉花香暖江苏”公共文化服务直达基层对接座谈会。
- 4月22日上午，副馆长杨峥、活动服务部主任周樱格参加2025年南京工业大学“4·23世界读书日”系列活动启动仪式暨第十五届读书节开幕式，杨峥代表我馆签订《青年志愿者服务基地共建协议》。
- 4月23日上午，副馆长方炜参加第三十届南京读书月启动暨2025“金陵旧书市集”走进麒麟门活动。
- 4月23日，党总支书记、馆长尹士亮代表我馆赴太原参加第四届全民阅读大会图书馆全民阅读论坛暨2025年公共图书馆服务宣传周主场活动。期间，还参加了公共图书馆古籍数字化及古籍定级工作调研座谈。
- 4月24日下午，我馆工会组织开展“阅美·乐行”职工健身行走活动。
- 4月25日上午，党总支书记、馆长尹士亮前往市文旅局参加2025年全省文化和旅游公共服务重点工作推进视频会议。
- 4月28日下午，市文旅局在我馆一楼多功能厅召开2025年度公共文化服务工作推进会，我馆全体班子成员参加会议。

(文/办公室 赵莹)

主办单位:南京图书馆学会 金陵图书馆
编委会主任:焦翔 尹士亮
副主任:方炜 杨峥 潘洁 李海燕
主编:马骥
执行责编:周莹雪
网址:www.jllib.cn 电话:025-51872790
地址:南京市建邺区乐山路158号(210019)



阅美·书馨

活动预告



金陵展览

数字阅读推广月
时间:5月1日-5月22日
地点:一楼展览厅

“中国旅游日”专题书展
时间:5月1日-31日
地点:一楼阅览·荐空间

科普“月读”专题书架
时间:5月1日-31日
地点:二楼艺术设计阅览室

墨香留痕，探寻民国学术风华——民国文献图书推荐展
时间:5月1日-31日
地点:三楼图书阅览室

期刊展:聚焦体重管理年，拥抱健康身体
时间:5月1日-31日
地点:三楼期刊借阅室

法律、心理公益咨询

时间:5月18日(周日)上午
地点:一楼阅读休闲区(法律)
地点:三楼心理咨询室(心理)



(活动具体信息以金陵图书馆微信公众号发布内容为准)

金陵图书馆服务宣传周开启，邀您共赴书香之约



四月芳菲季，书香满金陵。4月中下旬，适逢第30个“世界读书日”到来，金陵图书馆以“科技赋能图书馆服务升级”为主题，以“科技赋能 阅动未来”口号启动服务宣传周，特别策划举办了80余场主题鲜明、丰富多彩的全民阅读活动，旨在全面推动书香南京建设，擦亮世界文都城市名片，深化全民阅读。

科技赋能图书馆阅读新生态。4月19日，“科技赋能 阅动未来”数字阅读推广月在金图展览厅正式启动。活动现场，“一阅千年”古今阅读展以元宇宙、VR等直观生动的元素和形式，将古今阅读方式对比陈述，带领市民读者体验阅读的时代变迁。与此同时，20场名家讲座视频也在一旁滚动播放，内容涵盖科技、文化、教育等多个领域，吸引了众多听众驻足。特别值得一提的是，周末两天的智慧阅读市集汇聚了十余家数字阅读平台，让市民在趣味交互中充分感受科技赋能阅读生态。此外，活动还集成了古籍全息成像、VR数字图书馆、非遗拓印等多种体验互动，读者佩戴VR设备即可进入虚拟图书馆，在古今文献间穿梭。

市区联动引领全民阅读新风尚。4月23日前后，金陵图书馆携手全市13家区级公共图书馆，共同开启2025“阅美”系列线上征集活动：“阅美诵读——读者&馆员展演”短视频征集活动，诚邀全市读者与图书馆员录制诗词诵读视频参赛，让中华优秀传统文化焕发新活力；“阅读·悦科普”科普阅读微视频征集活动，联合多元力量，向公众普及科学知识；聚焦小读者群体的“经典珍藏，万物有灵”少儿诗语动物园有声作品征集活动，参赛者需选择古诗词中记载的一种动植物，录制成融合科普知识与情感意境的有声作品。届时，三大主题活动中获奖的优秀

(文/宣传营销部 周莹雪)

金陵图书馆“数字阅读推广月”盛大启幕



2025年“世界读书日”和“公共图书馆服务宣传周”，金陵图书馆以“科技赋能 阅动未来”为主题，策划开展了一系列精彩的阅读活动。“数字阅读推广月”系列活动作为其重头戏，聚焦数字阅读、智慧体验，为市民读者带来了一场虚实共生的知识盛宴。

数字阅读推广月：驶向知识的星辰大海

从4月18日至5月22日，金图推出为期一个月的数字阅读推广活动。活动期间，来馆读者不仅可以参观“古今阅读展”、逛智慧阅读市集，还能参与主题书展、名家讲座、知识竞答等丰富多彩的活动。在主题书展区，金陵图书馆精选了30本优质电子书和墨水屏等阅读器，以“未来书单：AI重塑人类文明”为主题，供读者免费阅读体验。与此同时，20场名家讲座视频也在展览厅滚动播放，内容涵盖科技、文化、教育等多个领域，吸引了众多读者驻足观看。在“科技改变生活，知识创造未来”科普知识竞答挑战赛，读者通过答题闯关，不仅能学习到科技知识，还有机会赢取精美礼品。

千年文脉焕新：从古籍修复到数字阅读

在金图一楼展览厅，“一阅千年”古今阅读展吸引了众多读者驻

(文/电教拓展部 余正逸凡)

金陵图书馆“4·23世界读书日”馆园校合作系列活动举办

在今年“世界读书日”“公共图书馆服务宣传周”到来之际，金陵图书馆携手南京市五塘小学与奥星幼儿园，于4月20日至22日成功举办了“科技赋能 阅动未来”馆园校合作系列阅读活动，以“请进来”和“走出去”的方式，融合传统阅读与新兴科技，为孩子们搭建一个知识与梦想的舞台，让书香伴随其快乐成长。

以书为径，启科普探索之门

4月20日上午，50位五塘小学的师生、家长朋友来到金陵图书馆参加专题活动。活动伊始，五塘小学王明洲校长发表了热情洋溢的致辞，他强调了阅读的力量，鼓励同学们在阅读中汲取智慧。随后，一场《居里夫人的故事》“阅读记”活动带领大家开启科普探索之门。此前，在线上亲子共读阶段，读者已深入了解居里夫人的生平事迹和科学成就，

在当天的线下精读课上，老师引导孩子们通过小组辩论、角色扮演等形式，进一步探讨了居里夫人的科学探索精神。22日下午，金图馆员朱丽丽将“绘本之旅”活动送进奥星幼儿园，为孩子们讲述了科普绘本故事《帝企鹅》，她用富有感染力的语言和丰富的肢体语言，将帝企鹅的勇敢、坚韧和亲情娓娓道来，更以生动有趣的游戏互动，让孩子们切实体会到父母对孩子无私的爱与养育的辛劳。

以码为钥，通科普数字之廊

在本次主题策划中，特别融入了《科技赋能 阅读未来——数字阅读服务推广月》观展环节。展览中，孩子们不仅领略了科技给阅读带来的便捷与乐趣，还积极参与了智慧阅读互动市集的活动。他们与AI馆员亲切交流，探讨金陵文史；体验古代拓印工艺，感受传统文化的魅力；参与闯关



(文/少儿工作部 张婕)

■ 金陵匠心

皮影戏

灯火亮起，乐声锵锵，十指翻飞。一语说尽天下事，两手牵动百万兵。这就是皮影戏。皮影戏，俗称“影子戏”，它既有故事性，又有音乐性，是集绘画、雕刻、文学、音乐、表演为一体的综合性的民间艺术。著名戏曲理论家孙楷第认为，成型的皮影戏始于唐代中晚期或稍晚的五代时期。兴于唐朝，盛于清代，元代时期传至西亚和欧洲，可谓历史悠久，源远流长。

据传明清时期南京夫子庙一带有皮影戏表演，后因战乱而失传，1955年由市政府出面，向山东济南皮影社引进教师到南京传授皮影技艺，王长生、姚其德等成为第一批学员，后又成为南京市木偶皮影戏

剧团主力演员。半个多世纪以来，他们在继承传统的基础上有所创新，逐步形成自己的艺术风格：雕刻技术精湛，刀法明快、简洁，造型古朴、典雅，人物个性鲜明，善于表演神话故事、传奇小说和新编现代皮影。他们先后为国家领导人和六十多个国家和地区的外宾表演，深受好评，在国际上也有一定的声誉。2016年，皮影戏被列入江苏省非物质文化遗产名录。

在上个世纪60年代初，皮影戏在夫子庙红透半边天。每天晚上在泮宫东边的戏场外、大院里，黑压压地站满了人，都是前来观看皮影戏的。票价卖到一毛一张，这在当时就算是高消费了。皮影戏的艺术特

色，完全讲究逼真，一招一式都透出千锤百炼的真功夫，幕后还会配上音乐和解说，增加了艺术感染力，让人百看不厌。

南京皮影由皮影制作和皮影表演两部分组成，前者属于美术的范畴，后者属于传统戏剧的种类。在皮影制作方面，南京皮影吸收了剪纸艺术的特色，赋予皮影造型古朴、雕刻细腻、色彩艳丽等特点，具有较高的艺术和收藏价值；在皮影表演方面，南京皮影灵活地融合了文学、音乐的灵魂，配以灯光和说唱等，具有丰富的文化内涵和观赏价值。虽然传承面临挑战，但南京皮影戏也在积极寻求发展之路。南京市民俗博物馆的甘家大院“皮影小剧场”



(辑/采访编目部 于洋)

■ 阅美空间

生肖雅韵——金陵图书馆生肖邮局分馆



图/金陵图书馆生肖邮局分馆

生肖邮局分馆作为中国首家以生肖文化为主题的邮局图书馆，毗邻玄武湖，靠近火车站，南望鸡鸣寺，围绕生肖主题，充分挖掘邮票、封片、书信等邮政文化以及阅读文化、书画文化、南京城市文化、非遗文化等特色，成为南京文学之都的新晋打卡点。

分馆建筑外墙以巨型庚申年猴票为视觉焦点，设计融入十二生肖浮雕与二十四节气纹饰，将生肖文化与现代美学融于方寸之间。

馆内空间布局巧妙，动线合理，除阅读区外还有咖啡轻食区、手作活动区、文创销售区以及面向市民朋友的邮政寄递服务，面向集邮与集藏爱好者的集藏服务，每一次空间的转换都会成为阅读体验的延伸。读者在图书馆可以读一本书、品一杯邮局咖啡、写下一张明信片、盖上一枚纪念邮戳，在体验和传承生肖文化的同

时，享受别样的沉浸式的“悦”体验。馆内藏书近3000册，从生肖文化到旅行游记，文学名著到亲子绘本，满足各年龄段阅读需求，同时配有金陵图书馆自助借书机，读者可随时借还，享受文化惠民的便利。

以生肖为媒，以邮政为介，以图书馆为载体，金陵图书馆生肖邮局分馆将千年文脉注入现代生活，让“车马慢”的诗意与“书香浓”的雅致在此交融，无论是来宁旅客的休憩阅读，还是市民日常的亲子共读，这里都以开放的姿态欢迎每一位读者到访。

地址：南京市玄武区龙蟠路121号（南京火车站东，玄武湖北侧）

开放时间：9:00-17:00

（文/分馆建设部 张力）

■ 志愿天地

2024年度金陵图书馆优秀志愿服务团队服务心得节选

东南大学外国语学院：在为期两个月的志愿服务中，我们与金陵图书馆紧密配合，从志愿者招募、专业培训到声读物录制，逐步搭建起一座“以声为桥”的无障碍阅读通道，这段经历不仅让我感受到公益实践的深远意义，更在团队协作、跨文化沟通与社会责任感上获得多维提升。作为新时代外语学子，我们也将持续以语言为纽带，在黑暗与光明之间架设更多通向星辰大海的桥梁。

南京工业大学交通运输工程学院：在图书馆担任志愿者的经历，让我收获了珍贵的成长。整理书籍、引导借阅的日常，锤炼了我的耐心与责任感；与不同读者的互动，则让我掌握了沟通技巧——用故事安抚吵闹的孩子，用慢语速、反复示范帮助老人使用设备，这些经历让我学会换位思考。当看到读者因我的帮助而展露笑容，我深刻体会

到服务他人的价值。这段经历，也让我重新认识了图书馆作为知识桥梁的意义。从“被服务者”到“服务者”的转变，让我在奉献中收获成长，更坚定了投身公共文化服务的决心。

南京审计大学润园：这段图书馆志愿服务经历，让我获得多维度成长。在个人能力上，频繁与读者交流，让我的沟通和应变能力显著提升；团队协作中，图书上架的分工配合，让我深知每个环节的不可或缺，与伙伴们也形成了默契节奏。责任意识方面，我意识到服务细节直接影响读者体验，容不得半点马虎。而图书馆作为公共文化空间的人文价值，更在服务过程中深深触动我。志愿服务不是单向付出，而是双向收获。未来，我将继续投身文化志愿服务，为建设书香社会贡献力量。

南京铁道职业技术学院运输管理学院：参加金陵图书馆的志愿服务，让我收获颇丰。在金图讲坛与18法律咨询广场做阅读推广志愿者的同时，也拓宽了知识边界，深感知识的力量与社会关怀的温度。国际残疾人活动，更让我看到坚韧与爱的光芒，理解了平等与包容的重要。参与这些志愿服务不仅

定期上演皮影剧目，向观众尤其是孩子们展示南京皮影的独特魅力。此外，皮影艺人还尝试与学校合作，将皮影文化引入课堂教学，让更多的青少年了解和喜爱这门古老的艺术。



(辑/采访编目部 于洋)

■ 读历文都

布拉格：世界文学之都的浪漫与传奇

从罗马式、哥特式建筑到巴洛克风格，布拉格的历史中心如同一本活生生的建筑百科全书。这座被歌德誉为“欧洲最美城市”的古老都城，不仅是哥特尖塔与巴洛克穹顶交织的文化圣地，更是无数文学巨匠的灵感来源。2014年，布拉格被联合国教科文组织授予“世界文学之都”的称号。

在波西米亚的红屋顶下，布拉格的每一处都充满着文化与神秘。从卡夫卡笔下诡谲的寓言迷宫，到米兰·昆德拉对存在主义的深刻探询，布拉格的每一处都回荡着文字的韵律。布拉格的图书馆不仅是知识的殿堂，更是艺术的宝库。若要触摸布拉格的文字深处，斯特拉霍夫修道院图书馆必不可错过。斯特拉霍夫修道院图书馆被誉为世界上最美的图书馆之一，这座建于12世纪的巴洛克瑰宝，建筑精美、结构雄伟、装饰丰富。斯特拉霍夫修道院图书馆藏有20万册古籍，包括3000卷手稿和1500册初版作品。此外，布拉格市立图书馆有一处网红打卡点，对游客有着极大的吸引力。布拉格市立图书馆门口处有一座书籍雕塑，它是用无数本书堆积而成的塔柱子，远看像一根柱子，所以又被称为“书柱”。“书柱”的顶部和底部装有镜面，通过镜子反射营造出看不到尽头的书籍隧道



(辑/电教拓展部 赵晴 吴琦伟)

效果。当人们探头去看的时候，会有一种仿佛遨游于书海之中的奇妙感受。

布拉格的文化气息不止局限于书页与文化场馆，卢浮咖啡馆曾是爱因斯坦、卡夫卡等文豪的常驻之地；伏尔塔瓦河畔的斯拉维亚咖啡馆，诗人里尔克在此写下“此刻有谁在世上某处走，无缘无故在世上走，走向我”的永恒诗句；伏尔塔瓦河上的查理大桥，30尊雕像完美展示了捷克17—18世纪巴洛克艺术大师的精心之作。

布拉格，这座世界文学之都，以其深厚的文化底蕴、丰富的历史遗迹和独特的艺术氛围，吸引着全球的文学爱好者。无论是漫步在查理大桥上，还是在斯特拉霍夫图书馆中沉醉于古籍的墨香，布拉格总能让你感受到文学与艺术的无穷魅力。

低幼科普绘本首先需要有趣味性。3-4岁的低龄孩子依然对故事型绘本接受度较高，大多数自然科普绘本常常因为不可避免的文字偏长、语言深奥、画面复杂无法吸引幼小孩子长久的专注力。而这套书的故事线简洁明了，读上一段就能让孩子迅速理解并沉浸在故事之中。在《小瓢虫做游戏》中，小瓢虫们正成群结队地开展爬叶子比赛，突然一只小瓢虫“点点”掉到了地上，被天敌草蛉发现并且准备一口吃掉，关键时刻它们从脚上分泌出苦涩的液体，才被草蛉吐了出来而脱身。故事

转折有趣，小朋友先是为了瓢虫快被吃了紧张不已，又对被吐出来的包裹着草蛉口水的瓢虫感到恶心。通过这套书，带着小朋友读着小动物们温暖冒险的小故事，家长就能轻松完成自然科普启蒙。

科学绘本还需要有想象力。这套绘本中的主角明明是参照真实生物特征所画的小动物，但看那神态和动作，分明就是一个个孩子。小菜粉蝶看到从没见过的凤蝶毛毛虫，吓得瘫软在地；独角仙和人多势众的锹甲角斗，只为让小伙伴能喝到花蜜；小雨蛙学跳高时，一开始跳不起来，伙伴们一直鼓励它。每一个故事，就像小朋友每天经历的小日常，它们以拟人的情节，保护孩子好奇和爱玩的天性，继而引发孩子对自然的好奇以及对未知世界的探索。

自然科普教育对儿童学习发展来说是非常关键的一环。家长可以通过这类科学图画书，帮助孩子建立起对科学的好奇心，鼓励他们去观察地上的小蜗牛、发现叶子的不同形状、感知气候的变化……让孩子对科学也好，对生活的一切也罢，持续保持着好奇心。有了好奇心就产生了生命的活力，拥有它的孩子面对生活始终都是勇往直前的。

(辑/事业研究部 胡宁涛)

■ 悅读·阅廉

党员干部廉洁修养镜鉴——新时代党员干部必修的廉洁成长课

在当今社会，反腐倡廉从政是党的建设的重要内容，也是人民群众对党员干部的基本要求。《党员干部廉洁修养镜鉴》这本书，正是在这样的时代背景下应运而生，成为广大党员干部加强廉洁修养、提升自身素质的重要读物。它从多个方面，为党员干部提供了全面而系统的廉洁修养指导。

在“牢记为政之德”部分，书中强调了道德修养对于党员干部的重要性，通过讲述古代廉政文化中“以德修身、以德服众、以德领才、以德润才”的理念，结合现代党员干部的实际工作，阐述了如何在为政过程中坚守道德底线，做到忠诚、干净、担当。

在“坚定反腐决心”部分，通过列举近年来查处的一些重大腐败案件，展示了党中央坚决惩治腐败的坚定决心和强大意志。探讨了腐败行为对党和国家事业的危害，以及对社会公平正义的破坏，进一步增强了党员干部对反腐败斗争的认识和理解。书中还提出了一些加强反腐倡廉建设的思路和方法，为党员干部在实际工作中推动反腐工作提供了参考。

在“坚守清廉之志”部分，书中深入剖析了清廉对于党员干部的意义和价值。通过讲述古代清官廉吏的清廉事迹，激励党员干部在现代复杂的社会环境中，坚守清廉之志，不受外界诱惑的干扰。同时，书中也分析了一些党员干部因贪污腐败而身陷囹圄的案例，警示党员干部要时刻保持清醒的头脑，珍惜自己的岗位和声誉。

《额尔古纳河右岸》

了她一生中和她的鄂温克氏族成员们所发生的故事，让我们认识到了一个淳朴、勇敢、在广袤的北境森林和额尔古纳河右岸自由生存的鄂温克族。在这部作品中，迟子建以其独特的文学魅力，将我们引领至那片遥远而神秘的土地上，让我们见证了一个游牧民族在时代变迁中的坚守与迁徙，爱与痛，生与死的轮回。她用诗意盎然的语言，描绘了额尔古纳河畔的风霜雨雪、山林间的生灵跃动，以及鄂温克人与自然和谐共生的智慧与哲学。《额尔古纳河右岸》不仅仅讲述了一个族群的故事，它深刻探讨了人与自然、传统与现代之间的复杂关系，以及在现代化浪潮冲击下，古老文化如何挣扎求存，又在何种程度上被重新诠释和赋予新的生命。书中人物性格鲜明，情感真挚而深沉，无论是老一辈的坚韧不拔，还是年轻一代对未知世界的渴望与探索，都让人动容。《额尔古纳河右岸》不仅是一部民族的历史低吟，更是大自然与人类命运交织的深情颂歌，是一部不可多得的文学佳作，值得每一位热爱生活的读者细细品味。

(辑/事业研究部 葛雪玲)

■ 书香都市圈



作者：迟子建

出版社：人民文学出版社

推荐单位：常州市金坛区图书馆

推荐理由：这本书以鄂温克族最后一位酋长夫人的自述口吻，为我们讲述

人与自然、传统与现代之间的复杂关系，以及在现代化浪潮冲击下，古老文化如何挣扎求存，又在何种程度上被重新诠释和赋予新的生命。书中人物性格鲜明，情感真挚而深沉，无论是老一辈的坚韧不拔，还是年轻一代对未知世界的渴望与探索，都让人动容。《额尔古纳河右岸》不仅是一部民族的历史低吟，更是大自然与人类命运交织的深情颂歌，是一部不可多得的文学佳作，值得每一位热爱生活的读者细细品味。

(辑/事业研究部 葛雪玲)

■ 悅读杂志

聚焦体重管理年
拥抱健康好身体

两会期间，国家卫健委主任表示，将持续推进“体重管理年”行动，旨在通过科学普及和综合干预提升全民体重管理意识，改善超重肥胖问题，推动慢性病防治。一时间，“国家喊你减肥”话题刷爆网络。随着生活水平提高，超重和肥胖已成为影响居民健康的重要问题。科学体重管理不仅能降低慢性病风险，更能提升生活质量。无论是预防肥胖还是科学减重，掌握正确方法才能事半功倍，让体重管理成为守护健康的持久习惯。

国家喊话了，还有什么理由不减肥？！

判断肥胖不能仅看体重，体质率才是关键指标。比如，有些运动员体重高，但肌肉量发达，体质率正常，不属于肥胖；而有些看起来强壮的人，如果体质率高，其实就是肥胖。此外，还可以参考BMI、腰围、腰臀比等多维度的指标，结合代谢指标、生活习惯和家族史，全面评估是否需要减肥。

——《中国家庭医生》2025.08

减重，选营养师还是DeepSeek

如今，减重方法层出不穷。在营养师、运动师和医生的指导下健康减重，已经是一种较为成熟、安全的方式。近来，借助人工智能如DeepSeek指导减重，逐渐成为减重人群关注的一种方式。但目前看来，DeepSeek的减重建议仍不完善，盲目执行可能会对身体健康造成损害，使用者应辩证看待。

——《大众健康》2025.04

体重管理年：从“肠”计议，轻松减重

肠道是人体最大的消化和免疫器官，健康的肠道能够高效地消化食物、吸收营养，但在减肥期间，不少人刻意选择低碳食物（如只吃素菜、魔芋等），影响了肠道的正常功能，出现便秘、营养不良等状况，对减肥起了反作用。保持肠道健康，能为减肥创造一条更为稳固的道路。

——《女友》2025.05

水中氧运动是“减肥利器”

最新研究证实，持续10周的水中氧运动不仅能让人活动灵巧，还能减去腰间多余的脂肪。同时，这项运动非常适合超重人士或45岁以上人士。水温恒定、浮力柔和的游泳池，仿佛是大自然专门为肥胖人群设计的康复中心。当人泡进水里时，会感觉比在空气中轻盈得多，就像给关节卸下千斤顶，让“胖友”们既能尽情燃烧脂肪，又不用担心关节罢工。

——《中医健康养生》2025.04

盘点那些传说中的“减肥神药”

减肥药不是“神器”，不能一劳永逸地解决肥胖问题。无论是哪一种减肥药，都只能起到暂时的辅助作用，不可能真的“无副作用”“不反弹”。如果肥胖患者不改变不良生活习惯，停药后体重又会恢复至原来的水平。生活方式干预是超重、肥胖的首要治疗措施。有意识地坚持管住嘴，迈开腿，才能让人达到并保持健康的体重。

——《食品与健康》2025.04

题名：党员干部廉洁修养镜鉴
出版：人民日报出版社，2022
索取号：D26/1377
归属地：图书阅览室开架

(文/综合阅览部 孙泉)

(文/综合阅览部 张驰)