



2021年放假安排来了!

日前,国务院发布2021年元旦、春节、清明节、劳动节、端午节、中秋节和国庆节放假调休日期的具体安排:
一、元旦:2021年1月1日至3日放假,共3天。
二、春节:2月11日至17日放假调休,共7天。2月7日(星期日)、2月20日(星期六)上班。
三、清明节:4月3日至5日放假调休,共3天。
四、劳动节:5月1日至5日放假调休,共5天。4月25日(星期日)、5月8日(星期六)上班。
五、端午节:6月12日至14日放假,共3天。
六、中秋节:9月19日至21日放假调休,共3天。9月18日(星期六)上班。
七、国庆节:10月1日至7日放假调休,共7天。9月26日(星期日)、10月9日(星期六)上班。

大理州两人荣获全国劳动模范称号

日前,全国劳动模范和先进工作者表彰大会在北京人民大会堂隆重举行。中共中央总书记、国家主席、中央军委主席习近平出席大会并发表重要讲话,代表党中央、国务院,向受到表彰的全国劳动模范和先进工作者表示热烈的祝贺,向为改革开放和社会主义现代化建设作出突出贡献的我国工人阶级和广大劳动群众致以诚挚的问候。其中大理州两人荣获全国劳动模范光荣称号,分别是钟顺和、张冬梅。

全球累计新冠确诊病例超6000万例

截至北京时间11月26日,全球累计新冠确诊病例超过6000万例,达60037735例,累计死亡病例1413325例。数据显示,美国是累计确诊病例和死亡病例最多的国家,累计确诊病例12642245例,累计死亡病例260591例。

政策解读

《云南省反家庭暴力条例》明年3月起施行

在11月25日“国际消除对妇女暴力日”(也被称作“国际消除家庭暴力日”)到来之际,云南省十三届人大常委会第二十一次会议表决通过了《云南省反家庭暴力条例》(以下简称《条例》),将于2021年3月1日施行,以地方立法向家庭暴力“亮剑”。

近年来,家庭暴力作为社会热点问题日益受到关注,多措并举遏制家庭暴力现象、加大受害者救助力度成为社会各界共识呼声。其中,地方立法干预是预防和惩戒家庭暴力的重要途径,此次我省出台的《条例》共6章50条,包括总则、家庭暴力的预防、家庭暴力的处置、人身安全保护令、法律责任及附则,明确了各级政府及相关部门、社会组织、自治组织和学校、医疗机构等各方职责,并设立人身安全保护令制度,切实保障家庭成员合法权益。

《条例》明确,家庭暴力是指家庭成员之间以殴打、捆绑、残害、限制人身自由以及经常性谩骂、恐吓、侮辱、诽谤、散布隐私等方式实施的身体、精神等侵害行为。同时明确,反家庭暴力是全社会和每个家庭的共同责任,禁止任何形式的家庭暴力。《条例》规定,县级以上政府应当将反家庭暴力工作纳入社会主义精神文明建设和基层社会治理工作内容,建立健全反家庭暴力工作协调机制,开展家庭暴力风险评估,推动反家庭暴力部门协作。

针对家庭暴力的处置,《条例》规定,公安机关应当建立健全家庭暴力案件处置机制,接到家庭暴力报警后及时出警,制作出警记录,并做好控制加害人、及时调查取证,加强协调救助等工作。其中专门强调,对于以告诫的家庭暴力案件,由接受家庭暴力报案的公安机关自受理报案时起二十四小时内出具告诫书。

做好人身安全保护是反家暴立法的“重头戏”。《条例》明确,当事人遭受家庭暴力或者面临家庭暴力现实危险的,可以依法向人民法院申请人身安全保护令,人民法院应当受理。人民法院受理申请后,应当在七十二小时内作出人身安全保护令或者驳回申请;情况紧急的,应当在二十四小时内作出。



甜食带来快乐? 其实是抑郁风险

不开心了,来一份巧克力派、马卡龙或是直接豪饮一罐“快乐肥宅水(可乐的昵称)”。很多人都深信不疑:虽然甜味有增肥风险,但却能给人带来快乐。然而,事实并非如此。甜味给人带来短暂的愉快之后,很快会让人重新归于沮丧和抑郁的状态。让人意外的是,甚至可能更加严重。

对相关观察性研究所做的汇总分析发现,甜饮料消费量增加可能会促进抑郁风险。不过这并不意味着可乐等高糖饮料一口都不能喝。数据分析表明每天喝2小杯以上才有显著效果,每天喝3罐可乐饮料可以增加25%的抑郁风险。按糖的摄入量来分析,15g以下的糖摄入量和抑郁风险没有关联,但在15g—100g之间,随着摄入量的增加,抑郁相对风险上升。这个结果提示我们,如果只喝一杯酸

奶是不用担心的,因为按12%的碳水化合物含量来算,100g酸奶中只有7.5g的添加糖,200g中则有15g添加糖。

日本研究者在一项对近千人的3年定群追踪研究中发现,每天喝甜饮料多的人,的确抑郁风险会增加。消除了年龄、性别、地域等因素的影响之后发现,那些每天喝4杯以上甜饮料的人和一周不喝1杯的人相比,出现抑郁症状的风险增加了90%。在消除社会经济地位和基线抑郁评分等因素的影响之后,喝(甜味)饮料最多的和最少的一组相比,仍然有68%的增加。如果不是比较“出现抑郁症状”,而是比较“抑郁量表得分超过19”,那么差异更为巨大,喝饮料最多的和最少的一组相比,风险增加162%之多。

有人可能疑惑:喝甜饮料、吃甜食,确实会让我感觉很快活啊,是不是因果关系搞反了?没准是那些抑

郁的人更想吃甜食喝甜饮料,而不是喝甜饮料吃甜食让人变得抑郁?

首先,日本学者开始这项研究时,就对近千名受访者做了抑郁症状调查,经调查他们均不属于严重抑郁人群。在3年时间里,也完全顺其自然,让受访者按以往模式来吃喝,只是定时调查受访者的情况,然后分析数据。如此观察记录3年后,再对受访者的抑郁症状和抑郁问卷评分进行调查。结果就是,喝甜饮料最多的人,抑郁评分上升也最多。

其次,一种食物的当时效果和长期效果未必一样。吃甜食,喝甜饮料,对于嗜甜的人来说,当下确实会感觉愉悦,因为甜食摄入了增加了血清素和多巴胺,能暂时性地使心情变好。但是,研究揭示的是吃甜食喝甜饮料的长期效果。一种食物当时令你快乐,未必能帮你预防抑郁。甜食可以看作是一种暂时的麻醉,长期看,它会降低人体对压力的应对能力,降低神经系统的调控能力,从而不利于预防抑郁。

为什么喝甜饮料会促进抑郁?研究者认为,一方面,动物实验表明大量添加糖会使动物焦虑和抑郁行为增加,皮质醇水平上升,特别是发育期的动物摄入大量糖之后影响下丘脑—垂体—肾上腺轴的成熟,使压力调控系统发生紊乱,从而增加抑郁风险。另一方面,甜饮料促进肥胖,而肥胖本身就使身体的压力调节能力下降。肥胖和抑郁风险之间的关系已经被多项研究所证实。

另外,甜饮料能够引起糖代谢紊乱和胰岛素抵抗,而这类代谢紊乱会造成低度但持续的炎症反应,一些炎症因子的释放本身就会增加抑郁风险。还有动物实验发现,长期饲喂大量添加糖的饲料会降低树突状细胞的血清素1A受体,这个受体减少之后,下丘脑中血清素合成和释放的反馈控制就会发生紊乱,对压力的应对能力下降。这个机制对于预防抑郁十分重要。

还有一个原因就是,甜饮料会消耗体内的B族维生素,而维生素B1、B6、烟酸缺乏时都会影响神经系统功能和神经递质平衡,增加抑郁风险。因此,还是应该营养平衡的膳食,才能远离抑郁。

常用手叩头拯救发际线

唐代著名诗人白居易曾道:“朝亦嗟发落,暮亦嗟发落。落尽诚可嗟,尽来亦不恶。”现代网友常常自嘲“别人脱单时我在脱发”。发际线后移,令人忧心。

中医认为,脱发是因为素体血热,又遇风邪侵袭,或因饮食肥甘厚味、辛辣等,以致脾胃功能失调,湿热内生,侵蚀发根,致毛发脱落;有的也因为先天禀赋不足,思虑过度,伤及肝肾,致精血亏虚,毛发失去濡养最终脱落。中医拯救脱发有套外治手法,大家不妨一试。

十指按摩。五指又开成梳子样,顺着毛鳞片生长的方向轻轻梳发,中指正对头发前部正中处,其余四指可自然放下,从前的前部往后梳头,先左手梳,再右手梳,两手交替梳3分钟。每日按摩头部10—15分钟可以促进头皮血液循环,牢固发根。

十指叩头。双手五指稍分开,两

手分别放在头顶部,用手指腹部有弹性地叩击头部。不拘穴位与位置,在有痛感的地方多叩击几次。由前向后,重复叩击3—5分钟。

还要注意日常养护头发。就洗发周期而言,干性发皮脂分泌量少,洗发周期可略长,一般3—4天洗一次;油性发皮脂分泌多,洗发周期略短,一般1—2天洗一次;中性发皮脂分泌适中,一般2—3天洗一次。

便秘,还可有效防止胃酸分泌过多,预防消化性溃疡。
拉伸四肢10分钟。每天睡前或清晨拉伸10分钟,可放松全身,改善柔韧。

美容保健

养生tips

休息大脑10分钟。建议每工作45—60分钟休息10分钟,可散步、和同事聊聊天等。

按摩眼周10分钟。最好每用眼40分钟就闭目放松10分钟。睡前可

恢复洱海湖滨缓冲带 构建洱海生态屏障



中共大理市委主办
主流思想 大众心声
权威发布 本市新闻资讯
内部资料 免费赠阅



2020年11月27日 星期五
农历庚子年 十月十三
晴
1℃ ~ 19℃
第1729期
编辑/罗绍亮

今日导读
蓝续:守护初心 传扬“大理蓝”
——见第2/3版
微信扫一扫 关注大理融媒

罗永斌到周城村宣讲党的十九届五中全会精神

11月24日上午,州委宣讲团成员、州委常委、市委书记、市委宣讲团团长罗永斌到喜洲镇周城村,向镇村干部、基层党员、村民代表宣讲党的十九届五中全会精神。

初冬寒意渐浓,周城村的农家小院里暖意融融。罗永斌与大家围坐一起,就学习宣传贯彻落实党的十九届五中全会精神进行座谈交流。罗永斌结合自身学习体会和大理市发展实际,以一个个生动具体的事例,从为什么要开这次全会、“十三五”时期取得哪些历史成就、“十四五”规划会带来哪些变化三个方面,全面系统、深入浅出地为大家解读党的十九届五中全会精神。

罗永斌指出,近年来,在市委的坚强领导下,全市各族干部群众深入学习贯彻习近平总书记考察云南重要讲话和对云南对大理工作重要指示批示精神,以洱海保护治理统领经济社会发展全局,全市洱海保护治理、脱贫攻坚、城乡融合、民生保障、疫情防控和经济社会发展取得重大成果,为开启全面建设社会主义现代化国家新征程奠定了坚实基础。

“我们坚信,只要坚持党的领导,大家团结奋斗,按照党的部署一步步推进各项任务,就一定能够实现百年奋斗目标,实现更美好的生活。”罗永斌强调,当前,大理市正在抓紧编制“十四五”规划,许多惠民利民的政策会纳入规划之中,

学习贯彻党的十九届五中全会精神 开启新征程 创造新伟业



农村面貌、城乡发展、产业结构、生态环境、生活品质都会发生新的更好的变化。罗永斌要求,“十四五”期间要全面实施乡村振兴战略,做好脱贫攻坚与乡村振兴有效衔接,进一步做好村庄规划,加强农村基础设施、服务设施、体育休闲设施建设,大力发展乡村旅游,加快农业转型升级,打造生态农业品牌;要以城市发展带动农村发展,围绕城市品质提升,打好城市管理五大攻坚战,重点实施“3323”行动计划,努力建设国际一流城市。全市各级各部门和广大基层干部群众要认真学习贯彻党的十九届五中全会精神,从身边事做起,真抓实干,切实把思想和行动统一到全会精神上来,把智慧和力

量凝聚到落实全会确定的各项目标任务上来,把学习成效转化为推动新时代大理高质量可持续发展的工作成果,把“十四五”规划的美好愿景变为现实。

宣讲现场掌声阵阵,罗永斌与大家进行了交流互动,并就如何发展农业农村推进乡村振兴、如何更好地发展以扎染为代表的民间民俗手工艺文化产业等群众关心的问题作了现场解答。

市委常委、市委宣传部长马晓玲主持宣讲,并就如何学习贯彻落实好党的十九届五中全会精神和罗永斌书记讲话精神作要求。

市级相关部门主要领导参加宣讲。记者 鲍亚颖 郭鹏昌 实习生 杨鑫 摄影报道

坚持习近平法治思想

——论学习贯彻习近平总书记在中央全面依法治国工作会议上重要讲话

□人民日报评论员

为导向、强烈的历史担当、真挚的为民情怀,是指导新时代全面依法治国的纲领性文献。这次中央全面依法治国工作会议主题重大,意义重大,最重要的是明确了习近平法治思想在全面依法治国工作中的指导地位。这是我国社会主义法治建设进程中具有重大现实意义和深远历史意义的大事。

党的十八大以来,习近平总书记高度重视全面依法治国,亲自谋划、亲自部署、亲自推动。在这一过程中,习近平总书记创造性地提出了关于全面依法治国的一系列新理念新思想新战略,形成了内涵丰富、科学系统的思想体系,为建设法治中国指明了前进方向,在中国特色社会主义法治建设进程中具有重大政治意义、理论意义、

论述深刻、逻辑严密、系统完备。就其主要方面来讲,就是习近平总书记在这次会议重要讲话中概括的“十个坚持”:坚持党对全面依法治国的领导;坚持以人民为中心;坚持中国特色社会主义法治道路;坚持依法治国、依法执政、依法行政共同推进,法治国家、法治政府、法治社会一体建设;坚持建设德才兼备的高素质法治队伍;坚持抓住领导干部这个“关键少数”。这“十个坚

持”,既是重大工作部署,又是重大战略思想,我们必须深入学习领会,抓好贯彻落实。

一切伟大的实践,都需要科学理论的正确指引。全党全国要把认真学习领会习近平法治思想作为当前和今后一个时期的一项重大政治任务,吃透基本精神,把握核心要义、明确工作要求,牢牢掌握全面依法治国政治方向、重大关系、重要保障,坚持习近平法治思想在全面依法治国中的指导地位,把习近平法治思想贯彻落实到全面依法治国各方面和全过程,更好转化为全面建设社会主义现代化国家治理体系和治理能力现代化法治国家的生动实践。让我们更加紧密地团结在以习近平总书记为核心的党中央周围,增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”,坚持习近平法治思想,深入推进全面依法治国,不断开创新时代法治中国建设新局面,为全面建设社会主义现代化国家、实现中华民族伟大复兴的中国梦不懈奋斗。(转载自11月21日《大理日报》)

视野

周刊

第328期 策划 罗宗雄 李锦芳

大理喜洲的时光似乎要走得慢一些。清晨9:30,阳光已经温柔,街市才热闹起来。蓝续古法体验店喜洲田园店开门营业,虽然暗藏深巷,但游客们总是不请自来。三三两两的游客来体验扎染技艺。一进门,每个人都会被扑面而来、满眼的小清新倾倒:院中横穿一条晾绳,挂满了五颜六色、淡雅飘逸的扎染作品。

“这个是栀子果,这个是核桃、艾草、紫茎泽兰、苏木……”大理蓝续文化发展有限责任公司、法定代

白族扎染,是一张大理的特色名片,一直深受四方游客的喜爱。赏扎染,买扎染,自己动手制作一块扎染,已经成了来大理旅游的“打卡”项目。与很多传统手艺的处境相似,扎染也曾面临后继无人、有名气没销量等问题。为了让扎染走过这艰难的一道坎,实现涅槃重生,在著名的“白族扎染之乡”喜洲镇周城村,近年来村里的年轻人纷纷返乡创业,以传承创新的方式让白族扎染的发展有了很多可能。其中,白族姑娘张翰敏和她的大理蓝续一直为白族扎染技艺的传承发展在探索、在努力。

特别报道

表人张翰敏向人们介绍常见的染色原料。

与传统扎染仅使用板蓝根作为染料不同,蓝续的作品染料有艾草、核桃皮、飞机草……深深浅浅的颜色随着晨风微微飘动。“在蓝续,一共有30多种植物可以用作染料。”张翰敏说,希望以此唤起人和自然的链接,倡导人们回到大自然中去,用眼睛和皮肤真切感受四季。

张翰敏说:“不同的植物其实都可以染出不同的颜色。我们可以追随大自然的脚步,每一个不同的季节,采摘到大理不同的植物,获取不同的颜色。栀子、苏木一些比较传统的中草药材之外,我们也会找到当地的一些植物,比如说紫茎泽兰会破坏大理的生态多样性,我们就废物利用,用它来染东西,通过植物染色的方式,非常环保。其实扎染带给我们的,不只是去找一个颜色。环境在变化的时候,我们能

做的就是改变自己的行为。蓝续每个员工上班的第一天我们都会发手帕,我自己也用手帕。这么多年有很多客户会持续在我们店里买手帕,我们也很开心。”

明清时期流传下来的白族古法扎染是将白布按绘制好的图案用线缝扎起来,染上天然的植物染料,反复冷染浸制,经漂洗拆线后即成图案,美丽而古朴。扎染工艺品集文化、艺术为一体,扎染布由手工针缝线扎,青里带翠,凝重素雅。用扎染布制作的工艺品既充满浓浓的民族风味,又有现代韵味。这就是白族人走到哪里都难以割舍的“大理蓝”。

生长于大理喜洲周城的白族姑娘张翰敏从小就在妈妈和奶奶的身边对扎染技艺耳濡目染、了然于心。大学毕业后,张翰敏在北京一个国际NGO从事公益项目。六年后,她做了一个让家人很不理解的决定:和同样在北京有稳定工作的丈夫回到大理做扎染!只为了留住童年记忆中的“大理蓝”,让传统扎染技艺发扬光大。

“白族扎染原来最早的时候做的青白两个色调就是蓝白色调,但大自然它是丰富多彩的,我们为什么不把传统的工艺再进行一些升级,或者是再进行科技化的发展?我们觉得技艺一定是有自己的标准的,多少的植物能染什么颜色,多少的时间能染什么颜色,它一定是有一个标准的。所以像蓝续在做植物色卡的时候就秉承一个理念,一定要往科技化的方向发展,我们需要去科学地看待手工艺的发展,也希望我们的手工艺不仅是传承,它也有发展。”张翰敏说。

作为曾经走出去读书、工作的新生代白族,因为领略过外面的精彩世界,所以张翰敏不愿意把自己“童年的记忆”局限于一个小小的作坊和蓝色,她给这个小天地取名为蓝续绿色文化发展中心。“蓝”是她记忆里大理的颜色,“续”是可持续发展。

“有很多学校的孩子,像北大附中的孩子,他们每年会花4天的时间在周城,在这个乡村只做一件事情,就是扎染。我们尽力给他们真正专业的服务,他们也希望可以多做一些有意义的事情。所以这几年蓝续开办了很多从7岁以上的孩子就可以体验的项目,五六十岁老人也可以去选择定制的课程,这个季节蓝续都是预约满的。”张翰敏说,蓝续不太会去追市场,反而觉得要好好地把自己的优势、自己的核心竞争力转化为生产力。因为传统的手工艺一定要成为一种生产力,它才可以很好地发展起来。

作为中心的主理人,张翰敏把大理传统古法扎染和以村、镇为区域的社区连为一体考虑,将文化、人和产品紧紧联系在一起。她想通过自己的努力和创新,让扎染和乡村生活变得更美。

“我们在山脚下找了一片非常漂亮的田,可以在很高的地方看到洱海,旁边有个山谷每年4月都会长密门花,我们会带着孩子们去采花。采摘植物,了



蓝续:守护初心 传扬“大理蓝”

记者 黑浩川

解自然,了解染料,很多过来旅游的小朋友和亲子夏令营的朋友,他们觉得这是一个很好的自然的课程。我想越来越多的人可能更希望的是去乡村看一看。”张翰敏说。

不同的色系、不同的工艺,衍生出来不同的产品,带给更多的人美好的享受。给传统手工艺赋能,真正让传统重新焕发生机和活力,这是张翰敏的初衷,这也是一个探寻美、发现美的过程。

张翰敏说:“以前的扎染很容易掉色,因为它遇到了某些瓶颈。比如说顾客买了一条裙子穿回去,下午就变成了“蓝精灵”,以后就不一定会买了。我们要承认自己工艺上的不足,要去完善它,所以我们后来跟很多的染色老师学习之后,一是坚持了古法的植物染色,不添加化学的东西,另外就是一遍一遍地去染色,这种传统工艺,它其实是需要一些新的视角,或者是新的一些触动。这个事情虽然有点困难,但是要去,所以我们前几年花了很多精力去做这件事情,因为这一一定要往越来越精致的方向走。”

如今在喜洲镇,提起扎染,无人不知“蓝续”,无人不识张翰敏。开课堂、找设计师、售卖绿色且实用时尚的扎染产品。在张翰敏的店里,虽然固定员工不算多,但附近喜欢扎染工艺的妇女都是“帮忙名单”上的人。有订单时,大家一起动手生产产品。

张翰敏介绍:“带队的这些阿姨是在村子里培养的一批自然导师。她们很清楚自己的家乡有什么植物,她们喜欢这个地方,最重要的是她们可以把这种喜欢变成专业的一种知识再传递出去。我们把乡村的自然环境、传统技艺融合在一起。”

“现在我们一揉搓就把颜色揉出来了……”“来这里体验扎染手艺,是爸爸妈妈想让我知道扎染的原料和步骤等是怎么形成的。”英英是一位随父母从深圳到大理旅游的小游客,她一早就来体验白族扎染手艺,亲手给妈妈做了一块围巾。

实施乡村振兴战略以来,蓝续所在的喜洲镇依

托区位优势以及民风民俗浓郁、民族工艺品丰富、技艺精湛的优势,以文化、旅游、生态为依托,把白族扎染艺术有机融入乡村旅游发展全过程,不断加快旅游文化名村建设,形成以文化与旅游深度融合带动乡村经济社会发展、群众增收致富。

喜洲镇副镇长赵秋华介绍,喜洲镇是一个有着两千多年历史的白族文化名镇,这里的居民传承了丰富精湛的手工艺。最近几年,喜洲镇依托白族传统的扎染技艺,引导本地手艺人发展体验式的乡村生态旅游,让游客不仅仅停留在走走看看,而是通过自己动手体验和感受白族文化。目前,以“蓝续”“璞真”为代表的扎染体验馆经过几年的打磨已经初步形成品牌效应,越来越多的游客慕名而来。同时对当地群众开展扎染技艺培训,让更多的村民加入到扎染队伍中,生产出更多更好适宜市场需求的高品质商品,扩大了白族扎染的知名度,传承了扎染技艺,也很好促进了当地居民就业,增加村民收入。

“我们白族的扎染传承发展是无边界的一个分享,白族扎染技艺一定是通过更多人的爱和关注,它才可以有更好的发展。”张翰敏说,蓝续有一个50人的培训计划,每年会开一次课程班,这几年做了3期,今年是第4期。做这样的一件事情是怀着大爱的,怀大爱做小事,希望这些参训人员能够跟蓝续一起让白族扎染走出去,走到世界的舞台上。“这些参训人员就是未

来白族扎染很好的传递大使,我们需要的是分享,需要的是传递,找到那群志同道合的人,共同把这个事情推广好,然后在各民族、各地能看到大理扎染美好的绽放。”

“传统手工业又重新受到人们的青睐,成为乡村振兴、农民增收的一个有效渠道。那么,为什么手工业又重新回到人们的生活中呢?我们说它的生命力不只在它表现出的艺术美,而且在于乡村手工业过程包含了人与自然、人们利用自然的智慧。手工业和旅游的结合在两个方面要特别注意,一个是要加强手工业的体验感,让游客在这个过程中获得一种愉悦和成就感;二是要突出手工业的教育价值。手工业的生命力就在于它给予人们多方面的启迪,对有多方面的启发,原生态材料的使用生态、环保,综合的利用,把体验感和教育价值紧

密结合起来,结合得越紧密,特色越明显,所获得的效果就会越好。”中国农业大学教授朱启臻说,民族的才是世界的,越是民族的,世界接受的程度就会越高。这就需要有一种自信、有文化自信。在文化上,我们要做足文章,中国的元素不仅是有的,更主要的它表现在无形的理念和生存的智慧方面,也就是文化。所以我们要发现文化,再放大文化,像很多乡村的传统地域,包括瓷、刺绣、编织、酿造等,都包含着人与自然和谐关系的道理,体现的循环利用、可持续发展的理念,我们把这些东西挖掘出来、发挥好,它就会表现出强大的生命力,被更多的人所接受。像扎染、瓷器、刺绣、景泰蓝等传统手工作都是非常典型的中国元素,随着中国国际影响力的进一步提高,越来越多的国际友人着迷于神秘的中国元素。

