

云州区举办心理学知识普及讲座

本报讯（记者 董芳）近日，云州区妇联联合该区综治中心、团委，举办以“读懂自己 理解他人”为主题的心理学基础知识普及讲座，引导该区干部职工树立正确的心理健康观念，增强心理素质和履职能力。

活动邀请了大同市国学研究院老师，通过专业心理知识讲解、案例分析、互动分享等方式，引导干部职工在面对工作压力时要保持善良、宽容、乐观的心态，帮助大家提高情绪识别能力、情绪表达能力和情绪管理能力，为解决当下情绪压力、生

活压力等心理困惑，提出了科学的指导和建议。参加讲座的干部职工纷纷表示受益匪浅，今后要科学管理情绪，培养良好心态，守护心理健康，以饱满的热情、良好的精神状态积极投入到工作和生活中去，努力书写幸福美好的人生。

www.dtnews.cn

暑运首月

大同南站旅客发送量突破 75 万人次



大同南站旅客正在候车。

贾晓龙摄

本报讯（记者 贾晓龙）暑运自7月1日正式拉开序幕，铁路部门也迎来了年中“大考”，统计数据显示，7月1日至31日，大同南站共发送旅客753439人次，同比增幅超四成，到达旅客更是突破了80万人次，同比增幅近五成。

大同南站相关负责人介绍，进入7月，特别是7月下旬以后，大同南站每日旅客发送人数和到达人数持续高位运行，7月31日旅客发送人数高达32504人次，到达旅客人数高达35997人次，均创下了今年暑运以来的单日最高纪录。为有效应对旅客出行总量大幅提升，确保国内外游客来得了、走得好的，大同南站通过加开临时旅客列车、列车重联等多项举措，全力确保暑运期间旅

客运输安全平稳有序。大同南站负责人告诉记者，乘坐动车出行已成为当前旅客的首选，暑运以来大同南站每日根据车票预售情况，对北京方向和太原方向客流进行研判，按照太原局集团公司计划安排及时增开太原和北京方向的临客，除了增加临客之外，暑运期间北京和太原方向多趟列车还采取了重联措施，列车重联后运能得到大幅提升。

另据介绍，暑运期间，大同南站在提升运能之外还加大了安检力度，对所有进站旅客做到人人检查，行李件件过机，托运行物达到100%过机安检，坚决将易燃易爆危险品堵在站外，卡在车下，确保广大旅客平安出行。

8月4日和5日

大同南站 13 趟列车暂时停运

本报讯（记者 贾晓龙）近日，自然资源部与中国气象局联合发布地质灾害气象风险预警，北京和河北局部发生地质灾害的风险很高，为红色预警。为保证旅客列车运行安全，大同南站8月4日和5日共有13趟列车暂时停运。

大同南站相关负责人介绍，8月4日停运的列车包括：石家庄开往清

河的D1152次，清河开往太原南的D1131次，济南西开往包头的D2778次，济南东开往呼和浩特东的D1618次，青岛北开往呼和浩特东的D1656次，大同南开往济南东的D1629次，济南东开往大同南的D1630次，呼和浩特东开往青岛北的D1655次，呼和浩特东开往扬州的D1683次，呼和浩特东开往运城北的D2815次；8月5

日停运的列车包括：运城北开往呼和浩特东的D2816次，包头开往济南西的D2777次，扬州开往呼和浩特东的D1681次。

大同南站客运人员提醒，计划出行旅客应及时关注中国铁路12306网站(12306手机APP)信息或车站公告，妥善安排出行，因列车停运导致退票不收取退票费。

8月4日至6日

大同火车站 25 趟列车暂时停运

本报讯（记者 贾晓龙）受近期强降雨影响，为保证旅客列车运行安全，大同火车站8月4日至6日共有25趟列车暂时停运。

大同站客运车间相关负责人介绍，8月4日停运的列车包括：杭州至包头Z283次、南宁至包头Z337次、深圳东至包头Z183次、包头至杭州Z284次、包头至南宁Z338次、包头至大同6056次、巴彦淖尔至深

圳东Z184次、北京西至银川K1177次、大同至宁武8823次、宁武至大同8824次、柴沟堡至大同8187次、运城至大同K7808次、包头至广州白云K598次、上海至大同K372次、大同至上海K371次、大同至广州白云K731次列车；8月5日停运的列车包括：广州白云至大同的K597次、深圳东至包头的Z183次、银川至北京西K1178次、南宁至包头

Z337次、乌海西至天津K886次、天津至乌海西K885次、广州白云至大同K732次列车；8月6日停运的列车包括：广州白云至包头K597次、广州白云至大同K732次列车。

大同火车站客运人员提醒，计划出行旅客应及时关注中国铁路12306网站(12306手机APP)信息或车站公告，妥善安排出行，因列车停运导致的退票不收取退票费。

云冈机场联合大同供电公司开展应急演练

本报讯（记者 贾晓龙）日前，云冈国际机场与国网大同供电公司联合开展2025年机场突发双路市电失电故障的应急演练，通过桌面推演与模拟实战相结合的方式，全方位提升双方应对供电危机的实战能力。

此次演练模拟强对流天气导致云冈机场35KV御机线、官机线两路市电同时失电的紧急场景；机场供电系统瘫痪，仅能依靠备用柴油发电机组维持运行，通信导航、助航灯光等关键设备的安全运行面临严峻挑战。演练过程中，从气象部门发布橙色预警后各单位启动防范准备，到双路市电失电后迅速启动应急预案，大同供电公司紧急派出发电车支援，再到通过两次应急会商现场指挥中心部署抢修与恢复工作，紧密围绕应急指挥管理层的信息收集、报送、决策及协调联动等核心环节，按照预警发布、信息通报、应急响应、应急会商和应急结束五个阶段有条不紊地推进。参演人员全情投入，严格按照应急处置流程，分阶段高效开展处置工作，最终，故障成功排除，应急响应终止。

支持母乳喂养 呵护健康未来

市一医院开展母乳喂养周宣传活动

本报讯（记者 高燕）8月1至7日是第34个世界母乳喂养周。为强化母乳喂养宣传教育，规范母乳喂养咨询指导，优化母乳喂养支持环境，推动建设生育友好型社会，日前，市一医院通过悬挂条幅、发放宣传资料、手把手教孕产妇喂奶等方式开展世界母乳喂养周宣传活动。

据了解，母乳含有满足宝宝需要的最天然的营养成分，是最适合宝宝的食物。今年世界母乳喂养周的主题为“支持母乳喂养，呵护健康未来”，旨在强调母乳喂养对儿童健康的促进作用，进一步推动建立政府主导、部门协作、全社会参与的母乳喂养促进工作机制，完善支持母乳喂养的政策体系、服务网络、场所设施，不断提升母乳喂养水平。

日前，记者在活动现场看到，前来咨询关于母乳喂养问题的准妈妈妈妈们络绎不绝，该院医护人员用通俗易懂的语言，从母乳喂养的好处、乳汁的产生与分泌原理、纯母乳喂养、母乳喂养技巧和如何保持足够的母乳等方面入手，讲解母乳喂养的正确知识和技巧，耐心解答关于母乳喂养的疑问。此外，活动期间，医院还将通过线上线下相结合的方式，围绕如何做好乳房护理、哺乳期妈妈如何搭配饮食营养、纠正母乳喂养的误区等主题开展公益科普知识讲座，为孕期和产后女性从不同角度普及相关母乳喂养知识。



这是改造后的楠坪村全貌（无人机照片，8月1日摄）。楠坪村是江西省南昌市湾里管理局太平镇的一个自然村。过去，因为村民外出务工，楠坪村渐渐凋敝。自2020年起，当地政府引入社会资本，与当地财政共同参与改造，再由专业文旅公司负责运营招商，对古村落进行保护利用。从前摇摇欲坠的老屋被改造成颇具设计感的民宿、咖啡屋，村头的小溪被打造成避暑露营地，古村焕发新生。

资源共享 优势互补

“创赢大同”创业沙龙为创业者打造“能量补给站”

本报讯（记者 张志忠 实习生 李董姝）聚焦餐饮、文创、农产品、休闲度假四大创业赛道，在思想碰撞中链接市场资源。近日，2025年大同市(第九期)创业沙龙在市就业创业服务中心二层举办，为本地创业者搭建起跨地域的交流合作平台。

据了解，本次沙龙以“创业在大同 梦想大不同”为主题，6位本土创业者分享了各自的创业实战经验。比如将上门服务与烧烤教学相结合的创新思路，打破传统餐饮经

营边界的“移动烧烤”模式颇具新意；一位户外玩家推出的“降级版宿营车”方案，精准契合了休闲度假赛道的轻量化需求；还有餐饮文化塑造、茶学体验创新、文创赋能产品等方面的创新创意，展现出大同创业生态的多元活力。

“通过本次沙龙，我们深入了解了大同本土企业的优势与短板，大同丰富的文旅资源与重庆庞大的消费市场之间，明显存在很大的互补空间。”作为“创赢大同”创新创业大

赛的配套活动，此次创业沙龙还特邀了重庆资深投资人出席，并借助双城联动的优势，为大同创业者链接了重庆的资本与市场资源，开拓更广阔的市场空间。

“我们希望通过创业沙龙，搭建高质量的交流平台，助力创业者们获取资源、提升能力。”市就业创业服务中心负责人表示，今后还将持续打造“赛道聚焦+资源对接”的沙龙品牌，助力更多“大同梦想”在这片创业沃土上生根发芽、发展壮大。

都市茶座

快递员：尽心尽责赢得尊重

孙 权

近年来，随着快递行业的迅速发展，快递小哥成为与市民接触十分密切的一个群体，他们也正在以尽心尽责的服务，赢得人们的理解与尊重。

7月30日，《大同日报》以“在快递一线燃烧‘青春之火’”为题，对我市获评首届“大同最美快递员”称号的徐建芬给予了报道。让读者从中了解到这位“80后”小伙儿和众多快递员一样，不管烈日炎炎还是下雪刮风，都骑着满载包裹的车辆穿梭于城市的大街小巷，用汗水和微笑奉献青春，以实际行动诠释敬业精神，在快递员平凡的岗位上创造出不平凡的价值。

快递产业与电子商务的紧密结合，让快递产业得到了迅速发展。伴随着网络电商等新业态出现的快递行业的从业队伍也在不断壮大，并成为我们日常生活中不可或缺的服务力量。快递员工作时长、劳动强度大、服务范围广，理应得到社会的理解和尊重，获得

城市的温暖。

我市相关行业开展的首届“大同最美快递员”评选活动，就是弘扬快递职业精神、树立行业典范、提供展示平台，选出大家学习的榜样，推动行业高质量发展，让更多人了解并尊重他们的工作。同时，激励广大快递行业的从业者向先进典型学习，提升行业整体服务水平，并以此增强快递行业从业人员的归属感和荣誉感。

起早贪黑、风雨无阻，越是节假日越忙碌，他们用自己的奔波为大家的生活带来了便利。肩上有责任，心中有梦想，越来越多的快递从业者用辛勤的劳动，在平凡的岗位上留下奋斗的脚步。每一个努力生活、为社会做着奉献的人都值得尊重。我们在享受快递员提供的便捷服务时，要将他们放在心上，推己及人，多一些换位思考，由衷说一句“谢谢”“您辛苦了”，给人以温暖的回馈，给城市以温暖的力量。

市青年志愿者协会发布大学生招募令

让青春在志愿服务中书写精彩篇章

本报讯（记者 锦秀）为播撒志愿文化的种子，助力大学生志愿工作蓬勃开展，给青春力量搭建更广阔的服务舞台，昨日，市青年志愿者协会发布大同市大学生志愿工作委员会(筹)招募令，诚邀拥有大同户籍的大学生、定居大同的大学生及大同高校在读生共赴这场公益之约。

由市青年志愿者协会组织成立的市大学生志愿工作委员会(筹)，是一束由高校青年志愿者骨干凝聚而成的“青春火炬”。在志愿服务旗帜的指引下，这些带着校园朝气的学子们并肩向前，更好地发挥大学生志愿者积极、创新、服务社会的作用，在志愿服务中绽放最耀眼的光芒。

加入其中，将有机会参与全市大型活动的志愿服务，在寒暑假投身社会实践，还能在志愿者培训交流中收获成长。委员会(筹)计划设立组织部、宣传部、外联部、应急保障部四大部门，为各项志愿服务活动的开展提供坚实支撑。

如果符合以下条件，欢迎成为这份温暖的同行者：拥有大同户籍的大学生、定居大同的大学生或大同高校在读生；怀揣认真负责的态度，自带乐于奉献的热忱，能积极配合委员会工作，且承诺假期至少参与3次及以上委员会工作。报名截止时间为8月15日，期待高校学子的加入，让青春在志愿服务中书写精彩篇章。

“暖心小武”：志愿服务绽光彩

本报讯（记者 锦秀）投身志愿服务，彰显青春风采。自7月初云冈区新文街平易路社区暑期志愿服务活动启动以来，中北大学软件学院2023级学生武恒逸就以社会实践志愿者的身份，活跃在社区需求调研、环境整治的第一线，用高度的责任感与专业的服务精神，在基层沃土上书写着当代大学生的青春答卷，成为居民们频频点赞的“暖心小武”。

活动刚启动时，武恒逸就带着笔记本走进了社区。他采用入户走访、抽样调查等多种方式，与社区居民“面对面”“心贴心”进行交流，细致记录居民们不同诉求，特别是对居民反映的民生问题，他详细了解来龙去脉，做到“心中有数”后再千方百计去寻求解决问题的办法。面对复杂多

样的居民需求，他始终保持耐心与细致，确保每一项工作都能精准对接居民实际需要。与此同时，他和社区工作人员一起，帮助老年人解决生活上的实际困难，还积极参与小区环境整治，成为大妈大爷们口中“有求必应的‘小武’”。

作为软件学院学子，武恒逸的专业特长成了社区服务的“加速器”，他将学校所学的专业知识灵活应用到志愿服务中，在完善、升级社区居民信息管理系统、提升社区服务质量与效率等方面发挥了重要作用。

这次将持续到8月10日的志愿服务，让武恒逸对“奉献”有了更深的理解。“从前以为公益不过是搭把手、出点力，直到现在才真切体会到，能实实在在帮居民解决一个小问题，远胜过成绩单上的满分。”

打击非法营运专项整治行动持续开展

共查处非法网约车案件43起、违规巡游出租车案件25起

本报讯（记者 张志忠）严厉打击非法运营行为，保障广大乘客出行安全与合法权益，市交通运输执法部门7月份采取有力措施，加大巡查力度，持续开展了打击非法营运专项整治行动。截至目前，共查处非法网约车案件43起、违规巡游出租车案件25起。

为确保网约车市场健康稳定发展，规范网约车运营行为，市交通运输执法部门在全市范围内开展了网约车市场专项整治行动，并分批将相关信息予以公示，进一步增强执法透明度，强化社会监督。从7月1日至7月30日，该队共查处非法

网约车案件43起，包括未取得网络预约出租汽车运输证和网络预约出租汽车驾驶员证擅自从事营运行为，以及未取得网络预约出租汽车运输证就上路拉客行为，被分别处以3200元和3000元行政处罚；查处违规派单平台8家。

此外，还公布了7月份市区巡游出租汽车行业“黑榜”，25起违规巡游出租车上榜，查处包括未按规定使用计价设备、未经乘客同意随意搭载其他乘客、拒载、无正当理由擅自中断运营服务、故意绕路、议价、非指定区域揽客等违规行为，被分别处以200元至500元行政处罚。



8月3日，游客在呼和浩特市敕勒川草原游玩。

夏日，内蒙古呼和浩特市敕勒川草原景色宜人，吸引游客前来观光游玩。

新华社记者 李志刚摄