

本月起城乡居民医保报销有变化

在三类收费标准定点医疗机构住院，支付比例由85%提高到90%

本报讯（记者 高燕）日前，记者从市医保局获悉，为促进分级诊疗，引导城乡居民医疗保险参保人员在基层就医，确保困难群众门诊慢特病待遇保障，本月起我市调整完善医疗保障相关政策。

市医保局相关工作人员告诉记者，为了让群众在“家门口”享受到便捷可

及的医保服务，看病就医更省心、更有保障，我市提高城乡居民医保基层医疗机构住院支付比例，参保的城乡居民在三类收费标准（二级乙等及其以下）定点医疗机构住院支付比例由85%提高到90%，这意味着今后在“家门口”看病会更省钱。同时，提高困难群众门诊慢特病医疗救助支付比例，我市符合享受

门诊慢特病保障政策的特困人员和低保对象，门诊慢特病政策范围内费用经基本医保、大病保险按规定报销后，剩余部分特困人员按75%、低保对象按55%的比例给予救助。

此外，我市进一步完善了城乡居民医保异地就医支付政策，参加城乡居民医保非急诊且未转诊的其

他临时外出就医备案人员和未备案自行跨省外出就医人员，住院支付比例在省内相同级别医疗机构支付标准的基础上下调20个百分点。市医保局提醒，符合异地长期居住或转诊转院外出就医的参保城乡居民，务必在住院前按规定办理相关的备案手续，以保障自身待遇全面享受。



5月17日，满载40万吨巴西铁矿石的“远见海”轮在拖轮的协助下驶向河北港口唐山港曹妃甸港区矿石码头（无人机照片）。

5月17日，满载40万吨巴西铁矿石的“远见海”轮，安全通过老铁山水道—唐山港曹妃甸港区深水航道（南线），顺利靠泊河北港口唐山港曹妃甸港区矿石码头三期工程5号泊位。这是今年1月老铁山水道—唐山港曹妃甸港区深水航道（南线）获中国海事局正式认定、纳入国家沿海公共航道体系后，曹妃甸港区迎来的第一艘40万吨超大型满载船，标志着曹妃甸港区开启40万吨超大型矿石船舶满载直航靠岸新篇章。

新华社记者 杨世尧摄

传承民俗 润泽童心

云冈区举行本土民俗文化进校园活动

本报讯（记者 申力 通讯员 楚向东）为弘扬中华优秀传统文化，让本土民俗文化扎根校园、浸润童心，进一步丰富校园文化生活，5月14日，云冈区和瑞第二小学校精心举办本土民俗文化（秧歌、腰鼓）进校园主题活动，将极具地方特色的传统民俗艺术带入校园，让全体师生近距离感受云冈区本土文化的独特魅力。

活动现场热闹非凡，浓郁民俗氛围扑面而来。同学们兴致盎然地跟随民俗艺人学习腰鼓、秧歌技艺，在亲身实践中触摸传统民俗的脉络，体会本土文化的独特乐趣。为了让同学们更深入地了解民俗文化，民俗艺人耐心讲解秧歌、腰鼓的历史渊源、表演技巧与文化内涵，还手把手指导学生学习基本动作、感受表演节奏。参与体验的三年级四班学生常梓涵兴奋地喊道：“能近距离学习腰鼓、秧歌，太有意思了。原来我们家乡有这么好看的传统艺术，我特别喜欢。”云冈区文化馆负责人尚红霞表示，秧歌、腰鼓是云冈区极具代表性的本土民俗文化，承载着地方历史记忆与人文精神。我们将持续搭建传统文化传承平台，把本土民俗文化融入校园教育教学，常态化开展各类传统文化体验活动，让青少年在潜移默化中感受传统文化精髓，增强文化自信与家乡自豪感，让云冈本土民俗文化在校园里落地生根、代代相传。

凝聚侨心力量 厚植家国情怀

我市侨界开展爱国主义观影活动

本报讯（记者 锦秀）为深入推进爱国主义教育，传承弘扬侨界人士爱国爱乡、心系桑梓的优良传统，进一步凝聚侨心、汇聚侨智、发挥侨力，近日，大同欧美同学会、市侨商会联合组织主题观影活动，归侨侨眷、侨界人士及无党派人士代表50余人集中观看了影片《给阿嬷的情书》。

该影片以入选世界记忆名录的“侨批档案”为核心，讲述了跨越山海、历经半世纪的华侨家国故事，生

动刻画了海外侨胞在异国他乡艰苦奋斗、坚守信念，始终牵挂祖国、眷恋故土的真挚情感，深刻展现了流淌在华侨华人血脉中的爱国精神与家国担当，让观众深刻感受到侨界群体与祖国同呼吸、共命运的赤诚初心。

观影现场，全体人员被影片真挚的情感、动人的情节深深打动。参与此次活动的侨界人士、归国留学人员代表纷纷表示，此次观影让他们深受触动、备受鼓舞，今后将坚守初心使

命，主动担当作为，凝聚侨界合力，积极搭建海内外沟通桥梁。

此次活动是大同侨界深化思想政治引领、常态化开展爱国主义教育的举措。下一步，大同欧美同学会、市侨商会将持续丰富学习教育形式、深化爱国主义教育，不断增强侨界群众的民族自豪感和家国认同感，引导广大归国留学人员、侨界人士主动投身家乡建设，为大同市经济社会高质量发展注入侨界动能、贡献更多侨界智慧和力量。

高考临近

心理专家给考生开出调适良方

本报讯（记者 高燕）高考临近，高三学生日益感到时间紧、压力大，焦虑感和危机感不断增加。日前，记者就考生如何调整好心态，平稳度过冲刺阶段，采访了市六医院心理咨询治疗科闫武平主任。

“在面对高考这样的人生大事时，考生很容易感到焦虑，其实，这并不是一件坏事。根据心理学研究，适度的焦虑可以帮助考生提高注意力和记忆力，激发学习动力，提高学习效率，激发斗志和潜能。因此，如果考生感受到了压力，有一点点焦虑、紧张、不要怕，这正是你身体在为高考‘助燃’，让你进入一种‘备战’状态。”闫武平表示，考生要合理评价自身能力，清楚自己的优势与不足，可以通过回顾以往的学习成绩、考试表现，以及与老师和同学的交流，来客观认识自己。在此基础上，树立恰当的考试期望。既不要好高骛远，给自己设定过高的目标，增加不必要的心理负担；也不要妄自菲薄，低估自

己的能力，让自己失去信心。合理的期望能让自己在备考过程中更有动力，以积极的心态面对高考。

考生还应结合自身实际情况，为每个学科合理分配时间，针对薄弱科目适当增加学习时间，并将学习任务细化到每天，列出具体的学习清单，明确每个时间段的学习任务。合理安排休息时间，每学习40至50分钟后休息10分钟左右，让大脑得到放松，提高学习效率。充足的睡眠是保持良好身心状态的基础，考生尽量在晚上11点前入睡，让身体得到充分休息。早上起床时间不宜过晚，以保持规律的生物钟。午休也很重要，短暂的午休能让下午的学习更加精力充沛。体育锻炼也能释放压力，改善情绪。

当考生对高考产生负面思维，如“我肯定考不好”“万一发挥失常怎么办”时，闫武平建议，考生要识别这些消极想法，并尝试用积极的思维去替代。当出现“我肯定考不好”的念头

时，可以告诉自己“我已经努力准备了，只要正常发挥就能取得不错的成绩”。把“万一发挥失常怎么办”转换为“我相信自己的能力，即使遇到难题也能应对”，通过这样的思维转换，建立积极的思维模式，减少焦虑情绪，以更乐观的心态面对高考。

同时，考生莫要和“紧张”对抗，备考过程中出现紧张和焦虑是很正常的反应，但过度的紧张和焦虑会严重影响备考效果和考试发挥。考生还可尝试深呼吸、冥想等方法，进行适当的放松，如找个舒适的地方坐下或躺下，闭上眼睛，深吸一口气，让气息慢慢充满肺部，停留几秒钟后再缓缓呼出。吸气时，想象着新鲜的气息进入身体，为自己带来能量；呼气时，想象着紧张和焦虑随着气息排出体外。

此外，考生还要与家人、老师和同学保持良好的沟通，分享自己的喜悦、困惑和压力，适当倾诉，有助于缓解心理负担，获得支持和鼓励。

大同老兵公益志愿服务队爱心送考活动启动

本报讯（记者 张志忠）高考临近，为保障考生安全、准时、舒心赴考，日前，大同市退役军人志愿者协会老兵公益志愿服务队正式启动2026年“戎心护航·为爱领航”爱心送考公益活动，接续传承暖心公益传统，以责任与温情为大同学子高考圆梦保驾护航。

据了解，此次爱心送考活动面向我

市高考学子，涵盖大同一中、大同二中、大同三中、大同五中、大同铁一中等市内主要考点。活动提供一对一免费接送、考点驻点服务、突发情况应急保障等贴心服务，优先帮扶居住偏远、家庭困难、行动不便的考生。同时，将在各考点设立老兵爱心服务站，为考生和送考家长提供等候休息、饮水补给、应急物资、便

民咨询等志愿服务，全力营造安心、暖心的应考环境。

“诚挚号召广大退役军人驾驶员积极参与，汇聚志愿力量、传递城市温情，用真诚善意守护青春梦想，共同为全市考生筑起平安畅通、温暖安心的高考护航防线。”据活动组织者介绍，爱心驾驶员招募工作仍在持续进行中。

都市茶座

ZJLD 李渡

自然风光融入城市背景

孙 权

5月1日，文瀾湖风景区绿地共享空间正式建成开放。景区依托1.4万平方米林下生态资源，因地制宜打造的绿地公共共享空间，设有约300平方米的戏水池、集露营、休憩、游玩、赏景多功能于一体。空间的建成开放，进一步优化了游园环境，提升公园多元服务功能，也为市民和游客提供一处亲近自然、享受慢时光的好去处。（见5月6日《大同日报》）

大自然的美丽风光是人们心灵的向往，美丽的自然风光连接起了城市与山水，这是坚持以人民为中心推动城市建设和发展结出的硕果。文瀾湖风景区绿地公共共享空间的建成开放，让人们看到了大自然的好山好水好风光正在拥抱城市。一处将自然风光融入城市背景的空间，在极大提升城市风貌的同时，也进一步增进了百姓的幸福。

如今，漫步古都大同，美丽的风景随处可见，集中成片的绿地、大大小小的公园、不断延伸的绿廊……绿色生态满足

着人们对美好生活的向往，展示着城市发展的活力，也让一座幸福宜居的城市跃然眼前。良好的生态环境是一座城市最普惠的民生福祉，一座理想的城市，必然是人与自然共生的有机体。文瀾湖风景区绿地公共共享空间以一湖碧波为脉，将原生态的自然风光与现代都市的烟火气无缝衔接，书写出了人与自然和谐共处的生动答卷。

文瀾湖风景区绿地公共共享空间，让大自然的山水诗意在城市生活中得到延伸，以“共享”的方式，让花草飞鸟生长栖息于此的同时，也让市民的心安安放于此，让四面八方的游客流连于此。一处共享空间，让人们渴望逃离喧嚣、亲近自然的愿望，有了更便捷的达成途径，让城市的生活更加鲜活而生动，也让城市的幸福感有了更具象的细节呈现。大自然的好风光融入城市的生态背景中，不仅仅是点缀，更是城市的有机组成，使得美好触手可及。每一个生活于此的人，都能在繁华与静谧间，找到内心的归处。

严查电动自行车违规停放

10个小区被消防部门点名通报

本报讯（记者 锦秀）为持续整治消防安全突出隐患，筑牢基层安全防线，近日，市消防救援局发布电动自行车消防安全隐患曝光名单，对我市存在违规停放电动自行车问题的10个小区公开点名通报。

此次被曝光小区覆盖我市多个县区，具体包括：新荣区得惠家园、云冈区金融学府小区、云州区坪城花园、阳高县和谐小区南区、平城区晨馨花园小区一期、广灵县秀水佳苑小区、天镇县洋河雅苑、灵丘县西关小区、左云县云泰园小区、经开区樊庄家园南苑。

针对当前电动自行车消防安全乱象，消防部门再次发出安全警示，广大市民严禁在楼道、门厅、安全出口等公共区域停放电动自行车。

经消防部门排查发现，上述小区普遍

存在电动自行车在建筑公共门厅、楼梯间、疏散通道、安全出口等区域违规停放的突出问题。该行为违反《高层民用建筑消防安全管理规定》《山西省消防条例》相关规定，存在极大消防安全隐患。电动自行车楼道停放、入户停放，不仅会直接堵塞生命疏散通道，一旦发生起火自燃，浓烟、明火会快速蔓延扩散，极易造成火势扩大、人员被困，严重威胁小区居民生命财产安全。

针对当前电动自行车消防安全乱象，消防部门再次发出安全警示，广大市民严禁在楼道、门厅、安全出口等公共区域停放电动自行车。

“晋北风韵——雁门关外28曲”赏析会举行

本报讯（记者 史涌涛）一曲曲旋律婉转悠扬，洋溢着浓郁的晋北风韵；一首首好歌满怀深情，展现出热爱家乡的情怀。5月17日上午，“晋北风韵——雁门关外28曲”赏析会在美与酒店举行，我市众多作曲家、音乐人济济一堂，共品共赏共话对家乡的挚爱与深情。

赏析会由市文联主办，市作家协会承办，旨在进一步传承和弘扬大同地域音乐文化，以作品赏析为契机，搭建交流平台，推动本土音乐发展。赏析会上，共演绎了《雁门关外28曲》中的13曲，词作者均为我市已故著名音乐家张枚同，由我市作曲家刘亚平、杨为民、李恒林等谱曲，我市优

秀歌手牛思源、段晓芳、刘明慧等倾情演唱。每一首歌都在诉说着一个动人的故事，风格不一，情感真挚，情感动人，赢得现场观众阵阵掌声。

创作一部大型声乐组曲《雁门关外28曲》，是张枚同生命最后几年的牵挂之一，所有作品从作词、作曲、编曲，到演唱、录制，均为大同本土音乐人独立完成，展现了大同本土音乐创作队伍的艺术实力。在赏析会后的研讨会上，我市音乐人纷纷表示，完成《雁门关外28曲》，既是完成张枚同的遗愿，更是对大同音乐文化的弘扬，今后将创作更多写大同音乐家的优秀音乐作品，传扬大同文化美名。

公交司机拾金不昧 暖心善举彰显美德

本报讯（记者 张志忠）日前，大同公交六分公司驾驶员康志文拾金不昧，主动归还乘客遗失贵重财物，以实际行动践行职业道德，擦亮城市文明公交名片，收获市民赞誉。

前不久，33路公交车驾驶员康志文完成当日运营任务后，严格按照工作流程开展收车检查、车厢清扫工作，排查过程中，他在车厢座位上发现一个黑色书包。为避免乘客财物受损，康志文第一时间妥善保管物品，并立即向路队上报情况，完成登记备案。经路队人员现场清点，该书包内装有手机、手表、身份证、银行卡等贵重物品，总价值约5000元。

考虑到失主可能正在急切寻找书包，康志文和路队工作人员决定多等一会儿再下班。没多久，发现物品遗失的失主匆忙赶到路队求助，康志文和工作人员仔细核对失主身份及物品信息，确认无误后，将书包完好归还。失主满心感激，对康志文和路队认真负责、诚实守信的服务态度连连称赞，不仅现场书写感谢信表达谢意，还专程送来锦旗，为大同公交的优质服务和优良作风点赞。

康志文拾金不昧的暖心举动，生动展现了大同公交驾驶员爱岗敬业、诚信友善的职业素养，传承了中华民族传统美德，传递了向上向善的社会正能量。

广灵湿地中心连续救助两只珍稀鸟类

本报讯（记者 曹飞 通讯员 王亚红）5月以来，广灵县湿地中心先后救助两只珍稀鸟类，分别为国家“三有”保护动物夜鹭和国家二级保护动物燕隼。

5月1日晚，广灵县林业局接到梁庄镇木厂村村民报告，称发现一只长嘴水鸟急需救助。湿地中心当晚及时收留，经辨认确定为亚成体夜鹭，属国家“三有”（有重要生态、科学、社会价值）保护动物。判断其在迁徙途中因体力不支落单，静养观察后，次日放归壶流河湿地浅

水区域。

5月11日，湿地中心接报，称壶泉北路一居民院内落入一只小型猛禽。工作人员迅速赶赴现场施救，确认其为亚成体燕隼，属国家二级保护动物，同样无外伤。静养恢复体力后已放回自然。

近期连续救助案例显示，华北地区候鸟迁徙已近尾声，去年繁育的鸟类在北归途中多因体能补充不足而落单。同时，也充分体现了广灵县民众对鸟类及生态环境保护的意识显著增强。