

## 今起大同火车站多趟列车暂时停运

本报讯（记者 贾晓龙）7月1日起，铁路部门实行新的列车运行图。运行图调整后大同火车站多趟列车暂时停运，客运人员特别提醒，旅客出行前应密切关注各趟列车运行情况，以免给出行带来不便。

大同站客运车站相关负责人介绍，此次暂时停运的列车包括：7月4日—8月31日，包头开往青岛北的Z352次列车；7月6日—9月2日，青岛北开往包头的Z351次列车；7月5日—9月1日，嘉峪关开往北京丰台的K42次列车；7月6日—9月2日，北京丰台开往嘉峪关的K41次列车；7月5日—9月1日，沈阳开往呼和浩特的K55次列车；7月5日—9月1日，呼和浩特开往沈阳的K56次列车；7月5日—9月1日，鄂尔多斯开往北京丰台的K90次列车；7月6日—9月2日，北京丰台开往鄂尔多斯的K89次列车；7月1日—8月31日，包头开往温州的K1278次列车；7月5日—9月4日，温州开往包头的K1277次列车；7月4日—8月31日，大同开往秦皇岛的K2604次列车；7月6日—9月2日，秦皇岛开往大同的K2603次列车。

## 筑巢引凤助创业 我市大学生创业园招募首批免费入驻项目

本报讯（记者 张志忠）为推进公共就业服务能力提升示范项目建设，完善青年创新创业孵化体系，日前，由政府引导、高校支撑、专业运营三方共建的大同市大学生创业园，正式启动首批创业项目免费入驻招募工作，全方位赋能大学生、青年创业者落地追梦。

据了解，大同市大学生创业园坐落于山西大同大学御东南校区明达楼2至5层，总面积约1500平方米。园区聚焦青年创业痛点，秉持“精准引入、全程赋能、生态培育”理念，打

造集创业孵化、项目培育、资源对接、赛事路演、创业培训于一体的综合性创业服务平台，持续完善本地创新创业生态圈，为青年创业项目成长保驾护航。

此次招募推出六大免费专属扶持福利，大幅降低青年创业起步成本。园区提供免费专属办公场地，标准化独立办公工位，配齐水、电、暖、高速网络等基础配套，全程免收场地租金；共享会议室、商务洽谈室等公共空间全天候开放，满足创业者商务接待、项目研讨、小型活动等多元需求；组建资深创业导师团队，提供一对一专属指导，精准解决项目落地、企业运营、市场拓展等难题；配套提供场地运维、政策申报、品牌宣传等一站式服务；常态化开展创业沙龙、行业论坛、项目路演等交流活动，搭建投融资与产业链对接桥梁；同时还通过线上课程、线下训练营、企业参访等多元形式，全方位提升创业团队实操经营能力。

本次入驻招募面向18周岁以上创业项目负责人，申报主体为全日制专科、本科、研究生在校生，或毕业5

年以内高校毕业生，创业团队、已注册企业均可报名。申报项目优先扶持科技制造、绿色能源、现代农业、文旅消费四大契合地方发展导向的产业项目，要求申报项目模式清晰、具备创新优势与落地可行性。

此外，本次项目持续招募，有意向创业者可准备入驻申请书、商业计划书、身份及学历证明等材料，电子版打包发送至dtscy2026@163.com邮箱；纸质版线下递交园区存档。经初审、现场答辩评审通过后，即可办理入驻手续。

## 平城区残疾人文化周精彩启幕

本报讯（记者 锦秀）为丰富残疾人精神文化生活，展现残疾人自强不息、乐观向上的精神风貌，构建残健融合、温暖共融的社会风尚，6月29日，平城区残联在市图书馆举办2026年残疾人文化周暨“拥抱世界，共享美好”文艺汇演活动，来自各街道的残疾人代表、残联工作人员、助残工作者及社会爱心人士200余人现场观演，共赴温情满满的文化盛宴。

此次汇演以“以文润心 助残逐梦”为主题，节目形式多样、内容精彩纷呈。演出在大气欢快的管弦乐演奏中启幕，明快的旋律瞬间点燃现场氛围。演出形式有朗诵、独唱、器乐独奏、传统戏曲、特色曲艺、舞蹈模特秀等。残疾人表演者们登台献艺，集体朗诵铿锵有力、催人奋进，深情独唱娓娓道来、传递心声，萨克斯、小提琴独奏婉转悠扬、治愈人心。同时，二人台、数来宝、戏曲联唱等极具大同本土特色的节目惊艳全场，残健携手同台演绎，充分展现了残疾人昂扬向上的精神风貌与出众的艺术才华，赢得现场观众阵阵掌声。

此次文艺汇演为残疾人搭建了展示自我、融入社会的优质平台，让全社会近距离感受特殊群体的生命力量，进一步拉近了社会大众与残疾人之间的距离。平城区残联将持续深耕文化惠民服务，创新活动形式，丰富服务内容，全力推动辖区残疾人事业高质量发展。

## 学会应对压力 降低抑郁症风险

抑郁症是一种常见的精神障碍，患者会出现强烈、持续的悲伤情绪，并对日常生活和工作造成影响。但是抑郁症并非不治之症，早期诊断和恰当的治疗可以帮助减轻甚至消除症状，促进患者逐渐走出疾病阴影，开始新的生活。

### 抑郁症患者的症状

情绪低落。患者会持续情绪低落、沮丧或哀伤，这种情绪不仅会影响患者的情感状态，也会影响他们的行为和思考方式。

兴趣减退。患者会对生活中原本感兴趣的事物失去兴趣，并且很难再找回以前的热情。

疲劳乏力。患者即使没有进行过度的体力劳动也会有疲倦无力感，甚至出现睡眠障碍。

注意力难以集中。患者会经常感觉精神涣散，难以集中精神，记忆力也会受到影响。

抑郁症的治疗通常采用综合性的方法，包括药物治疗和心理治疗

药物治疗。需在医生指导下用药，应严格控制剂量和使用时间，且需要注意药物的不良反应

和禁忌证。

心理治疗。包括认知行为疗法、家庭治疗、解剖心理学等各种方法，以舒缓患者的痛苦并帮助其逐渐改善情绪状态。

患者还可以通过自我管理措施来帮助缓解抑郁症状，如参加社交活动、锻炼身体、保持健康的饮食习惯和睡眠规律等。

### 日常生活中，该如何预防抑郁症？

维持健康的生活方式。锻炼身体、保持合理饮食、规律作息和良好的睡眠质量等有利于维持身体健康，促进心理健康。

学会应对压力。学会合理应对和管理压力，采取有效的减压方式以避免情绪受损，提升心理韧性和应对压力的能力。

注重社交生活。积极参与社交活动，增强自我在社会上的认同感，从而降低患抑郁症的风险。

寻求帮助。如有情感问题，及早寻求家

人、朋友或专业医生的帮助和支持，远离焦虑、孤独等负面情绪。

总的来说，抑郁症是一种常见的心理障碍，给患者带来了很大的痛苦。但是，现代医学已经取得了较为显著的治疗成果。患者及家属应该认识到，抑郁症可以被治愈，早期干预和规范治疗是解决抑郁症最好的办法。同时，我们也应该重视预防抑郁症，提高心理健康保护水平，远离抑郁症，享受快乐、健康的生活。

本报记者 武珍珍

### 大同市第六人民医院

## 精神心理卫生知识宣传



自7月1日零时起，全国铁路将实行新的列车运行图。调图后，全国铁路安排图定旅客列车12174列，较现图增加106列；开行货物列车23975列，较现图增加111列。 新华社发（汤德宏摄）

## 注销公告

大同市平城区鸣一艺术团(统一社会信用代码:52140202MJ1710302X)因无法正常运营,经研究决定,终止运营,有相关未尽事宜,请相关单位和个人尽快来办理。

联系人:姚天宇

联系电话:13834260123

特此公告

大同市平城区鸣一艺术团

2026年7月1日

## 公告

吕永胜:

你系本公司员工,自2024年入职。你自2024年5月起至今,未经批准连续未到岗工作,且未履行任何请假手续。本公司多次通过电话方式尝试与你联系,均未取得回应。你的上述行为已严重违反相关规定。现通过公告方式送达此决定,请你自本公告刊登之日起30日内到公司办理相关手续。逾期未办理,视为自动放弃相关权利,产生的一切后果由你本人承担。

特此公告

晋能控股煤业集团

同地宏盛企业管理(大同)有限公司

2026年7月1日

## 公告

刘媛(身份证 140202\*\*\*\*4425):

您于山西银行大同分行办理的个人二手房按揭贷款已严重逾期,逾期本息合计5087.39元。请务必在收到本通知后7日内全额清偿欠款本金、利息、罚息等全部款项。如逾期未清偿,我行将严格依据合同及法律法规,采取诉讼、申请财产保全、上报征信系统等法律措施追偿,由此产生的诉讼费、律师费等全部费用由您承担,一切法律后果及不良影响均由您自行负责。

山西银行股份有限公司大同分行

2026年7月1日

## 通知

根据《中华人民共和国劳动合同法》等相关法律、法规及双方《劳动合同书》的约定,我单位现对以下15名失联人员进行登报公告,自本公告发布之日起30日内本人到晋能控股大同机电装备有限公司中央机厂劳资科办理相关手续,逾期不到视为自愿解除劳动合同,我单位将依法解除劳动合同。

晋能控股集团大同机电装备有限公司中央机厂

2026年7月1日

序号	姓名	身份证号
1	孟霞	14020319730907****
2	刘抗金	14020319650923****
3	曹淑英	14020319721008****
4	王立军	14020219720202****
5	张军	14020319671230****
6	邱立名	14020319750404****
7	杨广伟	35078319870111****

序号	姓名	身份证号
8	何毅斌	14020319690915****
9	郭斌	14020319790706****
10	马英	14020319860922****
11	杨宗良	14020319830721****
12	石福军	14021119721119****
13	安飞	14021119750224****
14	王正寰	14020319770408****
15	周彬	14020319751013****

5105678 2023122 广告热线



# 大同市第一高级职业中学校2026年招生



专业名称	拟招生人数	学制	培养方向
综合高中(普通高中学籍,市招办按志愿、分数统一划线录取)	200	3	全国统一高考(本科/专科)
旅游服务与管理	40	3	对口升学(本科/专科) 高职单招(专科)
高星级酒店运营与管理	40	3	
计算机平面设计	40	3	
计算机应用	40	3	
新能源汽车运用与维修	50	3	
航空服务	30	3	
建筑水电设备安装与运维	10	3	
绘画	20	3	
音乐表演	20	3	
舞蹈表演	10	3	
服装表演	10	3	
物联网技术应用	30	3+2	高职升入山西林业职业技术学院物联网应用技术专业
电子商务	10	3+2	高职升入山西林业职业技术学院大数据与会计专业

### 招生时间

●中考成绩公布第二天开始,各专业录满为止。

### 招生须知

●携带准考证原件、身份证复印件、一寸红底照片1张、需二维码成绩单,均需参加现场报名,以及网上填报志愿。

### 各专业特招体育特长生

1. 报名参加2026年山西省初中学业水平考试
2. 获得市级体育竞赛活动三等奖(或同等级别奖项)以上
3. 现场测试、面试合格
4. 报名时需携带获奖证书等证明材料

大同市第一高级职业中学校2026年高一新生招生工作已全面启动,欢迎广大考生及家长咨询报名。

咨询电话:0352-2493211

学校地址:大同市平城区红旗北街118号(大同宾馆北面)