

我市全力织密困境儿童关爱保障网

本报讯（记者 丰曼）近年来，我市高度重视困境儿童关爱保障工作，将“温暖童心·相伴成长”扶残助童民生关爱工程列入全市15件民生实事之一，以市妇联为实施主体，统筹政策资金、汇聚巾帼力量、联动社会资源，构建物质帮扶+精神关爱一体化服务体系，各项关爱工作取得阶段性成效。

结合全市儿童实际情况，我市多渠道招募妇联干部、教师、医护、心理

咨询师、律师、女企业家、社区工作者等志愿者1507人，组建多元化“爱心妈妈”队伍。按照地域就近、专业对口、需求适配原则，完成1500名困境儿童一对一结对。在市级民生实事基础上，市妇联积极对接中国儿童少年基金会、省妇儿基金会，实施“助力关爱困境儿童”项目，为315名儿童发放总价值36.02万元现金与学习生活物资；依托“爱的魔方”项目，为88名孤儿、残疾儿童、服刑人员困难家庭子女发放

8.8万元资助，形成“政府实事为主、公益项目为辅”多元帮扶格局，切实减轻困难家庭生活就学压力。

我市持续深化关爱服务项目，用温暖陪伴与心灵守护助力儿童健康成长。今年上半年，全市各县区立足特色资源禀赋，联动法院、检察院、消防、文旅、残联、学校等多方力量，紧扣世界读书日、国际家庭日、六一儿童节、端午节等重要节点，累计开展亲子共读、心理团辅、普法宣讲、文博

研学、民俗体验、安全教育等主题关爱活动32场次。

从精准帮扶到贴心陪伴，一项项务实举措编织起困境儿童的保障网。市妇联将建立健全长效关爱机制，严格规范档案管理、专项资金使用，常态化开展心理疏导、普法宣传、成长陪伴等精神关爱活动，用心用情守护每一名困境儿童健康成长，持续营造全社会关心关爱少年儿童的良好氛围。



游客在黄河壶口瀑布旅游区观瀑（8月10日报，无人机照片）。

暑假期间，位于晋陕大峡谷的黄河壶口瀑布旅游区迎来旅游高峰，气势磅礴的黄河水奔腾而下，吸引大批游客前来观赏。

新华社记者 邵瑞摄

消防部门提醒

高温天警惕不当用电行为

本报讯（记者 锦绣）近来，我市持续高温闷热，空调、电风扇、冷风机等电器长期高频运转，家庭、商铺用电负荷大幅攀升，电器自燃、线路短路等火灾风险随之升高。为此，我市消防部门提醒，用电安全无小事，市民和商户需警惕不当用电行为，严防火灾事故发生。

结合近期各地高温电器失火典型案例，我市消防部门提醒广大市民筑牢用电安全防线，选购电器时，认准3C认证资质，拒绝“三无”劣质电器，杜绝低价不安全电器入户；定期对家中电线、插座、开关开展自查，发现线路老化、外皮破损、插座松动等问题及时维修更换。空调等大功率电器必须单独布线、独立插排，严禁多台电器并联混用，避免电路超负荷运行。同时，保持电器通风散热空间，家电设备远离窗帘、被褥、纸张、杂物等可燃物，空调外机周边严禁堆放易燃易爆物品，日常离家、睡前及时关闭非必要电器电源。

我市消防部门表示，希望广大市民和商户自觉规范用电习惯，主动排查整改身边隐患，安全、文明、科学消暑，让清凉设备安心护航幸福生活。

招聘物业管理公司

大同市巴黎华庭业主委员会公开招聘具有独立法人资格，持有效营业执照的公司，经营范围包含物业管理服务等。

联系电话：18663208393
公示期截至：2026年8月17日
大同市平城区
巴黎华庭小区业主委员会
2026年8月12日

本市3支青年主播团队获省级电商大赛奖

本报讯（记者 孙露）近日，2026年“青耘三晋”山西青年电商主播大赛文旅专项赛在长治市平顺县落下帷幕。由团市委联合云冈研究院、市文旅局、市文物局共同选送的多支青年主播队伍参赛，其中3支队伍分获一等奖、三等奖和优秀奖。

我市参赛主播团队获奖名单分别是：“可乐来了”主播团荣获社会组一等

奖、“大肚川六分饱”主播团荣获社会组三等奖、“水泽木兰”主播团荣获社会组优秀奖。

此次赛事由团省委、省委网信办、省人社厅、省农业农村厅、省文旅厅、山西转型综改示范区管委会联合主办，分社会组、振兴组、学生组三个组别开展比拼。参赛期间，我市参赛选手前期查阅人文历史资料，深入实地踏勘每一处山

水角落，精心拍摄制作预热短视频，将前期积淀转化为直播中的独特视角，挖掘出别具一格的山水意境与乡土温度。真挚的表达与专业的镜头语言交相辉映，赢得评委与观众一致好评，尽显大同青年的匠心与担当。

团市委将持续深化青年文旅电商人才培养工作，依托“青耘三晋”品牌效应，为我市高质量发展持续注入青春动能。

都市茶座

ZJLD 李渡

助学款温暖求学路

孙 权

记者从市红十字会获悉，2026年“红十字春霖助学”已启动，资助标准为每人一次性资助人民币2000元。“红十字春霖助学”是市红十字会的自主项目，旨在对“专升本”困境学子进行入学资助。该活动从2009年开展以来，已成为大同市人道救助领域最具影响力的品牌之一。（见8月5日《大同日报》）

金秋时节，又是无数学子怀揣希望和梦想走进大学校园，开启人生新旅程的季节。让每一位考上大学的学子不因家庭经济困难而失学，是这个时代十分令人动容的坚守。国家学生资助政策体系的不断完善，照亮着每一位莘莘学子的求学之路。“红十字春霖助学”同样为困难家庭的学子追梦圆梦提供着温暖而有力的支持。

求学路上，总有部分学子因家庭经济条件受限，让他们面对学费、生活费时一筹莫展，让本该安心求学的青春蒙上一层阴影。一份助学款的到来，减轻的是家庭的经济负担，孩子少了一份在求学与谋生之间抉择的不安，让他们坚定地走进高校、逐梦未来。一份资金帮扶，帮助他们跨过眼前的沟壑，为学子

铺就继续前行的道路。

助学资金给予学子的，其实远不止金钱本身，它是一份温暖的鼓舞，也是一份沉甸甸的期盼。每一笔助学款的背后，包含着社会各界的善意、对知识的尊重以及对青年成长的期待。对于受助学子而言，这份温暖，将会化作攻坚克难的底气，激励他们正视困境、自立自强，把社会关怀转化为刻苦学习的动力，并在他们心中种下感恩的种子，更加懂得应与时代同行、勇担时代重任，以自立自强的精神面貌不懈奋斗，争做社会栋梁，不负时代、不负韶华。

通过教育改变自身命运、实现人生梦想，这不仅关系着千家万户，也关系着我们国家的发展和民族的未来。助学资金便是助力学子实现人生梦想的一束微光，温暖着贫寒学子的求学征途，为逐梦学子减少前路上的阻碍，让每一份对知识的渴望都不被现实困境所阻挡。它守护着每一位学子的读书梦想，托举着万千家庭的期盼，让困境学子获得暖心的关怀，进而奔赴属于自己的广阔前程。

秋季致敏花粉播报启动

本报讯（记者 高燕）秋已至，天气会日渐凉爽起来，但对于过敏体质人群来说，立秋意味着秋季花粉季的序幕已经拉开。日前，我市启动秋季致敏花粉播报。

进入8月，我市进入秋季过敏高发期，花粉过敏患者也多了起来。记者在采访中了解到，秋季花粉过敏原主要是公园、路旁、河边、荒地不起眼的蒿草、藜草（灰灰菜）、律草、豚草等杂草，它们的花粉个头小、数量多，易飘浮在空中，引发过敏反应，相比春季过敏更“难缠”。花粉过敏症的典型症状包括打喷嚏、流鼻涕、鼻痒、鼻塞、干咳、胸闷、眼睛发红、眼睑肿胀、眼睛痒、流泪、皮肤瘙痒或荨麻疹等。

据了解，影响花粉浓度的因素有很多，包括气候条件、植被类型、城市化进程、地区和季节差异等。目前，我市已启动秋季致敏花粉播报，市民可通过“大同市妇幼保健院”微信公众号和“大同市第

三人民医院融媒体中心”微信公众号查看平城区御河以东、御河以西和新荣区、云冈区每日花粉浓度信息，以便在花粉季里及时做好防护。

医生提醒，晴天刮风时花粉浓度较高，花粉过敏患者应尽量避免外出，特别是上午10时到下午5时花粉浓度较高的时段；花粉高峰季外出时建议佩戴防花粉口罩和封闭式眼镜，鼻腔可用花粉阻隔剂减少过敏原与鼻黏膜接触；避免到树木花草多的公园或者野外；从室外回到室内后尽可能清洗面部、眼睛、鼻腔等粘有花粉部位；不要在室外晾晒衣物，以防花粉黏附；有条件的，在花粉季可以暂时移居外地。

此外，明显降雨有助于花粉浓度下降，但需警惕暴雨极端天气，空气中的花粉颗粒由于雷雨天风爆裂变成更细小的微粒，通过鼻腔，进入小支气管，从而导致雷暴哮喘，通常没有哮喘的人可能会呼吸困难。

浑源县首座气膜体育健身中心投入运营

本报讯（记者 曹飞 通讯员 杨钦）8月9日，羽毛球爱好者陈翔和朋友一起来到浑源县气膜体育健身中心打球。气膜体育健身中心的投用，是浑源县完善公共体育服务体系，扎实推进全民健身事业的重要成果之一。

8月3日，浑源县首座气膜体育健身中

心正式投入运营，占地2100平方米，可满足群众多样化健身与文体活动需求。家住恒山府小区的刘女士说：“以前打球得骑车去大操场，有时人多还不一定能打，现在方便多了”。乒乓球爱好者老王说，浑源县的确需要这样的活动场所，政府给老百姓想到了，办成了，居民也有了健身活动场所了。

如何帮助抑郁症患者找回快乐

抑郁症给患者带来巨大的痛苦和困扰。然而，随着科学研究的不断深入，人们对于抑郁症的认识也在不断更新。在新的认知下，我们发现，快乐并非遥不可及，而是可以通过一些秘诀来实现。以下是一些战胜抑郁、找回快乐的秘诀。

建立积极的生活态度。从内心深处培养乐观的态度，学会积极思考，跳出消极循环的困扰。每天告诉自己一些积极的话语，如“我有能力克服困难”“我值得拥有快乐的生活”。通过积极的自我暗示，不断提升自信和自尊，从而摆脱抑郁的困扰。

建立良好的生活习惯。良好的生活习惯有助于调节身心状态，增强抵抗抑郁的能力。

保持规律作息和确保睡眠充足。睡眠不足会导致情绪低落和焦虑，而充足的睡眠有助于恢复体力和精神状态。

合理安排饮食，保证营养均衡。平时合理安排饮食，多食用一些富含Omega-3脂肪酸的食物，如鱼类、坚果等。

坚持适量运动。运动不仅可以释放身体中的压力，同时可以促使身体释放内源性的“快乐荷尔蒙”内啡肽，从而使人感到愉悦。

建立良好的人际关系。与亲人、朋友和同事保持良好的互动，多进行社交活动，有助于抑制抑郁情绪的发生。与他人分享自己的感受和困惑，寻求支持和理解，可以

云州区开展新业态群体应急技能科普活动

本报讯（记者 高燕）为进一步切实提升新业态就业群体自救互救能力，日前，云州区红十字会组织应急救护讲师，面向美团外卖骑手开展应急技能科普活动。

外卖骑手常年穿梭城市街巷，作业范围广、在岗时间长，是城市突发险情的首要发现者、现场第一施救力量，提升外卖骑手应急救护能力，是

补齐城市基层应急救援短板、打通院前急救“最后一公里”的关键举措。活动中，应急救护讲师详细介绍了先兆中暑、热射病的识别方法，并提醒骑手合理规划配送时段，少量多次补充水分，随身携带防暑物资；出现头晕、乏力等不适，立刻停止接单，到阴凉处休息，切勿硬撑。针对雨季骑行风险，重点强调雨天减速慢行，不

盲目涉水通行积水路段，远离围挡、大树等易倒伏设施；遇到极端天气预警，优先保障自身安全，灵活调整配送计划。在心肺复苏(CPR)实操教学中，利用人体模型进行了标准动作演示，从判断意识、呼救求助、胸外按压、开放气道到人工呼吸，每一个环节都手把手指导，确保学员们能够清晰地理解。

新荣公安快速寻回游客遗失手机获赞誉

本报讯（记者 苑捷 通讯员 牛甜丽）今夏，大同文旅持续升温，市公安局新荣分局立足职能，聚焦游客急难小事，用心用情做好便民服务。近期，古店镇派出所连续帮助两名外地游客寻回遗失手机，暖心服务收获群众真诚赞誉。

7月31日晚，济南游客李先生一家自驾来同，途经古店服务区时不慎遗失一部存有大量旅途影像的贵重手机。焦急万分的李先生

向警方求助。执勤民警第一时间安抚其情绪，并迅速调取监控，逐帧排查，确认手机被一辆过往车辆驾驶人拾捡，而此时车辆已驶至山东临沂。民警立即启动跨区域警务协作机制，对接临沂警方协助核查。在两地公安接力联动下，捡拾人员主动寄还手机。李先生连连称赞：“太靠谱了！玩着玩着，手机就回来了！”

8月5日下午，西安游客惠女士

在古店服务区休憩时，将手机遗落在卫生间。接警后，古店派出所民警快速响应，一边指导游客关手机定位，一边火速赶赴现场，仅用5分钟便抵达。民警迅速梳理情况，清空现场，通过视频连线协助游客确认，全程处置高效快捷。惠女士感动地说：“还没反应过来，手机就回来了，这效率绝了！虽然旅程有点小插曲，但新荣民警的负责和高效，让我特别感动。”

“冯冰热线”爱心接力寻回乘客失物

本报讯（记者 曹飞）日前，市民冀女士乘坐10路公交车时，不慎将装有手机、充电宝、200元现金及书本的背包遗落在车上，经大同公交“冯冰热线”寻找，遗失的物品完璧归赵。

7月25日，大同公交“冯冰

热线”工作人员接到市民冀女士的求助电话后，迅速响应，第一时间与公交四分公司10路车队长赵存生取得联系。经核实确认，冀女士遗失的背包已被当班10路公交车司机张富妥善保管。

原来，冀女士下车后，同车

乘客发现了遗落的背包，并主动交给当班驾驶员张富。得知失物完好无损，冀女士悬着的心终于放下，对热心乘客拾金不昧的行为、公交司机尽职尽责的态度以及“冯冰热线”快速高效的服务表示由衷感谢。

市人防越野一族救援队以实训锤炼救援本领

本报讯（记者 锦绣）为进一步提升志愿救援队伍实战救援能力，夯实应急处置基础，筑牢生命安全防护线，8月9日，市人防越野一族救援队开展创伤包扎专项复训，以常态化实训锤炼救援本领，全面提升队伍应急救援规范化、专业化水平。

此次复训结合野外救援真实案例，重点讲解伤口止血、绷带包扎、患处固定等核心急救技能，针

对包扎松紧把控、标准化操作等易错细节逐一示范拆解，分享一线实战处置经验，帮助队员精准补齐实操短板，熟练掌握规范、科学的创伤救护流程。当日的训练现场学习氛围浓厚，队员们认真听讲记录、录制教学视频，两两结对开展模拟实操，相互纠正手法、打磨细节，反复实训，力求每一项操作都贴合实战标准。大家纷纷表示，急救救护关乎生命安全，唯有日常勤

练苦练，才能在突发险情中快速响应、科学施救，高效开展救援工作。

据了解，该救援队始终坚持“以练促战、常备不懈”的原则，常态化开展应急技能复训演练，持续补齐救援能力短板，着力打造专业化、实战型志愿救援队伍。队伍长期扎根应急救援一线，多次参与各类险情处置，市民救助工作，以专业本领和志愿担当守护群众生命安全，全力护航辖区平安稳定。

大同市第六人民医院
精神心理
卫生知识宣传