

# 倡导让景于客 确保文明出行

## 市文旅局发布中秋国庆假期出行提示

本报讯（记者 崔莉英）中秋国庆黄金周将至，众多市民会选择外出游玩，也有各地游客来同度假。为引导市民文明出行、安全出游，近日，市文旅局发布中秋国庆假期出行提示，提醒市民假日出行要“文明伴我行，安全记心中”，同时倡导本地市民让景于客，选择非热点景区旅游。

今年我市旅游市场持续火爆，来同游客数量一直处在高位，中秋国庆假期，各地游客会选择来同体验古都秋季美景，云冈石窟、北岳恒山等各大景区景点人流量将再次迎来峰值。市文旅局倡议本地市民应理性错峰出行，让景于客，鼓励大家选择非热点景区闲暇游、周边乡村生态游等，把大同的热门景区留给外地游客。

此外，提醒市民参团出游时选择合法、诚信的旅行社报名，签订书面旅游合同。通过电话或微信报名的，也要签订电子旅游合同，明确约定行程、交通、住宿、餐饮等服务安排及另行付费和购物项目。对于以“买保险送旅游”“户外俱乐部”“健康养老讲座”“国家补贴旅游”等名义招揽组织旅游的要提高警惕，谨防掉入旅游陷阱。不参加未开发旅游线路（景区）探险旅游，不盲目追求风险刺激，谨慎参与高风险项目。在外出游不践踏绿地花丛，不刻划攀折树木，不随意投喂、伤害动物，不购买濒危野生动植物及其制品，树立文明意识，遵守公共秩序，爱惜公共设施，弘扬文明新风尚，争做文明旅游者。

## 品味诗词之美 传承中华文明

### 《2024中国诗词大会》 大同赛区选手选拔开始

本报讯（记者 田雁）喜欢古诗词的朋友注意了，《2024中国诗词大会》大同赛区选手选拔已开始，您要是中国古诗词方面的高手，就大胆一试吧。这是记者昨日从市教育局获悉的。

《中国诗词大会》大同赛区选拔范围为年满5周岁至70周岁的诗词爱好者，要求选手政治坚定可靠，具有较深的古典诗词（唐宋诗词）功底，语言表达能力出众，有一定的舞台表演经验。

本次活动分县（区）初赛和市级决赛两段进行，县（区）初赛9月20日前完成，市级决赛9月底进行。通过县（区）初赛选拔的选手参加市级决赛，各县（区）选送名额分配如下：市直、平城区、云冈区各10人；阳高县、天镇县、浑源县、广灵县、灵丘县各7人；新荣区、云州区、左云县各5人。共80人参加市级决赛，最终推荐选拔15名选手参加央视节目组面试。央视节目组面试将于10月在太原进行。

市教育局、市语委会明确，在选手报名、选拔等活动组织工作中，不得向选手收取任何费用，不得以任何名义进行商业活动和商业宣传。未经央视节目组同意，不得以任何方式使用“中国诗词大会”品牌，包括活动、出版物、宣传品等。



## 控盐宣传进公园

本报讯（记者 高燕）每年9月15日所在的第三周为“9·15”减盐周，今年的宣传主题是“人人行动，全民控盐”。昨日，我在大同公园开展宣传活动，向市民宣传“9·15”（就要5克）减盐理念，传播低盐饮食知识。

由于受生活习惯影响，我市市民的口味偏咸，成年人每天食盐摄入量超出10克，远高出世卫组织和健康中国行动“每天不超过5克”的推荐量。

市疾控中心提醒，钠的摄入对于人体健康很重要，但高盐饮食也是现代生活的“隐匿杀手”，可导致高血压、心脏病、肾脏病、卒中等多种疾病。健康成年人每天食盐不超过5克，也就是每人每天吃盐不超一啤酒瓶盖儿。同时，还要少吃榨菜、咸菜和酱制食品。家庭烹饪减少使用酱油、蚝油、豆瓣酱、味精、鸡精、沙拉酱、番茄酱等调味品，学会使用定量盐勺。

## 城市品质市民素质“双提升”

## 平城区全力推进全国文明城市创建

本报讯（记者 邱东芳）推行城市管理精细化，巩固提升园林绿化水平，持续动员市民一起行动，平城区作为全市创建全国文明城市的“主阵地”“主战场”，把创城工作作为维护市民群众切身利益、提升城市整体形象的中心任务抓在手上，坚持城市品质和市民素质“双提升”，全力推进全国文明城市创建。

### 精细管理躬耕细作 市容绿化大变样

平城区城管局围绕城市长效治理主线，深挖城市精细化治理，瞄准突出问题，聚焦整治难点，推动城市管理走深走实。连日来，平城区持续开展市容环境综

合整治提升行动，针对东信商圈及周边等重点区域，执法人员入户宣传指导、沿街商户自行有序拆除、环卫部门统一定点清运，原来街道上随意放置货品、设置广告招牌等占道经营、私搭乱建、环境脏乱差的顽疾得到彻底整治。道路畅通了，环境整洁了，群众满意了。

平城区园林绿化中心发扬精益求精的工匠精神，多措并举，全力做好绿植养护工作，持续巩固城市园林绿化景观效果，营造优美靓丽的城市环境，助力全国文明城市创建。结合植物生长季节特点，做好绿植修剪清理，增强园林景观的整齐度和观赏性，自8月以来，累计清理树木悬挂物约430处、清理枯枝烂叶和杂草510余车次、修树坑约1.3万个；抓好园林植物养护，对城市绿化带、公园广场绿地科学合理安排浇水时间、浇水量；强化巡查监督，对毁绿行为发现一起，查处一起，全力保护绿化成果及生态环境。

### 政企联动多措并举

### 文明素养大提升

平城区商务局聚焦大型商超、酒店等点位，精心组织、细化分工，加强政企互

动，坚持全面排查、全程督导，聚力重点难点问题，通过深入商超督查检查，落实落细各项举措，形成“第一时间督促提醒、限期整改、反馈结果”的工作闭环机制。同时，强化宣传，全面普及文明城市创建知识，努力提高企业及员工知晓率，营造出全民参与、齐抓共管的浓厚创城氛围。

平城区创城办持续发力推进问卷调查，推动居民群众知晓创城、支持创城、参与创城。清远街道、古城街道依托各社区新时代文明实践站，组织社区工作人员、网格员、志愿者开展创城问卷调查，号召大家从自身做起、从家庭做起，说文明话、办文明事、做文明人。御河街道以创建全国文明城市工作为抓手，开展以“做好垃圾分类，共创文明新风”为主题的垃圾分类宣传活动，引导居民学习掌握垃圾分类知识，养成垃圾分类投放的好习惯，推动居民人人做垃圾分类的绿色环保践行者。各个街道社区围绕创城工作，聚焦市民文明素养提升，开展多种形式的宣传、志愿服务实践活动，小区里居民遛狗不牵绳、垃圾随处扔等现象少了，居民的幸福指数越来越高了。



## 快递小哥大比武 切磋技艺展风采

### 全市邮政行业职业技能竞赛举行



本报讯（记者 贾晓龙）9月15日，市总工会、市邮政管理局联合举办2023年大同市邮政行业职业技能竞赛，为全市快递小哥搭建起比武打擂的竞技舞台。

本次竞赛共有来自德邦、极兔、申通、京东、中通等9个快递品牌企业的50余名选手参加，设快递员和快件处理员两个竞赛职业，分别进行理论知识测试和实操技能比拼，旨在全面考察选手快件处理、客户服务、行业新技术等方面的专业知识和能力水平。

经过激烈角逐，快递员和快件处理员两个工种分别决出一等奖1人、二等奖2人、三等奖3人，共12人获奖；4家品牌分获优秀组织奖。竞赛排名前三的选手将推荐参加山西省邮政行业第二届职业技能竞赛。

