

趁“热”收藏！ 三门峡夏日避暑胜地攻略来啦

眼下进入酷暑,除了宅家吹空调,我市还有哪些清凉好去处?近日,记者梳理了我市各类避暑场所,覆盖公园、室内场所、旅游景点等地,为大家整理出一份避暑攻略。

□本报记者 王晨 / 文图



在“城市绿洲”中,感受酷暑中的丝丝凉意

夏天,面对滚滚热浪,市区内各公园绿地的浓密树荫下、开阔水域旁,正成为市民争相奔赴的“天然空调房”,纳凉避暑人群显著增多。在陕州公园内,路两旁高大的树木形成了天然的“遮阳伞”,吸引了不少运动爱好者前来跑步,市民沿着林荫道漫步至黄河边,感受丝丝凉意。在黄河公铁两用大桥下,护坡绿树成荫,市民或在亲水步道旁戏水,或沿着黄河骑行,习习凉风吹来,这里成为市民法暑纳凉、享受浪漫的“网红

打卡地”。

位于黄河边的三门峡天鹅湖国家城市湿地公园,冬季是天鹅的乐园,夏日里也同样清凉宜人。公园免费开放,占地约 8800 亩,集水面、滩涂和陆地于一体,漫步在木栈道上,凉风拂面,水波粼粼,湿地与荷花相映成趣。

甘山国家森林公园森林覆盖率高 98%,动植物资源极为丰富,森林景观独具特色,夏日茫茫林海,流水潺潺,凭借着天然的优质空气与多样的植被景观,被誉

为“三门峡市民的后花园”。该公园集休闲度假、户外运动、科普教育等多种功能于一体,是绝佳的避暑旅游圣地。

深藏在大地之中的陕州地坑院,有着“天然空调,恒温住宅”的美誉。地坑院与黄土融为一体,独特的民居形式,造就了冬暖夏凉的居住体验,地坑院上方还有参天古树绿荫连绵,能让人从燥热不安骤降至平均温度 25℃ 的清凉舒适,是绝佳的夏日游玩好去处。

夏日逛“三大馆”,边纳凉边涨知识

炎炎夏日,择一处清凉,捧一本好书,成为市民消暑的不错选择。连日来,随着持续高温天气和暑假的到来,市区图书馆、城市书屋迎来爆棚人气。一踏入图书馆,凉气袭来瞬间驱散了外界的燥热,读者们有序地走向各个阅览区域。大家或戴上耳机,或翻开书本,在清凉的环境中专注阅读。

三门峡科技馆也成为市民们消暑纳凉、寓教于乐的“宝藏地”。该馆占地面积 2400 平方

米,共分为六大主题展厅,涵盖了 85 个展项,有科技之魅、生命奥秘、青少年职业体验城等教育实践。学生们可以深入了解科学原理,激发对科学的兴趣与热爱。“科技馆周一周二闭馆,其余时间都是对外免费开放的。这里非常适合带孩子去玩,既能学习一些科技知识,又能丰富孩子的业余生活,是亲子活动的理想选择。”该馆工作人员说。

避暑还能和谁做搭档呢,那

得提一提文化避暑的宝藏地——庙底沟博物馆。庙底沟博物馆是依托庙底沟遗址建立的专题博物馆,基本展陈以“重瓣花朵”理论为依据,以历史发展顺序为轴线,讲述庙底沟文化的发展历程、文化面貌及影响,从而揭示庙底沟在中华文明发展中的地位。在博物馆里,享受凉爽空调的同时,还能在知识的海洋中畅游,不妨来这里与历史对话,让心灵得到一次洗礼和滋养。

小小爱心驿站,成为户外工作者的清凉港湾

除市民游玩避暑好去处外,也有一处独属于户外劳动者对抗酷暑的清凉港湾。在我市的大街小巷,经常能看到挂着“户外劳动者爱心驿站”牌子的场所,虽然驿站空间不大,但这里的休息椅、空调、急救药品、充电器、雨伞等物品一应俱全。“以前天热想歇脚,

只能自己找店铺或是在街边阴凉地坐着。现在能在空调房里坐着聊天,再接杯水喝,舒服多了。”外卖小哥卫家轩笑着说,自己经常跑外卖,知道爱心驿站大多都设置在人流量大且附近快递、外卖、环卫工人等群体较多的地方,因此不用担心找不到避暑地。

此外,我市户外劳动者爱心驿站位置信息已在高德地图、百度地图上线,有需要的市民只要在地图上搜索“爱心驿站”即可查到定位,在各个驿站门口还设有“爱心驿站”标识牌,可轻松找到。

灵宝市第一人民医院: 职工子弟暑期托管班 正式开班

为有效解决职工子女暑假期间无人看护难题,日前,灵宝市第一人民医院 2025 年职工子女暑期托管班正式开班。

该院副院长康琼杰致欢迎辞,向各位老师和小朋友的到来表示热烈欢迎。她表示,医院党委、工会高度重视此次托管任务,从师资配备、课程设置,到安全管理等方面均进行了周密安排,确保孩子们在托管期间学有所获、玩得开心。希望孩子们一定要珍惜这难得的学习机会,在认真完成作业的同时,能够在集体学习、兴趣体验中增长知识,收获快乐,过一个有意义的暑假。

此次暑期托管班以书法、音乐、美术等兴趣培养为主,时间为 7 月 7 日—8 月 1 日,周一到周五全天,与职工上班时间同步。该院特邀知名书法家陈正及多位专业老师前来为孩子们做培训及辅导,每节课安排有行政部门及大学生志愿者做好后勤保障工作,让职工安心上班。

据悉,该院已连续三年开展暑期托管服务,形成了一套成熟的工作机制,努力打造让职工放心、孩子开心的暑期成长平台,更成为增强职工凝聚力的有效载体。该院工会将以此次开班为契机,进一步完善服务体系,创新服务模式,切实提升职工的幸福感和归属感,为医院高质量发展提供坚实保障。

张丽丽 郭海燕

卢氏县纪委监委: 多举措筑牢 医保基金安全防线

今年以来,卢氏县纪委监委将医保基金管理突出问题专项整治作为重要民生工程,通过压实责任、强化执法、科技赋能等多项举措,严肃查处医保基金管理乱象背后的作风和腐败问题,全力维护医保基金安全运行,切实守护好群众的“看病钱”“救命钱”。

该县纪委监委督促县医保局印发《医保基金管理突出问题专项整治工作方案》,紧盯“两定机构”欺诈骗保、职业骗保人和参保人员欺诈骗保、医保部门及经办机构责任问题三方面,将责任精准压实到医保基金全链条各部门。同时,紧盯任务落实情况,督促 60 家定点药店和 25 家定点医院对照问题清单逐一核查。截至目前,已有 23 家定点医疗机构通过自查自纠,主动退回涉及重复收费、超限制用药等违规使用的医保基金 18.53 万元。

执法监督是守护基金安全的关键一环。为此,该县纪委监委狠抓案件查办,形成强有力的震慑态势。该县纪委监委督促医保局对定点医疗机构开展常态化现场检查,不断规范定点医药机构服务行为。

为了让医保基金监管更加高效,该县纪委监委督促县医保部门积极推进智能监管子系统应用和智能场景监控、药品耗材追溯码全链条采集、医保电子凭证全场景应用,实时值守医保平台智能监控模块,对疑似违规问题进行快速处理。

“下一步,卢氏县纪委监委将持续保持高压态势,健全长效监管机制,不断提升医保基金监管的精细化、智能化水平,切实维护医保基金安全,让惠民政策真正惠及广大群众。”该县纪委监委相关负责人表示。 李建峰 李梦思