

凡人善举

列车上乘客突发疾病  
三门峡医学生紧急救援

本报讯 近日,三门峡职业技术学院医学院检验专业2023级学生杨乐乐被学院授予“急救先锋”称号,成为众多医学生和医护人员的榜样。  
4月15日晚,K507次列车上发生了一起紧急事件。一名乘客在列车上突发疾病,情况危急。列车广播紧急寻找医护人员。关键时刻,杨乐乐挺身而出。

来自河南省周口市市的杨乐乐,是三门峡职业技术学院医学院检验专业2023级一名大三学生。当晚9时许,他在从三门峡开往西安的列车上听到广播后,没有丝毫犹豫,迅速从16号车厢赶往2号车厢。

到达现场后,他看到一名老人瘫坐在座位上,意识模糊,瞳孔散大。杨乐乐细心询问老人的病情,得知其服用头痛药和安眠药,随后突然晕倒。凭借所学知识,他判断这种情况可能是因药物反应所致,如不及时施救,老人有生命危险。好在老人服药不久,部分药物

公厕焕新颜 游园更舒心

本报讯(记者王梦)“这个卫生间改造后,比以前更亮堂,更方便了。”5月27日早上,在三门峡市黄河公园内,市民杨女士对改造后的公共卫生间连连称赞。

作为三门峡天鹅湖国家级旅游度假区重要的民生窗口,黄河公园卫生间设施直接关系到游客与市民的体验感。从5月下旬起,三门峡黄河天鹅湖湿地保护中心聚焦卫生间改造“小切口”,紧扣“实用、舒适、安全”三大核心,让群众从“方便小事”中感受民生温度。

走进园区数个已经改造好的公共卫生间内,亮堂清爽的环境让人眼前一亮。“由于使用频率较高、年限较久,园区卫生间存在设施老化、照明昏暗等情况,我们组织专业维修人员进行改造翻新,并同步加强外围安全设施。”该中心相关负责人介绍,此次改造涉及9间公共卫生间,已更换62盏节能灯具,更新71扇防蚊纱窗、23套节水龙头,并维修改造17套马桶,系统提升设施实用性和耐用性。在提升硬件的同时,该中心织密安全防护网,在卫生间周边加装3套监控设备守护人员财产安全,更新200米老化电路消除用电隐患,让市民游客游园更安心、更便利。

“目前,我们正组织人员加紧更换卫生间隔板,改造施工进度已达70%。”该中心相关负责人表示,卫生间改造升级后,将加大巡查维护力度,持续推进设施功能优化,确保卫生间等便民设施始终保持良好状态,为度假区品质提升筑牢基础。

志愿服务在行动

反诈宣传进社区  
筑牢居民“防骗墙”

本报讯(记者梁如意)为进一步增强全民反诈意识,筑牢防范电信网络诈骗的坚固防线,5月27日,湖滨区车站街道峡东社区在辖区开展反诈科普宣传活动。

该社区通过“线上+线下”相结合的方式广泛宣传防范电信网络诈骗知识,“线上”利用微信朋友圈、微信群等分享最新的电诈手段、防范措施、典型案例,全方位、全覆盖宣传,警示群众切勿上当受骗。“线下”社区志愿者与网格员化身“安全宣传员”,通过发放手册、案例

灵宝市西阎乡:

织密防溺水“三张网”  
筑牢安全屏障

本报讯 随着气温持续攀升,防溺水工作进入关键期。5月26日,灵宝市西阎乡坚持“预防为主、联防联控、源头治理”原则,通过构建“排查网、巡查网、宣传网”三大体系,全力守护群众生命安全。截至目前,全乡累计修复防护网23处,新增警示设施19处,开展专项巡查120余次,实现溺水事故零发生。

织密“排查网”,打好隐患整治“主动仗”。“今年水上来后,把去年的版面给冲跑了,还得新装警示版面!”5月初,该乡肖家湾村防溺水巡查员肖水润在排查时发现问题后,当天就上报完成了整改。西阎乡组织各村对辖区水域开展“拉网式”排查,重点整治黄河、沙河沿岸等9处高风险水域;悬挂警示横幅10条;

配备救生圈、长绳等应急设备30套。“现在河边到处都能看到警示牌、宣传横幅。”肖家湾村村民张大爷指着新安装的警示牌说道。  
筑牢“巡查网”,拧紧安全监管“责任链”。该乡采取“四定”工作法——定人、定岗、定时、定责,聘请了6名专职防溺水巡查员分别在全乡重点水域实行巡查,建立“巡查日志+即时通报”双机制。  
拓展“宣传网”,唱响安全教育“最强音”。该乡创新“三维”宣传模式,累计发放《致家长的一封信》,签订防溺水承诺书2956份,开展“防溺水主题班会”32场。利用“大喇叭”在各村播放防溺水警示音频,在集市、校园周边设置流动宣传点6个。(陈芳媛 伍勤鹏)

陕州区志愿者服务团队为赛事助力添彩

本报讯(记者王建栋)“骑”遇别样陕州,青春志愿相随。5月25日,2025“陕州地坑院杯”自行车邀请赛在陕州地坑院景区鸣枪开赛。共青团陕州区委联合区中专团委、区水利局团总支及社会爱心人士组成50名青年志愿者服务团队,为赛事提供全程支持与后勤保障。

比赛当天细雨绵绵,地坑院古朴壮丽的窑洞群与赛道相映成趣。清晨7时,青年志愿者身着统一服装抵达服务点位,尽管天气不佳,但他们丝毫没有懈怠,在主舞台前,志愿者化身礼仪引导员,以优雅的姿态和大方的笑容迎接选手嘉宾,展现陕州青春风范。在

补给站,他们快速而准确地为经过的选手递上饮用水和能量食品,给予选手们及时的能量补充。在赛道旁,志愿者们不顾雨水打湿衣服,始终保持高昂的热情,为选手们大声加油助威。在完赛检录处,志愿者们耐心细致地引导选手完成各项流程,确保奖牌补给领取有序进行。

整个比赛过程中,青年志愿者们用自己的实际行动,展现了陕州青年的良好风貌,为这场骑行盛会增添了一抹亮丽的色彩。大学生志愿者赵锦昱表示:“既能服务家乡赛事,又能锻炼自己,这份经历意义非凡。”



陕州区青年志愿者在赛道旁为选手提供补给服务。

市消协发布端午节消费提示

本报讯(记者葛洋)端午节将至,粽子等特色商品开始上市,旅游、探亲、购物将迎来小高峰。近日,三门峡市消费者协会提醒广大消费者科学消费,购买粽子要注意包装和储存,外出旅游要警惕低价团,保护好自己的人身安全,外出就餐注意用餐安全、菜品选择和合理点餐,保留消费凭证,遇到问题及时投诉维权。

购买渠道要正规。消费者在选购粽子时应从正规渠道购买。选择储藏条件较好,符合卫生要求的正规商场、超市和

市场购买。通过电商平台购买的新鲜粽子属于鲜活易腐类商品,不适用网络购物七天无理由退货制度,请消费者谨慎购买,购买前可主动要求商家提供真实有效的标签标识信息。

查看包装要仔细。购买预包装粽子和咸蛋等产品时,要注意观察粽子外包装是否有印刷清晰的厂名、厂址、生产日期和保质期等。注意查看包装是否有破损、漏气或胀袋等现象,食用前查看有无色变或霉点异味等异样。

外出旅游要谨慎。外出旅游应提前做好旅游攻略,综合考虑旅行社的信誉、服务和管理水平,选择有资质的旅行社

报名参团,签订正规旅行合同,仔细阅读合同内容。合同应对旅游的费用、行程安排、住宿、合同变更等事项进行约定,特别是自费项目和自费项目,切勿盲目追求低价的旅游产品。消费者应提前了解当地特产和物价水平,不盲目选购贵重商品,做到谨慎购买、理性消费。乘坐和使用大型游乐设施等要按照安全警示或乘客须知的要求使用,服从工作人员管理。

适度点餐不浪费。外出就餐时,应选择“明厨亮灶”、证照齐全、信誉度高的食品经营单位,了解所点菜品的价格,确认收费标准、计价单位等项目后再消费,自觉践行“光盘行动”。

购物凭证要留存。消费者在消费过程中,应保留好消费凭证。无论是线上或线下消费,应及时向商家索取购物发票,保留线上订单记录、与商家的聊天记录、商家宣传资料等凭证。一旦发生消费纠纷,可与商家或交易平台协商解决。协商不成的,可通过微信小程序“全国消协智慧315平台”或拨打12345、12315等热线投诉举报,依法维护自身权益。

市图书馆:

公益宣传活动为青少年心理健康护航

本报讯(记者张蕾)近日,由三门峡市图书馆主办、市妇幼保健院、市中心医院医疗发展部、三门峡职业技术学院工会委员会联合协办的“用心护航——建立心理健康防护墙”公益宣传活动,在市图书馆一楼西厅举行。现场座无虚席,80余位我市教育工作者以及关心孩子心理健康的家长齐聚一堂,共同开启这场关乎青少年心灵成长的知识之旅。

本次活动由三门峡市妇幼保健院

副院长、国家二级心理咨询师董玉红担任主讲嘉宾。董玉红深耕儿童青少年心理健康领域多年,拥有扎实的专业理论功底和丰富的临床实践经验。活动伊始,她便以亲切随和的话语迅速拉近与听众的距离,现场氛围轻松而专注。

活动中,董玉红运用前沿心理学理论,结合大量生动具体的典型案例,围绕青少年心理健康问题展开系统深入的讲解。她从当下社会环境、家庭教育方式、学校学习压力等多维度,深入剖析青少

年心理健康问题产生的根源,并提出一系列精准有效的干预策略,涵盖情绪疏导、认知调整等多个方面。同时,她着重就家庭心理防护体系构建、亲子沟通技巧提升等重点内容,进行了深入浅出的阐释。她强调,家长要学会倾听孩子的心声,用平等、尊重的态度与孩子交流,建立良好的亲子信任关系。

在互动环节,不少家长和教育工作者纷纷举手提问,分享自己在实际生活和教学中遇到的青少年心理困惑。董玉

红耐心细致地逐一解答,给出专业且实用的建议。一位家长感慨:“听了这场宣讲,才意识到自己在和孩子沟通中存在很多问题,以后一定要改变。”

此次公益宣传活动的成功举办,为我市青少年家庭和社会各界搭建了一个高质量的心理健康知识学习交流的平台。它不仅让在场听众对青少年心理健康问题有了更深入的认识,更为家庭和社会在守护青少年心理健康方面提供了科学、可行的实践指导。

送上暖心“礼包”  
致敬城市“摆渡人”

本报讯(记者刘彦君)近日,三门峡市总工会、市交通运输局携手市公共交通公司、河南三隆乳业食品有限公司、湖滨区湖滨街道第一社区卫生服务站,在高铁三门峡南站公交停车场开展系列暖心活动,为城市交通守护者送上关怀与温暖。

此次活动凝聚多方爱心力量。市总工会捐赠了50箱绿茶,为驾驶员们在炎炎夏日送去清凉。河南三隆乳业食品有限公司赞助了30件矿泉水,保障他们的日常饮水需求。湖滨街道第一社区卫生服务站的医护人员也来到现场,设立健康义诊点,为公交驾驶员提供血压、血糖检

测服务。针对驾驶员长期久坐、作息不规律等职业健康痛点,医护人员围绕职业病防治、日常保健等问题进行细致解答,并提供个性化健康指导方案,助力职工科学养护身心。

活动现场暖流涌动,驾驶员们深受触动。一位有着多年驾龄的驾驶员感慨地说:“平时工作忙,很少有时间关注自己的健康,这次活动让我们感受到了社会的关爱和尊重。”大家纷纷表示,将以“服务至上”的初心、昂扬饱满的热情和专业精湛的驾驶技能,守护每一趟安全出行,让公交车成为流动的文明风景线,持续擦亮城市交通服务品牌。

漫谈文明

露营作为一种亲近自然的休闲方式,近年来,迅速走红,成为大家拥抱自然的新选择。可随着露营热潮的兴起,一些不文明行为也渐渐显现,给美丽的自然环境带来了不必要的伤害。如何在享受自然之美的同时做到文明露营,是每个热爱自然的人都必须思考的问题。

文明露营的首要前提,就是要对自然怀有敬畏之心,尊重自然规律,不破坏生态环境。这就要求我们在选择露营地时,避开湿地、珍稀动植物栖息地等生态敏感区域,选择指定的露营区或已获得许可的区域开展活动。在露营地中,真正做到“无痕露营”。另外,使用可降解或环保材料的餐具和用品,也是减少环境负担的有效办法。露营最好避免野外用火,若需用火必须严格遵守当地的法律法规和安全规定,确保火源得到完全控制,防止引发森林火灾。要

守住文明露营底线

吴若雨

选择开阔地带,远离易燃物和树木,准备好灭火工具,时刻留意火势,做到人走火灭。  
文明露营,是一种态度,更是一种责任。它要求我们在享受大自然恩赐的同时,也要承担起保护环境的重任。我们要用实际行动践行文明露营的理念,守住“无痕”的底线,才能让自然始终以最美好的姿态迎接每一位访客。

不仅影响美观,还可能对野生动物造成伤害,破坏生态平衡。所以,每次露营结束后,我们都应仔细清理现场,把所有垃圾带回,分类投放到垃圾桶中,真正做到“无痕露营”。另外,使用可降解或环保材料的餐具和用品,也是减少环境负担的有效办法。露营最好避免野外用火,若需用火必须严格遵守当地的法律法规和安全规定,确保火源得到完全控制,防止引发森林火灾。要

选择开阔地带,远离易燃物和树木,准备好灭火工具,时刻留意火势,做到人走火灭。

文明露营,是一种态度,更是一种责任。它要求我们在享受大自然恩赐的同时,也要承担起保护环境的重任。我们要用实际行动践行文明露营的理念,守住“无痕”的底线,才能让自然始终以最美好的姿态迎接每一位访客。



携手同心 爱路护路

近日,为深化“路政宣传月”影响力,强化爱路护路意识,三门峡市交通运输局综合行政执法支队八大队联合交警、高速路产等部门,走进卢氏县官道口初级中学,开展“携手爱路护路 共赴美好前路”主题活动。活动将“两客一危”监管等专业路政知识转化为生动易懂的“安全课”,为师生送上特别的“六一”安全大礼包。

本报记者 张明 摄