

身边的感动

习武学子勇救落水女子 水中托举诠释“侠之大者”

本报记者 程倩

“救人是一瞬间的事，生活还要继续努力奋斗。”3月28日，孟施成送救女子返乡后，又投入备战全国武术比赛的训练中。而他跳入湖中勇救落水女子的视频，连日来持续在网络刷屏，年轻学子的英勇善举，感动众多网友。

3月26日，三门峡市魏国公园湖畔发生惊险一幕，一女子落水，危急关头，三门峡职业技术学院体育学院大三学生孟施成毫不犹豫纵身跃入湖中，同学和围观群众在岸边协同救援，将落水女子救上岸，谱写了一曲青春正气歌。事发当天下午，孟施成与同学张云

同在公园跑步训练，休息时突然听见“扑通”一声，大家纷纷看向声音传来的方向。发现有人落水，孟施成来不及多想，迅速脱掉上衣准备下水施救。“快打‘120’和‘110’！我下去救她！”孟施成话音未落，便纵身跃入水中。不会游泳的张云立刻掏出手机报警。“我看着他跳下去，又担心落水者又担心他，心里急得不行。”张云说。

虽时值春日，但湖水依旧十分冰凉。孟施成凭着习武练就的过硬体能，快速游到女子身边，稳稳将她向岸边托去，张云则伸手接应，在众人合力下，落水女子被成功托举上岸。

此时女子意识模糊，呛水严重，孟施成顾不上自身寒冷守在一旁，直至“120”急救车抵达。孟施成随后又赶往医院探望，得知被救女子家中遇到困难，他轻声开导情绪低落的女子：“天总会晴，雨总会停，没有过不去的坎”，他还自掏腰包购买干净衣物，帮忙安排住宿，并送其返乡。

“这大学生太勇敢了！这才是当代青年该有的模样。”随着救人视频在网络上传播，很多网友认出了孟施成是三门峡职业技术学院的学生，纷纷称赞他的善举。面对赞誉，孟施成显得很腼腆，他说：“我是习武之人，也是大学生，遇事不能袖手旁观。”

据了解，孟施成在校期间积极进取，曾在2024年世界职业院校技能大赛总决赛夺赛中夺得铜奖，曾参加2025年第三届嵩山武术大会获得男子C组少林棍一等奖。生活中，他经历了母亲患癌去世、父亲又患重病的困境，在学校与社会各界的帮助下，他逐渐渡过难关。如今，父亲病情逐渐稳定，他正全力备战全国武术比赛。

孟施成曾经被无数陌生人温暖过，如今又把这份善意传递给了更需要帮助的人，展现了新时代青年的责任与担当。

韩国东豆川青少年交流团访问我市活动圆满结束

本报讯(记者吴若雨)3月24日至27日，韩国青少年培育会东豆川地区前会长刘定率青少年友好交流团一行37人抵达三门峡市，与我市青少年开展了为期四天的友好交流活动。

3月25日上午，代表团前往陕州地坑院参观。作为中国民间建筑的瑰宝，“地下四合院”的巧思与智慧令韩国青少年赞叹不已。他们认真聆听讲解，细致观察窑洞构造，不时驻足交流，对中国传统建筑文化表现出浓厚兴趣。中午，代表团品尝了陕州区特色“十碗席”，浓郁的中原风味让孩子们赞不绝口，不少人主动询问菜品做法，沉浸式感受中国饮食文化的独特魅力。

3月26日，代表团先后参观了三门峡大坝和三门峡中流砥柱博物馆。站在大坝之上，奔腾的河水让韩国青少年直观感受到“母亲河”的磅礴气势；在中流砥柱博物

馆，通过文物、图片与多媒体展示，他们深入了解黄河文化的起源与发展，深刻领会“中流砥柱”蕴含的民族精神，对三门峡的历史文化形成了更为立体、深刻的认知。当日下午，中韩青少年联谊会在三门峡综合实践中心举行。活动现场，双方青少年轮番登台，带来歌舞、乐器演奏、传统技艺展示等精彩节目，欢快的节奏与真挚的表演赢得阵阵掌声。在游戏互动环节中，孩子们默契配合、协作共赢，在欢声笑语中拉近了彼此距离，现场洋溢着青春活力与友好氛围。交流期间，代表团还先后走进市一高、市外中，与我市青少年开展面对面交流。

此次活动以文化为纽带，通过结对寄宿、文化参访、校园互动、联谊联欢等多元形式，让两国青少年在朝夕相处中深化认知、缔结友谊，为两市青少年交流注入了鲜活的力量。

万余种特色商品汇聚 一站式“购全球”盛宴开启

本报讯(记者葛洋)3月27日至4月6日，2026中国三门峡进出口商品博览会在三门峡国际会展中心举行。本届博览会汇聚了来自东南亚、日韩、欧洲、中东等国家和地区的进口商品，以及国内云南、新疆等地的特色产品，万余种商品集中亮相，为市民和游客奉上一场“购全球”的消费盛宴。

走进会展中心，进口商品展区人气火爆。东南亚的芒果干、越南猫屎咖啡、俄罗斯纯可可脂黑巧、法国波尔多红酒、中东纯天然蜂蜜等特色商品琳琅满目。据现场工作人员介绍，展会期间不少进口商品价格较专柜低30%以上，且提供试吃试用服务，让消费者买得放心、用得安心。

国内特色展区同样精彩纷呈。“七彩云南”展位前，古树普洱茶、野生菌菇干货、民族手工艺品吸引众多市民驻足品鉴；大连海鲜展区，真空即食海参、冻干虾仁等水产加工品方便又美味；新疆特

产区的和田大枣、纸皮核桃、纯驼奶等健康食品成为家庭囤货的热门选择。

三门峡本土特色产品更是“C位”亮相。仰韶酒彩陶坊系列推出礼盒特价活动，灵宝苹果及苹果脆片、卢氏核桃油、连翘茶等地理标志产品备受追捧。陕州非遗手作展区，泥塑、剪纸、捶草印花布艺等小巧精美的伴手礼，展现了浓郁的地方文化特色。

博览会相关负责人介绍，为方便市民采购，现场规划了优选逛展路线，同时提醒广大消费者，采购地标产品时请认准地理标志防伪标签，现场先试吃试用再下单，并保留好购物小票，以便享受售后服务。针对礼盒装商品，可多询问是否包邮或有赠品，展会期间常有额外福利。

本届博览会将持续至4月6日，广大市民和游客可前往三门峡国际会展中心，尽享“一站式”全球好物的购物乐趣。

媒好第39届公益交友联谊会：500余人赴约 21对嘉宾牵手

本报讯(记者李欣)春风暖晴，花开结良缘。3月28日下午，三门峡魏国公园广场火爆，三门峡日报媒好第39届公益交友联谊会在此圆满举行。500余名单身青年共赴一场浪漫春日之约，最终21对嘉宾现场成功牵手。

作为连续举办39届的品牌公益活动，媒好交友联谊会致力于为豫晋陕黄河金三角地区单身人士搭建真诚、靠谱的交友平台。本届活动吸引了来自三门峡市各县(市、区)以及山西平陆等地的500余名青年踊跃参与。

活动现场，嘉宾们通过自我介绍、趣味互动等环节打破隔阂，坦诚交流。为提升交友成功率，媒好

工作人员全程提供贴心服务，并专门设置私密交流区，为互有好感的嘉宾创造一对一深度沟通的机会。在轻松浪漫的氛围中，不少青年卸下拘谨，交换联系方式，互诉心意。

“这里没有商业套路，只有真诚的相遇。”一位嘉宾表示，活动氛围很好，让人感觉很踏实。多年来，媒好交友俱乐部凭借规范的组织、贴心的服务和良好的口碑，已成为本地单身青年信赖的“红娘”。

主办方表示，今后将继续常态化举办公益交友活动，不断优化活动形式，提升服务质量，助力更多单身青年邂逅良缘、收获幸福。



赛场挥洒汗水

3月27日，2026中国田径大众达标校园系列赛暨三门峡市第三实验小学春季田径运动会举行。跳高、跑步等达标项目比拼激烈，软式标枪、跳绳等趣味项目欢乐不断。活动融合专业赛事与校园体育，践行全民健身理念，锤炼学生体魄与意志。 本报记者 张明 摄



甘棠公园春意浓

3月26日，在陕州区甘棠公园，红月季竞相绽放，春意盎然，吸引市民在此晨练，乐享美好春光。 本报记者 王建栋 摄



春染天鹅湖

3月28日，三门峡天鹅湖国家城市湿地公园内春意盎然。迎着晨曦，于青松翠柏之间，天鹅湖畔垂柳依依，碧水澄澈，水鸟轻掠湖面，尽显生态之美，成为广大市民踏青赏春的绝佳去处。 本报记者 胡晓萍 摄

免费体检送关怀

本报讯(记者王梦)“我年纪大了，在家门口就能做这么全面的体检，非常方便。”3月27日上午，刚在湖滨区湖滨街道社区卫生服务中心完成体检的杨先生感慨道。

杨先生66岁，他刚刚参加的是该中心为辖区65岁及以上老年人提供的免费健康体检服务。此次体检项目涵盖血常规、肝功能、肾功能、血糖、糖化血红蛋白、血脂、心电图、腹部B超检查和胸部

部正位片等多项内容，基本覆盖了老年人常见疾病的筛查需求。

针对中老年群体、慢性病患者等不同人群，该中心还提供个性化的健康服务。医护人员为每位居民建立完善的健康档案，对检查中发现的问题及时给出科学的诊疗建议，并结合个人情况提供饮食指导与生活方式干预方案，切实帮助居民做到早发现、早预防、早治疗。

“我们积极执行国家基本公共卫生服务政策，已正式开启春季老年人健康体检服务，为辖区65岁及以上老年人进行免费健康体检。”湖滨街道社区卫生服务中心工作人员介绍，今年3月以来，该中心已为640余位老年人提供健康体检服务。同时，该中心工作人员提醒，春季是健康管理的好时节，欢迎辖区居民合理安排时间前来体检，及时掌握自身健康状况。

联合共治破顽疾 精管善治优环境

本报讯(记者吴若雨)3月23日，灵宝市城市管理局、市公安局、市交通运输局三部门联合，启动为期两个月的城市市容和交通秩序集中整治行动，以铁腕整治、协同共治，向城市乱象“亮剑”，筑牢城市有序运行底线。

此次行动紧盯群众“急难愁盼”，聚焦市容乱象、交通顽疾、运输市场不规范等突出问题，划定12个重点路口、17条重点路段，实行定点值守与动态巡查互补。联合整治组90余人围绕交通秩序、市容环境、运输市场三大领域，细化15项整治任务，靶向攻坚、精准发力。

针对医院、商场等人流密集区域，推行“物防+人防”双轨管控，增设隔离护栏，强化人员值守，疏堵

结合化解拥堵隐患。行动按新区、老区、北区划区作战，构建“公安+城管+交通”三位一体联动模式，打破部门壁垒，凝聚治理合力。

据介绍，三部门今后将持续加压推进、巩固成效，健全长效管控机制，引导市民共守公约、共治共享，全力打造秩序井然、安全宜居、文明舒心的城市环境。

区街

健康科普进校园 织密结核防护网

本报讯(记者张茜)3月24日是世界防治结核病日。为进一步普及结核病防治知识，筑牢校园健康防护屏障，营造全民参与终结结核的良好氛围，当天，湖滨区疾控中心联合湖滨区涧河街道铂景湾社区卫生服务站、市实验小学，在市实验小学内开展主题为“全面行动 全力投入 全民参与 终结结核”的结核病防治科普宣传活动。

活动现场，来自湖滨区疾控中心、铂景湾社区卫生服务站的医护人员，结合校园人群聚集的特点，用通俗易懂的语言、生动有趣的案例，为在校师生详细讲解了结核病的危害、传播途径、常见症状、预防措施以及国家结核病免费诊疗政策等核心知识。医护人员重点向同学们普及了日常咳嗽礼仪、勤洗手、多通风、加强体育锻炼，增强自身免疫力等实用防控方法，提醒大家若出现咳嗽、咳痰两周以上等疑似症状，要及时告知家长并就医检查，做到早发现、早诊断、早治疗。

为加深师生们的理解与记忆，活动还设置了互动问答环节，同学们积极踊跃参与，现场气氛热烈。同时，工作人员还向师生们发放了结核病防治宣传手册、彩页等资料，让健康知识能够带回家，传递给家人，带动家庭共同关注结核病防控，推动形成“全民参与”的良好格局。

此次联合科普活动，将健康知识精准送进校园，有效提升了全校师生的结核病防治意识和自我防护能力，进一步夯实了校园传染病防控工作基础。

科普大篷车进社区 科技魅力“零距离”

本报讯(记者吴若雨)为进一步普及科学知识，让科普服务走进基层、贴近群众，丰富社区居民的精神文化生活，3月27日下午，湖滨区涧河街道魏东社区联合三门峡市科协、湖滨区科协、中原世纪苑幼儿园在小区文化广场，精心开展“科普大篷车进社区 科技魅力‘零距离’”主题活动。

活动现场热闹非凡，各类科普体验项目有序铺开，大家沉浸式感受科技的独特魅力。智能机器狗灵活做出行走、转身、互动等一系列动作，憨态可掬又科技感十足，引得围观居民连连拍手叫好。

同时，现场设置的科学仪器体验区，为居民特别是小朋友们提供了亲手探索科学奥秘的机会，各类科普仪器涵盖声、光、电等多领域科学知识，大家动手操作、仔细观察，在实践中解锁科学原理，轻松学习科普知识。

此次活动，打破了传统科普的空间限制，把优质科普资源送到居民身边，让大家在家门口就能体验前沿科技、学习科学知识，有效激发居民探索科学的兴趣与热情。据悉，魏东社区今后将持续联合相关单位，开展更多形式多样、内容丰富的惠民活动，切实把便民、利民、乐民服务落到实处。



节水护水 你我同行

近日，在三门峡市区湖滨广场，志愿者们向市民发放宣传资料，讲解国家水网建设知识，普及节水护水理念。 尚栋 摄