

并州人气街巷之三

晋阳湖畔“梦幻曲”



晋阳湖大型水上实景演艺《如梦晋阳》 王韵菲 摄

晋阳湖畔看演出

巨型喷泉矩阵形成一圈如梦幻迷离的水雾，五彩缤纷的灯火让人目眩神迷，灵动逼真的投影让人身临其境，唯美古典的舞蹈让人沉醉遐思……水上实景演艺项目《如梦晋阳》如此迷人，迎来又送走了一批又一批游客。

“感觉非常震撼、壮美！”带着一家人刚刚观看完《如梦晋阳》，市民王璐余兴未尽。演出票价将近200元，一家人花费了近千元，大家觉得不虚此行。

晋阳湖畔的夜色之美远不止《如梦晋阳》，晚风习习，闻香听浪，泛舟湖面，最难将息。远处一池璀璨，荷花灯饰渐渐清晰，秀而不媚，清而不寒，争相涌入手机镜头。抬头环顾，四面建筑错落有致，灯带勾勒出起伏的曲线，与波光粼粼的晋阳湖融为一体。建筑墙体成了3D大屏灯光秀，灯光演绎的湖水汹涌着，声光电带来了别样体验，美到不可方物，让人感慨今夕何夕。

玩乐打卡晋阳里

炫彩帐篷节，裸眼3D视觉盛宴，非洲鼓街头表演，音乐角爵士乐……晋阳湖公园东南角，就是晋阳里。作为全省首家滨水商业街区，这里汇集了观光旅游、餐饮购物、休闲娱乐、文创体验、儿童运动等多种业态，成为晋阳湖片区拓展多元消费的重要载体，繁荣夜经济和假日经济的重要地标。晋阳里凭借时尚潮流的风格，成为太原游客的新晋“打卡地”。

璀璨灯光中，一顶顶形态各异的帐篷竞相绽放，开在夜色中，开在光影里。孩子嬉闹，大人聊天，怡然自乐。“孩子一直想来，就约了几个朋友带着家人一起来。露天电影、篝火音乐配上自由烧烤，好久没这么放松了。”市民张辉兴致勃勃。

各类店铺拾腿就到，休闲项目不遑多让，丰富了这里夜间消费的内容。在巧虎欢乐岛，各色卡通形象载歌载舞，与小朋友们欢乐互动。乐奇可儿童乐园的淘气堡、

夏的脚步翩然而至，太原夜消费渐入佳境。在晋阳湖畔，人们在绮丽夜景中享用美食、惬意游玩，你站在湖边看风景，看风景的人在街上看你。明月装饰了你的背景，你装饰了夜市的梦想。

海洋球，比趣儿童成长中心的儿童职业模拟体验、各种电玩项目应有尽有，孩子们乐此不疲。家长正好歇一歇、逛逛街，特色店铺专等你来，文创艺术品、高科技产品，挑挑看看。逛累了，来晋阳书院，点一杯咖啡，坐下来读几本书，闹中取静，是另外一种舒适。

佳肴美食随心享

晚上7时许，商家早早支起路边摊，等待食客光临。贾记灌肠摊位上，整齐码放着早已拌好调料的面皮、灌肠、担担面，锅里的炒凉粉香气四溢；杨国福麻辣烫摊位边，一碗16.8元，买两碗赠一包牛油火锅底料，小优惠吸引着顾客驻足；董顺桃湖南风味小吃摊边，臭豆腐、炸香肠、土豆仔散发着别一种香味；杨小涛跷脚牛肉面摊边，细长的面条在锅中翻滚着；不远处，羊肉串、鸡翅串、豆腐皮烤得滋滋冒油；旁边的肯德基移动售卖车里，不时递出一个个甜筒冰激凌，给味蕾带去冰爽甜蜜；还有香甜的奶茶、丝滑的提拉米苏蛋糕、清爽的椰汁、蓬松的棉花糖、精美的糖画……随手买来，边走边吃欣赏着一湖美景，惬意悠闲金不换。

不乏更高端的饮食体验，风格各异的餐厅大门敞开：充满法国风情的法玺荟、艺术范的Jolly音乐西餐吧、服务周到的海底捞火锅店、本地特色的老晋阳太原菜，还有半天妖青花椒烤鱼店、米斯特披萨店、精典泰迪私藏茶，亦有日料、泰餐、打边炉……

美妙动人“夜晋阳”，太原南部“会客厅”，“购物晋阳里、游玩晋阳湖，品晋阳美食、赏晋阳水秀”的晋阳湖观光夜经济，如同一幅清明上河图徐徐展开……

记者 孙耀星

释放消费潜力 促进消费逐步恢复

我省要求国企确保劳动合同应签尽签

本报讯 国有企业要确保劳动合同应签尽签，要推广电子劳动合同应用……6月1日，省人社厅下发《关于促进国有企业劳动关系和谐稳定的若干意见》，就促进国有企业劳动关系和谐稳定提出要求。

确保劳动合同应签尽签。国有企业应按照《劳动合同法》相关规定，自用工之日起一个月内与劳动者订立书面劳动合同、建立劳动关系。对未签订劳动合同用工上岗的，按事实劳动关系处理；对用工不规范不合法、劳动合同应签未签、劳动关系不清晰等引发重大群体性劳动争议、造成恶劣影响的国有企业依法严查快处。

推广电子劳动合同应用。为企业提供电子劳动合同签订、保存、查阅、调用和管理的全流程服务，逐步推广电子劳动合同在就业失业登记、劳动用工备案、社会保险经办、人事人才代理、职业技能培训、劳动争议调解仲裁、劳动保障监察执法等政务服务场景的在线应用，形成劳动合同闭环监管体系。

严格规范劳务派遣用工。国有企业可将劳务派遣作为补充用工形式，但劳务派遣用工只限于临时性、辅助性、替代性工作岗位，且用工数量不得超过企业用工总量（企业订立劳动合同人数与使用被派遣劳动者人数之和）的10%。要严格劳务派遣经营许可审批，企业不得以劳务派遣的名义，违规使用劳务派遣用工。企业专职消防员等安全生产岗位和煤矿、非煤矿山井下等高危工作岗位，严禁使用劳务派遣用工，已违规使用的要逐步有序退出。

依法规范国有企业裁员行为。国有企业裁减人员20人以上或裁减不足20人但占企业职工总数10%以上的，应提前30日听取工会或全体职工的意见，并向当地人社行政部门报告后实施。未经法定程序或未向当地人社行政部门报告裁员方案，引发重大群体性上访事件和社会不稳定因素的，由企业主管部门或裁员企业负责处置。

妥善安置富余职工。对离岗职工创办小微企业或从事个体经营1年以上的，给予每年不超过2000元的场地租赁补贴，补贴期限不超过3年；按照每带动1人就业给予不超过1000元、总额不超过5000元的一次性创业补贴。小微企业吸纳煤矿智能化建设富余人员就业，实施就业补贴翻番政策，即年度内新吸纳100人以下且稳定就业半年以上的，按每吸纳1人2000元的标准给予补助；年度内新吸纳100人（含）以上且稳定就业半年以上的，按每吸纳1人3000元的标准给予补助。经营性人力资源机构免费为煤矿智能化建设富余人员成功介绍就业的，实施职业介绍补贴翻番政策，即每成功介绍1人，按照在县内、县外省内、省外就业分别给予600元、1000元、1600元的职业介绍补贴。

实行企业内部退养。对距法定退休年龄不足5年的职工，经职工自愿选择、企业同意并签订书面协议后，可实行内部退养，由企业发放基本生活费，企业和个人按规定缴纳社会保险费，达到退休年龄时为其办理退休手续。内部退养人员的基本生活费标准不低于当地最低工资标准的80%。

（李晓并）



6月1日，市农技中心在晋源区王郭村举办科技插秧活动，向农民推广优质水稻种植资源，进行科技种植培训，助力增产增收。

宋卫东 牛利敏 摄

如何打赢“心理战” 家长考生这样做

“临近高考这几天，孩子失眠焦虑怎么办？”“孩子今年高考，这几天我比孩子还紧张，心慌、胸闷，这可怎么办？”“马上就中考了，我们家长能做些什么？”……离高考、中考的日子越来越近，不少考生、家长出现不同程度的紧张、焦虑。

考场如战场，是实力的较量，更是心理的较量。6月3日，省精神卫生中心、市精神病医院医学心理科副主任医师孔临萍表示，高考（中考）前，紧张、压力大是不可避免的，除了做好正常备考外，考生考前心态的调整也尤为重要的。好的心态，可以提升学习效率，优化应试策略，让考生在大考中更好地发挥自己的实力，甚至超常发挥。

——家长，倾听陪伴给予爱——

“每年临近中高考时，有不少考生会出现紧张焦虑，甚至出现失眠、出汗、心慌等状况和厌倦情绪。”孔临萍说，“当人处于紧张状态时，会感到内心不安、失控，可能会伴随心慌、胸闷、口干、出汗、消化系统不适等植物神经症状和肌肉紧绷或跳动感，或睡眠问题。其实，这些现象是正常的，绝大多数考生都会有这样的体验。”

作为父母，此时该如何帮助孩子应对紧张和压力？

孔临萍提醒，作为父母，首先要学会倾听，让孩子把自己的情绪释放出来，让孩子说说现在所面临的压力有哪些，并给予支持和理解。其次，把压力正常化。家长要告诉孩子现在有压力是正常的，这是面对高考（中考）这件事对未来有影响的事情的正常反应。

建立支持性关系。此时，父母要告诉孩子：爸爸妈妈是你最坚定的支持者。“和孩子在情感上建立支持性的关系，就是给孩子一份安全保障，这非常重要，也是与孩子维持有效沟通的渠道。”孔临萍说。

情感陪伴。父母要换位思考，理解孩子的感受，体会孩子的情绪。只有这样，父母才能真正走进孩子的心里，了解孩子。在懂了孩子后，父母的回应不再是理性的评判和建议，而是在情感层面真正发挥陪伴安慰的作用，温暖而贴心。

鼓励宣泄。孩子压力大、难过，想哭就让他尽情地哭；孩子生气了，要支持孩子把愤怒的情绪表达出来，但不是鼓励孩子去攻击他人，而是把真实的情感表达出来，也可引导孩子进行有情绪宣泄作用的活动，如运动、跳舞、唱歌等。

“临近考试，考生家长一定要放平心态，让孩子感受到爱，而非压力。”孔临萍提醒说。

考生，平和心态调睡眠

作为考生，该如何调整心态？

对于来自父母的压力，考生可以尝试和父母聊天，说说自己的状态和想法，告诉父母在接下来的一段时间如何对待自己有助于状态的调整。同时，要调整自己对高考（中考）的看法。“其实，这是最难的。要放下自己的执念，降低对自己的期待，保持平和心态，尽力即可。”孔临萍说。

“考生考前一定要调整睡眠，改善睡前习惯。”孔临萍提醒，如果在考试之前出现紧张情绪，或者出现失眠现象，一定要改善睡前习惯。最好是21时之前洗温水澡，喝一杯温热的牛奶，并根据自己的兴趣适当放松，如听舒缓的音乐，点一些芳香精油，让周围环境充满足够的暗示：该休息了。

睡不着时，可以做放松练习。深深地吸气，速度要慢，吸入足够的氧气后，停止片刻，然后慢慢地呼出，既慢又均匀，反复几次，让身体放松，可有效改善睡眠质量。22时30分左右上床睡觉，可缓解不良情绪，有助睡眠。

孔临萍特别提醒，睡前半小时应在安静中度过，不要看书、想问题；上床后，要排除一切杂念，不要想复习或考试，可以想一些让人轻松、舒畅的景象；睡前不要看电子产品，因为电子产品会干扰褪黑素的生成，影响睡眠。此外，考试之前，每天17时左右，进行一小时左右的体育锻炼，既能为大脑补充新鲜的血液和氧气，还有助于睡眠。考前，不要进行题海战，避免第二天因睡眠不足而导致注意力不集中，从而影响考试发挥。

记者 刘涛

山西地方铁路集团

完成货运量1168万吨

本报讯 截至4月底，华远陆港山西地方铁路集团今年铁路发运量继续保持高位运行，完成货运量1168万吨，同比增长1.73%，为全国钢铁、发电等重点企业提供了坚实的物资保障。在做好大宗物资运输保障的同时，针对疫情防控形势需求，4月20日至5月15日，为重点地区运送面粉、大米等民生物资23车1150吨，运送化肥78车5000余吨。

本轮疫情发生后，山西地方铁路集团充分发挥省属大型地方铁路运输企业运力优势和保障作用，按照优先配车、优先装车、优先卸车、优先挂运原则，全力保障产业链供应链安全稳定，挺起了物资保供的“铁脊梁”。

为做好保供运输任务，山西地方铁路集团组织运输配送力量，统一组织调度、车务、装卸、机辆等各环节人力运力资源，打造了强有力的保供保畅系统；全面强化细化运输装、卸、排作业组织，加强流程盯控和协调联动。持续完善优化集装箱周转效率、货运任务完成指标、调车作业效率、装卸车作业效率等相关作业流程考核机制。同时，着力加强线路设施设备突击整修、日常维护和设备安全风险防控，为战“疫”做好坚强应急运输保障。

（马向敏）

39场民企招聘会 提供13602个岗位

本报讯 6月3日市人社局消息，由七部门在全市开展的线上线下“2022年民营企业招聘月活动”收官。

活动期间，市人社局、市公共就业服务中心及各区县公共就业服务机构采取多种形式大力宣传，通过官方网站、微信公众号、微信群等多种方式，将本次活动内容、信息进行通知，向各个乡镇村张贴云招聘就业海报，发放岗位信息册，并通过设置电子显示屏、招聘显示屏等形式，营造招聘活动的氛围。与企业密切互动，及时准确地采集有针对性的岗位信息，发动、组织广大企业积极参与，鼓励他们吸纳高校毕业生和农民工、退役军入就业。招聘月期间，全市共举办了39场招聘会，涉及704家企业，其中民营企业626家，共提供了13602个岗位，发放就业政策等宣传材料约5180份。

（李晓并、薛夏）

高温持续数日 “清凉经济”热起来

连续数天30摄氏度的高温下，迎来了“火热”的端午节。昨日，记者走访节日市场发现，一波“清凉经济”在路上，空调电扇、凉席凉被、各种水果等热销。

6月3日上午10时许，五一国美电器商城电器销售区不断有顾客驻足，展台上台式的、立式的各种电扇吹来阵阵凉风。记者注意到，普通电风扇、冷暖净化无叶风扇以及智能空调扇等“各领风骚”，价格从899元至2799元的都有，满足着不同人群的消费需求。销售人员介绍，端午节的促销活动是“满1000元减100元”，加之可以使用“满1000元减300元”的政府消费券，一单一单可以使用，到手价仅需1899元，这两天都卖断货了。

夏日里，纳凉日用品也畅销起来，各大商超里凉席、凉枕、蚊帐、空调被等清凉舒适的床上用品“闯”入人们的视线。当日临近中午，美特好超市铜锣湾店二层的清凉产品销售区内，传统镜面凉席、冰丝凉被、特惠儿童蚊帐等摆满了货架。一款售价19.9元的纱布枕巾十分抢手。正在挑选枕巾的刘女士说，节日促销的价格比平时便宜四五元钱，她准备回购两对回家换着用。

水果作为夏日消暑佳品必不可少，各大超市水果销售区内品种十分丰富，西瓜、哈密瓜、葡萄、荔枝、樱桃，应有尽有。记者注意到，不少市民的购物车里购买的水果均在两三种以上，尤其是像西瓜一类汁多的水果十分受青睐。胜利桥东某大型超市果蔬区销售人员告诉记者，天气炎热，水果消耗量大，拼盘能满足顾客多品种摄入的需求，加之大力度的折扣，这两天的销量是平时的三四倍。

记者 李晓琳

一言一行见文明

市民自带垃圾袋 成为游玩新风尚

本报讯 假日里，市民纷纷走到户外，选择到“家门口”的景点“打卡”，或逛一逛古色古香的钟楼街，或到近郊乡村采摘熟透的樱桃，充分感受夏日明媚和休闲时光。记者采访发现，随着我市创建全国文明城市的深入，越来越多的市民能够自觉传递文明新风，大家随身携带垃圾袋，游玩后不留下一片垃圾。这个细微处的举动，不仅提升了旅游体验，更为城市形象“加分”。

“往年节假日，到周边城市走一走是‘常规动作’，现在受疫情影响，就在家门口散散步，看看身边的美景。”假日里，市民王娜带着孩子到文瀛公园玩耍，临出门，她特意装了几个塑料袋，用来装孩子吃零食时撕掉的外包装。她说：“这不仅方便了自己，也能保护公共环境，况且孩子也在身边，我要给他做好榜样。”

汾河景区、汾河二库由于环境优美、绿树环绕、有山有水，成了许多市民心目中的亲近大自然“打卡”首选地。“我们带了足够的餐盒和垃圾袋，吃剩的食物打包，垃圾袋带走。”正午时分，在汾河二库的一块阴凉处，小刘和七八个伙伴围坐，吃着各种自带食物，悠然嬉笑闲谈。临走，他们特意将粽叶、饮料瓶、纸巾等垃圾装入袋中，把吃剩的食物打包，地上整洁如初。

一草一木皆风景，一言一行见文明。记者采访发现，在各个景点内，随处可见的垃圾分类等文明宣传标识，在时刻提醒游客要爱护环境。人们在享受假期生活的同时，文明意识并没有“放假”。据太原植物园一名工作人员介绍，人们的环保意识明显增强，许多人都自觉地随身携带垃圾袋，清理并带走随身垃圾杂物。还有人看到地上有垃圾，就随手捡起来扔进自己的垃圾袋带走，这为公园保洁人员和志愿者减轻了负担。

（李涛）

文明旅游