

今年将完成“创森”主要任务

要新建一处森林博物馆、一处义务植树主题馆；开展11处生态文明教育基地、26处绿色驿站的建设

本报讯(记者 周皓)2021年是我市创建国家森林城市的攻坚之年；市规划和自然资源局6月4日消息，今年我市将完成“创森”主要的建设任务。目前，我市已把争创国家森林城市列入市、县两级党委政府重要议事日程、考核目标，成立创建国家森林城市工作领导小组，起草并下达十县(市、区)和有关成员单位“创森”目标责任书，大力开展“创森”主题宣传活动，创新推动全民义务植树，各项“创森”工作正在紧锣密鼓地推进当中。

国家森林城市是目前我国城市生态建设方面的最高评价，是最具权威性、最能反映城市生态建设整体水平的荣誉称号，是一座城市最有价值的无形资产和城市品牌。在举国上下大力推进生态文明建设的大背景下，市委、市政府审时度势，作出了争创国家森林城市的战略决策。

我市紧紧围绕国家森林城市评价指标，2021年下达国家森林城市建设任务

46.543万亩，通过与十县(市、区)人民政府、“创森”领导小组成员单位签订目标责任书，重点针对“创森”存在短板的五项指标，计划用今年一年时间，将重要水源地绿化指标达标，将村庄绿化完成60%以上，受损弃置地生态修复率再提高10%，生态科普教育场所初步实现遍地开花。我市计划新建一处森林博物馆、一处义务植树主题馆，开展11处生态文明教育基地、26处绿色驿站的建设，让广大市民随时、随时随地能够感受绿色发展的魅力、享受生态建设的红利。

为了进一步提升国家森林城市创建的知晓率、满意度，让更多的市民参与到国家森林城市的创建中来，切实感受到绿色获得感、生态幸福感，我市出台了《太原市2021年创建国家森林城市宣传方案》，计划全年紧紧围绕各类生态节日、重大节日开展大中小型“创森”主题宣传活动30余场。今年以来，市创建国家森林城市工作领导小组已与太原市广播电视台开展了11期“创森”进社区活

动，受到广大市民的一致好评。接下来，我市还将持续推进“创森”进社区、进校园、进企业、进军营，让更多的市民了解创森、支持创森、参与创森。

今年的“3·12植树节”，作为“互联网+全民义务植树”全国试点城市，我市在全国首创性地推出了“植树码”微信小程序，将义务植树捐资尽责、线下实体植树、网络报名、定制化义务植树、证书生成、数据统计、苗木调配全部整合，实现了“互联网+全民义务植树”向“物联网+全民义务植树”的升级换代。小程序推出仅一个月，就为近20万市民参与义务植树提供了服务。3月12日，我市在阳曲县举行的义务植树活动在央视云视频直播，收看人数突破了36万人。在慕云山举行的省城党政军民义务植树活动，仅仅用了10余天，就将原本岩石裸露的开采废弃区变成了高品质的城郊公园，受到了省、市领导的一致好评。

针对今年“创森”工作时间紧、任务重的特点，市创建国家森林城市工作领

导小组与十县(市、区)人民政府、40个“创森”成员单位签订了目标责任书，并纳入市委考核；成立了“创森”技术驻点服务组，驻扎一线开展技术指导；成立了由市规划和自然资源局领导带队的调研服务组；成立了太原市创建国家森林城市专家咨询库，专家库由省、市、县三级专家构成，对我市各类建设项目的方案、作业设计进行把关指导；今年我市还将推动提档升级、生态廊道、义务植树基地、生态文明教育基地等26项导则、建设规程的制定，力争全方位打造“创森”精品工程。

下一步，我市将把创建国家森林城市与创建全国文明城市、创建文明单位等工作相结合，进一步扩大宣传覆盖度、提升宣传品质，共同将太原市打造成全国精神文明、生态文明的双高地。



端午假日 中短途旅行为主

本报讯(记者 贾尚志)4日，同程旅行大数据分析，端午小长假里，居民探亲、旅游度假等以中短途为主，中心城市至周边市县的高铁出行需求旺盛。

数据显示，受假期长度制约，端午期间居民度假需求主要以短途出游为主，尤其是城市近郊的周边休闲度假需求非常旺盛。传统标准化住宿需求仍占绝对主导地位，但同时以度假别墅、民宿、木屋、房车/帐篷露营等为主的非标住宿也有不错的市场表现，部分核心城市周边的热门民宿、木屋等可能出现一房难求现象。

比较热门的出游主题以主题公园、生态游、动物园等为主，部分城市的端午传统民俗活动成为吸引游客的重要元素，红色旅游的关注度也有显著上升。随着各地相继入夏，各类水公园、水世界陆续开门迎客，预计将成部分地区居民假期休闲的热门选择。端午假期过夜游客主要集中在上海、长沙、重庆、北京、青岛、成都、西安、南京、武汉、济南等地，这些城市同时也是相对热门的旅游目的地。

数据显示，预计端午假期首日各地旅游景区将迎来客流高峰，假期前两天主要景区的客流量预计将占整个假期客流总量的86%以上。

旅游大数据分析，个别城市的局部疫情对以中短途出游为主的端午假期旅游市场影响有限，低风险地区居民假期周边休闲度假的需求依然旺盛。但出于安全考虑，居民端午假期出行、出游需要密切留意目的地及出发地疫情防控政策的变化，如非必要尽量不要去疫情中高风险地区旅行，在旅途中自觉遵守各地防疫规定，并全程佩戴口罩。

我市涉农教师 全国大赛获奖

本报讯(记者 周皓)市农业农村局6月4日消息，由中国农业出版社主办，咸宁职业技术学院协办的第五届全国涉农职业院校教学能力大赛在湖北咸宁落幕。经过网络初评、现场说课等环节的激烈角逐，太原生态工程学校谷丽萍、李肖琴、贾福辰老师的教学团队参赛作品《创意组合盆栽的制作》，荣获中职种植组一等奖；陈美娟、梁新峰、卢元翠团队参赛作品《食品营养标签的制作》荣获中职食品组二等奖。

本届大赛分中高职两个类别，各类别按专业不同进行分组，包括种植、养殖、农业经济、机电工程、食品加工及公共课六组。共69所院校的327件作品参赛，经过专家初评，136件作品入围决赛。决赛特别邀请了来自全国13所涉农职业院校的领导和专家担任评委，采用现场说课、评委现场打分的方式进行，对教师教学设计、教学素养、信息化教学能力、现场表达等教师综合能力进行全面的考评。太原生态工程学校参赛教师准备充分、演讲思路清晰，各具特色，亮点频现。最终，两件参赛作品分别荣获一、二等奖，为我市争得了荣誉。

关注高考

高考期间气温较高

考生做好 防暑降温准备

本报讯(记者 张晓丽)6月4日，市气象台最新预报，高考期间，全市以晴到多云的天气为主，午后多分散性阵雨或雷阵雨，6日白天，平川地区有35℃以上高温天气。

6日白天至夜间，晴天转多云，4级偏西风，35~16℃。

7日白天至夜间，多云间晴天，部分地区有阵雨或雷阵雨，3级南风，33~15℃。

8日白天至夜间，晴天转多云，有分散性阵雨或雷阵雨，3级南风，32~13℃。

市气象台温馨提示考生，高考期间，气温较高，需要注意做好防暑降温准备。另外，7至8日多分散性阵雨或雷阵雨，考生注意随身携带雨具。

专家支招：

高考前试试 这四招缓解焦虑

本报讯(记者 张晓丽)“我还有知识点没复习好”“考不上理想的大学怎么办”……高考在即，有的考生感到非常焦虑，并且这种焦虑还同兴奋、紧张、担心等情绪交织在一起，感到不安。6月4日，省教育科学研究院德育与心理健康研究室主任王爱芬为考生支招，希望考生正确认识焦虑，并用可行的方法来缓解这种焦虑。

王爱芬说：“考前适度的焦虑是正常的情绪反应，而且也是非常必要的，它有助于考试的正常或超常发挥，适度的焦虑是考试的动力。”中科院心理所心理专家王极盛研究员认为，决定高考成败的20个因素中，前五位的是：考场心态、考前心态、学习方法、学习基础、学习态度。可见，考前的心理因素非常关键。”

那么，如何保持良好的心理状态呢？她说需要做到四点。多做少想，关注当下；积极暗示，增强信心；调整状态，稳定为上；放平心态，优化情绪。“考前，依然要保持平常的状态，生活张弛有度，不与过去纠缠，只做能做的事，同时不要太低估自己，勇敢面对考试。”

王爱芬还提供了四种考前放松的方式。一是合理宣泄法，可以说出来，唱出来，甚至是写出来，释放紧张和不快；二是音乐放松法，听听自己喜欢的音乐；三是运动放松法，通过慢跑、散步、打羽毛球等方式，让身心得到舒展，使身体产生更多内啡肽，从而感到愉悦放松；四是深呼吸法，尤其是在临上考场时，闭上眼睛，深长地呼吸，感受气流的温度和节奏，做3至5次，就能有效集中注意力，缓解紧张情绪。

我市向考生发出 高考温馨提示

高考将于6月7日至8日进行，为了确保广大考生平安顺利参加考试，市教育局、市招考中心向广大考生及家长发布高考温馨提示。

做好疫情防控

所有考生须做好考前14天体温测量和健康监测，按照要求落实好疫情防控有关规定和措施，入场时须佩戴口罩，向监考教师递交体温监测登记表，确保健康参考。同时要增强安全防护意识，合理进行身体锻炼，保持足够睡眠，做到劳逸结合，以良好的心态面对考试。

认真检查考试所需证件

考生领取准考证后，仔细核对准考证上的考点名称、考场号、座位号和考试时间。妥善保管好身份证、准考证及密码，防止因准考证遗失或密码泄露带来的不便或不法侵害。

携带好考试相关证件和考试文具

考生参加考试，须携带本人二代有效身份证、准考证和2B铅笔、黑色签字笔、橡皮、直尺、透明文具袋等考试必备用品。

不得携带手机等违禁物品

考生参加考试禁止携带手机、带有存储功能的手表等智能产品进入考场，一经发现，一律按作弊处理。

做到诚实守信考试

考生须认真阅读《考场规则》《国家教育考试违规处理办法》等法规，自觉履行诚信考试承诺，遵守考场纪律和考场规则，服从考试工作人员管理，诚实守信参加考试。

牢记考试时间

考生要掌握好各科开考时间，开考前30分钟(语文、外语考前40分钟)开始进入考场；开考15分钟后，迟到考生不得进入考场(外语考试：6月8日下午2:20进入考场，2:45迟到考生不得进入考场)；考试结束前30分钟考生方可交卷离开考场，离开考场后不得再次进入考场，也不得离开考点。

提前关注天气变化

考生在考试前一天要熟悉考点位置，规划好出行路线和时间，注意途中安全，及时关注天气变化，提前做好防范，确保按时考试。

机动车限号出行

高考期间，全市机动车辆实行单双号限行，接送考生的车辆不受此限制，但须将考生准考证按A4纸规格复印，置于车辆前挡风玻璃右下方，以免违章罚款。

本报记者 张晓丽