

平安出行 文明旅游

市文旅局提示：签订规范旅游合同

本报讯（记者 贾尚志）中秋、国庆假日将至，太原市文旅局9月12日温馨提示：出游前要多渠道了解途经地、目的地情况，做到理性出游、平安出游和文明出游。

合理规划行程，多渠道了解目的地的天气、交通、酒店、景区开放、客流限制等情况，如遇恶劣天气和交通堵塞，及时调整行程。选择具有经营资质的旅行社，签订规范旅游合同并约定各项行程事项。不参加非旅行社组织的团队旅游活动。按照旅游产品的品质合理预估旅游团费，不一味追求“低价”，防范“不合理低价游”陷阱。不跟风购物，如遇旅游服务质量和纠纷，及时与旅行社、供应商协商解决，或拨打当地政府服务热线12345理性表达诉求。

驾乘机动车或乘坐公共交通工具时，全程系好安全带。自驾游时保持车况良好，自觉遵守交通规则，杜绝疲劳驾驶和酒后驾车。参与高空、高速、探险等高风险旅游项目，根据个人年龄、健康状况量力而行，建议提前购买人身意外伤害保险。切勿擅自进入私设“景点”“野景点”区域开展游览、探险等活动。

自觉遵守文明旅游行为规范和相关法律法规，遵守社会公共秩序和社会公德，尊重当地风俗习惯、文化传统和宗教信仰。爱护生态环境，保护文物古迹，爱惜公共设施，不在公共场所吸烟，自觉抵制不文明行为。遵守出国（境）旅游文明行为指南，展示良好文明形象。

文明旅游



学做风味小吃 增强谋生技能

本报讯（记者 李晓琳 通讯员 董淑靖 文/摄）为提高辖区残疾人创业、就业能力，增强其谋生技能，实现自我价值，从而更好地融入社会。义井街道南一条社区开展了为期8天的“2024年晋源区残疾人职业技能风味小吃培训”。9月11日，当30余名学员全面掌握了新技能后，他们脸上露出了欣慰的笑容。

此次培训活动特邀太原市德润职业培训学校资深老师授课，采取“理论教学+老师演示+学员实操”相结合的方式，为残疾学员量身定制传统特色风味小吃培训课程，从小吃食材选购与搭配、烹饪技巧、食品安全及卫生标准等多个方面进行指导教学，力求让每位学员都能全面掌握风味小吃的制作精髓，激发他们学习技能的动力和兴趣。

培训期间，学员们认真记

录风味小吃的制作要领，通过品尝地道的特色风味小吃，讨论交流如何提高烹饪技术，培训现场学习交流氛围浓厚。实操环节更让学员们受益匪浅，大家纷纷表示，培训不仅学到了真本事，更增强了面对生活的信心和勇气，为他们今后的创业、就业之路拓宽了新渠道。

劳动创造幸福 |

入户免费体检 温暖孤寡老人

本报讯（记者 郭晓华 通讯员 贺思宇）9月11日，五龙口三社区联合黑土巷社区卫生服务中心，为辖区行动不便的孤寡老人开展入户免费体检及健康指导，切实把好事办实，把实事办好，办到群众心坎上。

为了方便老人体检，社区卫生服务中心医护人员提前

预约，在老人及家属自愿的情况下，积极入户提供免费体检服务。医护人员携带采血器材、血压计等设备前往高龄、残疾、长期卧床等行动不便的老年人家中进行健康体检，更好地把关心关爱送到老人心窝里。医护人员在体检的同时，详细询问老人们的身体状况、病史及用药情况等，根据

他们的身体情况进行综合评估和用药指导。

居民李怀生说：“我们去医院做体检不方便，社区和卫生服务站不仅经常打电话询问，还上门为我们提供免费健康检查服务，真是太感谢了。”

文明健康

• 有你有我 •

老人突发疾病 众人连夜送医

本报讯（记者 李涛）七旬老人独自在家，突感身体不适。身在外地的女儿接到母亲电话后，紧急向网格员求助。9月9日晚，网格员、邻居将老人送至医院，通宵守护，直到女儿王女士赶回。

当晚8时，在外地出差的

王女士接到母亲电话，说自己头晕得厉害，还感觉恶心。她很担心，拜托侯梓萌入户查看。侯梓萌直奔奥林匹克花园小区，一进门就看到老人半躺在沙发上，表情痛苦。

侯梓萌当即决定带老人赶往医院。经检查，老人是由于重感冒引起身体不适，需要输液治疗，侯梓萌全程陪护直至次日凌晨王女士赶到医院，见母亲病情好转，王女士连声道谢。

践行社会主义核心价值观

学习做月饼

本报讯（记者 于健）9月10日，万柏林区建机巷社区特意举办“巧手做月饼 共话中秋情”活动，此次活动邀请空巢老人、退休党员等20余人参加。

活动现场，社区食堂的面点师给大家演示制作月饼的过程，随后为每位居民分发饼皮、馅料、月饼模具等所需材料。面点师细心地指导大家如何调配

共话中秋情

馅料、包裹面团、压模成型。在欢声笑语中，一个个香甜可口的月饼制作完成。

网格员将烘焙好的月饼悉心装入精美的礼品盒中送到了孤寡老人、困难低保户、老党员家中。此次活动拉近了社区与辖区居民之间的距离，也让传统节日和传统文化更加深入人心。

我们的节日 |

低价充话费

本报讯（记者 李涛）轻信网上“小广告”宣称的“充值30元可到账100元”。9月11日，七旬老人给手机充值后，不仅话费没到账，反而莫名其妙开通了某App的会员。

家住西兴苑小区的王大爷，刷手机时点开一条“充值送话费”的广告。他觉得很划算，点击页面，下载了一款App，然后充值30元。然而，等了两个小时，却一分钱话费都没到账。老人赶紧拨打运营商

客服，对方查询反馈，确实没有该手机号的充话费记录。

老人叫来晋机西社区网格员范鑫瑞，讲述了事情经过。范鑫瑞打开App，却再也找不到客服的联系方式。过了半小时再次点击，竟然无法进入，显示“系统维护中”。至此，老人恍然大悟，这是受骗了。

网格员随后在业主群里发出提醒，居民缴费请选择官方渠道，切莫贪图小利，以免被骗。

法治宣传教育 |

手机变砝码

本报讯（记者 张勇）9月12日，万柏林区市场监督管理局聚焦“鬼秤”“作弊秤”“缺斤短两”等群众关注的突出问题，在辖区为民菜市场门前广场开展“手机变砝码 计量惠民生”活动。

活动现场，工作人员使用检定合格的电子天平对市民携带的手机进行称重并记录重量，粘贴统一印制的标签，让手机秒变

“砝码”。消费者购物时可使用标有重量的手机对商家的电子计价秤进行测试，就能初步判断是否遭遇“缺斤短两”。

活动当天共为群众粘贴重量值标签120件，接受群众咨询80余次。此次活动，不仅为市民快速准确辨识电子计价秤的准确性提供了便利，还提高了群众对计量违法行为的防范意识，受到群众一致好评。

智慧城市