

系列文旅活动 多项惠民套餐 快来体验山水渝北的“冬之韵”

本报讯(记者 杨青)12月15日,重庆冬季旅游新闻发布会在南川区金佛山天星小镇举行,共推出70余条精品线路、80余项冬季主题活动,以及一系列文旅惠民措施。其中,渝北区策划推出了大量有地域特色的系列文旅活动、优惠套餐,邀请八方游客来渝北体验山水渝北的“冬之韵”,激发游客消费意愿。

在惠民措施上,渝北精心组织了打折让利、免费体验等文旅惠民活动。如39.9元购圣名游乐场100元全家畅玩卡、78元购亲子套票,“1大1小”22选15个项目玩;统景温泉风景区双人温泉票原价296元/套,优惠价176元/套,周内、周末通用,使用时间截止2023年1月20日(元旦节期间及元旦前一天不可用);统景烤羊套餐原价2490元/套,优惠价1688元/套,含40斤活羊一只、温泉票4张、汤锅一份、小菜4份,使用时间截止2023年1月20日,节假日不可用;两江影视城门票60岁以上65岁以下半票,65岁及以上免票,重庆国际园三小时戏雪票(室内滑雪雪圈)原价:90元/人,优惠价:72元/人(8折),极限运动中心原价:180元/人,优惠价:144元/人(8折),活动时间:2022年12月17日—2023年2月28日(元旦、春节不享受)。

在文旅活动上,渝北策划推出了10余项冬季主题文旅活动,用不同方式呈现渝北自然风光、特色风貌。如统景温泉风景区举办“开汤泡头汤、好运一箩筐”文旅活动,含猜灯谜、写福字、迎新春等各类活动;圣名游乐场推出岁末“趣”处活动,重庆市医务人员、基层社区工作人员、志愿者等参与抗疫工作人员,凭有效证件报名领取200元全家畅玩卡1张;两江影视城推出第七届新春庙会,将举办台湾美食展、新春大舞、游园喜乐会等活动,活动时间:2023年1月22日—2023年2月5日;渝北区文化馆推出渝北区新春文化联谊会,邀请重庆市美协、川美教授到场进行书画笔会;渝北区图书馆从12月9日起陆续推出中国传统花道制作技艺、线上阅读答题活动、卢作孚图文展、年俗文化展、春节活动、元宵活动;巴渝民俗博物馆1月21日至1月27日,将持续推出“兔”个好运、“兔”个年味、“兔”个赞赞等一系列线上线下文化主题活动,将送出一系列精美礼品;碧津美术馆从12月起将推出青年书画家作品展、重庆市壁画艺术作品展等。



际华园



民国街

值得一提的是,温泉旅游是我区冬季旅游的王牌项目。目前,统景温泉风景区泡温泉、吃烤羊、住汤屋等丰富多彩的冬季产品已陆续上架,供各方游客畅享山水渝北的冬之旅。

季旅游的王牌项目。目前,统景温泉风景区泡温泉、吃烤羊、住汤屋等丰富多彩的冬季产品已陆续上架,供各方游客畅享山水渝北的冬之旅。



统景温泉 区文旅委供图

圣名游乐场

孩子居家情绪不好 亲子关系紧张 听听儿童心理医生怎么说

长时间不外出活动,学习只能上网课,在这种生活状态下,部分儿童青少年会出现焦虑、情绪低落、兴趣减退等现象。儿童心理专家表示,在长时间居家的特殊时期,家长应该高度关注孩子的心理健康,用正确的方法及时疏导不良情绪。

重庆医科大学附属儿童医院儿保科副主任医师魏华表示,作为一名儿童心理医生,也是一位母亲,她感触很深。因为她的孩子也居家学习,她面临着跟很多家长一样的挑战,比如孩子居家学习状态不稳定,上网课注意力不集中,自控能力差,情绪不稳定,抵触家长,生活没有规律,部分孩子还可能沉迷于电子产品、网络游戏。

为什么会出现问题呢?魏华表示,长时间居家,相对于常态的生活模式来说是一个改变,打乱了固有的生活状态和节奏。所以,这种情况下,家长对于孩子的学习和生活状态是有很多的焦虑情绪的。而孩子除了学习以外,外出活动的时间减少,和同龄儿童互动的减少,往往会觉得无聊。因此无论是对于家长还是孩子来说,可能在这个阶段更容易产生一些焦虑、烦躁的情绪,亲子关系和家庭氛围会变得比较紧张。

专家表示,长时间居家对全家人来说都是一个挑战,但也要看到其积极的一面:这是一段难得的亲子时光,家长可以借着朝夕相处的机会发现孩子内心的需求,找到方法就能让孩子愉快居家,还能拉近亲子关系。首先,家长自己要保持乐观向上的良好心态,多和孩子交流学习以外的话题,多和孩子交流轻松有趣的话题,让孩子放下抵触情绪,敞开心扉。在学习方面,家长要降低对孩子学习状态的焦虑,培养孩子自己规划时间,培养孩子独立学习的能力,多给孩子一些鼓励减少无效的指责,丰富学习之外的生活,与小伙伴们保持社交联系,制定作息时间表,健康饮食,保证充足的体育锻炼。

本报记者 周新宇 整理

市卫健委联合高德地图紧急研发便民功能 全市1195个发热门诊可一键查找

12月18日,记者从市卫生健康委获悉,从即日起,重庆市民只需要打开高德地图App,在首页搜索栏输入“发热门诊”,即可看到附近的发热门诊(诊室)详细位置。据悉,重庆市现有1195家发热门诊(诊室)均接入高德地图查询功能。

据了解,随着国内疫情防控进入新

阶段,疫情防控应对措施也在逐步变化和调整。近日,我市通过多种方法将发热门诊患者进行就诊分流,为进一步方便市民在有就诊需求时快速找到附近的发热门诊(诊室),市卫生健康委联合高德地图紧急研发上线“发热门诊(诊室)查询”功能。

市民只需要在高德地图App首页

搜索栏输入“发热门诊”,即可看到附近的发热门诊(诊室)详细位置,同时也可以查看对应的联系电话等详细内容。

目前,重庆市现有1195家发热门诊(诊室)均接入高德地图查询功能,已全面覆盖重庆市41个区县(含两江新区、万盛经开区和重庆高新区)。

(据《重庆日报》)

海川基地的草莓熟了,快来尝鲜!



市民采摘草莓



礼朝屋基

区文旅委供图

小贴士>>>

采摘价格:40—60元/斤。
具体地点:渝北区兴隆镇发杨村2组永福路海川草莓基地。
交通路线:乘坐公交989在兴隆站下车,需再步行25分钟才能到;建议自驾,直接导航“海川草莓基地”。
联系电话:18523446412,冉老师。

链接>>>

- ①礼朝屋基 位于兴隆镇牛皇村9社,这里有22栋具有巴渝特色的农房错落有致地深藏在山水间,勾起一股浓浓的乡愁,带你远离城市喧嚣,回归田园牧歌。
- ②曾家老房子 位于兴隆镇牛皇村12社,因住户大部分姓曾,是一个曾姓大家庭院落,故此而得名。这里民风淳朴,以农耕为主,养殖为辅,在曾家

周边要事推荐

老房子住户周围,还有一个可供休憩和观赏小广场“听稻里”,很适合拍照打卡。
③渔园农庄 位于兴隆镇牛皇村6社双凤桥,这是一个拥有溪水鱼塘、生态果园、林下鸡舍的乡村休闲乐园,游客们可在这里垂钓、烧烤、住民宿,悠然地享受惬意的周末假期时光。电话:18083006386。

有距离才美丽
保持安全距离,确保行车安全

中宣部宣教局 中国文明网

中共重庆市委 重庆市委宣传部 重庆市委网信办 重庆市委网信中心 宣