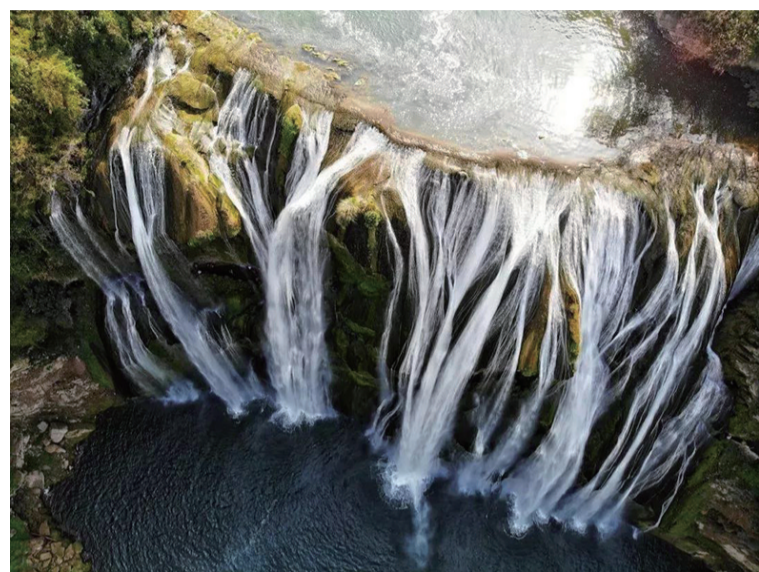


# “跟着晚报去旅行”第四季隆重起航 避暑哪里去? 贵州清凉山水好去处

出游团期:7月18日-24日、8月10日-16日

## 重点景点介绍

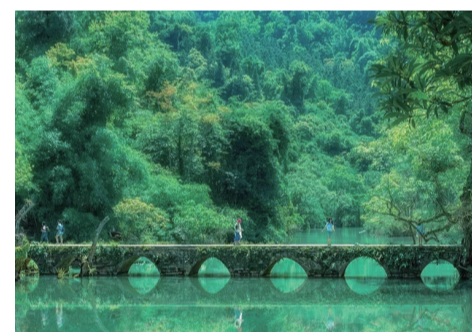
### ◆黄果树瀑布



黄果树瀑布,位于贵州镇宁布依族苗族自治县,是中国第一大瀑布,也是世界最阔大壮观的瀑布之一。它高度为77.8米,瀑布宽101米,分布着雄、奇、险、秀风格各异的大小18个瀑布,形成一个庞大的瀑布“家族”,被大世界吉尼斯总部评为世界上最大的瀑布群,列入世界吉尼斯纪录。

### ◆荔波大小七孔

作为贵州旅游的“花魁”,荔波大小七孔的姿色与名气成正比的。过桥后顺着步道走,紧接着68级瀑布在你脚下层层铺开,然后从68级瀑布坐观光车前往水上森林,这是最有趣的景点之一,在竹林藤萝中顺着小溪漫步,步道经常被水没过,体验戏水的乐趣。



### ◆西江千户苗寨



“用美丽回答一切,看西江知天下苗寨”,作为全世界最大的苗寨,西江千户苗寨素有“苗都”之称,是研究苗族历史与文化的活化石!该山寨由十余个依山而建的自然村寨连片组成的西江千户苗寨,是中国最多的苗族聚居村寨!

走古街,穿小巷,上千户吊脚楼随着地形的起伏变化,层峦叠嶂,鳞次栉比,蔚为壮观!西江千户苗寨,一座露天博物馆,展览着一部苗族发展的史诗,成为观赏和研究苗族传统文化的大看台。此行特别安排苗族长桌宴,黄果树土鸡宴,尝尽贵州地道美食!

### ◆梵净山



梵净山是贵州最独特的一个地标,是黔东灵山,是生态王国,是风景名胜地,是一方净土,是一个返璞归真、颐养身心、令人遐思神往的人间仙境和天然氧吧!著名诗人王心鉴《过梵净山》一诗“近山褪俗念,唯有竹声喧。栖心皈净土,推云步梵天。禅雾入幽谷,佛光上苍岩。海内循道者,多来续仙缘。”即印证了梵净山风景优美,让人忘却尘世烦恼的魅力景色。

## 原戴碧蓉婚恋(成立19年)升级为——宽缘幸福会所

凡电话咨询即送价值99元活动一次。办299会员卡,送280的大礼包,了解详情加公众号:my0731-28118100  
男离婚:62岁,1.78米,退休,有房,女儿已婚  
男离婚:54岁,机关,1.7米,有房有房,实在  
男离婚:45岁,1.72米,开厂,有房  
男离婚:44岁,本科,1.7米,公务员,孩对方  
男离婚:42岁,未育,1.75米,大型国企,有房  
男离婚:28岁,1.8米,本科,国企技术人员,有房  
男离婚:34岁,1.7米,家族企业,有车房  
女离婚:22岁,1.69米,护士,漂亮大方,家境好,有车  
女离婚:28岁,1.63米,大专,贸易,加租处理,有房有房  
女离婚:33岁,1.58米,教师,有房有房  
女离婚:38岁,1.61米,银行,贤惠温柔,有房  
女离婚:43岁,1.57米,校长,优雅,有房有房  
女离婚:46岁,1.57米,上市公司,有女儿,有房  
女离婚:55岁,1.62米,私企,有房有房  
女离婚:51岁,1.63米,经商品牌几十年,有房  
女离婚:56岁,1.62米,心好,国企,有房有房  
感情咨询预约0731-28118100  
株洲红娘 22331520  
因扩大规模面向社区招募区域合伙人、兼职红娘月老 1303733442  
地址:中心广场双银大厦7楼708(北京银行楼上)

## 爱神婚介

27年专做婚介好消息  
相亲网站隆重上线  
http://www.as0731.com/  
网络+红娘双重服务

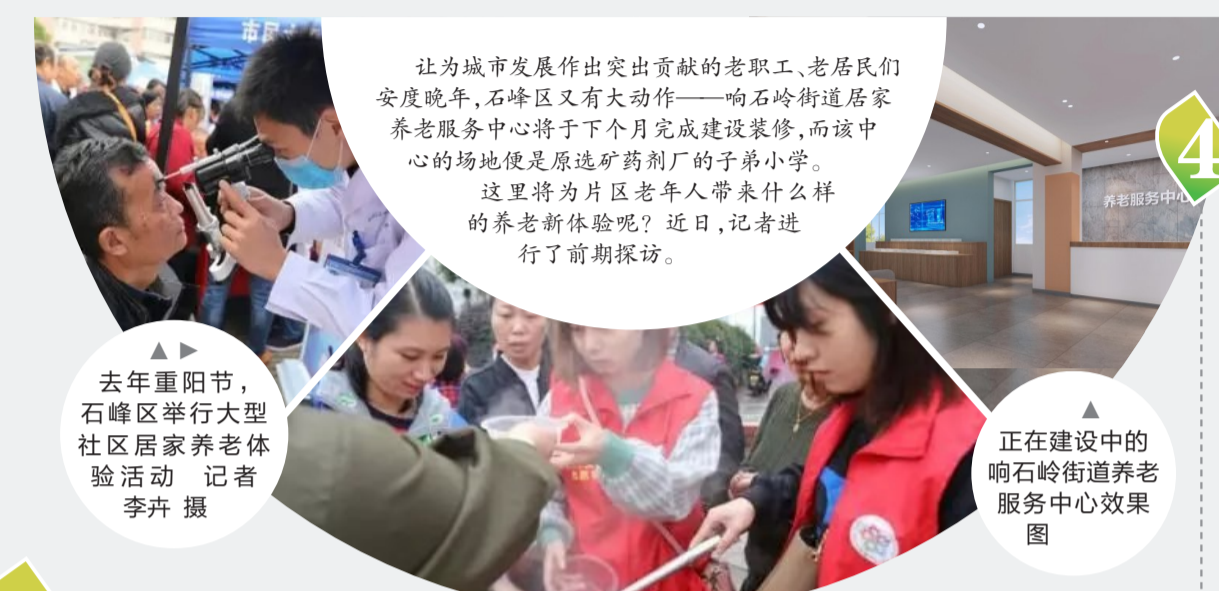


上班时间 双休日上午8:30到下午5:30  
周一到周五:早上8:30到晚上9点  
男:48岁,离婚,1.78米,铁路工作,带女,房多套,英俊  
男:29岁,未婚,1.68米,国企搞设计,有私房和高商品房,有车  
男:28岁,未婚,1.75米,事业单位工程师,有房车,也有私房  
女:30岁,未婚,1.62米,培训机构老师,独女,家境好  
女:27岁,未婚,1.58米,公办中学老师,父母有工作,一弟弟工作  
女:39岁,离婚,1.6米,小孩在四川,自打工,长相好,独居  
28242480 28228981  
28202886 28208768  
QQ:1442546577  
私信号: 13973357423  
地址:火车站出站口对面,金轮时代广场公寓B座22楼2226号

# 企业闲置资产焕发新生机 石峰区:让老年人尽享转型发展红利

### ——创新社会基层治理的石峰实践系列报道(三)

记者 李卉 通讯员 朱晖 湘黔 雯璐



去年重阳节,石峰区举行大型社区居家养老体验活动 记者李卉摄

正在建设中的响石岭街道养老服务中心效果图

1 养老新体验:可免费体检,还可“代际互动”

响石岭街道居家养老服务中心位于响田西路,面积1000平方米左右,设十余个功能区,既有文化娱乐、体育健身、棋牌休闲这些标准配置,也有立足于精细化、精准化服务而推出的特色功能。例如,动态监测中心,在对老人进行免费健康体检的同时,还建立个人健康档案,跟踪记录数据,为老人养生保健提供参考方案;精神关爱中心,不仅提供日常聊天、心理疏导服务,还会在老人的生日及其他纪念日送上贴心关怀。

在筹备期,该中心的设计团队就深入片区居民家中进行走访调查,发现片区内的小区大多没有集中活动场所,基层党组织开展活动需要到处借用场地,于是团队在设计方案时,重点打造了党建活动中心这一阵地。

“代际互动中心”则是从外地学来的“金点子”。响石岭街道相关负责人介绍,借鉴外地成功经验,中心设立了一个“代际互动中心”,除了日常活动外,志愿者会定期召集老幼互动课堂,为大家带来科学养育知识、祖孙互动游戏、创意小课堂等等。

目前,中心正在紧张的装修建设之中,预计下个月底将完工。与此同时,该街道的11家社区日间照料中心与小区养老驿站也已启动选址。

2 分享发展红利,把“夕阳工程”做成“朝阳事业”

“我们的老企业职工、老居民,为石峰区的产业发展立下了汗马功劳,因环境污染问题牺牲付出了很多,现在区域转型升级,最应该享受到发展的红利的便是他们。”区委书记张建勇曾重点强调,要把政策、财力、服务向民生倾斜,将养老这项“夕阳工程”做成“朝阳事业”。

自2018年初,石峰区就围绕养老启动了扎实的调研工作。同时,网格员管理“地毯式”入户信息采集工作,也形成最真实、最全面的老年人基础数据。

“九成以上的老人愿意居家颐养,3%左右的老人选择机构托养。”石峰区民政局相关负责人介绍,从去年至今,石峰区正在按照“1+5+N+X”的模式全面铺开养老服务体系建设——打造1个区级示范性居家和社区养老服务机构,5个街道居家养老服务中心、N个社区日间照料中心和X个小区养老驿站,而前文所述的响石岭街道养老服务中心便是5个街道居家养老服务中心之一。

3 充分利用企业闲置资产,增加为老服务供给

为增加服务供给,让老年人尽可能就近获得养老服务,石峰区通过与区辖企业沟通联系,将关停搬迁企业闲置的厂房、医院、学校等,经过一定的程序整合改造成养老机构、社区居家养老中心等。

对此,清水塘街道沈家湾社区2015年就开始试水,他们与企业沟通,在一处闲置地块上建起600平方米的社区日间照料中心,将原属于企业的杂物间、门岗改建成成为小区养老服务站。

“中心场地大、功能齐备,活动丰富还可以用餐。驿站就在家门口,下楼就到了,很方便。”清水塘街道朱竹梅老人表示,日子过得挺惬意的,一些街坊邻居本来搬到了其他地方住,慢慢都回来了,因为还是喜欢这里浓浓的生活气和人情味。

田心街道企业退休职工较多,他们由此探索出了一条与企业共建共享的路子——整合辖区企业老年活动场所,利用企业老年活动中心的场地和设备,社区组织志愿服务队伍开展丰富多彩的老年活动。

目前,除了将撤销的原选矿小学改造建设成响石岭街道居家养老服务中心外,石峰区已将空压机厂停产闲置的厂房改造建设成缘善居护理中心;将市酒厂停产闲置的厂房改造建设成白马长者照护之家;将株化、株冶移交的服务用房改造成井塘社区、沈家湾社区日间照料中心;计划利用吴华化工的闲置资产,建设区级示范性居家和社区养老服务机构。

4 “三社联动”,让社区老人享受更专业志愿服务

面对汹涌来袭的“银发浪潮”,石峰区在全面推进养老服务中心建设的同时,还促使“社区+社会组织+社工”联动发力,政府购买服务,让社区老人们享受更专业的志愿服务。同时,各社区、村都成立了老年协会,老人们实现自我组织、自我管理、自我教育、自我服务、相互帮助。

6月19日,井龙街道新社区与株洲市鹏雅健康管理有限公司签订“城乡统筹·幸福株洲”三社联动项目服务协议。签约项目主要涉及成立老年人协会,开展健康义诊、失能老人帮扶活动,开办老年人兴趣班等,旨在丰富老人文化生活,帮助空巢老人、孤独老人、自闭老人敞开心扉、感受温暖。

田心街道北岭社区是典型的厂居型社区,总人口1.2万人,60岁以上老人达到2597人。

“以前就有社会志愿团体到我们社区开展关爱老人活动,今年,我们签约正式引入社工团体,启动‘老来帮’志愿服务项目,让专业的人来做专业的事情。”该社区负责人介绍,根据协议,该组织将引导居民建立起兴趣特长团队,组织开展丰富多彩的居民活动,为失独失能老人提供上门服务等。更重要的是,这支队伍将带动小区里有志于服务他人的居民走上专业道路,目前正在组建北岭社区“银发一族”志愿团队,旨在让社区老年人在互帮互助中,实现“助人、自助”的发展目标。

5 “养老”结合“育小”,做好民生大选项

每周五晚,“三社联动”项目“护苗行动”在李家冲和花果山社区开展“经典诵读”,作为石峰区的示范项目,“护苗行动”由区关工委牵头,已经走过三个年头;5月20日,在石峰区清水塘街道沈家湾社区“让爱回家·同城生日会”大型公益活动中,数百居民欢聚一堂,为失独家庭、空巢老人、贫困生、留守儿童过了一次有意义的集体生日;6月23日上午,井龙街道井龙社区举行大型亲子社会实践活动,来自井龙小学和石峰区第二幼儿园的孩子们用不同的方式拍卖、义卖、以物易物,此次活动所获得的款项将全部捐赠给康复医院的儿童。

“养老”和“育小”都是最大的民生,“做好结合文章,受益的不仅是老小,而是全家三代、甚至四代人。”石峰区民政局相关负责人介绍,为此,石峰区整合民政部门的养老服务、关工委的“不老松”志愿服务队和关心下一代工作、妇联的稻花香读书会、团委的春蕾行动、文体部门“门前三小”工程、教育部门的“四点半课堂”等资源,让老人发挥余热,孩子健康成长。

记者了解到,石峰区关工委“不老松”志愿服务队成立于2017年,由离退休的老干部、老战士、老专家、老教师、老模范构成,共有成员500多人,共六个分队、五个专项组,两年多时间以来,他们广泛开展结对帮扶、护苗行动、老少同台讲国史、经典诵读、居家托养等活动,已然成为我市一张闪亮的志愿服务名片。

经过前三季的活动组织,“跟着晚报去旅行”栏目已经在广大读者心中扎下了根。不少读者表示:“只要旅行,我就会想跟着晚报走,因为有你们监督和保障,我们出行就安心多了。真正是明白白消费,开开心心旅游。”

这不,应广大读者的要求,暑假来临,栏目特推出了最适合炎炎夏日的贵州线路,带大家一起去寻找避暑的好去处。

暑假的贵州,夏天温度在20-32摄氏度之间,被称为避暑之地,加上风景秀美,地域特色突出,成了许多人旅游的最佳选择。

这次我们推出的是7天6夜深度游,有人觉得贵州多山,景点之间路程遥远,本次行程精心挑选了黔东南地域,游玩的景点间隔不远,每天车程2-3小时左右,不会让大家把宝贵时间花在大巴上,更能减少出行者长途跋涉奔波之苦。

报名注意事项:  
报名时间:6月28日-8月2日(工作日9:00-17:00现场报名,周末请拨打热线咨询)  
报名热线:0731-22593712、15367339799

报名地址:株洲日报社晚报大楼102办公室  
报名福利:报名即可获赠一壶四升的品牌食用油;另外,参加过“跟着晚报去旅行”活动的读者这次再报名还可额外收获一份惊喜!

(刘春华)(图片来自网络)

## 吃虾就选大湖虾 讲口味就要来老店

### ——天诚味馆,专注口味菜的20年老店

夏天来啦,吃龙虾是没有人会拒绝的!做口味龙虾的好店,更是没有人拒绝!位于天元区天伦路的天诚味馆,专注口味菜十多年,一道招牌口味虾更是吸引食客趋之若鹜的明星菜。

“口味虾带着鲜辣的汤汁,混炒韭菜紫苏叶才是绝味!”天诚味馆的工作人员表示,来这儿的人大多都是冲着招牌口味虾来的,这道招牌菜一年能卖上万斤!

清洗的大湖虾,在天诚味馆独家秘方的制作下,金黄色的大虾在飘香四溢中闪亮登场,Q弹的虾肉混着汤汁儿,麻辣中透着鲜味儿,大块头的虾钳更是不容错过,另外作为口味虾的灵魂,韭菜更是众多食客的最爱,吃到席尾,懂行的吃货还会再叫份面,韭菜紫苏配上干煸爆香的小龙虾,和面拌在一起,好吃到放不下碗!

除了招牌口味虾,天诚味馆的其他好味道也在时间的沉淀中积累了不少的人气 and 口碑,精品中不乏肉质细嫩的口味蛇、口感清脆的清炒南菇花、鲜香爽口的红烧菜菌,还有让舌尖尖叫的系列烧烤等等,都是株洲人夏天必备的下酒菜!



优惠大酬宾

即日起至7月15日,来天诚味馆,吃虾统统6.8折!6.8折,不限数量,敞开心!  
地址:株洲市天元区天伦路天诚味馆  
电话:0731-2228 8989  
营业时间:宵夜至凌晨2:30