

我市现拥有4A级景区9个、3A级景区10个

家门口的风景区 你还有哪个没去过？

本报讯（记者 张莉莉）7月24日，记者从市文广旅局了解到，截至目前，我市4A级景区已达9个，3A级景区已达10个，2A级景区已达8个。

据了解，我国依据旅游景区质量将景区划分为5个等级。5A级为最高等级，代表中国世界级精品旅游风景区，4A级则代表国家级标准风景区。

截至目前，我市4A级景区有9个，分别是神垕古镇景区、中国钧瓷文化园、禹州钧官窑址博物馆、禹州大鸿寨景区、鄢陵县金雨香草庄园旅游区、鄢陵花都温泉小镇、鄢陵国家花木博览园、鄢陵建业绿色基地、鄢陵县五彩大地观光休闲旅游区。3A级景区有10个，分别是许昌春秋楼景区、许昌灞陵桥景区、许昌曹丞相府景区、许昌市建安区杨水才纪念馆、禹州市天宝钧瓷文化园景区、禹州森林植物园、大唐·唐钧博物馆、长葛鑫亮源生态旅游度假村、鄢陵唐韵樱花园、襄城县毛主席视察纪念馆。2A级景区有8个，分别是禹州市金鼎钧窑景区、禹州宣和陶瓷博物馆、禹州坪山钧窑、长葛市毛主席纪念馆、长葛市中原大铁佛寺、襄城县紫云山风景区、襄城县百宁岗五岳景区、襄城县首山乾明寺景区。

瞧，许昌有这么多景区，哪个你还没去过，不妨抽时间实地走一走，看一看吧！

景观拱桥完工 中央公园再添新景

本报讯（记者 张汉杰）今年年初，中央公园内的文轩路景观平台工程开始施工。如今，这项工程接近尾声，一座钢结构景观拱桥已经建成。

7月24日10时30分，市区气温达到34℃。在中央公园文轩路景观平台施工现场，一名工人正头顶烈日，铺设地砖。

记者从一名干活儿的工人口中得知，蹲在地上施工的男子来自漯河，今年50多岁。他的皮肤被晒得黝黑，满头大汗。见记者想了解工期，他一边干活儿一边向记者介绍，他在这里干活儿有一段时间了，估计铺设地砖工程将在两周后完工。

记者注意到，中央公园内有一座钢筋混凝土桥。该桥中央改成了微地形，4座铁制白色花坛已经建成。

该桥北侧，一座钢结构的景观拱桥也已建成，虽然用蓝色的铁皮围着，但难掩其“芳容”。两侧的扇形拱门与绿水互相映衬，把清澈的水面点缀得绚丽多彩。

据了解，这座拱桥为渐变式钢结构桥面，主桥和引桥总长度有60多米，中间宽，两侧窄，最窄处为3.5米，最宽处为4米，两侧安装有吊索。

现场一名不愿透露姓名的工作人员介绍，该桥最大的看点是顶部北侧建有一个12平方米的玻璃悬台。市民通过两侧的防腐木桥面走到最高处，站在玻璃悬台上，可以一览中央公园的美丽风景。

市创文办召开 全市持续深化文明城市创建“十大提升”行动推进会

补齐短板弱项，提升城市文明程度和生活质量

本报讯（记者 郝晋）7月24日，市创文办召开全市持续深化文明城市创建“十大提升”行动推进会，市住建局、市公安局等30多个责任单位参会。根据会议要求，全市将持续开展“市民素质”“诚信守法”“文明风尚”“市容市貌”“文明交通”“集贸（农贸）市场”“窗口服务”“背街小巷、老旧庭院”“商业街区”“城乡共建”等“十大提升”行动，提高居民的幸福指数。

根据会议要求，针对当前市容市貌存在的短板，我市中心城区将集中进行专项治理和整治提升，重点开展市容秩序综合整治、环卫精细化管理、落实“门前四包”责任制、提升园林绿化管养水平、强化基础设施改造提升、加强养犬管理工作等9项整治活动。在主次干道、交通路口、医院、商场等重点区域，开展占道经营、店外经营、店外杂物问题集中整治，力争实现城市建成区商户商贩全部进店经营、规范经营。开展餐饮早夜市专项整治，确保餐饮早市在指定区域规范经营，无占道经营、超时经营等现

象。环卫等部门每天对快慢车道、人行道、护栏下、道牙边进行深度清洁，主次干道快车道积尘不超过5克/平方米，支路背街积尘不超过10克/平方米。城市建成区排查卫生死角，加大“城中村”和背街小巷的环卫保洁力度，及时清理积存垃圾。沿街商户禁止向雨水管网倾倒垃圾、污水等。主次干道路面有坑槽、龟裂、坑洼积水的，以及人行道、盲道步砖松动、损坏的，及时进行补修等。

在“文明交通”提升方面，我市将通过实施城市道路交通文明畅通提升行动，重点在交通秩序整顿、交通组织优化、交通基础设施建设、交通出行结构等方面取得成效，增强居民出行时的文明守法意识，提高道路承载能力，增加城市停车设施。以城市中心区为重点，严厉打击闯红灯、悬挂号牌假牌、违法停车、违法变道、不按规定让行，以及非机动车逆行、行人闯红灯等交通违法行为，严管电动自行车、低速电动车、工程运输车通行秩序。在打破交通“瓶颈”方面，拆除绿

化带，拓宽道路，增加双向车道，提升老城区主次干道通行能力。魏文路沿线拆除路口绿化带，增加路口车道数量，提升路口通行能力。拆除八一路与文峰路交叉口交通环岛，设置交通信号灯及配套监控设施，提升八一路与文峰路交叉口的通行能力等。

会议还讨论、安排了“窗口服务”“商业街区”“城乡共建”等专项提升行动。我市通过实施“十大提升”行动，将着力解决创建工作难点，补齐短板弱项，拉高工作标杆，提升市民文明素质、城市文明程度和群众生活质量，为建设智造之都、打造宜居之城提供坚实保障。



确保苗木安全度夏

7月24日，科技广场南侧的桥上，一名工作人员在剔除枯萎的花枝。入伏以来，气温升高，为了让辖区的绿化苗木安全度夏，东城区市政部门积极采取有力措施，组织人员集中为公园、广场、街头绿地内的绿化苗木修剪、除草、打药、浇水等，确保绿化景观效果。

记者 牛书培 摄

年轻家长重视孩子的锻炼，游泳、武术、球类运动等是热门项目

暑假把孩子“赶”出家门做运动挺好

本报讯（记者 张铮）如今，暑期已经过去近一半，不少中小学生主动安排或者“被安排”了运动项目。他们远离电视机和手机，以锻炼出汗、快乐运动的方式过暑假。

“胳膊伸直，腿向上踢，要迅速！”7月23日早晨，在市区春秋广场，7岁的童童在教练的指导下，一板一眼地练习武术基本功。

“暑假如果他自己在家，总爱玩游戏、看电视，不如给他报个武术班，既能强身健体、锻炼意志，又能交些朋友。”童童的妈妈刘芳告诉记者。

记者了解到，不少中小学生暑假要上两三个培训班。但随着观念的转变，越来越多的家长在给孩子报学习班时，

会搭配一至两个体育培训班作为调节，让孩子锻炼身体，游泳、跆拳道、武术、球类运动等是热门项目。

暑假青少年体育培训火热，背后是观念的变化。随着全民健身战略深入实施，“70后”“80后”家长更加注重对孩子智商、情商和“动商”的全面培养。

“每个暑期，儿子的同学都会学一项技能，有的学习羽毛球，有的学轮滑，还有的学游泳。”市民杨磊给儿子报了武术班。每天傍晚，他都会陪孩子学武术。

如今，我市的“15分钟健身圈”已经建成，广场上、游园里，每天晚上都有不少锻炼的市民。不少家长认为，天天带孩子出去玩就可以完成当天的运动量，达到锻炼的目的。

对此，在我市担任体育指导员的张明齐告诉记者，学生年龄、体质情况和运动项目不同，活动时间也不一样。一般的小学生，每天活动一个半小时为宜；身体素质较好的，可以适当增加一些时间。

小学生更喜欢群体运动，可以选一些群体类体育活动，比如踢足球、跳皮筋等，在体会群体运动快乐的同时，达到锻炼的目的。

对于学生而言，每天完成什么强度的运动能达到锻炼的目的？就职于一家健身机构的教练小周告诉记者，活动前一定要先进行简单的热身。一般来说，当天运动后感觉肌肉稍微有点儿酸痛，第二天无疲劳感最好。