西宁“五一”前后赏花地图来了

春末夏初，走在西宁街头、走进公园、穿过广场，随处都可以和盛放的花儿撞个满怀。

丁香、探春、榆叶梅、山桃、山杏、连翘等纷纷进入盛花期，怒放出无比的绚烂。

“五一”假期正是踏青赏花好时节，快来打卡“花花世界”，感受花香四溢、姹紫嫣红，亲近美好春天。

人民公园：23万株郁金香待赏

探春、榆叶梅、山桃、山杏、连翘、丁香……走进人民公园，成片的花朵犹如彩色的云霞，将公园装扮得分外妖娆、春意盎然，5月1日至31日，人民公园将化身郁金香的国度。

今年，23万株珍品郁金香依时序逐渐开放。月初“粉色印象”“金色王朝”等早花品种织就锦绣地毯；月中“夜皇后”“黑英雄”等中花期品种渐次登场；月末“狐步舞”“天使之翼”等晚花珍品压轴亮相。园艺师特别采用“彩虹渐变”与“几何拼图”式栽植，建议游客选择工作日上午或小雨初霁时前往，独享花海静谧之美。

【赏花时间】5月

【路线】可乘6路、12路、13路、18路、25路、40路、106路等公交车到达。

南山公园：桃花朵朵惹人醉

远望深浅不一的桃粉在山间晕染，盛放的花朵晕开成宫缎上华丽的胭脂，将开未开的花苞则像浸过月光的淡粉珍珠。今年，南山公园与浦宁友好园为广大市民献上桃花主题展，体验“粉色浪漫”。

园内2100株桃树竞放嫣红，既有《诗经》“桃之夭夭”的古典意蕴，又暗合陶渊明笔下“芳草鲜美，落英缤纷”的桃源秘境。游客可沿山势缓步而上，于观景台俯瞰全城时，感受“人面桃花相映红”的诗画交融。特别推荐晨曦微露或暮色四合时前往，柔光中的桃花更显娇艳欲滴。

【赏花时间】4至5月

【路线】可乘17路、18路、19路、24路、31路等公交车到达。

海棠公园：云霞满园沉浸式赏花

嗅一缕花香，赏一片云霞。每到5月，海棠公园里的西府海棠、花红海棠、北美海棠等竞相绽放，引得市民前来观赏、拍照打卡，是市民周末休闲的好去处。

4月20日至5月20日，海棠公园开启文化沉浸式赏花体验。园区以海棠花地雕、青铜浮雕墙、主题雕塑群构建立体文化空间，特别设计的“赏花地图”引领游客穿越千年海棠文脉。

一树树的花开，一簇簇的花苞，在这里西府海棠、花红海棠、北美海棠等竞相绽放。雪白的花海和绿色的草地相映成趣，吸引游客踏春赏景，品闻花香。

【赏花时间】5月

【路线】可乘6路、29路、65路、K4路等公交车到达。

文化公园：牡丹花开待人来

“绝代只西子，众芳惟牡丹”，自古以来，牡丹便以“国色天香”之姿傲立群芳，其雍容华贵、大气端庄的风华，深深烙印在国人的审美与情感之中。在西宁，去文化公园看牡丹已成为市民出游必选。

今年，园内60余种、7000余株牡丹将惊艳绽放，其中，紫斑牡丹以斑斓之姿傲立风霜，还融合了中原雅韵洛阳牡丹，以倾城之色诉说千年风华。五月时节，文化公园化作花之秘境，牡丹如云霞舒卷，芍药似锦缎轻扬，丁香浅紫、海棠粉黛、榆叶梅娇艳、连翘金黄，各色花卉交织成春日华章，诚邀四方爱花之人共赴这场与花仙子的浪漫之约。

【赏花时间】5月中下旬

【路线】可乘14路、26路、29路、31路、63路等公交车到达。

园林植物园：高原绿植的聚集地

依山为屏，枕西山余脉而筑的园林植物园，将生态美学与人文意趣凝练于一隅。这座融合游览观光、科普研究、园林植物繁育推广、濒危植物保护等功能于一体的现代园林绿地，以苍翠林海为骨、以清泉石径为脉，构筑起一座会呼吸的“城市绿肺”。

春深时节，植物园化作流动的调色盘——山桃初绽如少女绯颊，连翘金瀑垂落石畔，榆叶梅灼灼似霞，牡丹雍容压枝，芍药含羞带露，丁香凝露成诗，海棠织就云锦。每年赏花季，倒挂金钟、探春、紫藤、山茶、火棘、石榴、金橘、枫树等造型精美、色彩艳丽的盆景共同编织出四季流转的视觉诗篇，让市民体验大自然的美好和人类智慧的结晶，感受绿色生态、自然美景带来的视觉盛宴。

【赏景时间】5至10月

【路线】可乘2路、30路、38路、47路、72路等公交车到达。

街头巷尾：和花儿撞个满怀

五六月间，西宁街头一改往日黯淡，到处姹紫嫣红，一片片花海、一条条花街、一座座花桥等待着和大家来一场浪漫的邂逅……

牵牛花、勋章菊、玛格丽特、三色堇、角堇等各色花卉在城市的大街小巷“绚烂登场”。在五岔路口绿地、青海宾馆景点、唐道景点、力盟景点、索菲特酒店门前景点、五四西路与海湖路交汇处等，五彩缤纷的花儿簇拥着，形成异彩纷呈、繁花夹道的优美景观。在凤凰山快速路两边，丁香、连翘、榆叶梅等竞相开放，五颜六色的花朵迎着风把高原春色带给匆忙行路的人们，满眼春色轻吻车窗，让旅途中的疲惫烟消云散。

另外，今年我市特别规划“春之萌·踏青之旅”精品路线：初春可按区位选择不同公园领略“草色遥看近却无”的景观；随着温度提升，可就近选择不同公园见证芽体萌动、新叶舒展、含苞待放的欣然，也可选择不同的南北山生态旅游片区体验春季登高踏青的喜悦；春末观赏南山公园“万枝丹彩灼春融”的桃花后，漫步至海棠公园体验“东风袅袅泛崇光”的海棠，再至人民公园徜徉“花开如锦映天光”的郁金香，同时还可选择游览其他公园不同的花境、花坛、花海等景观，将春景“一镜到底”。

（记者 师晓琼）

西宁市举办第二届职工群众羽毛球比赛

本报讯（记者 晴空 摄影报道）为喜迎“五一”国际劳动节，不断丰富职工群众体育文化生活，不断增强职工队伍凝聚力和战斗力，4月27日，由市总工会主办、市小桥工人文化宫、市五一工人文化宫、市职工书画院、生物园区工会工作委员会承办的“中国梦·劳动美”——西宁市第二届“最美劳动者杯”职工群众羽毛球比赛开赛。

本届赛事延续上一届的火热，通知一经发出，得到了广泛响应，共有来自全市各级工会的50支队伍、228名职工报名参赛。在为期4天的赛程中，分别进行男单、女单、混双3个项目的比拼。比赛现场，选手们以球会友、奋勇争先，为了共同的荣誉展开激烈对决，积极展现敢于拼搏、昂扬向上的良好精神风貌。

近年来，市小桥工人文化宫深入贯彻落实全民健身国家战略，以“文化宫搭台、职工参与”为宗旨，先后举办全民阅读、产业工人水上趣味运动会、民俗文化展演活动及各类球类棋类比赛，推动职工文体活动常态化、品牌化，让“我运动、我健康、我快乐”的理念深入人心。

节前客运检查 筑牢安全屏障

本报讯（记者 措毛）随着“五一”假期的临近，为确保我市客运治安稳定与群众出行安全，西宁市公安局交通治安分局采取了一系列有力举措，强化客运安全检查与治安巡查工作。

通过组织公交客运企业主管部门及安保部门开展警企座谈会，对节日前后客运形势和安防重点进行科学分析研判，围绕线路调配、运力保障、应急处置等方面进行深入沟通，进一步加大企业安全管理监督指导力度，提升企业安全主责意识和安全防范能力。

动态布警，紧盯客流高峰时段及重点线路站点，通过跟车巡防、普法宣讲、安全提示标语及音视频播放、设置治安临检点等方式，对安全驾驶、文明司乘、车内治安等方面进行抽查巡检。

此外，分局主动联合交通运输部门、辖区派出所以及企业安保部门，对客运站实名购票、三品查验、寄递物流等重点安防措施进行全覆盖巡检，并重点针对长途客车沿途拉客上货、非法运营等乱点乱象问题开展专项集中整治，有力维护和净化客运营商环境和客运治安秩序。

我市发布

“五一”假期消费提示

本报讯（记者 一丁）随着“五一”假期临近，新一轮的消费高峰将至，外出游玩、购物等将成为消费热点，西宁市市场监督管理局、西宁市消费者协会共同发布“五一”假期消费提示，提醒广大消费者践行科学文明消费理念、理性消费、节约消费、和谐过节。

消费者在购物时要理性，要选择证照齐全、信誉度高的商超、购物平台、网店等正规经营渠道，不轻信低价促销，不盲目听信商家的推荐，拒绝过度包装的商品。面对商家促销活动，仔细了解促销规则条款，注意商家的促销信息、适用范围和限制条件等，按需购买，避免陷入消费陷阱。外出就餐要选择证照齐全、环境整洁的餐厅，按需点餐，杜绝浪费，减少使用一次性餐具；不在无证或流动食品摊点购买食品，选购时认真查验食品外包装和保质期、保存条件等重要信息，科学保存、及时食用；崇尚勤俭节约，减少浪费，做到“光盘行动”，杜绝“舌尖上的浪费”。

节日期间，消费者旅游报团时要选择正规、信誉好的旅行社，要签订正规旅游合同，不参加“零团费”“秒杀价”等为噱头的低价游，不参加通过朋友圈、俱乐部等方式组织的游玩活动。面对商家推出的各类预付式消费，要理性对待，非必要不充值不办卡，确需办卡应选择证照齐全、管理规范和售后服务完善的商家，选择金额小、周期短的预付卡，并签署协议明确权利义务，避免不良商家卷款跑路，使自身权益受到侵害。

消费者在接受商品和服务时要注意保存消费凭证，自身合法权益受到侵害时，及时拨打12315进行投诉举报。

淬炼专业 守护成长

——我市开启儿童康复工作新篇章

本报讯（记者 王琼）为全面贯彻落实习近平总书记关于促进残疾人事业的重要指示批示精神，全面提升全市残疾人康复服务专业化水平，加强康复人才队伍建设。4月21日至26日，市残联举办全市残联康复工作人员培训班暨西宁市第二届残疾儿童（孤独症）康复技能竞赛。各县区残联康复工作人员和残疾儿童康复服务人员共106人参加了培训，9家残疾儿童康复机构参加了残疾儿童康复技能竞赛。

教学过程中，来自我市儿童康复领域的12位专业授课老师分别结合自身领域特长，详细讲解了西宁市孤独症儿童康复工作信息系统及实操、孤独症儿童康复评估方法、康复策略理论及实操等内容，通过互动交流激发学员思考，以案例分析加深知识理解，用实践操作提升动手能力，多种形式相结合，让学员们全方位、深层次地掌握了残疾儿童康复服务的前沿技术与方法。学员们纷纷表示，此次培训干货满满，对今后的工作具有极大的指导意义，回去后会将所学知识运用到实际工作中，为残疾儿童提供更优质、高效的服务。

全市6支代表队参加了残疾儿童康复技能竞赛。比赛现场，选手们凭借扎实的理论基础、精湛的专业技能和丰富的实践经验，有条不紊地完成各项任务，充分展现出了良好的工作水平和精神风貌。评委们则从专业角度出发，严格按照评分标准，对选手们的表现进行细致点评和公正打分。经过一番激烈角逐，最终6支参赛队脱颖而出。

此次培训班和技能竞赛的成功举办，为我市残疾人康复事业发展注入了新动力。通过系统培训，提升了康复工作人员的业务知识水平和专业工作能力，为提供更优质的康复服务奠定了坚实基础；技能竞赛为康复专业人员提供了展示自我的平台，以赛促学、以赛促练，激发了大家不断提升技能的积极性，有力地推动了康复机构规范化建设，开创了西宁市儿童康复工作的新局面。

今后，市残联将继续秉持为残疾人服务的初心，持续开展各类培训和竞赛活动，不断完善残疾儿童康复服务体系，为残疾儿童的健康成长保驾护航。