

“开江地”“观鸟地”邀您来赏北国春光

百家媒体助力黑龙江文旅品牌宣推活动启动

本报讯(记者 于博洋)3月21日,由黑龙江省委宣传部主办、黑龙江省文化和旅游厅承办的百家媒体助力黑龙江文旅品牌宣推活动在哈尔滨举行。活动现场,省文旅厅推出龙江春季旅游系列产品,并为黑龙江省文旅IP授牌。

正值黑龙江春回大地,万物复苏。今年,省文化和旅游厅以“北国春光 花开龙江”为主题,推出了春季旅游系列产品,包含“十大观开江地”“十大观鸟地”“十大赏花地”“十大登山地”,涵盖全省249个旅游目的地。活动现场,黑龙江省文化和旅游厅授予爽爽虎、淘学企鹅、嘟嘟和木木、呦呦和逗逗、北吉鹿、虎娃和雪妞、萌萌和油油、抚抚和远远、七彩家族、西施家族等黑龙江省文旅IP称号。希望通过旅游IP的打造,吸引更多的游客前来旅游,拓展旅游市场,促进旅游业的繁荣和发展。

2022年以来,黑龙江省文旅部门推出的营销宣推活动,凭借新颖的创意,形式多样的宣传手段,火热的宣传效果,在行业内赢得了多个奖项。其中,“千车万人自驾游龙江”活动荣获第六届中国文旅大消费“龙雀奖”最佳品牌营销推广项目奖和第九届中国旅游影响力营销案例。

《滑雪吧!少年》《漠河舞厅》荣获全国28个优秀宣传推广案例。哈尔滨极地公园荣获第11届“艾蒂亚”最佳主题公园旅游营销金奖。“黑龙江冰雪非遗盲盒”夺得第十三届虎啸奖。黑龙江文化和旅游厅快手账号被评为2022年度影响力政务账号。哈尔滨名列“中国十佳冰雪旅游城市”榜首,入选第九届中国夜游名城案例,中央大街步行街入选第九届中国旅游休闲街区创新发展案例。伊春先后荣获“冰雪旅游十佳城市”“中国康养旅游城市”等称号。塔河县文旅局局长都波被授予“中国首批冰雪旅游推荐官”。

为进一步助推“北国好风光 美在黑龙江”品牌美誉度和影响力,各家媒体将结合自身平台优势,通过多种宣推形式,进一步加大讲好“龙江文旅故事”,传播好“龙江文旅声音”,为中国式现代化龙江实践文旅篇章贡献更大力量。

活动现场,黑龙江省文化和旅游厅向全球媒体发出邀约,真诚地欢迎大家来黑龙江避暑养生、赏冰乐雪、休闲度假,亲身感受黑龙江独特的魅力。



松江生态美,江鸥恋冰城。(本报资料片)

本报(记者 李木双)随着气温不断转暖,国内游客的出游热度持续走高,众多景区再度开启“人从众”模式。

飞猪3月21日发布的《春季出游快报》显示,近一个月春游相关商品预订量快速增长,已超过2019年同期。近一个月,飞往黑龙江的机票预订量同比2019年增长119%,山东、浙江、北京、上海、广东等成为前往黑龙江旅游的热门客源地。“五一”期间哈尔滨酒店预订量与2019年同期相比增长了139%。

哈尔滨旅游吸引力持续提升

2023年春节期间,到黑龙江旅游整体旅游订单量同比2021年增长520%。冰雪消融后,黑龙江旅游吸引力依旧不断提升,根据数据显示,随着清明及“五一”假期的临近,游客的预订提前量相较于过去3年大幅提升,长线游需求持续回温。截至目前,“五一”假期的出游预订量相较于去年

预订火爆!“五一”冰城游人气旺

酒店预订量与2019年同期相比增长139%

同期增长超3倍,其中跨省游、出境游订单占比超八成。除港澳外,黑龙江、内蒙古、湖北、江苏、北京、辽宁、福建等成为截至目前“五一”假期出游预订量增速最快的目的地。

作为黑龙江省会的哈尔滨,已成为外地游客最重要的旅游目的地。数据显示,截至目前,“五一”假期哈尔滨的高星级酒店预订量同比2019年增长139%,其中哈尔滨中央大街、哈尔滨太平国际机场、哈尔滨西站、黑龙江大学、哈尔滨会展中心等是酒店预订的热门区域。

“游客回来了!现在每天都能接到外地游客电话,想要预订‘五一’假期的房间。”

中央大街某民宿老板李女士很兴奋,她不仅是“五一”期间房间预订火爆,以前夏天来哈尔滨避暑的南方老人也打电话咨询订房。

“2小时高铁圈”春游最热门

与长途游需要提前计划不同,在便捷、准时的高铁通勤方式带动下,“2小时高铁圈”成为不少龙江人的春季最热门出游区域。

近期,市民陈雪带着孩子乘坐火车到大庆博物馆参观。“我儿子头一次看到那么大的猛犸象骨骼,特别高兴。我给他租了讲

解耳机,他几乎在每个场景都要听完讲解才肯离开。我们在博物馆里游览了近5个小时。”

在哈尔滨极地馆,记者遇到带着孩子看白鲸表演的牡丹江市民刘先生。刘先生表示,他大学时在哈尔滨读书,对这里感情很深,经常带孩子来哈尔滨游玩。“我预订了5月份的酒店,准备带孩子去哈工程大学赏杏花,也让孩子体验一下大学的环境,鼓励他好好学习。”

数据显示,近一个月,东北虎林园、哈尔滨极地公园、天恒冰雪运动大世界、龙塔、海豚堡等成为黑龙江区域的春游热门景点。

前两月快递业务量同比增长超一成

哈市快递行业迎来“开门红”

本报讯(记者 刘希阳)在中通快递中央大街第二营业部,快递员小王又忙碌起来,“春节期间快递数量相对少一点,过了正月十五就忙起来了。”快递小哥的忙碌,印证哈市快递行业的欣欣向荣。记者从哈尔滨市邮政管理局获悉,今年1—2月份,哈市快递行业迎来“开门红”,业务量同比增长超过一成。

据统计,今年1—2月份哈市快递业务量累计完成7658.1万件,同比增长11.7%。其中,同城快递业务量累计完成1169.8万件,同比增长4.8%;异地业务量累计完成6436.5万件,同比增长13.7%;国际及港澳台业务量累计完成51.8万件,同比下降34.3%。

1—2月份,哈市同城、异地、国际及港澳台快递业务量

分别占全部快递业务量的15.3%、84.0%和0.7%;业务收入分别占全部快递业务收入的8.0%、51.1%和2.1%。与去年同期相比,同城快递业务量的比重下降1个百分点,异地快递业务量的比重上升1.5个百分点,国际及港澳台快递业务量的比重下降0.5个百分点。

1—2月份中,1月份包含春节假期,快递业务量相对较低。进入2月份,特别是正月十五过后,随着疫情防控政策优化调整后各行业陆续恢复正常经营,居民购买意愿恢复的同时,疫情防控不再对哈市商户对外发件产生影响,使得进出港快件量均有所提高,2月份快递业务量上涨明显,全市快递业务量完成4022.5万件,同比增长58.2%。

冰城摔跤手再夺5金

哈尔滨队在省运会开启“大包大揽”模式

本报讯(记者 张堃雷)继开赛首日7金中夺取4金,次日6金中豪取5金后,3月21日,在黑龙江省第十五届运动会摔跤项目第三个比赛日的争夺中,哈尔滨队延续了此前的“大包大揽”模式,夺取了当天7枚金牌中的5枚。

女子自由式摔跤比赛当天正式打响,进行了5个乙组项目的争夺。其中49.53、57公斤级金牌全部由大庆队选手收获,哈尔滨队则抢下了61和

65公斤级的两枚金牌。男子项目当天则进行了乙组古典式摔跤92和110公斤级两个级别的比拼,最终哈尔滨队选手姚鑫鑫和樊春雷不负众望,捍卫了哈尔滨选手在大级别上的荣誉。

作为省内摔跤项目的传统强队,哈尔滨队在该项目前三天的比赛中表现不俗。本届省运会摔跤项目将于25日收官,届时全部47枚金牌将各有归属。



@考试季的你 应对焦虑有6招

省重点校心理教师开出一剂考场“晕车药”

本报讯(记者 张巍)近一段时间以来,高中生的各类考试接踵而至。对于害怕考试、担心成绩不理想、心情郁闷的学生来说,如何面对和调整心态,更快恢复自信和正常学习尤为重要。本报记者特邀哈三中心心理教师车文路帮同学们开出一剂考场“晕车药”,应对考试前后的焦虑情绪。

1.正确认识考试焦虑。任何重大的事件都可能引发焦虑,这都是正常的,要正确认识焦虑并不一定是一件坏事,关键是我们要将焦虑水平维持在适度的水平。

2.适当宣泄负面情绪。当我们面对考试心情压抑时,可以寻找恰当的场合大哭一场,为自己的心情减压。

3.寻求后盾支持,汲取力量。可以多与家人、同学接触和联系,发信息、打电话把内

心的情感表达出来,听听他们的建议,合理寻求理解和支持。有时你会发现,倾诉过后会有一种豁然开朗的感觉。

4.记录美好时光。可以每天花费3分钟时间,以文字、拍照、绘画的形式,记录下愉悦、暖心的瞬间。研究显示,这个习惯有助于提升幸福感,提高心理弹性,增强抗挫折能力。

5.适量体育运动,丰富业余生活。运动对于身体成长、大脑休息和情绪调节等方面发挥着至关重要的作用,可以尝试深蹲、高抬腿、跳绳等运动,也可以在课余时间唱歌、诗朗诵等,做到劳逸结合。

6.精准靶向,现场赋能。考试中出现头脑空白时,可以闭上眼睛,在心中为自己加油鼓劲。同时,也建议尝试深呼吸和冥想放松的方法,帮助改善焦虑情绪。

促消费强信心 燃旺冰城烟火气

爱劳动 乐成长

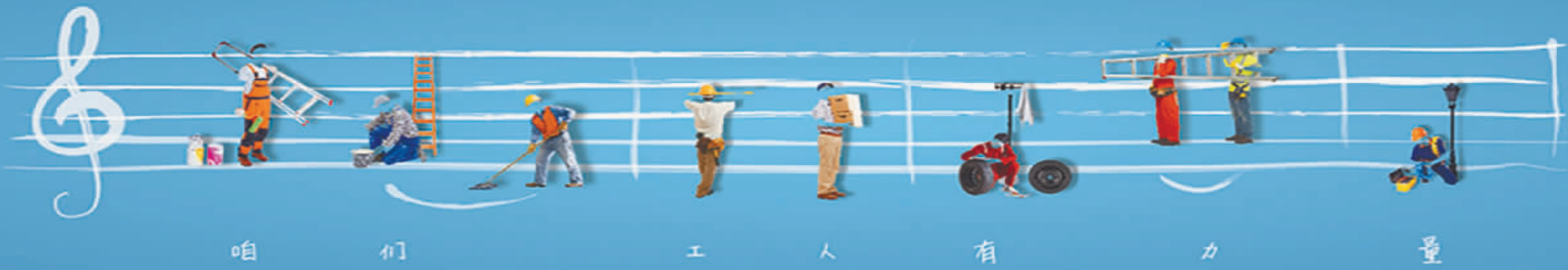
3月13日至17日,哈尔滨新区师范附属小学校组织四、五年级学生来到哈尔滨新区劳动技能学校,进行为期一周的校外劳动实践课程学习,以此锻炼学生健康的体魄、坚强的意志,培养乐观的性格、阳光的心态。

据介绍,哈尔滨新区劳动技能学校为学生们开设了软陶、篆刻、布艺、结艺、沙画、丝网花、摄影、茶艺、烘焙等12门专业课程。丰富的课程设置,不仅让孩子们亲手完成了精彩作品,更收获了劳动的快乐。

实习生 王嘉豪 本报记者 郑炜摄影报道



用团结协作 弘扬我们的时代主旋律



咱们工人有力量