

7月27日,北京中轴线申遗成功迎来一周年。这条全长7.8公里的“古都之脊”,在过去一年里焕发出蓬勃活力,吸引世界各地游客纷至沓来。在北京中轴线15处遗产点中,北京市属公园占了3处,分别是天坛公园、景山公园和中山公园社稷坛。记者从北京市公园管理中心了解到,一年以来,3处遗产点通过科技赋能加强文物保护、文物活化利用、推出科普研学活动等举措,让中轴线焕发出蓬勃活力。

## 3家北京市属公园遗产点打造古建数字档案 解锁中轴线文化新体验

□本报记者 周美玉

### 科技赋能 遗产保护注入新动力

为最大限度保留历史信息,夯实文物保护工作基础,助力历史文化遗产的精细治理和科学保护,天坛公园利用三维扫描技术构建古建台账,完成圜丘建筑群数据可视化采集,实现中和韶乐非遗“数字永生”,并推进可移动文物保护修复。

中山公园开展社稷坛等15处明清建筑及构筑物测绘,完成神厨神库等5处建筑修整,开展棂星门文物监测,完成105件文物数字化高清拍摄及12件木器藏品修复。

景山公园通过三维激光扫描技术,实现所有古建的三维建模及信息数字化存档,运用木质监测分析仪、探地雷达等设备定期为古建筑“体检”,依据监测数据制定针对性勘察方案与修缮建议。此外,景山园内所有石质文物信息均完成数字化采集,成功构建可追溯的“数字基因库”。

“运用先进的测绘技术,对具有典型性、代表性的文保单位、历史建筑建立3D数字档案,不仅可以把这些宝贵遗产保护好,提升管理水平和质量,还可以为后续的活化与利用提供翔实的基础数据,让文物绽放新光彩、焕发新活力。”北京市公园管理中心文物保护处处长李文海说。

### 活化利用 文创展览引爆热潮

在传承中轴线历史文化的同时,各公园注重丰富游客游览体验。天坛公园举办北京菊花展、月季花展以及“繁花雅韵”第二届叶子花展,非遗展演入选文旅部2025创新案例。中山公园推出“来今雨轩讲堂”文化品牌,举办公园保护、文化传承类学术讲座,利用腾退空间精心打造中国营造学社旧址展等文化展览。

景山公园首个“世界非遗版”春节活动以非遗市集、舞龙舞狮等点燃节日氛围,春季牡丹文化

节创新推出“夜赏牡丹”,游客络绎不绝;观德殿、绮望楼等展览殿堂影响力持续扩大;举办以掐丝珐琅、非遗等为主题的16项高品质展览,成为重要文化展示窗口。

此外,天坛、中山、景山三家公园巧妙地融入公园的历史、故事和美景,深度融入中轴线元素,推出丰富多样的文创产品。如天坛公园的天添如意、冬龙霁雪AR流沙冰箱贴,景山万春亭旋转冰箱贴等爆款迭出,这些承载着文化历史记忆的产品,助力了文化价值的传播。过去一年,仅冰箱贴领域,天坛公园就上新了祈年殿藻井分层冰箱贴等50余款中轴线建筑系列文创产品,年销量突破15万件。中山、景山公园推出百余款文创产品,受到游客喜爱。

### 研学科普 感受北京中轴线的文化魅力

围绕中轴线主题,天坛、中

山、景山3家公园精心策划并推出了一系列科普活动,让人们感受北京中轴线的文化魅力。其中,天坛公园以“中轴线上的生物多样性”为主题,依托公园古建、古树和观鸟等开展活动,开展了一系列精彩纷呈的科普活动。例如,“智慧天坛科普创意教具展”融合了天坛的古建筑之美、生态之韵、文化底蕴与科学智慧,通过科普文创与科普教具的创意结合,为市民游客带来了丰富多彩的科普体验,受众超249万人次。

中山公园开展中轴线主题科普活动23场,推出“中山论学”“中山风物”等线上科普活动。景山公园举办中轴线主题科普活动24场,内容涵盖景山历史文化、古建筑屋顶结构、古树观察实践等多个领域。这些活动以沉浸式体验为载体,让市民游客在互动中感悟中轴线文化的精髓。

## 当暴雨来袭 被困地下车库如何自救?

□本报记者 周美玉

夏季高温,汛期多雨,大风、暴雨等异常天气多发。入夏以来,多地发生暴雨天气过程,严重危害市民生命财产安全。近日,大兴区消防救援支队提醒广大市民,当前正值汛期,市民需提高防灾意识,远离灾害易发区,避免前往地下车库等地势较低区域。遇到险情及时报警,听从专业救援指挥,最大限度保障生命安全。

当暴雨来袭,地下车库因其地势低洼、排水系统易受冲击,常成为积水的重灾区,水位迅速上涨,被困者若缺乏应对措施,可能面临生命危险。“地下车库地势低洼,一旦遭遇极端暴雨,雨水可能迅速倒灌,短时间内淹没通道和出口。”大兴区消防救援支队新闻宣传科刘丙涛表示,近年来,国内多地曾发生因暴雨导致地下车库被淹、人员被困甚至溺亡的事故。

大兴消防提醒,暴雨天气下,应尽量避免进入地下车库,若已身处其中,则需迅速判断形势,采取正确方式逃生或等待救援。市民驾驶车辆到达地下车库,下车时若水位刚没过脚踝,且水位上涨速度较缓慢,应立即转移车辆。若水位已到小腿部位,且还在持续上涨,请立刻弃车逃生。市民从楼上到地下车库准备挪车时,若积水已至小腿,此时应立即逃生,不应再前往车库试图驾驶车辆。

停车场一般有3个出口,分别是车行坡道、疏散通道以及电梯,此时市民切勿乘坐电梯,这

是因为电梯可能因倒灌积水而使人员被困,应迅速从最近的车行坡道或疏散通道逃离。若出口已被淹没,市民应立即向车库内的高处,如楼梯间、通风设备平台转移,或攀爬到车辆顶部、钢架结构等稳固物体上,避免被水流冲倒。如果手机有信号,立即拨打紧急救援电话。同时,利用随身携带的手电筒、哨子等工具发出求救信号。市民在确认自身安全的情况下,可以协助其他被困者,帮助他们找到逃生路线或者提供浮力物品,使用救生圈、漂浮绳索等应急设备,将被困人员引向安全区域。

若被困车内,可使用安全锤、座椅头枕金属杆等尖锐物击碎车窗玻璃,优先选择侧窗迅速逃生,注意避免被碎玻璃划伤。被困人员应持续监测环境变化,及时调整逃生路径。若无法自行脱困,应尽量保存体力,拨打119或向外界发出求救信号,如用手机闪光灯、敲击金属管道等。

市民在暴雨季节来临前,应检查并熟悉地下车库的逃生路线和安全设施,确保在紧急情况下能够迅速反应。同时,及时关注气象预报和社区通知,了解暴雨动态,必要时提前将车辆移至安全地带。如果水流湍急或者水深不明,切勿轻易涉水行走,以免被冲走或陷入下水道口等危险区域。并在车上备有应急包,包括手电筒、应急锤、干粮、饮用水、急救药品等,在紧急情况下可以提供临时保障。



·广告·

房山区城管执法部门

### 开展燃气安全隐患排查整治工作

夏季高温,燃气安全不可忽视。为源头防范和减少非居民燃气用户安全事故发生,房山区城管执法部门采取“执法+普法”相结合方式,提高非居民燃气用户安全主体责任意识,引导养成良好用气习惯,共同筑牢燃气安全防线,营造共建共治共享的良好氛围。

阎村镇综合行政执法队联合多部门按照年度执法计划重点检查非居民燃气用户燃气使用合规性、气源合法性、报警器运行及气瓶间环境等。巡查中普及燃气安全法规,结合案例解读《北京市燃气管理条例》,增强商户责任与风险意识,确保隐患不反弹。

大石窝镇综合行政执法队积极参与镇域燃气安全培训,现场围绕燃气安全风险管控与隐患排查治理,督促责任单位

落实好燃气安全责任,并结合典型案例开展警示教育,引导公众增强安全意识,及时对燃气使用情况进行精准排查,全面梳理潜在风险点。

韩村河镇综合行政执法队以问题为导向,深入餐饮商户等重点场所,检查燃气管道、器具、报警器及软管使用情况,及时排查安全隐患,检查中开设“实景课堂”,通过讲解和资料发放普及安全知识,对隐患问题督促及时整改,建立长效管理机制。

下一步,房山区城管执法局将统筹全区综合行政执法部门紧扣《北京市燃气管理条例》,通过检查整改、普法宣传和长效监督,形成“排查—整改—宣传—复查”闭环管理,压实非居民燃气用户管理责任,提升市民群众安全意识。

(李安琦)

### 【健康红绿灯】

#### 绿灯

席地而坐真的能减压



研究发现,接触地面可减压,如高血压患者通过接地练习后血压显著降低,这与副交感神经活动改善血流、降低压力水平有关。另外,相较于正襟危坐在椅子、沙发上,席地而坐这种物理上的“低姿态”容易诱导让身体变得放松,有助缓解紧绷的神经。

夏天是拔罐的最佳时机



三伏天拔罐能借助罐内负压,将深藏在关节、脏腑中的寒湿之气“连根拔起”。尤其是常年待在空调房的人群,体内蓄积的湿毒无法排出,此时拔罐可起到“皮肤下的清道夫”作用。许多冬季加重的疾病,如老寒腿、慢性咳嗽、关节炎等,在三伏天拔罐治疗可达到事半功倍的效果。

#### 红灯

甜点会让人越吃越上瘾



甜点让人一吃就停不下来,这是因为,除了碳水化合物和蛋白质,经高温产生美拉德反应的香气让人欲罢不能,此外,精细粮中的碳水化合物在进入人体后迅速释放葡萄糖,当能量全部释放完毕很快会再次感觉饥饿。所以,甜点会让人上瘾,越吃越想吃。

熬夜后最好别喝咖啡和茶



熬完夜,有些人会喝咖啡、茶、能量饮料来恢复清醒。然而,咖啡、茶和能量饮料中都含有兴奋神经的物质,进入人体后会刺激中枢神经系统,暂时提高注意力,减轻疲劳感,但同时可能导致心跳加快、血压升高、焦虑、失眠等不良反应,引起心律失常,造成代谢紊乱。