

## 第一部分：2025 年职工疗休养服务内容

### 一、基本情况

（一）时间：预计 2025 年 6 月-10 月期间

（二）行程天数：6 天 5 晚

（三）人数：约 750 人次

（四）行程要求：每批次不少于五天（不含往返时间），收费景区控制在 2 个以内，外出参观原则上不超过 3 天。

### 二、行程方案

云南方案：彩云之下，邂逅云南动植物王国的绮丽诗篇（6 天 5 晚）

日 期		行 程		疗 养 内 容	地 点
第 一 天	全 天	云南省工人疗养院报到		抵达	昆明市 (住宿: 云南省 工人疗养院)
	晚餐 (地点: 云南省工人疗养院)				
第 二 天	上 午	【历史文化教育】在云南省工人疗养院—徒步行走, 进行有氧呼吸, 参观昆明市文物—磊楼和疗养院发展陈列室。		历史文化教育	昆明市 (住宿: 云南省 工人疗养院)
	午餐 (地点: 云南省工人疗养院)				
	下 午	【健康疗养】在云南省工人疗养院—进行拔罐、针灸、艾灸等健康理疗, 体验温泉游泳馆。		健康疗养	
	晚餐 (地点: 云南省工人疗养院)				
第 三 天	全 天	【健康疗养】在云南省工人疗养院—进行拔罐、针灸、艾灸等健康理疗, 体验温泉游泳馆。		健康疗养	昆明市 (住宿: 云南省 工人疗养院)
	午餐 (地点: 云南省工人疗养院)				
	晚餐 (地点: 云南省工人疗养院)				
第	上 午	【爱国主义教育】在云南陆军讲武堂—中国近代史上著名的军事院校全面了解讲武堂的百		爱国主义教育	昆明市 (住宿: 云南职

四天		年风雨沧桑，进一步激发爱党爱国的热情。 【健康疗养】在 <b>翠湖公园</b> —参观“高原翠绿”， 体验参观昆明人日常生活景色。	健康疗养	工之家)
		云南职工之家报到		
	午餐（地点：云南职工之家）			
	下午	【历史文化参观】在 <b>昆明市</b> —市区内文化众多的 街区自由活动参观，感受云南独具特色的传 统民族文化的魅力。	特色疗养	
	晚餐（地点：云南职工之家）			
第五天	上午	【景观疗养】在 <b>石林</b> —参观喀斯特地貌奇观， 险峻奇异的怪石，奇特的喀斯特地貌被列为全 球八大自然景观。剑状、蘑菇状、塔状、柱状、 城堡状职工之家疗休养区石芽、原野等，拟人 似物，栩栩如生	地区特色 产业参观	昆明市 （住宿：云南职 工之家）
	午餐（地点：学成饭店）			
	下午	【地区特色产业参观】在 <b>斗南花市</b> —亚洲最大 鲜花交易中心，了解及体验云南花文化，感受 昆明的生态之美。	特色疗养	
	晚餐（地点：云南职工之家）			
第六天	上午	出发返程，结束愉快的疗休养行程	返程	

疗休养费用：5000.00 元/人

陕西方案：陕西省工人疗养院疗休养（6天5晚）

日期	交通	行 程 安 排	住宿
第一天	大巴	安排专车统一接西安北站/咸阳机场，至陕西省工人疗养院办理入住。 18:00-19:00 在宴会厅一楼用晚餐（自助） 20:00-22:00 温泉水疗	陕工疗 (2人1间)
第二天	大巴	07:30-8:00 在宴会厅一楼用早餐（自助） 08:00-12:00 秦始皇帝陵博物院（兵马俑） 12:00-13:00 在宴会厅一楼用午餐（自助） 14:20-15:00 健康知识讲座 15:00-18:00 健康理疗 18:00-19:00 在宴会厅一楼用晚餐（自助）	陕工疗 (2人1间)
第三天	大巴	07:30-8:30 在宴会厅一楼用早餐（自助） 08:30 劳模楼前拍照合影 08:40-12:00 西安事变纪念馆、八路军西安办事处 12:30 午餐（院外） 14:00-18:00 西安城墙、永兴坊、钟鼓楼广场 18:00 晚餐（院外） 19:00--21:00 大唐不夜城	陕工疗 (2人1间)
第四天	大巴	07:30-8:30 在宴会厅一楼用早餐（自助） 08:40-12:00 袁家村——关中特色民俗村 12:00 午餐（院外） 下午 企业参观交流（暂定银桥集团） 18:00-19:00 在宴会厅一楼用晚餐（自助）	陕工疗 (2人1间)

第 五 天		07:30-8:30 在宴会厅一楼用早餐（自助） 09:00 手工制作 养生艾草锤 12:00-13:00 在宴会厅一楼用午餐（自助） 14:30 颂钵疗愈，可放松减压、改善睡眠、平衡能量 18:00-19:00 在宴会厅一楼用晚餐（自助） 20:00-22:00 温泉水疗	陕工疗 （2人1间）
第 六 天	大巴	07:30-08:30 在宴会厅一楼用早餐（自助） 上午整理行装，准备返程，安排专车统一送西安北站/ 咸阳机场	返程

注：患高血压、心脏病、皮肤病及皮肤有创口者不建议参加水疗，饮酒后严禁参加水疗。

疗休养费用：5000.00 元/人。

## 呼伦贝尔方案：六天五晚夏季行程

日期	交通	行 程 安 排	住 宿
第一天	大巴	疗休养成员到达基地首先进行欢迎仪式，然后在办理入住的同时由基地工作人员讲解此次行程及基地各部门概况。 16:00-17:30 举行疗休养座谈会 17:30-18:30 晚餐（三楼桌餐） 18:30-22:00 健康水疗（泡温泉、汗蒸、助浴、茶水服务）	颐和温泉酒店
第二天	大巴	乘车前往红花尔基樟子松国家公园，在森林公园全天参加丛林穿越、参观森林博物馆（午餐品尝林区特色餐） 07:00-08:00 早餐（酒店餐厅） 08:00-10:00 乘车前往红花尔基国家森林 10:00-16:00 全天在森林公园 16:00-17:30 返回基地 18:00-19:00 晚餐（自助餐厅） 18:30-22:00 健康水疗（泡温泉、汗蒸、助浴、茶水服务）	颐和温泉酒店
第三天	大巴	参观参观莫尔格勒河及历史博物馆 07:00-08:30 早餐（三楼自助早餐） 08:30-10:30 参观呼伦贝尔历史博物馆 10:30-11:30 返回市区 12:00-14:00 午餐（自助餐） 14:00-17:00 参观老舍笔下的九曲十八湾的莫尔格勒河 17:00-19:00 晚餐（自助餐厅） 19:00-22:30 健康水疗、游泳健身、娱乐活动。1. 泡温泉、助浴；2. 台球、棋牌室、活动室	颐和温泉酒店
第四天	大巴	放松身心，原生态牧户体验 07:00-08:00 早餐（自助餐厅） 09:30-10:30 乘车前往特伦社区 08:30-09:30 乘车前往特伦马术营地	颐和温泉酒店

		09:30-16:30 全天在马术营地 午餐在营地品尝特色餐，活动项目；有骑马。垂钓项目 16:00-18:30 乘车返回基地 18:30-19:30 晚餐（三楼自助餐厅） 18:30-20:30 健康水疗、娱乐活动（泡温泉、台球、棋牌室、活动室）。	
第五天	大巴	心理健康讲座、参观优秀民族企业 07:00-08:00 早餐（自助餐厅） 09:30-11:00 沙盘讲座 聘请党校心理讲座老师为大家做一场别开生面的沙盘心理讲座 11:30-13:00 午餐时间（自助餐厅） 14:30-16:30 参观当地优秀民族企业 17:30-19:30 晚餐（特色蒙餐） 18:30-20:30 健康水疗、娱乐活动（泡温泉、台球、棋牌室、活动室）。	颐和温泉酒店
第六天	大巴	返程：午餐后休息，欢送仪式后根据航班情况送机返回温馨的家 07:00-08:30 早餐（三楼自助早餐） 08:30-10:30 健康讲座 12:00-13:00 午餐（自助餐）	

疗休养费用：5000.00 元/人。

## 安徽方案：皖南 6 日康养之旅

日期		时间	活动内容	餐饮	备注
第一天	上午	至旌德	前往旌德海螺国际大酒店-开始康养之旅		
		15:00-15:10	前往景点		
		15:10-16:10	国安木雕博物馆（约 1 个小时）		
		17:00-18:00	酒店晚餐	海螺	
		18:30-19:30	趣味团建	海螺厅	
第二天	上午	07:00-09:00	自助早餐	海螺	
		09:00-9:30	前往景点		
		9:30-10:30	路西茶园（约 1 个小时）		
	下午	11:00-12:00	酒店用餐	海螺	
		15:00-16:30	手工制作		
		17:00-18:00	酒店晚餐	海螺	
第三天	上午	07:00-09:00	自助早餐	海螺	
		09:00-10:30	前往景点		
		10:30-12:00	新四军军部旧址（约 1 个半小时）		
	下午	12:00-13:10	就近安排午餐	农家乐	
		13:10-14:00	前往景点		
		14:00-15:30	宣纸文化园（约 1 个半小时）		
		15:30-16:20	返回酒店		
		17:00—18:00	酒店晚餐	海螺	

第 四 天	上午	07:00-09:00	自助早餐		
		09:00-9:15	前往景点		
		9:15-10:15	应季采摘（约 1 个小时）		
		10:15-10:30	返回酒店		
	下午	11:00-12:00	酒店午餐	海螺	
		12:00 之后	酒店休闲娱乐（棋牌、乒乓球等）		
		17:00—18:00	酒店晚餐	海螺	
第 五 天	上午	07:00-8:30	自助早餐	海螺	
		8:30-9:40	前往景点		
		9:40-11:40	呈坎		
	下午	11:40-12:30	就近安排午餐	农家乐	
		12:30-15:30	呈坎+周边自由活动		
		15:30-16:40	返回酒店		
		17:00—18:00	酒店晚餐	海螺	
第 六 天	上午	07:00-09:00	自助早餐	海螺	
		适时返程	结束愉快的康养之旅		
特别提示:因当地交通等原因,在不减少景点的前提下,基地根据交通等情况前后调整景点顺序;行程中所厅仅供参考,待具体日期和行程确认后,根据实际预订情况做最终确认。					

疗休养费用：5000.00 元/人。



## 江苏方案：宿迁三台山疗休养六日行程

日期	详细行程	用餐	住宿
第一天	宿迁市区—三台山疗休养院	早中晚	三台山 职工疗 休养院
	<p>上午：机场接站，前往疗养院办理入住。</p> <p>中午：疗养院餐厅体验四季养生餐 A 楼二楼自助餐厅</p> <p>下午：15:00 向导带领参观：▶ <b>【三台山国家森林公园】</b> 位于骆马湖国家级旅游度假区，距骆马湖 3.8 公里，属马陵山麓余脉，总用地面积约 12.7 平方公里，是一座以五彩森林景观、自然山水观光、文化艺术体验、森林休闲度假为特色，集历史文化、科普教育、运动健身为一体的综合性森林公园，是国家 AAAA 级旅游景区、国家级森林公园。包含游览项目有梨兰会、衲田花海、镜湖、雾森栈道、紫薇园等。</p> <p>参观结束返回酒店，17:30 晚餐。</p> <p>晚上：19:00 在酒店自由活动、棋牌游戏</p>		
第二天	康养知识讲座·洋河酒厂文化旅游区	早中晚	三台山 职工疗 休养院
	<p>上午：7:00 - 8:30 自助早餐三台山职工疗休养院 A 楼二楼自助餐厅。</p> <p>9:00-11:00 三楼多功能厅开展康养知识讲座</p> <p>中午：11:30 集合午餐</p> <p>下午：15:00 参观<b>【洋河酒厂】</b>，它是一个集酒文化、历史、工艺于一体的工业旅游区。游客可以参观酒厂的生产线，了解洋河酒的酿造工艺，品尝美酒，并参观酒文化博物馆。参观内容酒厂生产线参观、洋河酒酿造工艺展示、酒文化博物馆。</p> <p>参观结束返程三台山职工疗休养院晚餐。</p>		
第三天	洪泽湖湿地公园·大王庄红色基地	早中晚	三台山 职工疗 休养院
	<p>上午：7:30 - 8:30 自助早餐三台山职工疗休养院 A 楼二楼自助餐厅酒店大门口。</p> <p>8:30 大巴统一集中出发。</p> <p>9:50 参观<b>【洪泽湖湿地公园】</b>北枕世界闻名的京杭大运河，南依中</p>		

日期	详细行程	用餐	住宿
	<p>国南北分界点淮河，东临烟波浩渺的洪泽湖，是充分利用洪泽湖湿地国家级自然保护区的资源优势打造的集观光旅游、生态休闲、科普教育等为一体的旅游区。</p> <p>中午：12:00 在洪泽湖湿地附近用餐品大闸蟹。用餐结束后，13:20 集合乘坐大巴前往泗洪大王庄。</p> <p>下午：14:30 开始游览参观【泗洪大王庄】，老一辈无产阶级革命家彭雪枫、刘瑞龙、邓子恢、张震等曾在这里战斗生活过，留下许多感人的军民鱼水情故事。誓师广场、司令部、大伙房、军营、拓展训练营、拂晓剧团、军政大学报告厅和十九处领导人旧居。基地设施功能齐全，是集党性教育、爱国主义教育和红色教育为一体的大型培训基地。</p> <p>18:00 返回职工疗养院晚上用餐</p>		
第四天	三台山景区内活动	早中晚	三台山职工疗养院
	<p>上午：7:30 - 8:30 疗养院用早。</p> <p>9:00 统一乘车到三台山国防园。</p> <p>9:30 三台山国防园参观红色教育基地。</p> <p>中午：12:00 用餐及午休。</p> <p>下午：在疗养院大草坪做团队拓展活动。</p> <p>17:30 晚餐</p> <p>晚上：酒店自由活动，可适当组织棋牌比赛</p>		
第	水晶博物馆·青松岭温泉		

日期	详细行程	用餐	住宿
五天	<p>上午 7:30-8:30 疗养院用早餐</p> <p>8:30 大巴统一集中出发，前往连云港东海水晶博物馆。</p> <p>10:00 游览【东海水晶博物馆】。中国东海水晶博物馆是目前我国规模最大、等级最高、唯一以水晶为主题的专题性博物馆，该馆集水晶精品展示、硅工业展示、历史文物展示、学术研讨、国际交流等多功能于一体，汇聚了东海及世界各地品质最好、工艺精美的天然水晶和水晶工艺品，演示水晶形成的奇特景观，向世人展示水晶世界的晶莹之美与无穷魅力，对于提升东海的水晶产业竞争力，促进水晶与文化的融合具有重要的意义。</p> <p>中午：12:00 午餐。</p> <p>下午：13:30 游览青松岭体验东海森林温泉，青松岭森林公园园内松柏苍翠，溪流纵横，环境优美。依附丰富的植物资源和野生动物资源，按照原生态标准重点打造珍稀植物园、万亩金银花基地、自驾游基地三大景区及长寿泉、竹园、情人谷、滑草场、龙泉、钓鱼台、烧烤台、野外拓展训练基地等多处景点，地方特色明显。泡温泉。</p> <p>17:30 晚餐结束后返回酒店</p>	早中晚	三台山职工疗养院
第六天	<p>休息，返程</p> <p>7:30-9:30 早餐</p> <p>早餐结束稍作休整，大巴车送站至机场，返回温馨的家</p>	早餐	

疗休养费用：5000.00 元/人。

## 湖北恩施方案：6 天 5 晚康养(专属定制). 凉城之恋

日期	行程安排	当地交通	用餐	住宿
第一天	抵达被誉为绝色仙境、湖北利川；抵达后入住酒店体验土家文化晚餐,晚餐后散步滨江沿岸观赏夜景。	飞机/动车	晚餐	利川开元
第二天	早上8:00酒店早餐,8:30左右乘车前往中国最美丽的地方 ”评选中被评为 “最具旅游价值溶洞 ” 的世界六大特级溶洞之一, “亚洲第一大溶洞 ” 腾龙洞; 12:00点结束游览腾龙洞景区, 后回酒店午餐午休; 15:00 前往龙船调非遗服饰,学习西兰卡普手工; 约17:00返回酒店晚 餐,晚餐后可自由活动,漫步清江河边,感受利川城的唯美夜景。	当地用车	早中晚	利川开元
第三天	早上8:30酒店早餐,后统一乘车前往龙船水乡; 12:00返回酒店午餐, 午餐后在酒店稍作休息两小时; 15: 00 前往60 公社; 17: 00-19:00在 60公社十八碗享用土家特色晚餐,长桌宴、摔碗酒 、篝火晚会。晚餐后回酒店休息。	当地用车	早中晚	利川开元
第四天	早上8:30在酒店用完早餐, 后乘车前往【团堡镇黄泥坡经开蔬菜产业园】, ; 大约12:00乘车返回酒店午餐, 后午休两个小时;	当地用车	早中晚	利川开元

	15:00 后乘车前往星斗山利 川红茶叶旗舰店品茶; 17:00回酒店晚餐, 晚餐后自由活动或在酒店休息。			
第五天	早上9:00在酒店用完早餐, 前往【利川市非遗文化展示馆】; 后前往龙船调公园土家特产超市, 品腊肉、白杨豆干、莼菜, 恩施富硒小土豆, 了解其制作或种植工序, 品尝独特的味道, 感受美食与当地文化的融合。 12:00乘车返回酒店, 中餐后返回房间休息两个小时; 下午可自由活动或由我们统一安排专业团建教练做一场趣味团建活动。 17:00酒店晚餐, 晚餐后返回房间休息。	当地用车	早中晚	利川开元
第六天	酒店早餐后, 导游根据客人的飞机/火车时间, 统一集合乘车送客人前往机 场/火车站, 结束愉快轻松的利川疗养之旅, 返回温馨的家。	动车/飞机	早中晚	

疗休养费用：5000.00 元/人。

### 三、保障服务

（一）人员团队：全程带班老师陪护，落地配备医护人员，并具有相应资质。

（二）车辆：包含大巴、考斯特、商务车等车型，购买车辆损失险、不计免赔险、乘客险及第三者责任险等。

（三）驾驶员：

1. 取得相应准驾车型驾驶证，并具有三年以上驾驶经历，年龄 25 周岁—60 周岁；

2. 最近连续三个记分周期内没有被记满 12 分记录;
3. 无致人死亡或者重伤的交通事故责任记录;
4. 无酒后驾驶或者醉酒驾驶机动车记录,最近一年内无驾驶客运车辆超员、超速等严重交通违法行为记录;
5. 无犯罪记录;
6. 身心健康,无传染性疾病,无癫痫病、精神病等可能危及行车安全的疾病病史,无酗酒、吸毒行为记录。

(四) 住宿标准: 按照要求, 全程住宿选择五钻或四星级及以上酒店或自治区总工会、盟市工会挂牌的职工(劳模)疗休养基地。

(五) 餐饮: 定制合理营养的饮食标准, 并与当地特色菜相结合, 营养搭配的餐食不少于 8 菜一汤 2 主食, 凉菜 2 道, 热菜 6 道, 3 荤 3 素。兼顾健康需求、地域特色、人文关怀, 打造“科学营养+情感共鸣”的餐饮体验。

(六) 暖心服务: 疗养结束后赠送当地文创、特产等伴手礼。

## 第二部分：2025 年劳模疗休养服务方案

### 一、基本情况

（一）时间：预计 2025 年 6 月-10 月期间

（二）行程天数：7 天 6 晚

（三）人数：约 50 人次

（四）行程要求：

鼓励将参观活动与爱国主义教育、红色教育相结合，激发劳模的爱党爱国爱人民情怀和民族自豪感。参观以革命传统教育基地、先进企业及社区、社会主义新农村、博物馆、纪念馆等为主，可适当安排参观具有当地代表性的人文和自然景观，其中，收费景点控制在 3 个以内。外出参观原则上不超过 3 天。

### 二、行程方案

彩云之下，邂逅云南动植物王国的绮丽诗篇

日 期		行 程	疗 养 内 容	地 点
第一天	全天	云南省工人疗养院报到	抵达	昆明市 （住宿：云南省 工人疗养院）
	晚餐（地点：云南省工人疗养院）			
第二天	上午	【历史文化教育】在云南省工人疗养院—徒步行走，进行有氧呼吸，参观昆明市文物—磊楼和疗养院发展陈列室。	历史文化教育	昆明市 （住宿：云南省 工人疗养院）
	午餐（地点：云南省工人疗养院）			
	下午	【健康疗养】在云南省工人疗养院—进行拔罐、针灸、艾灸等健康理疗，体验温泉游泳馆。	健康疗养	
	晚餐（地点：云南省工人疗养院）			
第	全天	【健康疗养】在云南省工人疗养院—进行拔罐、针灸、艾灸等健康理疗，体验温泉游泳馆。	健康疗养	昆明市 （住宿：云南省

三天	午餐（地点：云南省工人疗养院）			工人疗养院）
	晚餐（地点：云南省工人疗养院）			
第四天	上午	【爱国主义教育】在 <b>云南陆军讲武堂</b> —中国近代史上著名的军事院校全面了解讲武堂的百年风雨沧桑，进一步激发爱党爱国的热情。	爱国主义教育健康疗养	昆明市 （住宿：云南职工之家）
		【健康疗养】在 <b>翠湖公园</b> —参观“高原翠绿”，体验参观昆明人日常生活景色。		
	云南职工之家报到		报到	
	午餐（地点：云南职工之家）			
	下午	【历史文化参观】在 <b>昆明市</b> —市区内文化众多的街区自由活动参观，感受云南独具特色的传统民族文化的魅力。	历史文化参观	
		晚餐（地点：云南职工之家）		
第五天	全天	【景观疗养】在 <b>石林</b> —参观喀斯特地貌奇观，险峻奇异的怪石，奇特的喀斯特地貌被列为全球八大自然景观。剑状、蘑菇状、塔状、柱状、城堡状、石芽、原野等，拟人似物，栩栩如生。	景观疗养	昆明市 （住宿：云南职工之家）
		午餐（地点：宜良学成饭店）		
	晚餐（地点：云南职工之家）			
第六天	上午	【民族文化学习】在 <b>云南省博物馆</b> ——讲述了从远古文明直至云南和平解放的历史发展进程，以文物为引领，全面系统地展示了云南各族人民在红土高原创造的厚重历史和辉煌文明。	民族文化学习	昆明市 （住宿：云南职工之家）
		【民族文化学习】在 <b>官渡古镇</b> —参观老昆明历史文化古镇，参观金刚塔。		
	午餐（地点：鑫盛达餐厅）			
	下午	【地区特色产业参观】在 <b>斗南花市</b> —亚洲最大鲜花交易中心，了解及体验云南花文化，感受昆明的生态之美。	地区特色产业参观	
晚餐（地点：云南职工之家）				
第七天	上午	出发返程，结束愉快的疗休养行程	返程	

疗休养费用：5000.00 元/人。

### 三、保障服务



（一）人员团队：全程带班老师陪护，落地配备医护人员，并具有相应资质。

（五）车辆：包含大巴、考斯特、商务车等车型，购买车辆损失险、不计免赔险、乘客险及第三者责任险等。

（六）驾驶员：

2. 取得相应准驾车型驾驶证，并具有三年以上驾驶经历，年龄 25 周岁—60 周岁；

2. 最近连续三个记分周期内没有被记满 12 分记录；

3. 无致人死亡或者重伤的交通事故责任记录；

4. 无酒后驾驶或者醉酒驾驶机动车记录，最近一年内无驾驶客运车辆超员、超速等严重交通违法行为记录；

5. 无犯罪记录；

6. 身心健康，无传染性疾病，无癫痫病、精神病等可能危及行车安全的疾病病史，无酗酒、吸毒行为记录。

（七）住宿标准：按照要求，全程住宿选择五钻或四星级及以上酒店或自治区总工会、盟市工会挂牌的职工（劳模）疗休养基地。

（五）餐饮：定制合理营养的饮食标准，并与当地特色菜相结合，营养搭配的餐食不少于 8 菜一汤 2 主食，凉菜 2 道，热菜 6 道，3 荤 3 素。兼顾健康需求、地域特色、人文关怀，打造“科学营养+情感共鸣”的餐饮体验。

（六）暖心服务：疗养结束后赠送当地文创、特产等伴手礼。

### 第三部分：阳光少年工会夏令营活动方案

#### 一、基本情况

（一）时间：预计 2025 年 7 月-8 月期间

（二）行程天数：5 天 4 晚

（三）人数：约 320 人次

#### 二、行程方案

##### 阳光少年工会夏令营活动方案

日期	时 间	内 容	教学目的
第一天	08:00	集合出发恩格贝绿色教育基地	
	9:00-09:30	到达恩格贝-开班仪式	
	9:30—10:00	铭记历史 • 共守山河：参观自治区爱国主义教育基地——抗日英雄纪念馆 开营仪式：英雄坡下的誓言 聆听“恩格贝抗日民族联军”故事（蒙汉军民联合抗日事迹）。 集体诵读《中华民族共同体宣言》， 佩戴民族团结徽章	通过抗日英雄故事，感悟各民族共御外敌、共建家园的团结精神。
	10:00—10:30	现场教学：参观三鸵园（非洲鸵鸟、澳洲鸵鸟、驼羊）。	了解动物的习性、特征，喂食鸵鸟、抚摸驼羊，与小动物亲密接触。
	10:30—11:30	实验教学：干旱荒漠地区沙生植物调查，并亲手种植多肉体验。	了解与认识沙漠地区沙生植物的特征。
	11:30—12:00	现场教学：徒步参观创业屋、半月湖。	1. 了解恩格贝历史，见证创业者艰辛。 2. 尽览绿意盎然，体验碧波荡漾。
	12:00—12:30	午 餐	

	12:30—15:00	午 休（办理入住）	
	15:00—16:00	沙漠博物馆研学：绿洲背后的民族力量； 主题：30 年治沙史中的“民族协奏曲” 内容：参观治沙成果展，分析科学家、牧民、 志愿者（含多民族）的合作案例。	在沙漠治理实践中体会各族人民的协作智慧，理解“绿水青山就是金山银山”的共同使命
	16:00—17:00	体验教学（半月湖）：绘制“民族团结英雄图谱”，挖掘历史中的多元民族贡献。	1. 培养孩子感受美、欣赏美的情趣和创造能力。 2. 加深孩子们对恩格贝沙漠变绿洲的认识，体现对家乡的热爱。
	17:00—17:30	互动教学：少儿“红歌会”（党旗附近）	1. 培养青少年的爱国情操。 2. 传唱红色经典，践行红歌精神，礼赞百年华诞。
		晚 餐	
	7:30—8:30	营 养 早 餐	
第二天	08:40—09:20	体验教学：生态实践：共植“同心林”，学生结对种植象征团结的“杨树”树苗，悬挂写有民族团结寄语的铭牌。	1. 亲近大自然，体验劳动的快乐。 2. 关心爱护绿色生命，保护身边绿化成果。 3. 营造绿色环境，树立绿色观念，传播绿色文明。
	09:20—10:30	体验教学：沙漠徒步，寻迹团结之路 教学主题：沙漠小知识	1. 倡导环保，呼唤绿洲。 2. 感受大漠黄河的雄奇，体验沙漠徒步的快乐。 3. 茫茫戈壁的空旷与清静使孩子的身体和心灵受到洗礼，坚持不放弃，考验意志。
	10:30—11:30	沙漠游乐设施体验（探险车、骑骆驼、滑沙）	骑上骆驼，坐上探险车，穿越那金色的沙丘，每一次起伏都带来无尽的惊喜与探索的渴望。感受滑沙带来的快乐体验。
	12:00—12:30	午 餐	
	12:30—14:30	午 休（办理退房手续）	
	15:00—16:30	体验教学：画出我心中的恩格贝。 画出为时 2 天在孩子们心中的恩格贝。	1. 培养孩子感受美、欣赏美的情趣和创造能力。 2. 加深孩子们对恩格贝沙漠变绿洲的认识，体现对家乡的热爱。
	16:30—16:45	结营仪式：颁发“恩格贝研学纪念章”，合唱《同心共筑中国梦》	

准格尔旗（08:00 集合出发）			
日期	时 间	内 容	教学目的
第三天	10:00—11:30	大路博物馆：博物馆以其独特的建筑造型、丰富的展览内容和现代化的展示手段，成为了准格尔旗的文化地标和重要的文化旅游景点。	博物馆的展品和展览布局往往会引发观众的思考，激发他们对各种问题的的好奇心，促使观众主动探索和学习，培养独立思考和解决问题的能力。
	12:00—13:00	午餐	
	14:30—16:30	准能露天矿：位于鄂尔多斯市准格尔旗境内，是国家“八五”“九五”计划重点建设项目和我国自行设计自行施工的特大型露天煤矿，年生产能力达到3400万吨。	让参观者直观认识露天矿的开采方式、工艺流程，包括穿孔、爆破、采装、运输等环节，以及相关的大型采矿设备，如挖掘机、卡车等，增加对矿业工程的感性认识，掌握矿业领域的基础知识。
	16:40—18:30	返回东胜晚餐	
日期	时 间	内 容	教学目的
第四天	上午	由东胜区文旅集团与内蒙古浦森研学科教文化有限公司联合投资，利用闲置房屋改造建成，总建筑面积达1.9万平方米。营地布局28间实验室，划分人工智能与科学两类，配备四大展厅，设有2600平方米餐厅及7000平方米住宿区，日接待能力超1000人。	人工智能展厅内有能精准完成动作指令和简单互动交流的智能机器人，还有智能下棋机器人、仿生机器鱼、中医诊脉机器人、3D光固化打印机、巧克力打印机等，并设置了AI互动体验区及脑波对抗区域。强国展厅以智能互动投影技术为载体，是一个集强国、强军、党建、文旅、科技发展等主题的多元化载体。未来科技体验厅和象限视界则利用裸眼3D、立体环抱式四折叠屏幕等尖端视觉呈现方式，为孩子们提供了与科技共舞的独特空间。

	中午	午餐（象限空间）	
	下午	体验新能源卡丁车、木工坊手工	创意、机械臂操控与应用、地外之壤、星际光伏之旅、3D 打印等在内的 7 大主题、20 多种课程，充分鼓励学生们探索科技的无尽可能。
	17:30	晚餐、住宿（象限空间）	
第五天	08:30	集合出发鄂尔多斯青铜器博物馆	
	09:00-10:30	鄂尔多斯青铜器博物馆；是一座以收藏、展示和研究鄂尔多斯青铜器为主题的专题性博物馆，是世界上收藏鄂尔多斯青铜器数量最多、品种最全、研究价值最丰富的博物馆。	通过展示丰富多样的文物、艺术品、标本等，向观众传授历史、文化、艺术、科学等多领域知识，帮助观众了解人类文明的发展历程和自然世界的奥秘。
	11:00-12:00	参观：青少年法治社会实践基地	向青少年传授宪法、民法、刑法、劳动法等各类法律知识，使人们了解法律的基本概念、原则和规定，明白什么是合法行为、什么是违法行为，以及违法后应承担的法律后果。
	12:00	午餐 返程	

夏令营费用：2500 元/人

### 三、保障服务：

（一）人员团队：全程带班老师陪护，活动基地配备医护人员。

（二）住宿标准：爱国主义教育基地或研学营地，酒店不低于三星级

（三）餐饮：定制适合中小学生学习饮食标准，营养搭配的餐食不低于 4 菜一汤 2 主食。

（四）交通车辆：运营车辆均为三年内购置的新型大巴，搭载 ABS 防抱死、ESP 车身稳定、胎压监测等主动安全系统，配备安全锤、灭火器、应急医药箱等设施；车内配备航空级舒适座椅、独立 USB 充电口、空调新风系统。

（五）司机团队：大巴司机均持证上岗，具备 5 年以上长途客运驾驶经验，通过严格岗前培训与定期安全考核。

（六）暖心服务：提供个人表现总结（如独立能力、团队协作等）。主动联系家长，说明孩子在营期间的进步与亮点，发送活动照片、视频，记录孩子的难忘瞬间。

## 第四部分：产业工人队伍建设改革专题培训方案

### 一、基本情况

（一）时间：预计 2025 年 6 月-10 月期间

（二）行程天数：6 天 5 晚

（三）人数：约 100 人次

### 二、课程内容

#### 【课程设置】

日期	时间	授课专题	师资介绍
第一天	全天	学员报到、办理入住	
第二天	8:00-08:30	开班典礼、集体合影	
	8:30-11:30	《进一步全面深化改革，推进中国式现代化——党的二十届三中全会精神及全国两会精神解读》	左亚文 武汉大学马克思主义学院 二级教授、博士生导师
	14:30-17:30	现场教学：湖北省劳模工匠文化公园考察学习	
第三天	8:30-11:30	《习近平关于安全生产和应急管理重要论述》	桂汉良 湖北省社会主义学院党委委员、副院长，省社科院研究员
	14:30-17:30	现场教学：汉口中华全国总工会旧址纪念馆参观学习	
第四天	8:30-11:30	《产业工人队伍建设改革和基层工会组织工作与实务》	罗远业 湖北省总工会干部学校高级讲师、博士，湖北工会学理事，全国职工代表培训骨干教师，武汉大学特聘讲座教授

	14:30-17:30	现场教学：产改试点企业——高端智能制造企业华工科技集团 2022年6月28日，习近平总书记来到武汉华工激光工程有限公司考察，强调把科技的命脉牢牢掌握在自己手中，不断提升我国发展独立性自主性安全性。	
第五天	8:30-11:30	《劳动争议调解实务方法与技巧》	<b>喻术红</b> 武汉大学法学院劳动与社会保障法研究中心主任、教授、博士生导师
	14:30-17:30	《工会如何参与构建和谐劳动关系，维护劳动领域政治安全》	<b>班小辉</b> 武汉大学法学院副教授，武汉大学劳动与社会保障法研究中心副主任
	17:30-18:00	结业仪式、颁发证书	
第六天	全天	高铁送站、集体返程	

培训费用：5000.00 元/人

### 三、保障服务：

（一）人员团队：全程带班老师陪护，落地配备医护人员，并具有相应资质。

（二）车辆：包含大巴、考斯特、商务车等车型，购买车辆损失险、不计免赔险、乘客险及第三者责任险等。

#### （三）驾驶员：

1. 取得相应准驾车型驾驶证，并具有三年以上驾驶经历，年龄 25 周岁—60 周岁；
2. 最近连续三个记分周期内没有被记满 12 分记录；
3. 无致人死亡或者重伤的交通事故责任记录；
4. 无酒后驾驶或者醉酒驾驶机动车记录，最近一年内无驾驶客运车辆超员、超速等严重交通违法行为记录；



5. 无犯罪记录；

6. 身心健康，无传染性疾病，无癫痫病、精神病等可能危及行车安全的疾病病史，无酗酒、吸毒行为记录。

（四）住宿标准：按照要求，全程住宿选择五钻或四星标准及以上酒店。

（五）餐饮：定制合理营养的饮食标准，并与当地特色菜相结合，兼顾健康需求、地域特色、人文关怀，打造“科学营养+情感共鸣”的餐饮体验。

（六）暖心服务：为每位学员提供一个定制资料袋，包括笔、笔记本、学员手册、手绘地图、大学校徽，方便大家学习；提供学员及单位各一张集体照；学员完成课程学习，颁发结业证书。