

双 流 合 抱 塑 新 城



云中河景区。张存良摄

（上接第一版）

“双流合抱”不仅是地理奇观，更是忻州城的生命线与文化基因。从边塞烽烟中的军事屏障，到生态治理后的城市绿脉，双流的故事，恰是忻州人与自然千年对话的缩影。今日凭栏望水，仍可听见历史长河的回响——那是云中河的波光潋滟，也是牧马河的蹄声渐远。

云中河璀璨蜕变 成为国家4A级景区

近年来，忻州市先后提出建设宜居宜业宜游宜创新兴工业园城市和打造有特色、有魅力、有品质、生产生活性价比最优精品城市的发展目标，坚持以人民为中心，把环境整治、生态修复、城市建设作为最大的民生工程。云中河景区的建设历程是生态治理与文旅产业融合发展的典范，通过多年的持续投入和科学规划，从昔日的“烂河滩”蜕变为国家级4A景区及康养旅游目的地。

云中河景区建设是忻州市委、市政府接续奋斗接力推进的重点工程，全长4.57公里，占地206.36公顷，旨在改善城区生态环境。初期工程包括河道整治、绿化及桥梁建设，打造“一河两岸、四桥连架”的景观廊道。云中河从“水少沙多、杂草丛生”的荒滩转型为植被覆盖率达70%的生态廊道。通过引米家寨水库之水形成156公顷水域，复建慕山桥、牧马桥、七一桥、云中桥等四座风格各异的桥梁，打造荷花池、湿地公园，吸引天鹅、野鸭栖息。云中河景区于2020年获评国家4A级旅游景区，并逐步向国家级旅游度假区目标迈进。2022年启动22.75平方公里的国家级度假区规划，分六板块推进，整合温泉、文化、运动等资源。

如今，十里云中河景区似一幅从西向东徐徐展开的山水画，五彩斑斓，美不胜收。以云中河房车营地为起点直通双乳湖畔的20公里自行车专用骑行道将景区风光与自然田园风光连接起来。夕阳西下，独自骑一辆单车出发，到云中河畔小憩，听一

曲《云水禅心》古筝曲，看河面碧波荡漾，两岸树木葱茏、桃李含情、丁香吐蕊，吟一首宋词，或清照、或柳永……仿佛远古圣贤，又仿佛天外来客，是一种无可比拟的逍遥与享受。

忻州温泉资源丰富，拥有“氡水”“氟水”“硅水”等珍稀温泉，水温43—86℃，具有医疗康养价值。2024年，投资3.4亿元的云沐温泉度假酒店开业即爆满，成为太忻一体化文旅康养标杆项目。

同期，度假区累计投入超48亿元，建成“五馆一院”（博物馆、图书馆、体育馆、大剧院等）、房车营地、康养小镇、特色民宿等设施，形成“温泉+康养+文化”复合业态。通过“清凉自在地，康养云中河”品牌推广，吸引了大批游客和都市休闲族，景区节假日客房需提前7天预订，温泉经济带动了旅游、吸纳了就业，并拉动餐饮、文创等产业协同发展。

青山不墨千秋画，绿水无弦万古琴。云中河景区的蜕变，是忻州将生态劣势转化为资源优势的典型案例。通过“治河、兴产、惠民”的协同发展，云中河从生态痛点转变为集防洪、生态、文旅功能于一体的“城市绿肺”；已形成“蓝绿交织、水城共融”的生态画卷。不仅重塑了城市生态景观，更激活了文旅康养经济链，成为山西乃至全国绿色发展的示范标杆。

牧马河华丽转身 成为田园牧歌式城市新景观

城南古渡入滹沱，说是云州牧马河。岚水声中白浪小，舟山影里翠纹多。明末清初诗人卢世澹的《忻州过牧马河》，生动地描述了牧马河在岚水声中泛起白浪，山影倒映在水面上形成翠色波纹的诗意场景。

牧马河作为忻州的“母亲河”之一，历史上曾因水量丰沛、灌溉丰饶而闻名。两岸常有白鹤翔集，翩翩起舞；但自上世纪60年代起，上游来水减少、河道断流，加上污水排放、垃圾堆积等问题，导致河床沙化、生态恶化，成为市民“掩鼻而过”的污染源，

严重影响沿岸居民生活质量和城市形象。

对牧马河的改造修复是一项系统性生态工程，旨在恢复河流生态功能、提升城市环境品质，并推动区域经济与生态协调发展。忻州市委、市政府于2022年启动牧马河流域生态修复工程，总投资12.2亿元，以“太忻北绿肺、雄安后花园”为定位，融合海绵城市、生态康养等理念，构建“水清岸绿、产城融合”的生态廊道。

牧马河生态公园全长4.7公里，核心项目规划用地2552亩，建设蓄水橡胶坝6座、滨河步道及绿化景观，兼具蓄水、休闲、科普功能，新建污水处理厂及配套管网，调整农业种植结构以减少面源污染；对流域内32座非煤矿山实施停产搬迁。2024年底，国道108线改建工程中跨牧马河大桥完成转体施工，促进区域交通与生态协调发展。牧马河的改造修复借鉴雄安新区经验，采用“微干预、微蓄水”手法，保留原有农田和树林，打造“一河两路、三桥五场、六林一塘”的“牧马十八景”，并布局杂粮农业示范园、森林儿童乐园等功能区。主要建设内容包括续建干渠20.2公里，改造支渠244.86公里，提升灌溉水利用率至46%，实现年节水700万立方米，改善灌溉面积4.87万亩；并打造588亩生



牧马河公园健身步道。张存良摄

安全生产 提质增效

忻州神达望田煤业多维度织密安全“防护网”

本报讯 今年以来，山西忻州神达望田煤业以创新思维重构安全管理逻辑，打出“深化隐患排查整治、强化安全宣教、推进科技赋能”组合拳，织就一张覆盖全员、全域、全程的安全防护网，推动安全生产治理能力持续提升，为企业高质量发展夯实安全根基。

关口前移，深化隐患排查整治。“小袁，你今天血压有点高啊，你去医务室再量一下，如果还高的话，今天先不要下井，看看什么情况引起的……”6月2日，在该公司综采工区中班班前会上，党支部副书记张洪光对安全不放心人员采取相应措施。这是该公司人员下井前的第一项流程，也是必不可少的一项。

该公司把安全“关口前移、重心下移”，通过建立健全隐患人员排查、“每日一题”安全培训、观看警示教育片、当班安全风险辨识、安全宣誓等内容的标准化工作流程，持续提高班前会召开质量。他们从细处着手，抓实抓牢人的不安全因素，严格安全风险源头防控，以流程化、精细化管理推动安全防护措施在一线落地见效，切实让班前会成为筑牢安全生产的第一道屏障。

“13107回风顺槽风机前2#风筒接口处有破口，请立即处理。”在该公司组织的日常安全隐患排查中，检查人员宋维勇指着风筒上的一处1厘米左右的细微破口，对现场作业人员说。

隐患排查整治是安全管理的核心任务。该公

司聚焦采掘区域、主要巷道、矿井密闭、煤仓等特殊区域和边缘地点，组织开展拉网式、地毯式大排查，确保不留死角、不留盲区。同时制定下发《重点区域巡查管理规定》，从人、机、物、环、管方面进一步规范管理技术人员隐患排查流程，推动隐患排查制度化、规范化。

今年以来，该公司累计排查并整改安全隐患273条，管控不放心人员35人。从班前风险评估到日常隐患排查整治，如同无形的防护屏障，将安全防线延伸至每个人、每个作业环节，实现从“被动应对”到“主动防控”的本质转变。

强化宣教，营造浓厚安全氛围。“我是望田煤业的大石头，我不同意不戴安全帽进入工业广场……”该公司制作的“我不同意”系列安全短片，以魔性的声音，宣传安全常识和各工作点存在的安全隐患，引起职工广泛关注。

该公司坚持把安全生产宣传教育作为提升安全能力的重要途径，多渠道、多形式开展宣传教育活动，努力营造全员关注安全、参与安全的浓厚氛围。今年以来，公司通过建设语音广播宣传阵地，制作安全教育宣传短片，发送安全提示信息，悬挂宣传标语，开展线上、线下宣讲等多种形式，累计覆盖1800余人次，营造了浓厚的安全氛围。

此外，该公司组织全员观看《黑色三分钟生死一瞬间》等160多个真实事故案例，借助山能E

学平台，完成二季度煤矿安全生产法律法规专题学习。组织103名管理人员对新下发的17部法规进行深度学习研讨。组织全体管理人员收听收看专题讲座2场次。

科技赋能，提升安全监管效能。“前方设备运行，请注意安全……”在该公司综采工作面，当笔者即将接近转载机时，触发系统融合语音警示，提醒笔者前方存在安全隐患。

据了解，该公司在采掘运输设备和危险区域安装具备语音警示、定位报警和危险停机多重功能的“电子围栏”，人员进入危险区域时，系统发出现场声光报警提示和定位报警，同时触发设备停机，极大地提升了设备安全性能和现场安全指数。

科技助安，智能保安。公司对视频监控系统进行升级改造，引进智能顶板离层仪，通过高精度位移传感器实时采集顶板下沉数据，将传统人工测读的“毫米级”数据转化为动态数字信号。建设无人值守机电硐室门禁系统，实现井上下变电所、水泵房等重要场所自动化控制无人值守，非专业人员无法进入要害场所。

“安全生产永远在路上。我们将以坚定的决心、有力的措施、扎实的工作，不断提升安全生产治理能力和水平，为集团公司破局求进高质量发展贡献力量。”该公司党委书记、总经理谢志红表示。

（马旭心）

市房地产建筑业仲裁法律服务中心揭牌

本报讯 6月13日上午，忻州仲裁委员会与忻州市住房和城乡建设局联合召开“仲裁服务保障住房和城乡建设事业高质量发展”专题座谈会，并为“市房地产建筑业仲裁法律服务中心”揭牌。这标志着忻州住建领域纠纷解决机制迈入专业化新阶段。

会议指出，住建领域与民生保障、社会稳定紧密相关，纠纷处理不当易引发连锁风险。企业负责人应积极了解仲裁制度，充分利用其程序简便、快捷、专业性强等优势，推动仲裁制度在房地产领域和建筑业的普及应用，优化法治化营商环境，防范化

解市场风险，促进房地产业和建筑业平稳健康高质量发展。

会议要求，住建部门在房地产开发、工程建设、物业管理三大领域深化仲裁应用，通过完善合同示范文本、加强政策引导等措施，推动仲裁成为行业纠纷解决的重要渠道。

在专题辅导环节，仲裁委法律专家系统讲解了仲裁法律制度的优势及特点，以及运用仲裁手段解决房地产业、建筑业、物业管理等领域纠纷的流程，并就合同示范文本中仲裁条款的约定对企业进行了实务指导。

（本报通讯员）

巩固提升创文创卫成果

忻府区倡导文明餐桌新风尚

本报讯（记者张志远）民以食为天，食以俭养德。今年以来，忻府区大力倡导文明用餐，持续推进“光盘行动”，营造了珍惜粮食、拒绝浪费的餐桌新风。不少餐馆、酒店杜绝浪费有妙招，大部分市民也已将“光盘行动”变成了习惯。

位于七一南路岗岗社区对面的一家包子店，每天都会吸引市民前来用餐。包子店负责人表示，开业以来，绝大多数食客都会践行“光盘行动”，做到吃多少点多少，人走盘“光”。遇上吃不完的情况，工作人员也会主动提醒顾客打包带走。经常来这里用餐的周女士说：“打包不丢脸，浪费才可耻。一粥一饭当思来

之不易，哪怕剩的食物不多，我也会打包带走。

餐桌文明是社会文明的缩影，也是城市文明的窗口之一。在忻州古城一家餐馆，记者看到每张餐桌上都放有“光盘行动，从我做起”的提示语。食客点餐时，工作人员会特意提醒顾客适量点餐，避免浪费。该餐馆负责人表示，为了防止浪费现象的发生，餐馆从自身做起，根据顾客人数提供大份菜、小份菜，并在点餐环节提醒消费者适量点餐。同时，餐馆还在显眼位置通过醒目的提示语提醒消费者厉行节约，摒弃不良进餐习惯，增强文明消费意识。

（上接第一版）

贴心服务有温度： 全流程守护“安居路”

从政策宣传到手续办理，街道打造“一站式”服务链。工作组设立专门咨询服务站，安排业务骨干“一对一、面对面”为安置户宣传安置房分配政策，讲解选房流程和所需资料；针对行动不便居民开展“上门答疑”。此外，研究制定了严格的委托选房制度，委托人员需携带相关证件及委托申请，经居委会审核、会议现场确认“双把关”后方可代为选房，确保程序合法合规。

“终于实现了爸妈跟我们住在一个小区，离市医院这么近，看病方便多了。”安置户张大姐和马大姐将一面写有“真情为民办实事心系百姓解民忧”的锦旗送到街道办工作人员手中，道出了30户家庭的共同心声。

作风建设永不止：

民生答卷映照初心使命

这场安置攻坚战，既是民生工程，更是

（胡应忠）

忻州西站派出所：

筑牢铁路防汛安全防线

本报讯 近期，忻州西站派出所积极谋划防汛减灾工作，主动对接地方应急、气象部门，联动铁路部门，做到早谋划、早部署、早准备，全力保障铁路运输生产安全。

做实路地协调沟通。主动对接属地应急管理局、气象部门开展工作协商，及时通报强降雨、塌方、泥石流等极端天气信息。应急部门做好人力、物力的支撑保障，铁路部门做好灾情预警监测，发现紧急情况及时通报。

加强基础信息采集。联合铁路部门对辖区线路进行全面摸排，确保潜在灾情得到有效管控。对管内潜在洪涝点进行实地调查分析，记录地势特征，绘制方位地图，做到底数清、情况明。

提前联动演练磨合。先后出动警力名，联合站区铁路单位在大西高铁忻州西站周边开展防洪演练。演练严格按照应急处置预案进行，明确各单位职责分工，细化应急处置流程，取得了良好效果。

（王林丽）

健康教育

保护胃部健康，哪些细节需注意？

每日与我们相见的筷子，或许正成为威胁胃部健康的“隐形杀手”。不少家庭将筷子用到开裂、褪色仍舍不得丢弃，却不知长期使用的筷子，表面会布满肉眼难察的细小凹槽，成为细菌、霉菌肆意滋生的“安乐窝”。辽宁抚顺市第二医院普外科副主任医师耿超提醒，定期更换筷子，可降低致病物质传播风险，守护胃部健康。

上海市消保委实验显示，使用超6个月的筷子，霉菌数量比新筷高出30%。木筷、竹筷，表面易磨损，吸水受潮后容易成为黄曲霉毒素和幽门螺杆菌滋生的温床。此外，部分塑料筷或劣质一次性筷子在高温下可能释放甲醛等有害物质，危害健康。不同材质的筷子更换周期不同，木筷、竹筷建议每3—6个月更换一次，一旦出现裂痕、霉斑或异味，应立即丢弃；不锈钢、陶瓷筷因表面光滑不易藏菌，可每3个月检查一次，若未出现明显磨损，可适当延长使用时间。

除定期更换筷子外，餐具养护与饮食选择对守护胃部健康同样关键。耿医生介绍，餐具清洁也有大学问，成把清洗的筷子菌落总数比单根清洗高30%—50%，建议将筷子分开清洗，用洗洁精擦拭后彻底冲

洗。高温消毒是有效手段，100摄氏度沸水煮10分钟可杀灭99%的致病菌，但黄曲霉菌的杀灭需区分菌体与毒素：菌体可通过高温、紫外线灭活，而毒素需280摄氏度以上高温或碱性处理，日常家庭环境中一般无法杀灭。此外，家中常用的碗盘、砧板、刀具和洗碗布也易“藏污纳垢”，日常清洁与定期更换不可忽视。

值得警惕的是，大家常挂在嘴边的“趁热吃”这一习惯暗藏风险，有些人把“趁热吃”变成了“趁烫吃”。国际癌症研究机构经过评估后认为，饮用温度超过65摄氏度的热饮有致癌风险。耿医生建议，食物温度应控制在10—40摄氏度为宜。

胃部健康筛查，是预防胃部疾病的“前哨站”。幽门螺杆菌是胃炎、胃癌的主要诱因之一，建议健康成年人定期检查幽门螺杆菌。同时要注意饮食分餐，使用公筷。此外，胃镜检查对于发现胃部疾病以及早期胃部恶性疾病的筛查至关重要。随着科技进步，无痛胃镜也越来越普及，检查痛苦大幅降低。耿医生建议成年人每3—5年进行一次胃镜检查，为胃部健康筑牢防线。

（据《人民日报》）