

代县：全民健身激发古城新活力

在代县,无论是清晨的公园、广场,还是各乡镇的健身站点,总能看到大量群众热情投入篮球、羽毛球、太极拳、广场舞、健步走等运动的身影,让人感受到生命律动的澎湃活力;夜晚的体育馆内,一场场激烈赛事轮番上演,传递出这座城市活力四射的赛场氛围。体育,已经深深融入当地群众的日常生活中。代县,这座承载千年历史的文化名城,如今正涌动着蓬勃的现代体育热潮,为古城注入了全新的活力与健康风尚。

全民健身网络“遍地开花”,家门口的锻炼触手可及

近年来,代县深入贯彻落实全民健身国家战略,以建设高质量全民健身公共服务体系为目标,先后印发《全民健身实施计划(2020—2025年)》《关于构建更高水平全民健身公共服务体系的意见》和《加强全民健身场地设施建设补齐健身设施短板五年行动计划》。在国家体育总局的帮扶下,强化顶层设计,加大资金投入,自2021年以来,该县先后投资9000余万元用于体育场地设施建设,推动体育设施向信息化、智能化提质升级,建成雁门关国家冰轮竞训基地,升级改造学校体育场地设施,新建新旧城体育场馆的信息化管理服务系统,建设正宁体育公园和农村运动场,铺就社区健身步道。代县现有体育场地1120个,场地面积约54.27万平方米,人均体育场地面积3.17平方米,已提前达到“十四五”规划目标;15分钟健身圈已覆盖城乡,极大改善了当地群众的健身条件。

2024年,该县4个体育场馆年接待群众突破300万人次。仅2025年上半年,4个体育场馆就接待群众约162万人次。

“体育是提升群众幸福感、获得感的重要途径,也是展示代县形象、促进社会经济发展的重要抓手。”代县体育部门负责人表示,将继续完善全民健身服务体系,培育特色赛事品牌,探索“体育+”融合发展新路径,让体育成为赋能代县高质量发展的强

劲动力引擎。

特色赛事擦亮古城名片,赛场成为展示代县形象的新窗口

近年来,代县在体育事业发展方面表现活跃,通过体育赛事实现了文化、经济、社会的多维提升,形成“以赛促旅、以旅带产、以产惠民”的良性循环,成为小县城通过体育撬动发展的典范。

2024年,该县举办全国U18青年拳击锦标赛、“寻找美丽中华”全国旅游城市定向赛、“奥跑中国”全国大众路跑赛、全国小金属地球球冠军赛、全国短道草地掷球锦标赛、第一届全国全民健身大赛(华北山西区)广场舞大赛和轮滑赛、山西省首届掷球锦标赛、山西省第18届羽毛球友谊赛、山西省第十届跤坛争霸赛等赛事活动54项,赛事天数达到205天,活动761场次,参赛人次约1.5万人,现场观赛人次达19万,举办地点辐射了城乡、校园、景区等多个场域;参与人群覆盖全年龄段。今年以来,已举办雁门关山地越野跑、“雁门关武术英雄会”全国杨家武术邀请赛暨山西省三十四届传统武术锦标赛、第三届“代州黄酒杯”挠羊赛等赛事活动近40项、400余场次,参赛人数约1.5万人次,现场观众人数约20万人次。4000人参赛的代州古城半程马拉松赛正在紧张筹办中,拟定于8月31日开赛。

代县还深挖自然人文禀赋,精心打造独具魅力的品牌赛事。依托雄奇险峻的雁门关,山地徒步、登山挑战赛等户外活动吸引了众多国内外爱好者踊跃参与。当地还举办了武术锦标赛、挠羊赛,将传统武术、民俗体育元素纳入赛事活动,不仅提升了群众参与度,更成为展示代县特色文化的重要窗口。

“体育+”赋能文旅融合,体育为城市发展注入新动力

高频次、多样化赛事活动的举办,进一步激发了该县群众的参赛热情,带动了全民健身热潮,催生了体育赛事经济。体育赛事活动“聚人气、提士

气、扬名气、促经济”的多元功能和综合价值得到进一步凸显。文旅、餐饮、住宿、交通、体育装备销售等直接带动相关产业的“赛事经济”已成为代县经济发展新路径。

6月22日,雁门关景区对参加雁门关山地越野跑的参赛选手实行免门票政策,推动了“参赛+旅游+消费”产业链延伸,累计吸引超3000人次深度游览。据悉,赛事期间,周边酒店预订率同比增长60%,餐饮、零售等消费额提高35%,有效激活县域经济活力;代县剪纸、串珠工艺、黄酒酿造等十余项当地非遗项目传承人在比赛的起、终点现场展示传统技艺,吸引超2000人次驻足体验,推动非遗文化“破圈”传播。另外,组委会精心筹备的美食盛宴成为赛事的一大亮点。在赛道补给点及起、终点美食区,代州熬鱼、莲花枣馍、雁门打卤面、阳明堡碗托、干禧特制凉粉、雁门烩菜等特色美食色香味美,让选手感受“舌尖上的代县”,其中鲜香浓郁的代州熬鱼深受选手喜爱。这届赛事创新推出“助农直播”特色板块,邀请电商主播推介代州黄酒、小米、杂粮面等农特产品。直播全程累计浏览量达68万人次,订单超2000单,创下当地单场赛事助农带货新纪录。直播中,主播深入讲解雁门关历史与产品故事,实现文化传播与产品销售“两头甜”,为乡村振兴开辟新路径。

“体育+”的创新实践,有力推动了该县体旅的深度融合,为当地文旅产业开辟了新的增长点。

代县这座有着17万人口的小城正在书写着体育强县的精彩华章。如今,代县经常参加体育锻炼的人数比例已达43.8%。“体育让代县更美好”不再是一句口号,更是撬动县域经济转型的强劲动能。

放眼未来,代县这座千年古州,正以昂扬的姿态,在全民健身的浪潮中焕发新的生机。体育精神与文化遗产的交相辉映,必将为代县人民创造更加健康、美好的生活图景,谱写古城发展的崭新篇章。

(刘 睿)



深谷幽静藏美景

宁武情人谷以自然美景吸引了众多游客前来“打卡”。近日,宁武芦芽山旅游度假区的情人谷景点迎来众多游客,大家避暑赏景,感受着情人谷的自然之美。

刘 强 摄

清凉环境+多彩活动引客前来

市图书馆暑期接待超6万人次

本报讯 今夏持续高温,市图书馆清凉舒适的阅读环境和丰富多彩的文化活动,成为市民避暑充电的热门选择。据统计,截至目前,该馆今年暑期已累计接待读者超过6万人次。

走进市图书馆阅览区,凉风习习,座无虚席。备战考试的学子、查阅资料的银发族、沉浸阅读的青少年在此各得其所。“这里环境安静、资料齐全,学习效率是家里的3倍!”一位常来的读者告诉记者。馆内不仅提供恒温的舒适环境,还延长开放时间至晚7点半,满足市民多样化需求。

除基础阅读服务外,该馆还精心策划四大类文化活动:亲子互动——

“小手拉大手”绘本故事会,吸引多组家庭参与;知识普及——“秀容讲坛”推出中医养生等专题讲座,深受养生爱好者喜爱;技能培训——公益考编讲座、美妆课程等实用活动惠及众多市民;特色展览——张子琳书画文献展、赵树理《小二黑结婚》传播影响展、《听说,这里是山西——日常的魅力》生活艺术展等三大主题展览,收获群众好评。

目前,该馆线下活动预约持续火爆,其精准捕捉市民需求,将基础服务与深度体验相结合,让文化资源真正“活起来”。

(杨 怡)



杨 煌 摄

透视研学游的“冷”与“热”

名便大幅抬价。家长希望孩子“读万卷书,行万里路”,最终却发现是浅尝辄止、到此一游,甚至还存在安全隐患,又怎会情愿为这样的研学游买单?

聚焦提质升级,才能赢得好评、赢得市场。研学游兼具丰富孩子知识、减轻家长负担的优势,近年来市场规模迅速扩大。蛋糕越是快速做大,越要回归研学初心,注重解决问题,共促行业良性发展。无论是解锁新体验新玩法,还是聚合“人无我有、人有我优”的资源,抑或开辟小众赛道,受欢迎的研学产品,一定是找准了方向,让孩子学有所得、游有所获。这就需要去伪存真,在打造精品课程上用心,在提升研学实效上用力,助力孩子在游历与实践中成长本领、加快成长。

换个视角看,当下研学游的“局部降温”,也不失为行业发展的新契机。如今,从教育部等多部门发布《关于推进中小学生研学旅行的意见》,到旅游行业标准《研学旅游服务要求》等实施,制度规则越来越完善。多地治理研学游乱

象,推荐特色研学线路,众多博物馆、科研院所等公共机构加入,高质量供给愈加丰富。研学游市场正经历大浪淘沙,更严格的监管、更多元的需求、更激烈的竞争,净化了发展环境,打开了市场新空间,有利于行业加快转型升级。在这种背景下,谁的创新能力强、服务品质高,谁就能收获口碑、收获增量。

把握平衡,让研学游产品的商业性与研学教育的公益性更好兼容。自古以来,以脚步丈量天地,在实践中体悟人生,一直是获取知识、收获精神成长的重要途径。对研学游而言,研是载体,学与才才是目的。顺应消费者需求,进行寓教于乐的差异化设计,提供从“学”到“研”的深层体验,严守货真价实的诚信规则,持续提升服务品质,这样的研学游产品才会受到家长和孩子的青睐,在激烈竞争中脱颖而出。

研学,拥有独特价值与魅力。经过不断的淬炼、淘洗,研学游行业定能在高质量发展的轨道上行稳致远,更好助力教育强国建设。

(据《人民日报》)

本报讯 近年来,市发改委高度重视推进青年理论学习提升工程,聚焦青年干部思想淬炼、政治历练、实践锻炼、专业训练,通过完善学习成长机制,搭建互学共进平台,常态化开展周五“发改讲堂”,推动青年干部学习有组织、有方向,实现理论学习更规范、更精准、更高效。

加强组织领导。市发改委党组将“发改讲堂”视为提升干部综合素质的关键举措,推进青年理论学习工作统筹规划,精心制定并印发了《忻州市发改委“发改讲堂”制度》,从制度层面明确了主讲人、内容主题、形式方法等关键要素,激发全体干部主动学习、用心分享的热情,逐步形成“人人上讲台,个个当讲师”的良好学习态势。

精选授课师资。讲堂既有老同志分享丰富的实践经验,也有年轻干部带来创新视角的鲜活表达,既讲理论方法、政策案例,又谈成绩、点问题,使年轻干部在提升理论素养的同时,掌握处理问题、化解难题的办法,实现理论与实践有机结合,引导年轻干部立足岗位职责,钻研业务、研究政策,不断提升其“提笔能写、张口能说、动手能干、遇事能办”的综合能力。

优化讲授内容。讲堂主题丰富,如贯彻中央八项规定精神专题学习讲座,以真实案例敲响廉洁警钟,筑牢干部廉洁防线;《中华人民共和国保密法》等普法教育内容,增强干部法治意识;“十五五”规划研究、高质量发展产业探索等涉及经济社会全局的重点内容;保障粮食安全分析、深化能源革命试点、价格管理与改

革等涉及国计民生的关键领域;促进民营经济发展这类激发市场活力的重要议题,以及家风传承、杂粮健康等浸润社会文化的建设内容,覆盖范围广。每周一期的讲堂,不仅实现了知识的有序传递,更是思想的热烈碰撞与深度交流,在市发改委机关内营造出浓厚而热烈的学习氛围。

灵活讲授方式。“发改讲堂”采用多元授课模式:科员谈学习,从自身学习感悟出发,分享成长心得与学习方法,促进相互学习与共同进步;科长讲业务,以丰富的实践经验和专业知识,为同事带来实用的工作技巧与行业前沿动态;领导专题辅导,站在更高的视角,剖析政策走势,解读工作要点,引领大家把握工作全局。

提升互动质效。每次主讲人授课结束后,由分管委领导或科室负责人就主题选择、讲授内容、整体成效等方面进行综合点评,总结可圈可点的做法,指出不足和努力方向。“发改讲堂”作为知识汇聚与思想交流的重要阵地,开办以来,成效日益显现。入职两年的小李表示,每一次登台都是一次成长的契机,每一次倾听都是一次知识的补给,通过“发改讲堂”进一步丰富了自己的知识储备,拓展了政策业务视野,并在学习中不断提升了自身综合素质。

据悉,市发改委将持续深化“发改讲堂”机制创新,不断优化内容设置,引入更多新颖的授课形式与互动环节,充分激发干部的学习积极性与创造性,着力锻造一支政治过硬、业务精湛、作风优良的高素质发改干部队伍。

(王 翔)

(上接第一版)

中年担当:以创新与仁心破解“乡村痛点”

“不是因为有可能才坚持,而是坚持了才有希望。”这句话,刻在河曲县沙坪乡卫生院院长王帅东的工作笔记扉页上。1999年从忻州卫校中医专业毕业后,王帅东就扎根基层,2008年,他考上了县城卫生监督员的岗位,却因为舍不得沙坪乡的村民、放不下热爱的中医,毅然放弃了机会。

沙坪乡常住人口约1200多人,98%是60岁以上的老人,慢性病、关节疼痛是常见问题。传统中药煎服麻烦、见效慢,老人常常不愿坚持。王帅东琢磨着创新。他翻阅大量医书,反复试验,提出了“中医内病外治法”:把药汤打碎、研磨、熬煮后,贴在穴位上治病。这种方法不用口服,减少了胃肠刺激,还方便携带,刚开始,村民都不相信。

为了打消大家的顾虑,王帅东先在自己身上试药,再带着团队下乡义诊。六十多岁的菅俊青开大车多年,患上了腰椎间盘突出和关节炎,严重时躺在床上不能动。王帅东给他贴了中药敷贴,还搭配针灸,半个月后,菅俊青就能下地走路了。“以前去市里看病不方便,现在在卫生院就能治,王院长的方法很管用!”如今,“内病外治法”成了沙坪乡老人的“福音”。王帅东还把健康科普编成顺口溜:“盐罐少抓一撮,血管少堵一分”,带着老人在晒谷场上跳降压操,使健康理念慢慢扎根。

在繁峙县紫城镇卫生院,夏永红的26年,是连轴转的26年。每天清晨,他第一个到医院,晚上到病房转一圈才能放心离开,一天要走一万多步,接近百个电话,双下肢常常肿得能按出坑。有行动不便的老人需要测血压、插尿管、换尿管,他一次次上门服务;患者没钱垫付住院押金,他毫不犹豫掏腰包……

80岁的李志忠因尿潴留导致行动不便,深夜急得团团转,一个电话打给夏永红,他急匆匆赶到老人家中,顺利为其插好尿管,临走时还反复叮嘱护理注意事项,直到老人家属明白才安心离开。面对家属的感谢,夏永红笑着说:“这是我该做的。”26年来,他收到的锦旗挂满了办公室,可他总说,“患者的信任,比什么都重要。”

青春接力:让“白衣种子”在乡土发芽

“大叔,高血压药不能随便停,您之前血压正常是因为药在起作用,停药会反弹的!”在五寨县李家坪乡大辛庄村,22岁的冯诗茵正耐心劝说村民。2023年,这个医学专业毕业的“00后”姑娘,主动报名成为村医。初到村里,她就发现村民就医意识差,很多慢性病患者不愿吃药,她便挨家挨

户建健康档案,每天清晨背着药箱上门随访。

有一次,她给一位大叔测血压,数值高达175/100mmHg,一问才知道,大叔觉得血压稳定就停了药。冯诗茵坐在炕边,用村民能听懂的表述讲停药的危害,还每天上门测血压,直到大叔的血压稳定。“小冯就像闺女一样,操心我的身体。”大叔的话,让冯诗茵心里暖暖的。如今,她不仅要随访50多名慢性病患者,还要关注村里的困难户,免费体检、送医送药,成了大辛庄村的“健康小管家”。

河曲县西口镇岱殿村的柳渝,也曾是个“城里娃娃”。2024年,两次考研失利的他,看到山西省大学生乡村医生专项计划,抱着“解决就业”的想法回了乡。刚到村里,他就碰了壁——听不懂方言,村民质疑他“太年轻不会看病”。有一次,一位老人用方言说症状,柳渝听得一头雾水,老人失望地走了,边走边说:“连话都听不懂,咋看病?”柳渝没有放弃,他向行医60年的爷爷和从业35年的父亲取经。爷爷教他“把脉时多唠家常,了解患者生活习惯”,父亲教他“治病先治心”。于是柳渝在入户随访时,他先跟村民聊庄稼收成、孩子打工情况,再谈病情。村民李叔腿疼,他不擅长中医推拿,就记着县医院义诊的时间,亲自接李叔去看病。如今,村民见了,都会热情地喊“小柳大夫”,柳渝也找到了职业价值:“以前觉得治病靠技术,现在才知道,走进患者心里更重要。”

在宁武县二马营村“00后”欧芯芯的药箱里,总装着全村154位慢性患者的随访记录。73岁的唐阿姨总把降压药藏起来,欧芯芯就每周三上门测血压,还带漫画版防治手册;独居的张奶奶为了省钱,把降糖药掰成四瓣吃,欧芯芯就翻出医保政策单,耐心解释“买药能报销一半”,还亲手给药盒贴太阳贴纸。去年深秋的一个雨夜,余德顺老人突发呕血,欧芯芯披着雨衣冲进雨里,用仅有的急救药品维持老人生命体征,直到救护车到来。“每一个生命,都值得我全力以赴。”欧芯芯的话,道出了年轻村医的担当。

从刘桂珍、裴永发的“一生坚守”,到王帅东、夏永红的“中年担当”,再到冯诗茵、柳渝、欧芯芯的“青春接力”,一代又一代基层医务工作者,在忻州大地上书写着同样的“守护”故事。他们没有惊天动地的业绩,却在风雨无阻的出诊路上,在耐心细致的随访中,筑起了乡村健康的防线。

如今,忻州的乡村卫生室越来越整洁,药品越来越齐全,诊疗设备越来越先进,但不变的,是基层医务工作者那颗医者仁心。他们是黄土高原上的“白衣卫士”,照亮了村民的健康之路;他们是乡村振兴的“健康基石”,用坚守与奉献,让每一个村落都充满生机与希望。



搭建互学平台

推动青年成长

市发改委常态化开展『发改讲堂』活动