

“八段锦”点燃全民健身热情

□本报记者 孙国俊 通讯员 张聪颖

今年何种运动在乌兰察布最火？非“八段锦”莫属。“八段锦”功法简单易学，不受场地、时间、环境限制，男女老少皆宜，以独特优势成为中式养生、健身方式。

为推动全民健身活动深入开展，提高市民体质和健康水平，近年来，市卫生健康委员会将“八段锦”纳入重点工作，多措并举推进“八段锦”普及推广，充分发挥“八段锦”在治未病等方面的积极作用，促进全民健身事业高质量发展。

——主动尝试提升信任。

市卫生健康委员会以推广普及“八段锦”运动为核心，将全民健身与全民

健康深度融合，将“八段锦”与其他中医药养生服务相结合，统筹推进“八段锦”中医养生健身、体重管理、健康管理等活动。各旗县迅速行动，以推广“八段锦”运动为主题，邀请中医药专家现场义诊，让群众免费体验刮痧、推拿、拔罐、针灸、贴敷等中医药适宜技术，普及中医药知识，传播中医药文化。这种以八段锦为“药引”进行的热情尝试，加深了群众对中医药的了解和信任，使中医药文化更加深入人心。

——宣传释义激发兴趣。

市卫生健康委员会以网站、展板、宣传栏、义诊等方式加大宣传推广，不断增进群众对“八段锦”的知、信、行。“八段”是指由八节动作编成的一套有保健作用的锻炼方法。八节动作分别

为：两手托天理三焦，左右开弓似射雕，调理脾胃须单举，五劳七伤往后瞧，摇头摆尾去心火，两手攀足固肾腰，攒拳怒目增气力，背后七颠百病消；“锦”指功法动作优美柔顺、舒展大方。“八段锦”以中医理论为基础，通过“调身”“调息”“调心”等手段，疏通人体经络，调节脏腑机能，改善生理、心理状态。

——系统推广撒播“健康乌兰察布”之种。

市卫生健康委员会把推广普及“八段锦”活动分为宣传普及、培训指导、交流展示三个阶段进行，鼓励全系统广大干部职工率先习练，倡导“八段锦”工间操制度，常态化开展“八段锦”普及教学，并在全市卫生健康系统内进行比赛，掀起中医养生、健身热潮，努力实现

“一带十、十带百”社会效应。

当今工作、生活节奏日益加快，职场、社会竞争日趋激烈，并且由于长时间盯着电脑屏幕或低头看手机，导致许多年轻人身体趋于亚健康状态。通过健身改善身体状况成为年轻人生活的一部分，而简便易学、能有效缓解疲劳的“八段锦”运动成为首选。“练习之后更有精神，注意力更集中，身体状况改善了”……不少年轻人时常如此感慨，八段锦因此在机关单位、公园、广场等地流行开来。

市卫生健康委员会相关负责人表示，将继续坚持传承精华、守正创新，促进中医与体育深度融合，推动传统养生功法向民间广泛推广，传播中华文化，引领健身新风尚，促进大众健康与社会和谐。

我市启动“感党恩、听党话、跟党走”主题宣讲活动

本报讯(记者 于江琦)6月17日，市委宣传部、市国资委联合在全市国有企业开展的乌兰察布市“感党恩、听党话、跟党走”主题宣讲活动正式启动。

据悉，本次宣讲重点面向全市8家国有企业基层干部职工、一线工作人员，聚焦学习宣传习近平新时代中国特色社会主义思想，贯彻落实习近平总书记对内蒙古的重要指示精神，全面贯彻铸牢中华民族共同体意识主线。

本次活动共分为5支宣讲分队，宣讲团成员以“小切口”反映“大主题”，在国有企业领域开展分享式宣讲活动。通过真人真事、真情实感，深学细悟习近平新时代中国特色社会主义思想；讲述发生在乌兰察布大地上的铸牢中华民族共同体意识的鲜活案例，激励全市广大党员干部群众感党恩、听党话、跟党走。

市委社会工作部与乌兰察布医专签约

本报讯(记者 李敦民)6月17日，市委社会工作部与乌兰察布医专举行签约揭牌仪式，为“乌兰察布市社会工作与居民健康普及与人才培养基地”“乌兰察布市社会工作发展研究室”“乌兰察布市志愿服务基地”揭牌，标志着我市校社合作迈入新阶段。

据悉，双方将共建人才培养基地，开展“订单式”培养，为基层输送兼具医学知识和社会工作技能的复

合型人才；将依托“乌兰察布市社会工作发展研究室”，聚焦社会工作、社区发展治理、社会设计、智慧治理等关键领域开展理论研究，助力社会工作事业蓬勃发展；将以“乌兰察布市志愿服务基地”为载体，开展“医心向党·守护健康”进社区活动、“薪火传韵·文化润心”行动、“医路同行·暑期乡约”三下乡活动，破解基层医疗“最后一公里”难题，让合作成果惠及更多群众。

市野保站救助放飞12只野生鸟类

本报讯(记者 崔峻峰)6月16日，市野生动植物和湿地保护站在市野生动物救助站放飞12只野生鸟类，包括黄雀、金翅雀、白头鸭等国家“三有”保护动物。

此次放归的鸟类来自近日市林草局、市公安局、市市场监管局和市生态环境局联合开展的打击非法猎捕贩卖野生鸟类专项行动。行动中，执法组采用“暗访摸排+突击检查”模式，在集宁区桥西早市等地查获野生鸟类16只(国家二级保护动物3只、国家“三有”保护动物13只)，涉及9个物种。

在救助站圈舍内，救助人员经认真

查验评估后，小心翼翼地将符合放飞标准的12只鸟类分类装入转运笼并带至放生区域。随后笼门开启，在多部门执法人员的见证下，重获自由的鸟儿们陆续冲出鸟笼振翅高飞，有的冲向蓝天，有的钻入密林，直至消失在人们的视野中。

市林草局相关负责人表示，将继续深化与公安、市场、生态等部门长效协作机制，强化重点区域巡查整治，严厉打击非法猎捕贩卖野生动植物。同时，将持续开展形式多样的野生动植物科普和宣传教育，营造人与自然和谐共生的良好氛围。

警企同心筑防线 安全守护践于行

本报讯(记者 郝帅鹏)6月17日，乌兰察布世基环境联合集宁区交警大队宣教办开展交通安全宣传活动，以安全为核心，通过专业讲解与互动交流，为环卫工人筑牢安全防线。

“佩戴安全头盔与未佩戴头盔的环卫工人，在遭遇交通事故时，伤情和责任判定会有哪些不同？”……民警通过发放宣传资料、播放视频和互动交流等方式，围绕环卫作业场景，结合实际案例，深入剖析了环卫工人在作业时存在的交通安全隐患以及事故发生的原因。同时，民警提醒环卫工人车辆驾驶员、环卫清洁工

在道路作业时要杜绝闯红灯、逆向行驶、随意横穿马路等不文明交通行为，严格按照规定落实防护措施，确保自身安全。

“环卫作业具有作业时间特殊、作业区域复杂等特点，作业人员在这个过程中面临较高的交通安全风险。此次活动旨在强化员工‘安全第一’的责任意识，使其掌握应急避险技能，进而降低事故发生率。”乌兰察布世基环境科技有限公司监察部经理郝金珠表示，公司还将针对不同年龄层次的员工开展分层培训，为城市环境守护者们筑牢安全防线，撑起坚实的“安全伞”。

我市举行安全生产宣传咨询日活动

▲安全事故应急救援演练现场。

►工作人员现场向居民发放资料、耐心解答疑问。

本报记者 刘志帅 摄

2025 年全市防范打击非法金融宣传活动启动

本报讯(记者 刘鹏)6月16日，以“守住钱袋子·护好幸福家”为主题的2025年全市防范打击非法金融宣传活动在集宁区启动。

“量力而入防风险 投资操作要合法”……活动现场，工作人员通过悬挂宣传条幅、摆放宣传展板、设置现场咨询台等方式，向过往群众直观展示非法金融活动的危害及防范

要点，引导社会公众依法依规维护自身合法权益，真正使“天上不会掉馅饼，高利保本是陷阱”的理念深入人心。

“大爷，非法集资的特点就是高收益、高回报，您家里如果需要存钱，一定要到正规银行。”针对易受非法金融活动侵害的老年人群体，工作人员耐心细致地解答老年群众疑问，重点介

绍养老领域以“养老服务”“健康养生”为幌子，骗取老年人积蓄等常见案例，帮助他们提高警惕，守好自己的养老钱。市民陈华说：“看到这些真实案例才明白，原来之前听说的高利率项目都是骗人的。这次宣传活动让我学到了很多。”

活动现场还设置了趣味答题环节，通过答题来发放宣传用品，调动群

众积极参与，理性选择投资渠道，遇到可疑金融活动要及时向相关部门咨询、举报。

市财政局金融安全防控科刘颖表示：“防范非法集资需要全社会共同参与。我们希望通过这种‘面对面’的宣传，将防范非法金融活动知识送到市民身边，切实提高公众的金融风险防范意识 and 自我保护能力。”

中央生态环境保护督察群众信访举报转办和边督边改公开情况一览表(第11批)

序号	受理编号	交办问题基本情况	行政区域	问题类型	调查核实情况	是否属实	办结目标	处理和整改情况	是否办结	责任人被处理情况
1	D3N M20 2506 0700 30	1. 乌兰察布市凉城县蛮汉镇小红进沟村，2022 年—2023 年孙某毁坏村元山渠底约 30 亩林地，近几年郭某毁坏村元山渠底约 30 亩林地，目前种植了玉米。2018 年孙某毁坏了村黑土圪旦约 20 亩的林地，建设了牛棚、耕种玉米；2. 乌兰察布市凉城县蛮汉镇小红进沟村在村去往大红进沟村路北后梁的防风林被王某毁坏建设了宅基地。	乌兰察布市凉城县	群众身边的生态环境问题	经查，投诉人所反映的问题部分属实。投诉人反映的“2022 年—2023 年孙某毁坏村元山渠底约 30 亩林地”“2018 年孙某毁坏了村黑土圪旦约 20 亩的林地，建设了牛棚、耕种玉米”问题中涉及的孙某不是同一人。 1. 投诉人反映“2022 年—2023 年孙某毁坏村元山渠底约 30 亩林地”的内容部分属实。 2025 年 6 月 8 日，经投诉人现地指认，凉城县林草局实地勘测，该地块实际面积为 8.75 亩。通过套合 2023 年国土三调数据库显示，涉及乔木林地 3.77 亩、天然牧草地 4.98 亩。套合 2022 年三区三线中纳入耕地保护目标范围情况显示，8.75 亩土地均未纳入耕地保护目标范围。 2. 投诉人反映“近几年郭某毁坏村元山渠底约 30 亩林地，目前种植了玉米”的内容部分属实。 2025 年 6 月 8 日，经投诉人现地指认，凉城县林草局实地勘测，该地块实际面积为 25.46 亩。通过套合 2015 年林保图显示，涉及毁坏乔木林地 4.28 亩(林保图仅反映林地图斑，不显示其他地类信息)。套合 2022 年三区三线中纳入耕地保护目标范围情况显示，4.28 亩林地中纳入耕地保护目标范围的有 0.94 亩，该地块未确权。 3. 投诉人反映“2018 年孙某毁坏了村黑土圪旦约 20 亩的林地耕种玉米”的内容部分属实。 2025 年 6 月 8 日，经投诉人现地指认，凉城县林草局实地勘测，该地块实际面积为 13.33 亩。通过套合 2015 年林保图显示，涉及毁坏乔木林地 5.47 亩、无立木林地 4.39 亩(林保图仅反映林地图斑，不显示其他地类信息)。套合 2022 年三区三线中纳入耕地保护目标范围情况显示，纳入耕地保护目标范围的有 4.34 亩，该地块未确权。 4. 投诉人反映“孙某毁坏村黑土圪旦林地建设牛棚”的内容属实。 2025 年 6 月 8 日，经投诉人现地指认，凉城县林草局实地勘测，牛棚实际占地面积为 3 亩，于 2021 年建设，未办理设施农用地相关手续。套合 2015 年林保图显示，涉及毁坏乔木林地 0.48 亩、无立木林地 1.7 亩。经凉城县林草局核实，该地块已办理林地占用手续；经凉城县自然资源局核实，该地块已依法审批，批复面积 0.1888 公顷(合计 2.83 亩)，该审批手续符合农村宅基地“一户一宅”条件。 2025 年 6 月 8 日，经投诉人现地指认，凉城县林草局实地勘测，凉城县蛮汉镇小红进沟村路北后梁宅基占地面积 2.36 亩，套合 2015 年林保图显示，涉及乔木林地 0.48 亩、无立木林地 1.7 亩。经凉城县林草局核实，该地块已办理林地占用手续；经凉城县自然资源局核实，该地块已依法审批，批复面积 0.1888 公顷(合计 2.83 亩)，该审批手续符合农村宅基地“一户一宅”条件。	部分属实	加大巡查力度。严厉打击违法行为。	1. 加大日常巡查检查力度。 2. 针对投诉人反映“2022 年—2023 年孙某毁坏村元山渠底约 30 亩林地”问题，对涉嫌毁坏乔木林地 3.77 亩，凉城县公安局正在聘请第三方做司法鉴定，待结果出具后依法查处；对涉嫌毁坏天然牧草地 4.98 亩，凉城县林草执法中队已立案查处。 3. 针对投诉人反映“近几年郭某毁坏村元山渠底约 30 亩林地，目前种植了玉米”问题，涉及 0.94 亩未确权土地于 6 月底前由村集体收回统一管理；对涉嫌毁坏 4.28 亩乔木林地问题，该举报案件公安局已立案，正在依法查处。 4. 针对投诉人反映“2018 年孙某毁坏了村黑土圪旦约 20 亩的林地耕种玉米”问题，涉及 4.34 亩未确权土地于 6 月底前由村集体收回统一管理；对涉嫌毁坏 5.47 亩乔木林地、4.39 亩无立木林地问题，凉城县公安局正在聘请第三方做司法鉴定，出具结果后依法查处。 5. 针对投诉人反映“孙某毁坏村黑土圪旦林地建设牛棚”问题，对占用 2.01 亩旱地建设牛棚问题，因建设牛棚占地属于设施农用地性质，依据《中华人民共和国土地管理法》第 77 条，不予立案处罚，由凉城县蛮汉镇督促当事人孙某办理设施农用地备案手续，并落实占补平衡。对占用 0.91 亩林地建设牛棚，凉城县公安局正在组织开展司法鉴定，结果出具后依法查处，并责成孙某拆除占用林地违建，恢复植被。	阶段性办结	无