

体育增进市民福祉 运动提升城市活力

——宁夏银川市拓展全民健身新常态

吴春霖

近年来，“大美之城”宁夏回族自治区银川市着力贯彻落实全民健身国家战略，不断完善基础设施，精心举办品牌赛事，广泛开展全民健身活动，努力提高国民身体素质，加快构建更高水平全民健身公共服务体系，推动体育产业和体育事业融合发展。自尊自信、奋勇争先的体育品格正在为银川高质量发展提供生生不息的正能量，让银川市民动起来、强起来、乐起来。

设施不断升级

市民健身更方便

5月25日8时许，金凤区毓秀公园已经热闹起来，头发花白的老年人、身手矫健的中年人、充满活力的青少年，都在这里呼吸着清新的空气，选择适合自己的运动方式活动筋骨。

家住未来城小区的于洋一大早就来到毓秀公园，跟球友们打了一个小时的篮球。“我几乎每天都来这里锻炼，这里离家近、环境好，大家在一起运动健身很开心。”于洋笑着说。

近年来，银川市各级体育部门集中财力建设便民利民各类体育场馆、健身活动中心、多功能运动场、健身步道等多样化健身场地，老百姓在家门口锻炼的愿望已经实现。与此同时，银川市充分利用小微公园、绿地湖泊铺设健身步道300多公里、自行车道200多公里，打造了中山公园、海宝公园、唐徕公园、毓秀公园、丽景湖公园等一批健康主题公园，“15分钟健身圈”在城市社区的覆盖率基本达到100%。

“在国家体育消费试点城市基础上，银川市正在打造国家体育消费示范城市，积极争创全国全民运动健身模范市和全国足球发展重点城市，不仅是为了传承城市运动基因，更是

为了通过建设完善体育基础设施及体育场馆，来满足市民运动需求，以赛事举办营造城市体育氛围，带动广大市民热爱运动、投身锻炼，让体育为城市发展注入活力。”银川市体育局相关负责人说，今年银川市“十心实事”之市民休闲健身“悦心”实事提出，将建设全民健身中心，在唐徕渠、亲水大街等地新建或改造健身步道40余公里，新建笼式球场、网球场、足球场等多功能运动场7个，以此丰富全民健身服务供给，届时市民健身锻炼会更加方便。

整合资源

建立全民健身赛事活动体系

全民健身是人民群众增强体质、健康生活的保障，是每个人成长和实现幸福生活的重要基础。“近年来，银川市以打造精品健身活动为主线，广泛开展面向基层、参与性强、普及面广、特色鲜明的体育健身活动，构建政府引导、市场运作、社会参与的赛事活动体系。”银川市体育局群体科科长杨亮介绍，在开展全民健身活动中，银川市大力开展“三大球”、健步走(跑)、骑行、健身广场舞、太极拳等群众喜闻乐见、简便易行的运动项目，以及市民运动会和全民健身进社区活动，实现了群众就近就便参与健身活动。

同时，结合旅游资源，银川市举办具有地方特色的体育旅游赛事活动，各县(市)区大力组织开展特色鲜明的全民健身活动，并积极发掘形式更新颖、内容更丰富、参与度更高的全民健身活动，全市群众体育普及和组织程度极大提高，群众体育健身意识明显增强。

去年以来，银川市全民健身模范市创建基

础不断夯实，举办全国群众健身登山大会、全国“全民健身日”主题示范活动等群体活动20场次，直接参与群众超3万人，辐射带动20万人。同时，青少年竞技体育发展优势更加明显，筹办青少年锦标赛27项，约6600名青少年参加；竞技体育的人才支撑不断强化，在全国中学生田径锦标赛、全国射击锦标赛中摘得3枚金牌，1名运动员增补进入国家训练营集训，有望出战2024年巴黎奥运会。

体育服务进社区

健康理念入人心

为助力全民健身，营造健康文明的环境和氛围，近年来，银川市持续开展社会体育指导员公益惠民进社区、进校园活动，推动构建与群众赛事活动、全民健身日主题活动、社区运动会和各项群众性赛事活动融合开展，真正把赛事活动办到群众身边。

为增强广大市民的科学健身意识，促进全民健身与全民健康深度融合，银川市体育局每年都会开展国民体质监测进社区、进机关、进企业活动。据银川市体育中心相关负责人介绍，体质监测能反映人体基本的体质状况，受测者对自身体质能够有更直观的了解，同时也方便正确掌握科学有效、适合自己的健身方法，从而提高体质水平，促进更多的群众参与运动、科学健身、共赢健康。

截至目前，全市已成立市级体育社会组织近百家，拥有二级社会体育指导员近万人，200多家健身、培训机构分布在大街小巷、商超楼宇，全市共有各类体育健身场地、场馆7266个，健身路径、健身步道、笼式场地、体育公园

等构成的“15分钟健身圈”在城市社区实现全覆盖，经常参加体育锻炼的市民约100万人，人均体育场地面积3.3平方米，市民体质达标率超过92%。在银川，健康理念已深入人心，健身运动正蔚然成风。

快乐健身

让市民尽享美好生活

为了深入推进体育惠民，银川着力构建便民利民的公共体育服务体系，不断完善基层体育社会组织建设，发挥体育社会组织在全民健身工作中的作用，深入推进社区全民健身场地设施供给、社区赛事活动开展、社区科学健身指导服务等，把各类体育社会组织的覆盖面面向城市社区和农村乡镇延伸。

去年，银川市出台了《全民健身实施计划(2022—2025年)》，争取到2025年，全市经常参加体育锻炼人数占总人口比例达到40%，城乡居民达到《国民体质测定标准》合格等级以上的人数比例达到93.5%，全市人均体育场地面积达到3.6平方米以上；新建健身步道30公里，城市社区“10分钟健身圈”、行政村“15分钟健身圈”实现全覆盖；县级“4+X”体育组织体系更加完善，并向乡(镇、街道)、行政村(社区)延伸；全民健身站点达到300个以上，全市社会体育指导员达到1.2万人以上，每千人拥有社会体育指导员4人，社会体育指导员上岗率和服务水平显著提升。

以全民健身设施补短板工程为着力点，银川将继续大力完善全民健身设施，广泛开展全民健身行动，推动全民健身事业高质量发展，为“体育强市、健康银川”提供坚强支撑。

北京市通州区 举办“文明在路上 美好副中心” 新时代文明实践推动日活动

本报讯(张嘉康)在《北京市文明行为促进条例》(以下简称《条例》)颁布实施三周年之际，5月29日，一辆“文明巴士”开进北京市通州区玉桥北里小区。百余位市民在“文明沉浸体验车”、文明行为宣传车厢、文明实践互动车厢、文明养成有始有终车厢”参与互动体验，宣传践行文明行为。当天，由通州区委宣传部主办、玉桥街道办事处承办的“文明在路上 美好副中心”新时代文明实践推动日活动在此举行。

“在公交车上打闹、过马路不礼让斑马线，这是非常危险的行为，希望大家文明乘车、安全乘车，上车扶稳坐好，下车从车尾过马路。”公交集团驾驶员孙春辉“本色出演”，担任文明巴士司机，为居民及小朋友讲解乘坐公共交通注意事项。参与体验文明巴士的居民可领到一张卡片，9人一组即可共同拼出《条例》文明行为九宫格拼图。

在文明行为宣传车厢，志愿者开展文明养犬、文明上网、文明出游等宣传活动；在文明实践互动车厢，老师带领居民进行变废为宝手工制作，践行低碳生活、绿色生活理念……完成前三个车厢打卡的居民可以在“文明养成有始有终”车厢通过线上平台发帖，写下文明标语。

活动现场还发布了“美言美语‘玉’见文明”文明倡导语征集活动，居民可通过玉见APP线上平台上传践行文明公约、促进邻里和谐、维护社区环境、遵守公共秩序等文明标语，玉桥街道后续择优将这些文明标语制作成立体文明指示牌，营造社区文明氛围。

“我承诺，作为文明家庭，对邻里多一分耐心、对文明行为多一分劝导，当文明带头人，创文明和谐家庭，参与文明城区创建。”苑艺西里社区居民周连存、玉桥南里社区居民屈淑琴、北京公交第二客运分公司第十三车队驾驶员张佳杰、玉见骑士快递员王战锋、学生杨子刘作为文明先锋代表分别从公共场所秩序、文明出行、志愿服务、绿色环保等方面发出倡议，号召大家共同行动，做文明行为宣传者和践行者。

2023年昆明市 科技活动周举办

本报讯(喻劲猛)5月25日，2023年昆明市科技活动周启动仪式暨群众性科普活动在同德昆明广场举行，30余家单位机构及企业展出百余项科技成果，为群众提供趣味科普体验。

科技活动周期间，云南省昆明市将宣传科技政策、弘扬科学精神、传播科学思想、普及科学知识，不断提高公众科学文化素质，着力营造良好创新氛围，不断提升全市科技创新工作水平，切实打造科技昆明、实力春城。

启动仪式上，昆明市对2023年新认定的5个科普精品基地、3个青少年创新实验室授牌，对评选出的8个科普精品项目进行颁奖。

据介绍，近年来昆明市科技创新工作不断取得新进展，先后出台《昆明市创新驱动高质量发展17条措施》《昆明市创新主体高质量发展实施办法(试行)》《建设昆明市高水平新型研发机构实施办法(试行)》等一系列政策文件，科技创新政策体系逐步完善，科学普及工作日益深入，科技创新能力日益增强。目前，全社会研发经费投入强度达1.78%，万人发明专利拥有量超过20件，科技服务业营业收入达到637亿元，高新技术企业达1786家，建成科普精品基地60个、青少年科技创新实验室79个。

广西防城港市 开展垃圾分类进校园 主题宣传活动

本报讯(黄山)近日，广西壮族自治区防城港市生活垃圾分类办、团防城港市委、防城港市教育局、防城港市机关后勤服务中心等在防城港市实验小学(马正开校区)开展“垃圾分类进校园、绿色校园齐动手”主题宣传活动。

活动中，志愿者们用生动的语言讲述垃圾分类等相关知识，并通过问答的方式，引导学生积极思考和参与。活动还设置了游戏互动环节——趣味模拟分类投放和分类大转盘游戏。在趣味模拟分类投放游戏中，同学们根据自己掌握的垃圾分类知识，将印有不同垃圾名称的卡片分类“扔”至分类垃圾桶里；在分类大转盘游戏中，同学们则根据转盘上标注的垃圾图标选择正确的垃圾类型。游戏中，同学们兴致盎然，争当生活垃圾分类的“环保小卫士”。

防城港市垃圾分类办相关负责人表示，开展垃圾分类宣传进校园活动，旨在普及生活垃圾分类知识，使学生和教职工做到生活垃圾分类投放，实现“教育一个孩子，带动一个家庭，影响一个社区”的目标，推动垃圾分类成为低碳生活新时尚。



5月28日，2023年中国龙舟公开赛(四川·绵阳站)暨“划遍四川”绵阳站在巴中市恩阳区龙舟公园盛大开幕。来自全国的20支专业龙舟队及巴中市运会和恩阳区本土的16支龙舟队，在碧波荡漾的恩阳河上挥桨斩浪，一决高下。图为活动现场。

恩阳融媒供图

陕西铜川市：传递文明理念 点亮文明之光

铜川文

文明的高度，在于整体的升华；文明的积淀，在于全域的行动。近年来，陕西省铜川市始终把精神文明建设放在统筹推进“五位一体”总体布局和协调推进“四个全面”战略布局的重要位置，大力培育和践行社会主义核心价值观，持续深化文明创建、文明培育和文明实践工作，着力弘扬时代新风，培育时代新人，为实现铜川经济社会高质量发展提供了强大的精神力量和丰润的道德滋养。

厚植道德沃土 凝聚榜样力量

第七届全国孝老爱亲道德模范张水珍、践行雷锋精神的“中国好人”李汶静、省级道德模范李艳华……数不胜数的好人之举堆垒起铜川的“精神群雕”。近年来，铜川市着眼树立好人好报、德者有得的价值导向，从健全法规制度着手，通过示范引领、典型带动、礼遇好人等方式，不断深化公民思想道德建设工作，持续做好道德模范和身边好人推选工作。通过认真贯彻落实《新时代公民道德建设实施纲要》，颁布《铜川市文明行为促进条例》，开展“我推荐我评议”身边好人活动，深化“诚信铜川”宣传教育实践活动等举措，进一步厚植了道德沃土。

同时，铜川市在城市重要路段、广场等设计制作了一批体现社会主义核心价值观、诚信建设、未成年人思想道德建设、志愿服务的公益主题小品，打造6个“社会主义核心价值观”主题公园，建成8条“好人一条街”，4条“家风家训一条街”，257条“乡风文明一条街”，在群众中产生了较大的影响力和感召力。

拓展文明实践 壮大志愿力量

群众在哪里，新时代文明实践的触角就延伸到哪里。铜川市积极推进新时代文明实践中心建设，目前，全市已建成新时代文明实践中心4个、新时代文明实践所40个、新时代文明实践站430个，形成了市、县、乡、村“四级”上下有效联动、凝聚工作合力、精准服务群众的工作格局。

铜川市率先在全省实现新时代文明实践“四级”机构建设全覆盖，依托新时代文明实践平台，围绕学习实践科学理论、宣传宣讲党的政策、培育践行主流价值等内容，打造了理论宣讲、教育服务、文化服务、科技与科普、健身体育、卫生健康六大平台，建立了理论政策宣讲、文化文艺服务、助学支教等8支常备志愿服务队伍和文明倡导、心理关爱等“N”支志愿

服务队伍，培育打造了“草根”宣讲团、“益品牌”等特色鲜明、服务优良的文明实践品牌。同时，依托新时代文明实践网络云平台，建立了“群众点单、中心派单、志愿者接单、群众评单”的精准配送模式，打造服务群众全闭环。

推进移风易俗 树立文明新风

以城带乡，城乡融合。铜川市用文明创建带动全市乡村进一步深化农村思想道德建设和公共文化建设，着力深化农村精神文明创建活动，培育文明乡风、良好家风、淳朴民风，提升农民精神风貌。

近年来，铜川市以文明村镇创建为抓手，不断提升“美丽乡村·文明家园”建设水平，印发了《关于深化全市文明村镇创建工作的实施意见》，制定了“美丽乡村·文明家园”总体规划，夯实资金投入机制，推进美丽乡村建设进程，提升乡村文化品位。

加强对文明村创建工作动态管理，建立年度考核长效机制，充分调动群众参与文明村镇创建的积极性，举办全市文明单位(村镇)创建工作培训班，各区县还通过派遣联络员、成立指导组等方式，深入村镇指导村镇开展创建工作。

2023年甘肃省 “家风润陇原 协同育新人” 家庭教育公益巡讲走进武威

本报讯(甘文)近日，由甘肃省妇联、省文明办、省教育厅主办的2023年甘肃省“家风润陇原 协同育新人”家庭教育公益巡讲走进武威市三县一区，开展4场家庭教育公益巡讲。

讲座以“让家庭教育更智慧”为主题，从家庭教育要改变观念、改变习惯、改变态度、改变方法四个方面，通过交流互动、趣味游戏、情景模拟、案例分析等多种形式，对家庭教育理念和方式、孩子习惯及品德培养、家长情绪管理等方面提供了专业指导，让大家充分认识到实施《中华人民共和国家庭教育促进法》以及以家人正作风、以家风促学风的重要性和必要性，引导广大家长用正确行动、正确思想、正确方法教育孩子，帮助大家解决教育中的实际问题，为众多家庭送去了创建和谐家庭关系、帮助孩子健康成长的好方法。

参加讲座的家长纷纷表示，此次讲座受益匪浅，今后要加强与孩子们的沟通交流，以身作则，用爱守护孩子清澈的目光，为他们的健康快乐成长撑起一片蓝天。

四川德阳市 关注森林·保护古树名木 暨千名政协委员环保行活动启动

本报讯(曾征)5月26日，德阳市关注森林·保护古树名木暨千名政协委员环保行活动在四川省什邡市师古镇红豆村启动。

保护古树名木是新时代建设生态文明和实现乡村振兴战略的需要，也是2023年德阳市“千名政协委员环保行——助力美丽德阳建设”的具体工作举措，对实现人与自然和谐共生的现代化具有重要意义。本次活动以“保护古树名木、倡导绿色发展”为主题，现场，主办方宣读了“德阳十大重点关注古树”评选结果，旌阳区黄许镇仙桥村黄葛树、什邡市师古镇红豆村红豆树、绵竹市汉旺镇紫薇广场古紫薇等9棵一级古树和1棵二级古树获得称号。

据悉，德阳市坚持以习近平生态文明思想为指导，开展了一系列学习宣传、建言资政和主题实践活动，取得丰硕成果。目前，全市已成功创建“省级自然教育示范基地”4个、“省森林城镇”9个、“省森林康养基地”12个、“国家森林乡村”15个，德阳市关注森林活动工作得到省关注森林活动组委会通报表彰。同时，德阳市积极践行“绿水青山就是金山银山”理念，认真贯彻落实保护古树名木各项要求。全市目前古树名木共1829株，其中一级古树19株，二级古树56株，三级古树1753株，名木1株。

启动仪式上，市政协委员代表宣读了《保护古树名木倡议书》，与会嘉宾共同在倡议书上签字。