

# 让全民健身之风越吹越劲

◎籍海洋

秋高气爽、天朗气清,正是全民健身的好时节。蒙牛2024呼和浩特马拉松激情开跑,2.5万余名跑友悦跑青城;内蒙古全民健身主题系列活动举办,吸引3000余名群众参与;800余名运动爱好者在苏木山开启山野征途,领略缤纷绚丽的北疆风景……一段时间以来,内蒙古举办了丰富多彩的健身活动、体育赛事,人们的运动热情越来越高,全民健身、乐享生活的良好氛围更加浓厚。

全民健身是全体人民增强体魄、健康生活的基础和保障。党的十八大以来,以习近平同志为核心的党中央高度重视人民群众身体健康,谋划推动全民健身上升为国家战略。党的二十大报告提出“广泛开展全民健身活动,加强青少年体育工作,促进群众体育和竞技体育全面发展,加快建设体育强国”,并对推进健康中国建设作出重要部署。近年来,内蒙古积极响应国家号召、顺应人民需求,高度重

进一步整合体育、商务、文旅等资源,促进其深度融合,通过创新和精准发力,满足多样化的体育消费需求,叠加优质体育产品和服务、体育场地设施供给,让全民健身之风越吹越劲,为群众健康生活加码,为经济社会发展增添动力

视群众体育,广泛开展形式多样的全民健身活动。从冰雪经济热效应凸显到第十四届全国冬季运动会举办,从推进全民健身与全民健康深度融合到体育助力乡村振兴……内蒙古把全民健身全方位融入体育强国发展大局,加快推进体育强区和健康内蒙古建设,主动健身、科学健身正在成为全社会的共识和行动。

去哪儿健身,是群众关心的问题。随着人们健身意识的不断增强,优质的健身场所、完善的健身设施逐渐成为刚需。各地因地制宜想对策,强基础、提质量、优服务、增效益,有效推动全民健身场地和健身设施建设。出

门就是运动场,下楼就有健身房,内蒙古城市“15分钟健身圈”、乡镇(街道)健身设施实现全覆盖;建成呼和浩特大青山国家登山健身步道、包头市12公里环赛汗塔拉绿道、乌海市葡萄园绿道、鄂尔多斯智慧体育公园等一大批绿色生态的健身步道和经济实用的场地设施,惠及越来越多的人民群众。健身场所、健身设施从无到有、从有向优,体育惠民全面发力,让更多人参与到体育运动中来。

体育产业,一头连着民生,是人民群众生活水平提升的直接体现;一头连着市场,是激发经济活力的重要动能。在加快建设体育强

国的大背景下,体育产业高质量发展迎来新的机遇。据统计,今年前三季度内蒙古共开展415项精品体育赛事,直接参与人数达95.28万人,带动外地参与人数137.94万人,社会直接关注度9929.34万人次,拉动地方消费345.07亿元。我们要抓住机遇、挖掘潜力,进一步整合体育、商务、文旅等资源,促进其深度融合,通过创新和精准发力,满足多样化的体育消费需求,叠加优质体育产品和服务、体育场地设施供给,让“卡路里”尽情燃烧,带动“体育+”迸发出经济的火花。

人人参与体育,体育造福人人。各地各部门齐心协力、协同发力,积极开展各类活动、创新健身场景、盘活体育资源,把多姿多彩的体育活动办到群众身边,为人们参与健身提供更多平台和机会,全民健身之风方能越吹越劲,为群众健康生活加码,为经济社会发展增添动力。

【一家言】

## 善养静气

◎李昱

诸葛亮在《诫子书》中写道:“夫君子之行,静以修身,俭以养德,非淡泊无以明志,非宁静无以致远。”静气产生智慧,静气产生信心,静气产生力量。干事创业、爬坡过坎,困难与考验无时不有,在复杂的环境中遇事沉稳、处变不惊,保持清晰的头脑和稳定的情绪,才能更好地应对种种风险与挑战。

常言道,心宁则智生,智生则事成。当今社会,激烈的竞争、快节奏的生活、纷繁复杂的社会现象给人们增加了无形的压力,使大家的心态多了些浮躁少了些静气。善不善养静气,不仅决定了一个人的境界高低,也决定了他们能否干成事、干成多大事。进一步全面深化改革任务艰巨繁重,如果不能静下心来、深思细研,很难明晰主次、抓住关键、开创新局。只有平心静气、凝神聚力,将进取的愿望转化成增强本领、提高境界、干好工作的动力,才能把握事物发展规律,找准问题症结所在,找到破解难题的良策。

静气并非与生俱来,而是需要通过后天“修炼”。从“当热锅上的蚂蚁”到“恢恢然有大将风度”,涵养静气的过程,就是在追求一种平衡、积蓄一种底蕴、成就一种境界。怎样才能养成沉稳静气?需要在实战中磨炼,需要在小事中积累,需要在挫折中培养。多经历几番风雨洗礼,多接受几回兴衰荣辱的打磨,把实践锻炼作为洗礼、补课、充电的机会,学会忍耐和克制,学会宽容和谅解,学会独立观察和思考,在实践磨炼中磨炼意志、砥砺作风、修养心性,才能做到“每逢大事不糊涂、每临大事有静气”。

静气也是“养”出来的,最唾手可得的方法便是读书。古人说:“益人神智者,惟书而已。”好书犹药,善读之可以增智、医愚、提神、醒脑。一个人浮躁的根源,往往就在于内心贫瘠,身心为俗念俗物所缚,甚至为了虚名浮利而挖空心思、投机钻营,而读书恰恰是涵养静气的桥梁。多读一点书卷气,就能避开社会的喧嚣,拒绝外来的诱惑,祛除内心的焦躁,静下心来定下神,扎扎实实、聚精会神地做事。在优美的文字中,不仅收获先贤的智慧、人生的真理,也赢得内心的宁静、精神的充实。一本好书在手,经受书香的浸润,浮躁之气便能荡涤一空,久而久之自然能寻得“此心安处”。

静气,是一种修养品行,也是一种境界气度,更是一种初心坚守。古往今来成大事者,往往都耐得住寂寞、受得住孤独,保持静心的状态,专一地朝着自己的目标前行。迈向新征程,多一些心平气和,少一分浮躁繁杂;多一些淡泊宁静,少一分名利纷扰,人生必能进入另一重境界,打开更为广阔的天地,拥抱更好的自己、创造更好的事业。

【辣语】

山西隰县小西天景区人满为患,“人类禁区”哀牢山堵车登上热搜……国庆假期,县域旅游红得发紫。旅游平台数据显示,三线以下城市假日期间日均订单同比增长高达40%。县城已不是第一次“出圈”。今年以来的多个节假日,县域旅游的成绩单都堪称亮眼。越来越多人选择踏上“奔县”之路。

——据《人民日报》

**锐评:**县域旅游发展动能与潜力有目共睹,深挖特色资源、打造独特消费场景,把自然景观、历史文化、生产生活方式融入旅游体验,才能吸引更多人踏上“奔县”之路。

一处设计温馨的现代化园区内,在孩童的欢声笑语中,老人们聊天、散步,怡然自得……像这样“老一小”和谐共处的场景,在一些城市越来越常见。近两年,不少地方试点老幼共托模式,一站式解决居民养老、托育两大难题,让“上有老下有小”家庭的后顾之忧得以缓解。

——据《广州日报》

**锐评:**养老、托育融合发展不仅有助于在设施、人员等方面资源共享,而且老幼双方的代际交流也可为此带来积极的情绪价值。期待老幼共育踏出一条既托起“朝阳”又守护“夕阳”的新路。

重庆市江津区人民法院近期审结了一起因外卖实物与宣传照片不符而引发的餐饮服务合同纠纷案,认定烧烤店存在欺诈行为,判决赔偿消费者500元。如今,“图片仅供参考”“请以实物为准”等声明,成为网购、外卖平台广告图片的标配。有了这句声明,一些商家就想当然认为自己可以免除责任,不必考虑“卖家秀”和“买家秀”的差别,在宣传商品时极尽美化夸大之能事。

——据《北京青年报》

**锐评:**“图片仅供参考”绝非免责托词,更不能成为实施消费欺诈的“挡箭牌”。无论线上还是线下,只有诚信经营方能立得住、行得稳。

前不久,浙江省衢州市政府食堂向公众开放,引得市民争相打卡。江苏、安徽、云南等省份的多个城市也在假期免费开放单位停车场,方便市民和游客,受到广泛好评。无论是政府食堂成打卡地,还是机关停车场免费开放,都体现了地方政府通过提供优质公共服务,提升城市治理效能的探索。

——据《经济日报》

**锐评:**创新管理手段、盘活闲置资源,有序开放更多公共服务资源,不仅能增强优质服务的覆盖面,提升城市治理效能,更能赢得群众的口碑,可谓一举多得。

摆拍未成年人厕所抽烟、校园约架等剧情,将儿童包装成“性感辣妹”进行无底线营销;提供有偿代骂服务,传播“开盒挂人”短视频教程;在短视频平台拍摄、贩卖淫秽色情制品……近日,中央网信办通报“清朗·2024年暑期未成年人网络环境整治”专项行动典型处置案例,“毒视频”“开盒挂人”等涉未成年人乱象被曝光,令人触目惊心。

——据新华网

**锐评:**与时俱进强化未成年人网络保护,重拳清除未成年人保护“隐秘的角落”,势在必行也刻不容缓。

■画里有话



### “青春养老人”

面对我国已进入中度老龄化社会的现实,越来越多的年轻人开始为“夕阳红”事业注入“朝阳”力量。他们拥有一个可爱且响亮的称号——“青春养老人”。  
新华社发 朱慧卿 作

【洞见】

## 别让“软钉子”扎了群众心

◎王济川

政绩观错位、责任心缺失的原因。一些干部将服务群众视为一种形式,没有真正树立起以人民为中心的理念,没有将群众的利益放在首位。他们热衷于表面的热情服务,却忽视了群众的实际需求,缺乏解决问题的动力和责任感。这种心态和行为的背后,是政绩观的扭曲和服务意识的淡薄,是形式主义、官僚主义在作祟。

“软钉子”现象的危害不容小觑。它不仅透支了政府的公信力,破坏了党群关系,还助长了“只要态度好、不办事也行”的歪风邪气。甚至在一些人眼中,服务群众只是形式上的敷衍,而非内在的责任和使命。他们追求的是表面和谐与融洽,却忽视了群众的切身利益和实际需求。当群众一次次满怀希望而来,却一次次失望而归,政府部门的形象自然会大打折扣。

【来论】

## 下好规范情绪消费的先手棋

◎张智全

药。《2024中国青年消费趋势报告》显示,近三成受访年轻人会因为情绪价值疗愈身心而进行消费。年轻人这种热衷为情绪价值买单的消费新理念,不断催生新的消费场景,也带来了新的商机,吸引一大批商家纷纷入局,情绪消费成为新热点的市场前景愈发可期。值得注意的是,情绪消费在激发市场活力的同时,也暴露出来一些问题。比如情绪消费品因市场监管的缺失,对服务提供者的专业能力和伦理规范没有明确规定和要求,出现了泄露消费者隐私、提供不正当服务、不合理收费等问题。再比如,一些主播在直播带货中别有用心地滥用情绪消费,有的通过“电商捧哏”制造氛围、诱导消费,有的通过虚假宣传让产品以次充好,还有的编造事实苦衷煽动情绪。凡此种种,既严重损害消费者合法权益,也给情绪消

### 共有精神家园

#### 些小吾曹州县吏 一枝一叶总关情

【出处】

(清)郑燮  
《潍县署中画竹呈年伯大中丞括》

【原典】

衙斋卧听萧萧竹,  
疑是民间疾苦声。  
些小吾曹州县吏,  
一枝一叶总关情。

【释义】

这是清代“扬州八怪”之一郑燮(号板桥)的一首题画诗,是他在潍县知县任上赠给署理山东巡抚包括的,约创作于乾隆十一、十二年。当时山东大涝,潍县尤烈,饿殍遍野。郑板桥即令“大兴修筑,招远近饥民赴工就食”。有人提出应先上报朝廷,他断然拒绝道:“此何时?俟辗转申报,民无子遗矣。有谴,我任之!”

这首诗巧妙地以竹声作引,托物取喻,由风吹竹摇之声联想到百姓生活疾苦,寄予了对老百姓命运的深切关注和同情,表达了一个“父母官”对劳动人民深厚的感情。首句写自己在衙署书房内休息,听到窗外风吹竹叶之声。一个“听”字,凸显了作者忧心如焚、夜不能寐的心境。次句由自然界的风竹之声联想到百姓啼饥号寒的疾苦。一个“疑”字,道出了作者的爱民之心与勤政之意。第三句“些小吾曹州县吏”,是说我们只是小小的州县官。些小:微小。吾曹:我辈,指自己和包括。第四句,“一枝一叶”表面画竹,暗喻民间疾苦,既照应了风竹画和诗题,又寄寓了作者深厚的情感:百姓的冷暖安危时刻牵动着我们的心!

【启悟】

民本思想在中华文明的历史长河中源远流长,“民惟邦本,本固邦宁”“治国常,而利民为本”“政之所兴在顺民心,政之所废在逆民心”……古往今来,无数先贤都论述过以民为本的重要性。民本思想作为中华优秀传统文化的重要组成部分,在今天仍有着现实意义。

检验改革发展各项工作的成效,最终要看人民群众是否真正得到了实惠,生活水平是否真正得到了提升。作为新时代的党员干部,要始终把人民群众的利益和幸福放在心中最高位置,始终保持一颗为民之心、爱民之心,把对人民群众的关心融入到日常工作的一点一滴,不断实现人民对美好生活的向往。

中国梦归根到底是老百姓的幸福梦,老百姓生活好了,心里踏实了,脸上的笑容多了,改革发展才算真正取得了成效。奋进新征程,实现好、维护好、发展好最广大人民的根本利益,就要紧紧抓住人民最关心最现实最迫切的问题,以心比心的态度为民办实事、办好事。广大党员干部必须深入基层、深入群众,拿出更多惠民、暖民心的有力举措,切实解决好人民群众急难愁盼问题,把以人民为中心的发展思想落实到行动上,持续增强人民群众的获得感、幸福感、安全感。

保障和改善民生没有终点,只有连续不断的新起点。广大党员干部要拿出长期抓、坚持做的决心和担当,接力奋斗、持续努力,以更新的理念、更高的标准、更实的举措,不断满足人民群众日益增长的民生需求,让老百姓过上更加美好幸福的日子。  
(袁宝年)