

《习近平关于治水论述摘编》出版发行

高原康养，西宁体育这样做 ——我市打造黄金海拔康养之都系列报道之三



黎晓刚 摄

你知道高原徒步运动对血糖有哪些良性调控吗？
你知道高原运动对糖尿病有什么有益影响吗？

你知道高原缺氧有明显减肥效果的科学原理是什么？

西宁海拔2240米—2350米，按照高原康养地“海拔适中，环境优美、气候宜人、植被丰富、交通方便、医疗就近”的要求，西宁完全符合黄金海拔康养地的条件。

9月25日，来自江苏、山东的首批46名高原康养游客抵达黄金海拔康养之都——西宁，一就有二，有了首批，就会有第二批、第三批……为了让更多来青海来西宁的游客乐享青山绿水下的“高原康养”的生活，我市体育部门谋划康养体育，让体育运动在“青山绿水”和“金山银山”之间搭建桥梁。

先试先行探索体医结合模式

说起高原，人们的直观印象是海拔高、紫外线强、氧气稀薄、自然环境差。却很少有人知道，符合一定条件的高原低氧环境，可以激活机体潜能、提高心肺血液功能、改善人体新陈代谢。于是，我市围绕构建运动促进健康新

模式，创新性开展“体育+康复”“体育+运动医学”的特色服务模式。今年2月，在市委市政府及省体育局的大力支持下，投资200万元打造全省首家集运动健康大数据测评与运动康复为一体的西宁市运动促进健康中心，配备全民健身大数据平台、人体成分测试仪等设施，通过系统专业的运动健康监测，形成以运动处方为依据的健康评估、干预及运动指导的“闭环”健康管理模式。运营以来，积极引入专业运动康复师，与相关俱乐部围绕资源引流、客户管理与康复服务等方面签订合作协议，有效充实了中心软实力，为市民提供了更专业的服务，已接待市民群众1000余人次。

盘活西宁体育馆闲置资源，充分发挥西宁市运动促进健康中心运动康复理疗作用，持续深化“体育+康养”理念，推动全民健身和全民健康深度融合，这是首先要做的。

优质体育赛事为媒助力高原康养

如何发挥体育助力发展高原康养产业的独特优势？优质赛事是最好的媒介，近年来，我市聚焦群众就近健身需求，投入4821万元实施体育公园、乡镇灯光篮球场、共享健身房、全民健身设施补短板项目、“国球进社区、进公

园”和“10分钟体育健身圈”提档升级工程，为更多群众提供公益普惠化体育服务。先后组织举办第二十三届环青海湖国际公路自行车赛开幕式及西宁赛段比赛、2024年中国·西宁高原国际风筝邀请赛暨中国运动风筝联赛（西宁站）、第四届中国青少年冰球联赛全国总决赛、“大美青海·高原足球”超级联赛、沿黄九省（区）·西宁羽毛球混合团体邀请赛等品牌赛事活动，举办乡村运动会、“石榴籽杯”西宁—海东都市圈传统射箭邀请赛、2024年兰西城市群锅庄舞交流展示大赛等群众喜闻乐见的赛事活动。以“公路+骑行”“景区+骑行”等体旅融合发展为方向，推出了覆盖五区两县的“幸福西宁”主题自行车骑行路线7条，引领带动大众体育健身热情，促进全民健身和全民健康深度融合。今年已举办各类赛事活动80余项次，参与人数超过50万人次，有效地推动体育休闲消费与文化旅游、健身康养、乡村振兴等融合发展。

专业的基地和团队让高原康养更专业

如何将高原健康监测融入体育活动之中，从高原低氧、运动训练、心理调控、体能监测进行全程参与？

被誉为“冠军摇篮”的青海多巴国家高原体育训练基地就在西宁，它可是中国乃至亚洲海拔最高、最适合耐力性项目训练的高原体育训练基地。

为此我市将依托青海多巴国家高原体育训练基地，在西宁市培林青少年体育训练中心，充分发挥西宁独特海拔、气候等优势，吸引国内外高水平运动队开展特训或赛前抗氧训练。此外，我市还将围绕西宁体育馆提质升级项目，探索运动促进健康服务模式，开展“体育+康复医学”特色服务；依托青海体育中心、西宁市培林青少年体育训练中心等平台，与国内知名度高、专业性强的体育合作单位共同开展体育合作项目，积极开展青少年体育后备人才培养；举办高原健康研学暑期夏令营，组织邀请省外青少年来宁开展运动康养康复；充分发挥西宁市运动促进健康中心的作用，为前来进行康复训练的人群给予专业的服务指导，将运动疗法与传统医疗手段相融合，帮助更快地恢复健康。（记者 王琼）

奋进强国路 阔步新征程

“三三工作法”助力西宁作风巡查走深走实

本报讯（记者 悠然）自我市作风巡查工作开展以来，市委作风巡查第十组认真践行“干部要干、思路要清、律己要严”的工作要求，聚焦主责主业，坚持问题导向，开展严督实导，提升巡查质效，“三三工作法”助力全市作风建设走深走实。

做好“三个准备”。一是建章立制，做保障准备。建立会议、分工、纪律、考勤、档案等“五项制度”。严格按照市委作风办的部署要求，实行“季任务、月布置、周计划、日清单”。二是学习培训，做好思想准备。组织组员认真学习，熟悉了解巡查工作程序、方式方法，以发现问题、反馈问题、整改问题为主线，全

面掌握巡查工作基本要领。三是分析研判，做好业务准备。围绕常态化巡查、专项巡查、“点题”巡查任务开展工作，实现闭环巡查模式。

用好“三个方法”。针对巡查单位作风建设短板弱项持续采取现场巡查、随机抽查、明察暗访等方式开展督导检查。根据季度巡查要点，着重解决对民生实事、发展新质生产力、打造生态文明高地、建设产业“四地”等重点任务，采取实地巡查、跟踪回访等形式开展专项巡查，做到“任务清、责任明、成效显”。同时，采取现场查看、分析研判、座谈交流、跟踪回访等形式开展“点题”巡查，做到“问题不查清不

放过、整改不到位不放过、责任不落实不放过、群众不满意不放过”。

抓好“三个环节”。一是建好问题台账。督促存在问题的单位制定整改措施，落实整改责任。巡查组做好“事中监督”工作，全程跟踪整改进度，开展动态监督。二是做好跟踪回访。对整改期内未完成整改的问题和存在整改困难的事项，巡查组开展“事后监督”，确保整改工作不落实。三是开展好“回头看”。结合党建引领“有诉必应马上办”工作机制，对个别整改不到位问题进行“回头看”，做到从解决“一件事”到办好“一类事”，以个性问题的解决带动共性问题的解决。

1700余个岗位！

我省举办退役军人就业专场招聘会

本报讯（记者 衣凯明）为助推全省退役军人更加充分、更高质量就业，近日，省退役军人事务厅、省人力资源和社会保障厅、省军区政治工作局在新宁广场联合举办“戎归逐梦路、展翅新青海”——2024年青海省退役军人及随军家属就业秋季专场招聘会。

此次招聘会现场气氛热烈，现场提供就业岗位1719个、招聘人数3158人，达成就业意向309人，线上同步招聘累计提供就业岗位2100个、招聘人数2675人、浏览量达3万人次。

此次招聘会积极沟通对接省内绿色算力产业领域龙头企业，结合退役军人服役经历、专业特长、能力特点等挖掘适宜岗位，首次专门面向退役军人招工用工。招聘会现场，国能（共和）新能源开发有限公司、青海昆仑人工智能算力中心等10家绿色算力行业企业合计提供招聘岗位41个、招聘人数404人，退役军人现场咨询402人次，达成就业意向25人。为了进一步拓宽退役军人的就业领域，此次招聘会还积极联系了东西部协作省份、

黄河流域省份、大型国有企业以及军创企业联盟等单位参加。招聘会期间，江苏、浙江两省的退役军人事务部门还前往海西州、海南州实地调研退役军人事务领域帮扶工作开展情况，深入了解退役军人就业创业的难点和堵点，并针对培训资金不足、教育资源匮乏等实际问题共同出谋划策，初步达成了教育帮扶、就业合作的意向。

此外，招聘会现场还特别设置了政策咨询区，邀请了人社、教育、医保、税务、金融等部门业务负责人对退役军人及随军家属关心的政策法规进行答疑解惑，并围绕实现军人退役有关事项“一次申请、一窗受理、联动办理、限时办结”进行讲解，帮助退役军人全面了解掌握政策，更好维护自身合法权益。

新华社北京10月8日电 中共中央党史和文献研究院编辑的《习近平关于治水论述摘编》一书，近日由中央文献出版社出版，在全国发行。

水是万物之母、生存之本、文明之源。治水对中华民族生存发展和国家统一兴盛至关重要。党的十八大以来，以习近平同志为核心的党中央在实现中华民族永续发展和国家长治久安的战略高度，从全局角度寻求新的治理之道，坚持民生为上、治水为要，明确“节水优先、空间均衡、系统治理、两手发力”的治水思路，统筹推进水灾害防治、水资源节约、水生态保护修复、水环境治理，全面提升水安全保障能力，不断书写中华民族治水安邦、兴水利民的新篇章。习近平同志围绕治水发表的一系列重要论述，立意高远，内涵丰富，思想深刻，对于新时代新征程统筹水灾害、水资源、水生态、水环境治理，保护好传承好弘扬好水文化，促进“人水和谐”，为全面建设社会主义现代化国家提供有力的水安全保障，具有十分重要的意义。

《论述摘编》分6个专题，共计297段论述，摘自习近平同志2012年12月至2024年8月期间的报告、讲话、演讲、致辞、回信、指示、批示等130多篇重要文献。其中部分论述是第一次公开发表。

（上接A01版）他强调人大工作必须坚持党的领导。人大各项工作都要有利于加强和改善党的领导，有利于巩固党的执政地位。这一点在任何时候都不能动摇。他坚持在新的起点上继续加强和改进立法工作，探索开展立法后评估，不断提高立法质量，推动宪法和法律有效实施。他高度重视人大监督工作，明确提出“围绕中心、突出重点、讲求实效”的监督工作思路，完善监督工作方式方法，有力推动了党中央重大决策部署贯彻落实。他高度重视人大对外交往工作，坚持人大对外交往服从服务于国家外交大局，注重发挥人大对外交往的特点和优势，全面加强同各国议会及多边议会组织的友好关系，推动形成人大对外交往新局面。他十分重视发挥人大代表作用，领导研究制定关于进一步发挥全国人大代表作用、加强全国人大常委会制度建设的若干意见，支持和保障代表依法履职，进一步推进代表工作制度化，更好发挥代表参与管理国家事务作用。他强调要加强人大及其常委会自身建设，发挥专门委员会作用，加强法制宣传教育，不断提升依法履职能力和水平。

2013年3月，吴邦国同志不再担任全国人大常委会委员长职务。从领导岗位上退下来以后，他坚决拥护和支持以习近平同志为核心的党中央领导，认真学习习近平新时代中国特色社会主义思想，关心党和国家事业的发展，坚定支持党风廉政建设和反腐败斗争。

吴邦国同志的一生，是革命的一生、光辉的一生、全心全意为人民服务的一生，是为共产主义理想、党和国家事业不懈奋斗的一生。他的逝世，是党和国家的重大损失。我们要化悲痛为力量，学习他的革命精神、崇高品德和优良作风，更加紧密地团结在以习近平同志为核心的党中央周围，高举中国特色社会主义伟大旗帜，全面贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想，深刻领悟“两个确立”的决定性意义，增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”，坚定信心、同心同德，踔厉奋发、勇毅前行，以中国式现代化全面推进强国建设、民族复兴伟业而团结奋斗。

吴邦国同志永垂不朽！