

省委常委会议召开

吴晓军主持

本报讯 11月28日,省委书记吴晓军主持召开省委常委会议,传达学习习近平总书记在纪念胡耀邦同志诞辰110周年座谈会上的重要讲话精神等,研究我省贯彻意见。

会议指出,认真学习领会习近平总书记重要讲话精神,继承和发扬胡耀邦同志的崇高精神风范和优秀品质,坚定理想信念,赓续红色血脉,以实际行动坚定拥护“两个确立”、坚决做到“两个维护”。持之以恒贯彻落实好新时代推动西部大开发等重大战略,矢志不移、艰苦奋斗,努力把老一辈革命家“立下愚公志,开拓青海省”的夙愿变为美好现实,推动中国式现代化青海实践不断取得新成效。将坚持一切从实际出发的好作风弘扬在新时代,立足青海实际,深入研究谋划全省“十五五”经济社会发展各方面重点任务,制定高水准、高质量的“十五五”规划《建议》和《纲要》。

会议还研究了其他事项。

周末全省天气晴好
但需警惕大风来袭

本报讯(记者 文月婷)记者从省气象台获悉,预计11月28日夜至11月29日白天,全省各地晴或多云,11月29日白天,海西东部、海南大部、海北大部、玉树大部、果洛北部有5至6级偏西风,阵风可达7级以上。

具体天气预报:11月29日20时至11月30日20时,全省各地晴或多云;11月30日白天,西宁、海东有4至5级偏西风,海西东部、海南大部、海北大部、玉树大部、果洛北部有6至7级偏西风,阵风可达8级以上。11月30日20时至12月1日20时,全省各地晴或多云;12月1日白天,西宁、海东有5至6级偏西风,海西东部、海南、海北、玉树、果洛、黄南有6至7级偏西风,阵风可达8级以上。

体感温度:11月29日08时至11月30日08时,西宁、海东、黄南北部、海南、果洛南部、玉树南部的体感温度在0℃至5℃之间,体感偏冷,手脚易发凉,省内其余地区体感温度在零下5℃至0℃之间,体感冷,不适宜户外久留。

西宁天气预报:11月29日,晴,零下8℃至9℃;11月30日,晴,零下7℃至7℃;12月1日,晴,零下8℃至7℃。

西宁市党建引领“有诉必应马上办”
机制创新工作日报

11月27日,12345政务服务便民热线接听群众来电诉求1142件次,网民留言80件(西宁12345微信公众号73件,西宁市政府网2件,人民网5件),直接办理574件,转交责任单位办理568件,回访422件。

热点问题:

- 劳动纠纷64件,无集中反映问题,12345政务服务便民热线已及时联系相应县区政府核实处理。
- 物业服务54件,无集中反映问题,12345政务服务便民热线已及时联系相应县区政府核实处理。
- 噪音问题47件,无集中反映问题,12345政务服务便民热线已及时联系相应县区政府核实处理。

有诉必应 马上办

政务服务便民热线

12345



扫码关注

西宁市安全隐患举报受理情况日报

11月27日,西宁市共收到安全隐患举报74件,其中12345政务服务便民热线接收举报43件,西宁市消防救援支队接收举报31件,主要反映小区物业、消防安全、市政道路等问题,已及时联系相应县区政府核实处理。

安全隐患有奖举报

- 微信小程序举报(扫描二维码)
- 信访举报:举报地址为市或各县(区)、园区应急管理、消防救援机构办公地址
- 电话举报:

服务热线举报投诉电话:0971-12345

安全生产举报投诉电话:0971-8230155

消防安全举报投诉电话:0971-6333599



我省一研学案例荣获全国文化遗产研学精品项目

本报讯(记者 师晓琼)日前,“第二届文化遗产研学十佳项目和十佳线路宣传展示活动”终选会顺利举行。经评审委员会严格遴选,青海省博物馆申报的“江源精灵奇遇记:从蛙纹彩陶壶到雪域动物园”研学案例成功入选“文化遗产研学精品项目”,这是我省在本届评选中唯一获此殊荣的案例。

据介绍,“文化遗产研学十佳案例和十佳线路宣传展示活动”是由中国文物报社、中国文化遗产传播中心、中华文明展示传播联盟等单位为广泛

传播文物蕴含的文化精髓和时代价值、推动文化遗产研学全面深入高质量发展而举办的全国性文化遗产研学案例的评选活动。本届活动自2025年6月启动以来,共收到全国范围内申报的研学案例180余项、研学线路77项。经过初评、终评两轮严格筛选,最终评选出“十佳研学项目”及20项“精品研学项目”。青海省博物馆“江源精灵奇遇记:从蛙纹彩陶壶到雪域动物园”入选精品项目,充分体现了行业对该馆在文化遗产研学领

域实践成果的高度认可。

“江源精灵奇遇记:从蛙纹彩陶壶到雪域动物园”是青海省博物馆于2024年策划推出的特色研学项目。该项目立足弘扬中华优秀传统文化,聚焦“动物文物”的文化联结功能,以“文物上的动物”为切入点,融合知识传播、趣味互动与实践体验,引导参与者深入认知青海地区先民在不同历史时期的生活形态、信仰习俗与审美观念,进而理解人与自然和谐共生的生态理念,增强民族文化认同与生态文明意识。

青海省第十二届导游大赛圆满落幕

本报讯(记者 师晓琼)日前,为期两天的青海省第十二届导游大赛决赛在西宁圆满落幕,参赛选手同台竞技、各展所长,经过多轮专业比拼,10名选手分获一、二、三等奖及优秀导游员奖项,多家单位荣获优秀组织奖与团体奖项,此次大赛是我省文旅行业冬季大练兵的重要组成部分,为推动青海文旅高质量发展选拔出了一批业务精、素质高的优秀导游人才。

本届大赛紧扣青海“国际生态旅游目的地”建设目标,以“赓续中华文脉·建设旅游名省”为主题,近百名选手通过为期一个多月“以赛促训、以赛

代练”的形式,全方位检验了青海导游群体的专业素养与综合能力。大赛分为初赛各地选拔、复赛新媒体视频竞技、决赛四轮次比拼,特邀专业院校老师、资深旅游人、金牌导游员担任裁判。其中,复赛充分结合新媒体讲解模式,导游在3分钟内通过镜头带领观众“云游”青海,以年轻化、创新化的表达诠释大美青海的独特魅力;决赛全面对标国赛,设置语言表达与基础知识储备赛、导游词创作赛、导游综合能力对抗赛、主题演讲赛四大核心环节,既考察选手对青海旅游资源、自然地理、历史文化、民俗非遗等知识的掌握

程度,也考验临场应变、服务意识、创新表达等实战能力。

此次大赛从作用发挥、行业规范、自我自律、责任担当四个维度阐述了赛事的意义及导游这一职业所承担的使命担当,提升了全体导游跳出比赛看比赛,以比赛促进行业发展的思想意识,使大赛成为导游学习交流、展示风采、提升能力的平台,有效激发行业从业人员苦练内功、提升素质的积极性,充分发挥了青海导游的“窗口”与“名片”作用,为助力擦亮“山宗水原大美青海”品牌、建设旅游名省注入了持续新动能。

身残志坚,她把不可能变成可能



“拿到这份荣誉时我很激动,这从来不是我一个人的,是给所有想运动、敢运动的残疾人朋友的荣誉。”日前,2021—2024年度全国群众体育先进个人名单正式揭晓,我省一级社会体育指导员、西宁市城西区蒲公英心智障碍人士服务中心教师白玉洁光荣入选。谈及这份认可,白玉洁语气真挚,而这份荣誉背后,更藏着国家对青海省残联助力残疾人参与体育运动、共享健康成果工作的充分肯定。

身残志坚,她把“不可能”变成“可能”

自幼因病致残,白玉洁的手、臂、腿脚严重萎缩变形,上下肢运动功能近乎丧失,每迈出一歩都伴随着刺痛。但身体的残缺从未阻挡她拥抱生活的脚步,几十年来,康复训练成了她的日常必修课。“那时候每天康复,借助墙面下蹲时,膝盖咔咔响、汗水浸透衣衫是常事;拉伸肌肉时酸胀感涌上来,我就咬着牙默数节拍,哪怕多坚持一秒,身体就可能好一点,我没有理由放弃。”回忆过往,她语气坚定。

日复一日地坚持,不仅让她的肢体功能逐步改善,更让她深刻读懂了

体育锻炼的意义。看着社区里同样受肢体残疾困扰的居民,她主动伸出援手:教长期卧床肌肉萎缩的张阿姨用矿泉水瓶做简易哑铃,帮行动不便的邻居把复杂康复动作拆解成“扶桌抬腿”“沙发侧撑”等居家微运动。“自己受过康复的苦,就想为别人撑把伞。我把自己的康复经验教给他们,看着他们慢慢重拾力量,就觉得特别有意义。”

精进专业,从“康复者”成为“引路人”

为了给残友们提供更科学的指导,白玉洁下定决心深耕社会体育领域。她系统钻研运动基础理论、科学健身方法及常见运动损伤处理技巧,顺利考取社会体育指导员二级证书,随后又将专业知识带到了西宁市城西区蒲公英心智障碍人士服务中心。

针对心智障碍、精神障碍人士的特殊情况,她精心设计安全易行的体育项目,提前检查场地、调试器材,手把手耐心讲解规则与动作要领,用温柔的鼓励一点点化解大家的胆怯。看着孤独症、智力障碍的孩子从“躲着走”变成“主动

来”,身体协调性与专注力渐渐变好,她打心底里欣慰。

不满足于现有成果,白玉洁又向更高难度发起挑战,聚焦运动技能训练计划制定、运动风险评估等进阶内容,通过案例研讨、模拟实践强化专业能力,最终成功考取社会体育指导员一级证书。“我想多学点些专业知识和技能,给残友们指导时才更有底气,不能因为自己不专业耽误人家。”她说。一本本证书,见证着她的成长,也让她能为不同需求的群体,量身打造阶梯式、科学化的指导方案。

“小太阳”般的她,温暖着更多需要的人

除了服务心智障碍群体,白玉洁还把目光投向社区里更多有需要的人。工作之余,她深入社区走访,摸清居民的兴趣爱好与身体状况,为肢体残疾居民设计关节活动操、肌肉力量控制训练等专属方案,带动越来越多残疾人加入体育锻炼队伍。

截至目前,她在基层群众体育岗位上累计组织活动近百场,几乎每天都在指导残疾人康复训练,服务群众超千人。“社区居民喊我‘小太阳’,说我带来了温暖;不少‘星星的孩子’的家长跟我说‘孩子有幸得遇良师’,还有孩子亲切地喊我‘白老师’‘白妈妈’。”说起这些称呼,白玉洁的语气里满是暖意,“这些比任何证书都珍贵,说明我做的事有用,再累也值得。”

如今,作为全国群众体育先进个人,白玉洁始终记得自己的初心:“我就是个基层社会体育指导员,能做的就是将科学健身理念变成大家能懂、能用的方式,帮大家打破‘不敢动’的心理壁垒,让大家知道体育能让生活更有力量。”

(记者 描毛)

学习身边榜样