

# 内蒙古自治区扎兰屯市： 城市管理精细化 滋养居民幸福花

■中国城市报记者 叶中华 通讯员 韩冷



改造后的内蒙古自治区扎兰屯市振兴路,宽阔整洁。肖金摄

“扎兰屯,一座位于大兴安岭南麓,因中东铁路修建而‘聚拢’起来的城市。”内蒙古自治区呼伦贝尔市扎兰屯市市政工程服务中心主任宋艳杰对中国城市报记者说,“以前,一些基础设施不完善等问题制约着城市的发展,为人民生活带来了困扰。”

如何统筹好更新之“微”与治理之“重”,把握好改造之“微”与民生之“大”,让市民生活更舒适、更美好?扎兰屯市聚焦高质量发展,积极落实城市精细化管理,由细微之处见宏阔之境。

## 防汛： “内涝堵带”变“畅通秀带”

“小暑大暑多阴雨,七上八下多滂沱。”每当雨季、汛期来临,几场暴雨过后,低洼地段积水、内涝成为各地“通病”,扎兰

屯市也不例外。

有“病”就治,有“疏”便畅。宋艳杰向中国城市报记者介绍,扎兰屯坚持人民城市人民建、人民城市为人民重要理念,推动城市治理现代化,通过超前排查找“病根”、逐一“挂号”治顽疾的方式,将能曲直的路段曲直、能拓宽的路段拓宽,修河渠放水、下涵管疏水……对全市20余条道路交叉路口及相关附属设施进行维护维修,改造面积9458平方米,清理淤泥5953.75立方米,清理排水设施淤堵1097套,累计销号市政设施隐患问题428个,让内涝“堵带”变成了畅通“秀带”。

“扎兰屯相关部门通力合作,办好实在事、暖心事,推动道路亮化、防汛工作‘一把扫帚扫到底’,让城市有颜值、有温度、有底蕴。”当地一位长期关注民生问题的自媒体主播说。

## 修路： “错综险带”变“安全秀带”

“雅鲁河畔扎兰屯,几派清流拥水村。”扎兰屯,因水而灵秀,雅鲁河由北至南从新城区和老城区中间穿过。而老城区的二道河虽然名不见经传,却有着与民生息息相关的故事……

“正阳小学就在二道河东侧,学校西门是孩子们上下学的主要出口。过去,西门口十分拥堵,尤其是放学时间,孩子们一出门就撒丫子跑,一不小心就有掉进河沟的危险,我们家长因此长期担惊受怕。如今,河道边的路面拓宽了,河道两侧建设了景观护栏,还铺设了步道砖,安全系数大大提升,学生家长们都竖起了大拇指。”正阳小学学生家长黄淑萍对二道河畔的变化娓娓道来。

扎兰屯市在探索社会治理现代化新路子的过程中,始终把人民群众的满意度、获得感和实际需求放在首位。为完善城市基础设施功能,及时修补“创伤”,该市对二道河1170米沿线建设了景观围栏,完成广场绿地建设填方1153立方米,拆旧铺新步道砖1190平方米,新建夜间可视护栏203米……多种措施解决了1600多名周边师生及河道两侧居民的出行难题。

同时,扎兰屯市以解决民生问题作为开展一切工作的出

发点和落脚点,精准对接民生所指、民心所向,为缓解迎宾大街一向阳街(地勘利居一柴林家园西沙石路)、滨河雅居(向阳街一泊润水岸)道路过往因市民密集、街道狭窄导致的车辆拥堵、汛期内涝等情况,建设5215平方米混凝土路面,铺设4115平方米步道砖。此项目正在紧锣密鼓地施工中,完成后将极大提升道路的流畅性和循环能力。

## 造景： “荒芜乱带”变“娱乐秀带”

“尽管城市在发生蝶变,可是一些犄角旮旯内问题仍存。我们要继续推进工作落实,让市民更加便捷地获取公共产品、更加舒心地享受绿色生活、更加公平地获得发展机会。”宋艳杰表示。

今年,扎兰屯市充分挖掘城市碎片、存量土地价值,对振兴路广场等进行“旧貌换新颜”改造,建设46个停车位,安装照明灯具及健身器材,健身区、停车场硬化面积1856.5平方米,满足周边5000余户居民对休憩环境和健身娱乐的需求,串起市民幸福“生活圈”。同时,对布特哈公园、雅鲁桥西广场木质栈道进行维护,对向阳街、雅鲁街照明设施进行提升改造,更换LED灯具130盏,累计维修维护照明设施超3万处,市民夜间出行安全得到更

多保障。

“如今的扎兰屯城,可以说每天都有新变化。就说我们辖区的雅鲁桥桥头、河边空地等,以前是杂草丛生,我们要定期清理;如今建成了小公园,成了居民健身休闲的好去处,‘荒芜乱带’变成‘娱乐秀带’。”扎兰屯市繁荣街道办事处小溪社区党总支书记费翠翠说。

一城之美,在于精致;一城之韵,在于民生。清晨里、夕阳下,在扎兰屯的各小区、公园、广场随处可见人们健身、娱乐的身影,大家都在享受着城市精细化管理带来的高品质生活,享受着城市发展的“宏阔之境”。

## 记者手记：

漫步扎兰屯,每一处细微的改变都透露出城市的温度与活力。从内涝顽疾的根治到河畔景观的重生,再到边角空地的华丽转身,扎兰屯以“城市精细化管理”为笔,绘就了一幅幅幸福的民生画卷。市民的笑容,是对这座城市蝶变最真挚的称赞。在这里,精致不仅体现在城市的外观上,更深深融入了民生福祉之中,让人真切感受到“于细微之处见宏阔”的深刻内涵。扎兰屯,正以实际行动诠释着“人民城市为人民”的初心与使命。

# 山东省日照市东港区： 推广校园“明目功” 守护学生“睛”彩“视”界

■中国城市报记者 叶中华 通讯员 王谋利 王麦杰

“左脚侧开,与肩同宽,双手举过头顶……”每天中午大课间,伴随着优美的乐曲,山东省日照市东港区各学校的学生们都会在教室中全身心投入练习“明目功”。一呼一吸放轻松,一按一揉护眼睛,一节一动双眸亮……学生们切身体验着练习“明目功”带来的放松感受。

每日组织学生练习“明目功”是东港区为缓解学生用眼疲劳、改善学生视力而采取的举措。今年,国家体育总局把日照市作为“明目功”进校园的试点城市,同时在东港区最早开展相关推广工作。东港区教体局组织学校充分发挥民族传统体育项目优势,积极开展“青

少年版明目功”进校园工作,从中华优秀传统文化中汲取智慧,缓解学生用眼疲劳。

“‘青少年版明目功’整套功法做下来仅有8分钟,易学易练,非常适于青少年在课间练习。学生只要掌握‘嘘’‘呼’‘吹’三字诀,坐着就能完成。”国家一级太极拳教练员、国家一级健身气功裁判、国家级社会体育指导员王允林告诉中国城市报记者,“别看只是这么简单的几个动作,但是它符合中小学生的生理特点,可以从整体上调理脏腑,从而作用于眼睛。”

作为全国学校“明目功”推广的资深专家,王允林负责全程跟进东港区各学校的“明目

功”培训,对全区59所中小学定期开展教学,截至目前已培训200余人次。各学校教练团队由体育教师组成,在培训过程中,王允林坚持“逐一指导、不落一人”的培训方针,对教师进行“一对一”的指导和考核,保证教练团队成员精准掌握功法,为东港区“明目功”推广提供了强有力的师资保障。

为确保学生能够快速准确地掌握“明目功”的练习步骤,各学校采取由点到面的方式教授学生。前期,教练团队对各班学生代表进行培训,引导学生在反复练习中逐步掌握要义和精髓,做到由形似到扎实。等他们掌握要领后,教练团队再以点带面进一步推广,最终实现在全校

范围内普及“明目功”。

“我们要求学生不仅学会‘明目功’,而且善用‘明目功’。为此,我们定期举办‘明目功’比赛和展示活动,让学生在与同学切磋的过程中取长补短、共同进步。”日照市实验中学学校党总支书记尹力群向中国城市报记者表示,学校鼓励学生将“明目功”融入日常生活,让他们利用课间、午休等时间进行练习,使保护视力成为一种生活习惯。

练习“明目功”的成效得到了学生家长的认可、点赞。日照港第一小学四年级学生周铭浩表示:“自从坚持练习‘明目功’后,我感觉眼睛越来越舒服了。因此课间一有时间我都会

用‘明目功’来缓解眼部疲劳。”日照市第三实验小学的一位学生家长说:“我的孩子以前总是揉眼睛、眨眼,现在这些动作明显减少了。非常感谢学校开展这样的活动。”

“我区的日照市实验中学是全国‘明目功’进校园试点学校。在该校的带动下,全区各学校学生通过长期坚持练习‘明目功’,不仅缓解了眼部不适症状、消除眼部疲劳,还有效防治近视眼等眼部疾病,受益匪浅。”东港区体育事业综合服务中心副主任韩伟告诉中国城市报记者,下一步,东港区将持续开发完善“明目功”教育训练新模式,为学生的视力健康保驾护航。