

触摸幸福的温度

民生是最温暖的底色。康巴什区的“嵌入式”邻里中心、鄂托克旗的冬日健身热潮、准格尔旗的“健康防线”工程，共同诠释了新时代民生的三重维度：便捷生活、活力健康、坚实保障。它们展现了公共服务从“有没有”到“好不好”的深刻转变。这些发展的温度，最终要由人民群众的切身感受来丈量。这些实践，正是“发展为了人民”在基层最鲜活的写照。

——编者按



狠狠心动！这个嵌入式空间超给力！

□冯静 张欣谊

康巴什区康城名苑邻里中心理疗室里飘来淡淡的艾草香，家住骏仕名小区的居民杨文清正趴在软床上，眯着眼睛享受这份安宁。“以前颈椎疼得去医院，现在下楼走几步就能做理疗，暖和又舒服。”71岁的杨文清介绍道。

对面舞蹈室传来欢快的音乐声，八位阿姨穿着靓丽的表演服，排练舞蹈；台球室内，居民孙文魁挥杆击球……这座总面积1100平方米的活动空间，成为周边3个小区1440户居民日常生活的重要组成部分。

从去年3月正式启用以来，康城名苑邻里中心内设餐厅、理疗室、棋牌室、台球室、书画室、舞蹈室、自习室、萌宠驿站8个功能区，精准回应了“一老一小”、青年群体及全职主妇等不同人群的需求，不仅填补了社区公共服务的空白，更让“15分钟生活圈”从规划变成现实。

这便是滨河街道2025年民生实事项目中的“滨河暖居·悦享邻里”项目在基层落地生根的鲜活缩影。

“滨河暖居·悦享邻里”项目聚焦构建便捷舒适的“好社区”，通过整合资源、优化布局，持续完善社区嵌入式服务。

滨河街道坚持“空间嵌入、服务嵌入、功能嵌入”三大理念，在辖区内因地制宜建设各类邻里中心，让居民在家门口就能享受到优质高效的便民服务。在硬件条件较好的小区建设独栋复合型邻里中心；在没有附属设施的小区，则巧妙利用“边角料”，将围墙边、广场空地等零散空间改造为装配型邻里中心；甚至连疫情期间闲置的核酸小屋也被赋予了新生命，变成了飘香书香的社区自习室。

上午十点半，三层的萌宠驿站里传来孩子的笑声。居民殷明霞带着7岁的孙子每天准时来这里“打卡”。

家住康城名苑小区的刘彩萍2024年刚从

老家搬过来，如今已和邻居们成为无话不谈的牌友。“刚搬来的时候，打扑克、跳广场舞、吃饭都不太方便，自从有了邻里中心，问题都解决了，还交了好多好朋友，一点也不孤单了。”

临近中午，暖邻驿餐厅开始飘出饭菜香，居民温强和老伴端着餐盘找了个靠窗的位置，“食堂就在家门口，饭菜干净卫生，价格还实惠，帮我们老年人和上班族解决了做饭的大难题。”

这些细致入微的服务，源于“滨河暖居·悦享邻里”项目对居民需求的精准把握。每个邻里中心都坚持“一中心一方案”，不仅实现物理空间的重组，更将社区服务功能再造升级，是分布在每一个小区里的浓缩版“微型社区”。

在揽胜苑南区邻里中心，第三方托管机构为双职工家庭提供课后服务；在丽日家园小区，“美好工作室”为转移农牧民提供手工艺品培训，拓宽增收渠道。

目前，滨河街道已建成小区邻里中心7处，在建3处，正加速实现辖区全覆盖。这些散落在各个社区的“悦享空间”，如同点点星光，连缀成基层治理的温暖网络。



破防了！这份免费体检才是硬核保障！

疗、健康有保障”为目标，打响了一场扎实的“中年健康保卫战”。

项目采用“先重点、后全面”的分阶段推进策略。2025年优先覆盖50周岁及以上高风险人群，2026年扩展至45-49周岁群体，2027年实现全覆盖。

为确保体检服务的高效便捷，准格尔旗打造了覆盖城乡的便民体检网络，在全旗设立5个体检机构，居民可就近选择。

通过“健康准格尔”微信公众号，居民可在线预约、自主选择机构和时段，节省排队时间1.5小时以上。对于行动不便等特殊群体，项目提供优先服务和灵活补检安排。

项目推出A、B、C、D、E五类免费体检套餐，在基础项目上新增4个专项套餐，涵盖心脑血管疾病、糖尿病、肿瘤筛查等重点领域。

项目的核心创新在于建立了“防、筛、诊、治、康、管”的闭环健康管理机制。

居民通过体检生成的电子健康档案，可实现体检报告、健康建议实时同步。医生可通过档案追踪健康变化，为特定人群提供长期健康指导。

建立跨部门数据共享机制，体检机构每日将数据上传至全民健康信息平台。对筛查出的异常人群，提供家庭医生签约服务，定期随访、指导用药。

截至2025年12月23日，5家公立医院累计完成体检4.10万人次。筛查出高血压、糖尿病等慢性病患者2136人，早期肿瘤或癌前病变疑似病例48人，均已纳入健康管理或转诊治疗。其中，已有32名重大疾病风险人群通过转诊接受进一步治疗，相关费用可通过城乡居民医保、

大病保险等政策规定报销，有效降低了重大疾病对家庭经济的冲击。

这项工程不仅为居民提供了及时的健康干预，更通过完善的闭环管理体系，为巩固脱贫攻坚成果筑起了坚实的“健康防线”。

当刘强拿到那张显示“排除恶性病变”的复查报告时，他意识到自己避免的不仅是一场可能的健康危机，更是一个家庭可能面临的经济困境。在准格尔旗，这样的故事正在越来越多地发生。

从“治疗为主”转向“预防为先”，从“单次服务”转向“全程管理”，这项健康工程正悄然改变着基层医疗服务的生态。健康中国的宏大叙事，在这里化为一个个具体而微的健康档案、一次次及时的医疗干预、一张张安心的笑脸。



热辣滚烫！鄂旗的冬日健身局赢麻了！

□边新泽

当第一缕晨曦划破塞北的天空，鄂托克旗的许多角落已然苏醒。遍布城镇的“口袋公园”、蜿蜒延伸的健康步道、开阔的广场，成为了冬日清晨最热闹的存在。寒风并未阻挡人们走出家门脚步。在这里，结伴健走的老人呼吸着清冽的空气，步伐稳健；随着富有节奏的音乐响起，一支支广场舞队伍迅速集结，动作整齐划一，成为一道跃动的风景。

“跳了这么些年，冬天也没断过。出一身汗，浑身通透，感觉一天都有精神头！”广场舞的成员郑玲如是说。这种感受，代表了众多坚持晨练居民的心声。

近年来，鄂托克旗着力构建“15分钟健康生活圈”，通过见缝插针地建设社区健身公园、优化公共绿地运动功能、完善步道系统，让运动空间真正延伸到居民家门口。这些触手可及的“微健身场地”，不仅提供了便利，更在无形中激发了社区活力，让邻里在运动中熟络，让健康在坚持中累积。室外严寒与运动热情形成的鲜明对比，恰恰印证了民生设施改善所带来的强大内生动力。

日落黄昏，户外气温持续走低，但人们运动的热情并未随之“降温”，而是转向了另一片更加温暖、专业的天地——遍布全旗的各类室内体育场馆。

游泳馆内，孩子们在教练指导下学习泳姿，欢笑声与水花声交织；篮球场上，激烈的攻防转换、精准的投篮、挥洒的汗水释放着工作压力；羽毛球、排球场馆更是“一座难求”，球友们的每一次挥拍、每一回合较量，都充满了专注与愉悦。此外，设施现代的健身房、舞蹈教室等，也吸引着不同需求的锻炼者。

“现在下班后的选择太丰富了，不用再担心天气。和同事约一场球，既锻炼了身体，也增进了感情。”年轻的职工杨柳芝感慨道。室内运动场馆的提质扩容与全面开放，有效破解了北方地区冬季运动的“气候制约”，实现了从“季节性运动”到“全年性运动”的跨越。这些场馆不仅是运动的物理空间，更成为了社交、休闲、释放压力的重要场所，极大提升了城镇居民，尤其是上班族的生活品质和幸福感。

硬件设施的完善只是基础，如何引导群众科学健身、持续激发参与热情，是更深层次的课题。鄂托克旗以“十四五”规划为引领，在“供给端”做足了文章。

针对不同群体需求，旗里常态化开设“青年夜校”“职工学堂”公益运动课程。瑜伽、篮球技巧、游泳培训……专业教练的现场指导，让爱好者们得以告别“跟着视频瞎琢磨”的阶段，在安全、科学的基础上提升技能，收获全新的运动体验。正如一位青年夜校学员郑欢所说：“有老师纠正动作，有同学一起坚持，感觉进步特别快，也更有动力了。”

鄂托克旗冬日健身热潮的背后，是以人民为中心的发展思想的生动实践。将完善公共文体服务体系作为重要的民生工程和幸福工程来抓，体现了执政温度与发展远见。

这股“热辣滚烫”的健身热潮，超越了体育运动本身。它温暖了寒冬，凝聚了社区，提振了精神，提升了居民的获得感、幸福感与满意度。它昭示着，当民生关切落到实处，发展的成果便能以最直观、最生动的方式，转化为百姓脸上满足的笑容和生活中充盈的活力。鄂托克旗的冬日画卷，因而洋溢着别样的温暖与蓬勃的生机。



□张丽兰

一场覆盖准格尔旗、惠及数万家庭的“中年健康保卫战”，通过精准筛查与闭环管理，正将健康中国的宏伟蓝图转化为基层群众的真切获得感。

刘强从未想过，一次免费的体检可能改变他的人生轨迹。2025年8月，刚满50岁的他在准格尔旗组织的免费体检中，被查出食管癌筛查评测3级，提示存在癌前病变风险。

经过及时干预，他成功排除了恶性病变风险。“这次免费体检真是救了我！”刘强的感慨，道出了这项民生工程最直接的价值。

为从源头阻断“因病致贫、因病返贫”的潜在风险，准格尔旗启动了一项投入2.4亿元的健康保障工程，覆盖全旗45周岁及以上户籍居民。

这项工程每三年为一个周期，体检标准按每人2200元实施，以“无病早预防、有病早治

中国体育彩票 | 鄂尔多斯体彩

体彩之窗

中国体育彩票开奖结果

中国体育彩票1月12日开奖结果
超级大乐透 第26005期
开奖号码: 02 04 16 23 35 06 11
每周一/三/六 21:25 开奖

排列3 第26012期
开奖号码: 5 2 2
每天21:25 开奖

排列5 第26012期
开奖号码: 5 2 2 0 1
每天21:25 开奖