

# “现代化最重要的指标还是人民健康”——写在第15个全民健身日之际

成都大运会洋溢青春风采,贵州乡村体育挥洒健康活力……8月8日,中国将迎来第15个全民健身日。

让更多中国人体魄壮起来、精神强起来!自2009年确立全民健身日以来,“运动是良医”深入人心。目前,我国人均预期寿命提高到78.2岁,居民主要健康指标居于中高收入国家前列。

“现代化最重要的指标还是人民健康,这是人民幸福生活的基础。”党的十八大以来,以习近平同志为核心的党中央将全民健身上升为国家战略,广泛开展全民健身活动,推动全民健身和全民健康深度融合,引领全民健身和卫生健康事业实现全方位进步、取得历史性成就。

## 活力中国:全民健身事业迎来大跨越

成都,第31届世界大学生夏季运动会。7月28日,圣火盘一点点燃,光芒盘旋上升,古老的“太阳神鸟”仿佛展翼腾飞。113个国家和地区的6500名运动员相聚于此,共同见证体育的魅力。

“欢迎大家到成都街头走走看看,体验并分享中国式现代化的万千气象。”开幕式欢迎宴会上,习近平总书记发出诚挚邀请。

百年变迁,缩影于此。体育承载着国家强盛、民族振兴的梦想。

“体育强则中国强,国运兴则体育兴。”2017年8月27日,习近平总书记在会见全国体育先进单位和先进个人代表等时强调,体育代表着青春、健康、活力,关乎人民幸福,关乎民族未来。

每一场运动盛会,都在向世界展示活力的中国;每一个跃动身影,都映射着人民群众对美好生活的向往。北京,国家速滑馆“冰丝带”,诞生了多项奥运纪录。作为最早对公众开放的北京冬奥场馆之一,这里成为众多滑冰爱好者“打卡”的新地标。

融入敦煌壁画元素的滑雪大跳台“雪飞天”、国内第一条雪车雪橇赛道“雪游龙”……奥运荣光载入史册,一大批优质运动场地设施兴建并开放,中国“带动三亿人参与冰雪运动”成为现实。

2022年1月4日,习近平总书记第五次实地考察北京冬奥筹办工作时深刻指出:“从体育强国到健康中国,人民的健康、人民的体质、人民的幸福,都是一脉相承的。这是全面小康、全面现代化的题中之义。它的意义,小中见大。”

## 节气之美

# 立秋也有“早”“晚”之分?

新华社天津8月7日电(记者 周润健)“云天收夏色,木叶动秋声。”北京时间8月8日2时23分将迎来二十四节气中的立秋。从此时节,阳气渐收,万物内敛,开始从繁茂成长趋向成熟结果。

天津民俗专家、专栏作家由国庆介绍,虽然这个节气名带“秋”字,但立秋只是天文学意义上的秋天来临,并非气象学上的入秋。气候上划分季节主要依据“候平均温度”的变化来定,即当地连续5天的平均温度在22摄氏度以下,才算进入气候意义上的秋季。

立秋后,热气消散和气温降低都尚需时日,我国很多地方仍处在炎热的夏季之中,有民谚说“立秋反比大暑热,中午前后似烤火”。

7月11日入伏后,已经忍受了一段时日“上蒸下煮”闷热天气的人们,无比渴望着凉爽秋风早一点吹来。对此,我国一些地区民俗把立秋又分为“早立秋”和“晚立秋”。

具体来说大致有两种不同分法:第一种分法,以农历七月为参照,如果立秋时

还没有进入农历七月,那么就称为“早立秋”,反之,若立秋时已进入农历七月,就是“晚立秋”,如此,今年立秋对应的农历日期为六月二十二,属“早立秋”;第二种分法,以时间点来划分,0点至12点为“早立秋”,12点至24点为“晚立秋”,如此,今年立秋属“早立秋”。

源于此,民间也产生了不少谚语、俗话,如“早立秋凉飕飕,晚立秋热死牛”“早立秋把扇丢,晚立秋不眠”等等。

由国庆表示,这些民间俗话来自祖祖辈辈口耳相传,虽然有一定道理,却并没有严谨的科学依据,而影响气候的主要因素是太阳辐射、大气环流和人类活动等,因此,立秋是早是晚,和天气热不热之间没有明显对应关系。

立秋无论早晚,炎热的气温已到尾声,时节向着“秋意渐起”行进。落叶知秋,岁月迎丰,秋季是收获的季节,也是让人产生无限憧憬的季节。让我们在“咬秋”“摸秋”“贴秋膘”等民风民俗活动中一起迎接立秋的到来,齐声道一声“天凉好个秋”。



8月6日拍摄的经过环境整治提升的舟山市普陀区展茅街道黄杨尖村。近年来,浙江省舟山市积极践行“绿水青山就是金山银山”理念,深化“千村示范、万村整治”工程,以美丽乡村建设为抓手,加快推进农旅产业融合发展,走出了一条“生态美、产业兴、百姓富”的海岛地区美丽经济新路径。新华社记者 徐昱 摄

(上接第1版)市人大常委会发挥敢于创新、勇挑重担的担当精神,积极探索立法新领域,在土壤污染防治、非遗保护、餐厨废弃物管理、儿童友好城市建设等领域立法创造多个“全省首部”“全国首部”,一部部富有特色、追踪前沿、示范创新的“前瞻性法规”应运而生。

去年颁布实施的《菏泽市儿童友好城市建设促进条例》《菏泽市旅游促进条例》,因紧密结合菏泽实际,地方特色突出,多次受到上级人大的表扬。市人大常委会始终坚持在本地特色上下功夫,将羊肉汤产业保护与发展条例纳入五年立法规划,组织相关部门和县区人

大开展立法调研,通过网络查询,学习借鉴兄弟市相关立法经验,拟探索试行联合起草或委托立法研究服务基地起草的新举措,对立法可行性、切入点和重要制度设计进行研究,让法规扬“菏泽特色”,有“菏泽味道”。

“在立法工作中,我们将深入学习贯彻习近平法治思想,坚定不移走中国特色社会主义法治道路,坚持全过程人民民主和法治相统一的原则,积极推进科学立法、民主立法、依法立法,以良法促进发展、保障善治。”市人大常委会副主任委员、常委会法工委主任刘清晖说。

记者 张慧

人的全面发展的重要手段。

7月23日,经过较长时间筹备,福建省体育与卫生健康融合协会正式成立。

这个由当地体育局和卫生健康委共同发起的组织,将着力发挥体育在疾病预防、治疗与健康促进中的作用,推动全民健身和全民健康深度融合。

“要推动健康关口前移,建立体育和卫生健康委等部门协同、全社会共同参与的运动促进健康新模式。”2020年9月22日,习近平总书记在教育文化卫生体育领域专家代表座谈会上强调。

“健康是1,其他都是后面的0。”全民健身推进健康关口前移,加快从“以治病为中心”转向“以人民健康为中心”,中国不断开创运动促进健康新模式,一切努力都是让健康这个“1”更加坚实。

引导百姓想运动、能运动、健身、健康加速融合——张家口崇礼,国家跳台滑雪中心“雪如意”脚下,山地自行车、定向越野、登山等数十项户外运动项目,吸引了天南海北的游客。今年10月底前,河北省将建成15个健身与健康融合示范中心。

江苏,建有12个省运动促进健康中心试点单位、100个基层慢病运动健康干预单位、134个省级以上体质测定与运动健身指导站,体卫融合工作机制加快完善。

全国超过96%的县区开展全民健康生活方式行动,建成健康食堂、健康步道等健康支持性环境8万余个;大力推动群众体育和竞技体育全面平衡发展,不断提升人民健康水平;居民健康素养水平提升到25.4%……

“运动处方”防未病,全民健身成社会新风尚——一张桌、几把椅、若干成员,曾是成都老体协创办的全部“家当”。成立之初,成都仅有6个老年体育组织。现在,全市老年体育组织超过3500个,覆盖近300万老年人。

协会研发桌上冰壶球项目,创编全国健身球规定套路……在他们眼里,运动不仅仅属于年轻人,也属于成都的“老果果”们。

八段锦、五禽戏的练习音乐,在城市公园响起;“运动处方”走近更多高血压、糖尿病、肥胖等慢性病患者……“多锻炼、少生病”,科学锻炼防未病成为更多人的坚持,喜爱健身、追求健康的观念蔚然成风。

“医体融合”持续推进,高质量的健身“火”起来——划船机训练,卧式健身车……上海徐家汇赵巷

片区的长者运动健康之家里,已有不少老年人前来锻炼身体。100多位老人在这里都有单独的健康档案。整合体育、养老、卫生健康等公共服务资源,长者运动健康之家提供了科学健身指导、运动康复训练、健康知识普及等“一站式”运动康养服务。

《“健康中国2030”规划纲要》提出,推动“医体融合”,要充分发挥科学健身在健康促进、慢性病预防和康复等方面的特色作用,积极推广覆盖全生命周期的运动健康服务。

坚持以增强人民体质、提高全民族身体素质和生活质量为目标,中国不断健全更高水平的健身与健康服务,让人民身心更健康、生活更美好。

## 幸福中国:推动全民健身和全民健康“从有到优”

福州,登山健身,由来已久。行走在依山而建、全长约19公里的森林步道,如同漫步在林木上空,绿荫环绕。这里是百姓休闲健身的好去处,被当地人亲切地称为“福道”。

从推动群众登山健身,到普及全民健身运动,从全民健身国家战略确立,再到健康中国战略部署,习近平总书记对于增强人民体质、提高全民族身体素质和生活质量的关切一以贯之。

全民健身运动的普及和参与国际体育合作的程度,也是一个国家现代化程度的重要标志。以习近平同志为核心的党中央始终把人民健康放在优先发展的位置,新征程上继续促进全民健身公共服务体系从“有”向“优”转变。

运动从“小”抓起,身体素质、精神状态全方位提高——

秦岭山谷,寥廓幽远。走进陕西省平利县老县镇中心小学,便能看到教室里的护眼灯、坐姿矫正器,还有专门设置的近视防控教室和视力保健室,更好保护孩子们的“明眸”。

“让孩子们跑起来”“要长得壮壮的、练得棒棒的”“体育锻炼是增强少年儿童体质最有效的手段”……习近平总书记的叮嘱,牢牢记在万千教育工作者的心中。

多部门印发文件加强和改进学校体育工作,让更多孩子体验运动的快乐;中小学生在每天校内体育活动时间不少于1小时;让每个青少年较好掌握1项以上运动技能……推动青少年文化学习和体育锻炼协调发展,让青少年形成终生的爱好和运动习惯。



吉林舒兰抢险救灾群像

# 山东通报5起由风及腐、风腐一体典型案例

新华社济南8月7日电(记者 高天)违规收受礼金、违规出入私人会所、接受管理和服务对象宴请……7日,山东省纪委监委公开曝光5起由风及腐、风腐一体典型案例。

山东省政协原常委、提案委员会原副主任孙亮违规收受礼金、借用管理和服务对象车辆、出入私人会所等问题。2014年1月至2022年,孙亮先后多次违规收受管理和服务对象所送礼金;无偿借用私营企业主车辆;多次违规出入私人会所,接受宴请和娱乐活动安排。孙亮还存在其他严重违纪违法问题。2023年1月,孙亮被开除党籍,按规定取消享受

的待遇,涉嫌犯罪问题被移送检察机关依法审查起诉。

山东省政府原参事于富华违规收受礼金、消费卡等问题。2013年1月至2022年9月,于富华先后多次违规收受管理和服务对象所送礼金、购物卡及酒水等。于富华还存在其他严重违纪违法问题。2023年4月,于富华被开除党籍、开除公职,涉嫌犯罪问题被移送检察机关依法审查起诉。

青岛市人大常委会原党组成员、副主任邹川宁违规收受礼金、消费卡,接受管理和服务对象宴请等问题。2013年2月至2023年1月,邹川宁先后多次违规

收受管理和服务对象所送现金、购物卡;2019年1月至2022年1月,先后多次违规接受私营企业主宴请。邹川宁还存在其他严重违纪违法问题。2023年6月,邹川宁被开除党籍,按规定取消享受的待遇,涉嫌犯罪问题被移送检察机关依法审查起诉。

通报的典型案例还包括,枣庄市薛城区政府原党组成员,薛城经济开发区原党工委委员、管委会副主任王磊违规收受礼金、消费卡,接受管理和服务对象宴请等问题,山东中医药大学附属医院原党委委员、副院长周鹏违规收受消费卡等问题。

# “高薪”背后可能有陷阱

视频运营工作的招聘信息,对学历和工作经验等无要求,工资保底4000元。小周应聘被告知,工作前需要进行三个月的培训,费用为19800元。公司称,培训结束后负责安排工作,培训费可办分期贷款,届时用部分工资还贷。

试听两天课程后,小周签下了贷款合同。但培训课程结束后,公司工作人员只是在微信群里发送招聘信息,具体岗位仍需自己去应聘。最终,小周不仅工作没着落,而且欠了债。

近期,上海市松江区人民法院公开宣判一起招聘诈骗案件,犯罪团伙利用被害人对证书性质的认知偏差,以高薪职位为诱饵,以必须持证上岗为由,骗取“学习证明”费用。从2022年4月至案发,该犯罪团伙骗取涉及新疆、西藏、内蒙古、河南、甘肃、重庆、云南、广东等地多名受害人共计18万余元。

## 揭秘招聘诈骗套路

记者调查发现,诈骗者用各种手段引诱求职者“上钩”。

虚假承诺“画大饼”。不法分子以低门槛和高薪为诱饵,等求职者上门后再以各种虚假承诺,将求职者一步步引入圈套中。

“我们是正规公司,工作时间自由,赚钱由你安排。”“您可以完成超级任务单,奖励很高。”“赚了钱都是您的,输了钱由公司赔

付给您。”……四川省公安厅反电信网络诈骗中心运营的“熊猫反诈”微信公众号公布一起案件,四川雅安市的王女士春节后找工作时被骗子抛出的各种赚钱“美好前景”套牢,在对方步步诱导下,被骗走21万元。

办案人员介绍,骗子伪装成企业招聘人员,给求职心切的王女士“画大饼”,邀请她做简单任务并立即给予小额回报,取得信任后加大任务金额,编造各种理由让她充值下月、连续数月,直至银行卡余额不足,想提现却失败了。

有的玩“文字游戏”,设苛刻条件。招聘公司虽然许下种种承诺,但在合同中设置苛刻条件,致使求职者在后期发现公司未兑现承诺时,也难以从合同中找到维权依据。

有的成立“皮包公司”挂羊头卖狗肉。据记者了解,在上海市松江区人民法院近期宣判的招聘诈骗案中,被告人刘某、雷某在某商业广场内成立空壳公司,假借用工单位名义,在招聘网站发布虚假招聘招聘信息。其余被告人冒充公司业务员联系应聘者,通过虚构出的岗位诱导被害人参加培训,并进行虚假面试,最后以停止招工或面试未通过为由淘汰求职者,从而骗取大量培训报名费等。

广西方意远律师事务所律师丘新颖向记者表示,有的受害人发现被骗,但无

适应健身新需求,“软硬件”支撑体系更完善——

到2025年,更高水平的全民健身公共服务体系基本建立,人均体育场地面积达到2.6平方米,经常参加体育锻炼人数比例达到38.5%;实现“农村青年普遍掌握1至2项运动技能”……

从公园到社区、从线下到线上,随着健身方式的转变,健步走、跑步、马拉松、飞盘等越来越多的健身项目走近你我。新建、改扩建1000个以上体育公园,加强全民健身器材配建管理;推动体育产业高质量发展,不断满足体育消费需求……全民健身的支撑体系将不断健全。

倡导全龄友好理念,向着体育强国迈进——

秋分之日,钱塘江畔。40多个国家1.2万余名运动员将齐聚杭州,为世界呈现一场精彩纷呈的亚运盛会,向世界传递“体育让生活更美好”的理念。

此前全面竣工并通过赛事功能验收的56个竞赛场馆、31个训练场馆陆续向社会开放,已有近1000万人次在这些场馆健身。

体育既是国家强盛应有之义,也是人民健康幸福生活的重要组成部分。

发挥大型赛事对全民健身的促进作用,“还馆于民”让更多人感受健身魅力;充分利用边角地、口袋公园等城市空间,为公众“见缝插针”打造健身“金角银边”……全民健身公共服务基础设施建设正不断强起来。

人民健康是社会主义进步的基础,是民族昌盛和国家富强的重要标志,也是广大人民群众的共同追求。

首次就无障碍环境建设制定专门性法律,无障碍环境建设与适老化改造相结合,着力保障老年人、残疾人等群体的运动权益,提高广大职工的参与度……推动构建全民健身参与主体多元化、供给内容多元化、供给模式多元化的格局,让更多人“动”起来,全民健身公共服务“温情”尽显。

北京冬奥会结束后一年多,国际奥委会主席巴赫依然记忆犹新:“里程碑”一词都不足以概括其意义。正如法国《回声报》网站当时的文章所写:一个更富裕、更强大的中国向全球观众传达出自信。

为人民健康筑基,为自信自立铸魂。

中国式现代化的新征程上,在以习近平同志为核心的党中央坚强领导下,走具有中国特色的全民健身、健康之路,必将书写让14亿多中国人民生活更美好的温暖答卷。(新华社北京8月7日电)

# 我国首个体育宣传周启动

新华社北京8月7日电 我国首个体育宣传周——2023年体育宣传周7日正式启动。在8月7日至13日一周的时间里,全国体育系统将宣传方针政策,做好普法解读,弘扬体育精神,传播体育文化,推动全民健身,推动体育事业高质量发展,为体育强国、健康中国建设作出新的更大贡献。

据介绍,为广泛宣传体育事业,激发全民体育热情,新修订的《中华人民共和国体育法》规定,每年8月8日全民健身日所在周为体育宣传周。从“全民健身日”到“体育宣传周”,不仅仅是对体育宣传工作时间、空间上的延展,更是以体育宣传周为契机,弘扬中华体育精神,培育中华体育文化,引导人民群众树立和践行科学健身理念,积极参加体育活动,养成文明生活方式,进一步发挥体育对满足人民群众美好生活向往、促进人的全面发展的重要作用。

据悉,2023年体育宣传周期间,在国家体育总局统一协调部署下,全国各地将陆续组织开展形式多样的体育宣传周主题活动。全国各地围绕加快体育强国建设、促进体育事业高质量发展的生动实践组织开展全民健身赛事活动,宣传普及新修订的体育法,举办线上线下体育文化展示交流,宣传体育在全面建设社会主义现代化国家新征程上凝心聚力的重要作用,大力弘扬中华体育精神,广泛传播体育正能量。

法知悉诈骗方的具体身份信息,没办法通过诉讼在法院立案,常常陷入维权无路、求助无门的局面。

## 多方发力打击招聘诈骗

针对招聘诈骗频发,有关部门不断加大打击力度。近期,人力资源社会保障部、中央网信办、公安部三部门发布求职招聘十个典型陷阱防范提示,帮助求职者有效识别骗局,提高风险防范意识和自我保护能力。

受访人士认为,应进一步加大监管力度,健全求职市场准入和退出机制,维护求职者合法权益,保障求职市场健康发展。

北京融合中鸿(南宁)律师事务所律师刘秋红受访时说,相关部门应进一步规范网络招聘活动,指导和督促网络招聘平台建立完善信息发布审查制度。各平台要加强对招聘单位的资质认证和信息发布人员的实名认证,规范信息发布流程,建立招聘企业红黑榜制度,确保发布的信息真实、合法、有效。

业内人士建议,加强行政许可与劳动保障监察执法之间的沟通衔接,健全相关部门信息交换机制,指导和督促网络招聘平台完善投诉处理机制,对违反法律法规有关规定情节严重的,要依法严肃处理,形成监管合力。

21世纪教育研究院院长熊丙奇等专家建议,要加强对求职者的求职培训及反诈宣传。高校要普及求职、贷款、理财等方面的知识,帮助大学生提高反诈骗意识,做好职业生涯规划。(新华社南宁8月7日电)