

# 北疆大地展新姿

## ——内蒙古同心共奏和谐曲

□新华社记者

这里是流淌着民族大爱的沃土，“齐心协力建包钢”“三千孤儿入内蒙”的动人故事，诉说着各民族共同团结奋斗的光荣传统；这里是多民族交往交流交融的热土，长城沿线的文物、万里茶道的遗迹见证着各民族交融汇聚成多元一体中华民族的历史；这里是祖国的“北大门”，构筑起我国北方重要生态安全屏障、祖国北疆安全稳定屏障。

内蒙古自治区，中国共产党领导下成立的第一个省级民族自治区，2400万各族儿女共同的家园。2023年6月，习近平总书记在内蒙古考察时强调，“铸牢中华民族共同体意识是新时代党的民族工作的主线，也是民族地区各项工作的‘主线’，指出民族地区的经济建设、政治建设、文化建设、社会建设、生态文明建设和党的建设等，都要紧紧围绕、毫不偏离这条主线。

新征程上，内蒙古自治区认真贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想，把铸牢中华民族共同体意识全面、深入、具体落实到各项工作中，推进各民族共同团结奋斗、共同繁荣发展。

### 经济活力增强 民生福祉提升

37岁的牧民乌伊汗住在中蒙边境上的锡林郭勒盟苏尼特左旗赛罕高毕苏木。县城距离她家100公里远，最近的邻居也在3公里外。

然而，空间距离并未阻碍她走向现代化的步伐。生活在草原深处的乌伊汗，在短视频平台上有14万粉丝。天南海北的人们，每天通过手机屏幕的微小窗口就能看到她讲述草原趣事，而乌伊汗也因互联网接触到了外面的大千世界。

“我们牧民祖祖辈辈以畜牧业为生。过去，草原生活比较闭塞，如今一切都发生了改变。”乌伊汗说，现在的边境草原依旧人烟稀少，却充满活力。

为改善农牧民的通信条件，我国近年来着力加快农村及边远地区宽带网络覆盖。目前，内蒙古行政村宽带通达率达100%，并不断向零星分布的牧区延伸。

发展是解决民族地区各种问题的总钥匙。习近平总书记强调，要坚持以人民为中心，在发展中更加注重保障和改善民生，补齐民生短板，增进民生福祉，让各族人民实实在在感受到推进共同富裕在行动、在身边。

内蒙古自治区相关负责人说，内蒙

古将改善民生、凝聚人心作为民族地区经济社会发展的出发点和落脚点，促进发展成果公平惠及各族群众。如今，12个盟市所在地都通了高速公路，103个旗县区都通了一级以上公路。各族群众无论是在边陲小镇、还是在偏远牧区，都能就近上学、看病，智能家电、宽带网络、快递进入草原深处，手机放牧、拍短视频成为农牧区群众的新时尚。

稳定的电力、便捷的交通、畅通的网络，让牧民孟克巴雅尔家世代放牧的天然草场变身成为现代感十足的科技牧场。

孟克巴雅尔位于鄂尔多斯市鄂托克前旗昂素镇的草场，装有太阳能高清摄像头，人坐在家便能将方圆几公里的动态尽收眼底；牛羊走近饮水槽，红外感应装置就会自动放水；网上开设的民族团结超市，销售着周边30多户各族牧民的农畜产品……

在安定团结的沃土地上，内蒙古立足资源禀赋和战略定位，在高质量发展的赛道奋力奔跑。

精心打造8大产业集群和16条重点产业链，一批具有成长潜力、发展后劲的产业不断壮大，新能源、稀土新材料、现代煤化工等一些主导产业在全国有了一席之地，伊利、鄂尔多斯等品牌走出国门……

2023年，内蒙古地区生产总值、固定资产投资、进出口总值3个指标增速均位居全国前三，规模以上工业增加值增速位居全国第七。

当前，内蒙古加快发展新质生产力，全面推进乡村振兴，不断增强发展内生动力，发展成果惠及各族群众。

### 相处亲如一家 共筑精神家园

“小燕子穿花衣，年年春天来这里……”在包头钢铁集团的展览馆中，播放着这首人们熟悉的儿歌。很多人不知道，这首歌曲的创作背景就是“齐心协力建包钢”。20世纪50年代，在党中央的号召下，全国各地8万多名各族儿女支援包钢建设，开创了新中国民族地区工业发展的先河。

得益于党中央一以贯之的支持，内蒙古从一穷二白走向繁荣富强。内蒙古一直教育引导各族干部群众坚定不移拥护党的领导，在主题教育中融入延伸开展“感党恩、听党话、跟党走”群众教育实践活动。

习近平总书记指出，加强中华民族大团结，长远和根本的是增强文化认同，建设各民族共有精神家园。

内蒙古融红色文化和农耕文化、黄河文化、长城文化等于一体，打造北疆文化品牌，深入挖掘内蒙古大地上各民族团结奋斗、守望相助等“一起走过”“一路走来”的历史史实，生动展现各民族交往交流、共生共享等“一起生活”的现实经历，将其作为弘扬中华民族伟大精神、增强中华文化认同的重要载体。

盛夏时节，乌兰察布市察哈尔右翼中旗库伦苏木草原上，马头琴激昂，长调悠扬，各族农牧民在草地上围坐一圈，兴致勃勃地欣赏歌舞表演。这是当地乌兰牧骑为农牧民带来的铸牢中华民族共同体意识文化惠民演出。

“我们根据民族理论政策、民族团结进步故事，编创小戏、歌舞，全方位展现各族人民共同团结奋斗、共同繁荣发展的风貌，并将这些文艺作品送到田间地头、草原牧区。”察哈尔右翼中旗乌兰牧骑队长王晓说。

内蒙古紧紧围绕铸牢中华民族共同体意识工作主线推进社会建设，创造各族群众共居共学、共建共享、共事共乐的社会条件，让各族群众交知心朋友、和睦邻里、结满姻缘。

在过着13个民族的赤峰市松山区兴安街道临潢家园社区，最热闹的地方就是“民族团结之家”。在这个社区居民活动大厅里，展示着居民们的民族服饰、孩子们的“爱祖国”主题绘画作品，各族居民经常聚在一起，挥毫泼墨、切磋棋艺、分享美食，其乐融融。

“针对社区多民族聚居的实际，社区党委以铸牢中华民族共同体意识为主线，着力构建各族群众共居共学、共建共享、共事共乐的嵌入式社区环境，促进各民族广泛交往、全面交流、深度交融。”临潢家园社区党委书记吴晓华说。

### 各族儿女携手 筑牢生态屏障

“统筹山水林田湖草沙系统治理，这里要加一个‘沙’字。”2021年全国两会，习近平总书记在参加内蒙古代表团审议时，对进一步加强生态治理提出要求。

党的十八大以来，习近平总书记多次到内蒙古考察调研，每次，都会讲到筑牢生态安全屏障。筑牢我国北方重要生态安全屏障，是内蒙古必须牢记的“国之大者”。

紧紧围绕这一战略定位，内蒙古深入实施一系列国家重点生态工程，各族干部群众一道栽黄草、植新绿。近10年来，自治区累计造林、种草、防沙治沙规

模均居全国首位，荒漠化和沙化土地减少6000多万亩，实现从“沙进人退”到“绿进沙退”的历史性转变。

科尔沁沙地南缘的通辽市奈曼旗白音他拉苏木包头嘎查，曾经随处可见的白沙子上，如今长满郁郁葱葱的黄柳。这是牧民宝秀兰带领乡亲们治沙近30年的成果。

1993年，宝秀兰嫁到包头嘎查。那时候，流沙常把院墙掩埋，种下的农作物常遭风沙侵袭，一年只能勉强养一头牛，生活拮据。1995年，她开始承包沙地种树，后来带领乡亲们机械化、规模化造林，近30年来累计治沙造林6万多亩。

生态越来越好，包头嘎查牛羊养殖数量也合理提升。农牧民主要养牛、羊和骆驼，年人均纯收入1.5万元左右。

包头嘎查居民有蒙古族，也有汉族。“乡亲们一起治沙造林，互帮互助，相处得比亲戚还亲。”宝秀兰说，“现在环境变好了，生活富裕了，邻里更和谐了。”

当前，内蒙古已全面打响“三北”工程攻坚战，科尔沁沙地是主战场之一。宝秀兰正跟乡亲们在当地最难治理的一块沙地上播种绿色。“我们大家齐心协力，一定能尽早开垦这片沙地。”宝秀兰坚定地说。

在生态文明建设中，内蒙古依靠各民族共同努力实现人与自然和谐共生。

经过春季45天的休养生息，夏季的呼伦贝尔草原洋溢着生机与活力。广袤的草原犹如一张无垠的绿毯，铺展在蓝天白云下，一群群牛羊悠闲地吃着草，构成一幅和谐美好的画卷。

“整个春天，牛羊都要在棚舍里圈养。虽然劳动强度会变大，但能换来草原生态的改善，辛苦一些也值得。”呼伦贝尔市鄂温克族自治旗锡尼河西苏木牧民其格望着绿草如茵的草原说。

今年，内蒙古9.7亿亩草原实行春季休牧，以减少牧草返青期牲畜对牧草啃食、践踏，有利于牧草充分返青及后续生长，提高牧草产量。

“休牧是为了解决草原过牧问题。”锡林郭勒盟正镶白旗宝力根陶海苏木牧民都仁毕力格说，如今，牧户们不断完善半舍饲生产方式，各族儿女携手并肩，共同守护这片珍贵的草原生态，让绿意盎然的美景永驻人间。

（新华社呼和浩特7月9日电 记者 刘伟 勿日汗 于嘉 哈丽娜）

# 面对洪涝灾害 收好这份避险攻略

## 预防为先，安全至上

### 密切关注天气预报

多雨水季节，提前规划行程，不去山区、河道等危险地带



### 注意洪灾预警

特别是发生持续暴雨时，要高度警惕

接到洪灾预警时，要根据政府要求，有序转移到地势高、地基牢固的地方

关闭煤气阀门和电源开关，防止次生灾害发生

## 遭遇洪涝，冷静自救

### 山洪来袭，果断躲避

溪、河洪水迅速上涨时，不要沿着河谷跑，应向河谷两岸高处跑

### 住宅被淹，寻找高处

住宅被淹时，要向屋顶、大树转移，可用绳子将身体与固定物相连，以防被洪水卷走，并发出求救信号，积极寻求救援



### 不幸落水，保存体力

保持冷静，尽可能地保存体力，利用门板、桌椅、木床、竹木等漂浮物转移到较安全地带

不要贪恋财物，以免丧失逃生机会

# 专家提醒关注洪灾后心理健康问题

新华社长沙7月9日电(记者 帅才)近期，南方多地遭遇洪涝灾害，一些人的生活、生产受到影响，有些人可能出现焦虑等不良情绪。疾控专家提醒，要关注洪灾后心理健康问题，必要时寻求心理医生的帮助。

湖南省疾控中心副主任医师胡翼介绍，洪灾后，有些人可能出现焦虑情绪、抑郁情绪，出现莫名的紧张感或烦躁感，控制不住思考与洪灾相关的问题；还有人会出现急性应激反应，情绪波动大，出现失眠症状，包括无法入睡、早醒、睡眠时间短、夜间惊醒等问题。

湖南省疾控中心主任医师刘富强提醒，洪灾后要注意群众的心理健康问题。首先，要正视不良情绪，而不是回避不良情绪，多与亲友交流，获取心理支持；其次，灾区群众可以合理安排作息时间，多关注生活中的积极方面，构建内心的稳定感；第三，可以尝试进行心理疏解练习，重构安全感。学会自我放松，做一些放松的训练，比如坐在椅子上，两脚分开，闭上眼睛进行冥想，让身体放松，也可以通过有节奏的一呼一吸腹式呼吸、双臂交叉放在胸前交替轻拍的“蝴蝶拍”等方法，让自己平静下来。

“要关注灾区青少年儿童的心理健康，家长要避免将焦虑情绪传递给孩子。”湖南省健康管理学会学生心理健康专业委员会主任委员赵雨萍提醒，一些青少年儿童可能因为遭遇突如其来的变故，出现对未来产生不确定性等心理应激反应。如果发现青少年儿童出现不良情绪，可以引导和鼓励其表达和分享自己的感受和经历，寻求家长、老师的帮助，及时疏导不良情绪。如果不良情绪得不到及时排解，建议咨询专业的心理医生寻求帮助。

# 为了早日家园如故

## ——湖南华容洞庭湖大堤上的四天四夜

□新华社记者

7月9日，湖南省华容县团洲垸团结村附近的洞庭湖大堤上，100多条粗大的水带如同白色巨龙横卧堤面。大型排涝设备开足马力，堤内积水源源不断排向洞庭湖。经过前一夜的成功堵口，团洲垸水位开始缓缓下降。

从大堤决口到成功封堵，启动排水，记者在华容抗洪一线经历了紧张忙碌的四个昼夜，回顾过往，一个个瞬间历历在目。

10米、50米、100米……226米！7月5日下午，团北村附近的大堤被肆虐的洪水撕开，决口迅速扩大，村舍、荷塘、农田顿成一片汪洋。

大堤上，家住团洲垸内的种养大户梁定文心急火燎，一直盯着被洪水浸泡的家园。看着自家的屋顶只露出一个小角，梁定文琢磨着会不会变形、垮塌，盼着洪水尽快退去，生活早日恢复到原来的样子。

梁定文的心思，也是四面八方赶来的抢险救援者的共同愿望。

“一定要把主动权掌握在手中。”湖南省洞庭湖水利事务中心工程事务部专家周永强告诉记者，当前正值主汛期，洞庭湖仍将在较长时间持续高洪水位，如果不尽快堵住决口排出渍水，灾情还可能扩大。

经各方专家集体会诊，决定采取“抢筑裹头、双向立堵、突击合龙、加高加固、防渗闭气”5步走的方法实施封堵。随着堤内外水位逐渐趋近，决口封堵于6日正式开始。

来自全国各地的抢险救援力量迅速向决口汇集，数万方块石通过卡车、船舶输送到前线。中国安能集团和武警部队的485人参与封堵工作，开启“人歇机不歇”24小时作业模式。

白天最高气温37摄氏度，大堤上热气蒸腾。抢险人员头顶烈日，汗如雨下，身上衣服几乎没干过。一位“90后”抢险人员忙了一天，乘

坐冲锋舟返回驻地时，靠着同事就睡着了，水花打湿了衣服也浑然不知。

6日晚，水陆两路开始同时作业，大型驳船在水上抛投石料，推进速度达到每天60至80米。8日白天，堵口作业通过最深达9.5米的深水处，向着最后的合龙推进……

在团洲垸大堤防线被不断修复的同时，一条条“支援线”“保障线”也在紧张运转。

47岁的刘卫丰是湖南益阳宇晶运输有限公司的一名卡车司机。接到公司的驰援任务后，他主动请缨，与同事成立了一支由17辆自卸车组成的车队，于7日凌晨2时赶到华容。

遇到刘卫丰时，他正开着满载块石的自卸车在堵口附近的路上排队。堵口任务紧迫，他顾不上休息，加上天气炎热，体力的消耗特别大。“我们苦一点，抢险进度就能快一点。”刘卫丰说。

在大堤上，一群“摩托侠”分外引人注目。他们是当地蓝天救援队组织的摩托车队队员，专门给卡车司机运送食物和应急物资。

来自华容县人民医院的医师汤泽“征用”父亲的摩托车，加入了这支队伍。“刚开始只招募到50名骑手，没想到后来来了110多人。”能成为其中一员，汤泽非常自豪。

8日22时31分许，大堤决口完成封堵，抢险队员们爬到铲车上摇旗呐喊，各方参与人员欢欣鼓舞。

决口合龙后的第二天，团北村村民刘三嫂和丈夫走出临时安置点，来到县城的一家餐馆，和女儿及一些亲友团聚。

亲朋举杯，刘三嫂眉头渐渐舒展。席间，她跟丈夫首次商量起之后回家的安排，“第一件事就是去买蔬菜种子，种在园子里。”

（新华社湖南华容7月9日电 记者 谭剑 白田田 周楠 阮周周 姚羽、谢奔）