

哈尔滨市内部资料(连续性)出版物优秀奖

哈尔滨政协

总第 169 期



11-12
2024

**发挥中心城区优势
努力实现全年经济社会发展目标任务**

孙珅到道里区调研重点工作推进情况

内部资料 免费交流 准印证号:(黑)2301005号



以更高标准更严要求确保赛事圆满成功

孙坤到亚布力调研亚冬会筹办工作

刘玉玺 / 摄



学深悟透 学以致用

把理论研究成果转化为政协事业高质量发展动力

10月31日,全国政协办公厅在京召开2024年第四季度理论研讨会,围绕“学习贯彻习近平总书记在庆祝中国人民政治协商会议成立75周年大会上的重要讲话精神,推动新时代新征程人民政协事业高质量发展”交流理论研究成果。全国政协副主席兼秘书长、中国人民政协理论研究会会长王东峰主持会议并讲话。

王东峰指出,习近平总书记在庆祝中国人民政治协商会议成立75周年大会上的重要讲话,为新时代新征程人民政协事业高质量发展指明了前进方向、提供了根本遵循。做好习近平总书记重要讲话精神的学习宣传和研究阐释,是坚持党对人民政协全面领导、确保正确政治方向的必然要求,是加强思想理论武装、巩固团结奋斗共同思想政治基础的重要举措,是提升政治能力和履职本领、推动人民政协事业高质量发展的现实需要。要推动学习宣传贯彻习近平总书记重要讲话精神不断走深走实,引导广大委员和机关干部在深学细悟中深刻领悟“两个确立”的决定性意义,增强“四个意识”、坚定“四个自信”、做到“两个维护”。

王东峰强调,要坚持政治站位,深刻理解和把握人民政协75年走过的光辉历程,理解和把握人民政协深厚的文化基础、理论基础、实践基础,鲜明中国特色和显著政治优势,是科学、有效、管用的制度安排,增强在新征程上书写人民政协事业新篇章的荣誉感、责任感、使命感。要坚持学深悟透,深刻认识习近平总书记关于加强和改进人民政协工作的重要思想是“两个结合”的光辉典范,深刻把握“十个坚持”的精神实质、核心要义、丰富内涵和实践要求,既知其义又明其理,既知其然又知其所以然。要坚持学以致用,自觉把习近平总书记重要讲话精神落实到人民政协工作全过程和各方面,准确把握人民政协性质定位,锚定中国式现代化目标任务凝心聚力,健全人民政协工作制度,加强政协委员和机关干部“两支队伍”建设,真正把理论研究成果转化为人民政协事业高质量发展的生动实践。

摘自《人民政协报》



P₀₄ 政协要闻

发挥中心城区优势
努力实现全年经济社会发展目标任务
孙珅到道里区调研重点工作推进情况



政协要闻

- 05 以更高标准更严要求确保赛事圆满成功
孙珅到亚布力调研亚冬会筹办工作
- 06 以高质量党建赋能政协事业高质量发展
市政协召开 2024 年度基层党建述职会议 孙珅主持并讲话
- 07 以政协高质量履职服务我市高质量发展
市政协召开十四届四十九次党组(扩大)会议 孙珅主持并讲话

建言献策

- 08 加强 AI 换脸技术监管 防范应用领域安全风险
- 09 发挥“三区一港”联动效应 打造特色化涉俄营商环境
- 10 拓宽灵活就业渠道 切实加强对零工市场服务引导
- 11 探索“不起诉+”社会公益服务慎诉模式
持续推动完善轻罪治理体系

喜迎亚冬

- 12 集智聚力确保赛事食品安全 积极构建全方位医疗保障服务
市政协教科委赴亚冬会运动员村和食材专仓视察筹备工作进展情况
- 13 精益求精做好场馆改造升级 全力以赴确保亚冬会赛事高效运转
市政协城建委赴哈尔滨冰球馆视察亚冬会筹备工作进展情况
- 14 强化机场运行效率和服务品质 为亚冬会来宾提供舒适出行环境
市政协经济委赴太平国际机场视察亚冬会筹备工作进展情况

社情民意

- 15 加强宏观层面引导和保障 推动应急产业高质量发展
- 16 以用促保 深入挖掘中东铁路遗产廊道文化价值
- 17 加强露营地食品安全管理 助推城市旅游健康发展

政协哈尔滨市委员会主办

提案选登

- 18 推进哈尔滨市低空经济产业创新发展 加快打造“天空之城”
- 18 深入挖掘金源文化历史资源 推动哈尔滨亚冬会期间展示城市特色
- 19 开启香港至哈尔滨直飞航线 带动两地经济发展和人员交流
- 19 龙头引领串珠成链 培育民企制造业产业链高质量发展新动能

悦读悦享

- 20 习惯性自律的人,都活得光芒万丈

政协记忆

- 22 迎接新中国的曙光(续)
中国共产党领导的协商建国文史资料选登

工作动态

- 26 市政协经济委调研我市生物经济发展情况
- 26 市政协副主席徐伟参加全国暨地方政协社会和法制委员会工作座谈会
- 27 市政协副主席赵罡深入黑龙江省五常经济开发区开展包联工作
- 27 市政协召开十四届四十五次机关党组(扩大)会议

调研报告

- 28 打造沿江旅游品牌 激发水岸经济活力
关于我市沿江旅游经济发展的建议

民生公益

- 34 委员当家长爱心汇聚 结对传真情温暖童心
“冰城爱心妈妈”政协委员团队为困境儿童撑起一片天
- 37 文史启童心 点燃奋进梦
“冰城爱心妈妈”政协委员团队结对儿童参观哈尔滨政协文史馆

界别活动

- 38 市政协农工党界别调研我市低空经济发展情况
- 38 市政协社法委举办“民法典与老年人权益保护”普法专题讲座
- 39 市政协民宗委组织界别委员围绕“改善人居环境,提升城市功能品质”开展专题调研
- 39 市政协文史委履职党总支联合文化艺术界别和市政协书画院举办书画进校园活动

区县工作

- 40 区、县(市)政协工作摘登

委员故事

- 42 高 群:勇于担当主动作为 做汇民智解民忧促发展的桥梁纽带
- 43 盛国滨:当好界别群众贴心人 架起服务群众连心桥
- 44 李 晔:绿意盈心 政协路上的生态足迹

健康养生

- 48 什么样的睡眠是好睡眠? 如何营造一个好的睡眠环境?



哈尔滨政协

立足政协 面向委员 指导工作 服务统战

编辑委员会

- 主 任: 任延辉
- 副 主 任: 张 磊
- 委 员: 蒋少峰 孙永斌 关凌凯
闫 生 范 岩 赵炳阳
李堪国 李桂玲 洪 明

- 副总编辑: 杨 巍
- 编辑部主任: 张凤翔
- 责任编辑: 张洪伟 童牧寒 李 威
- 美 编: 孙 琦
- 封面题字: 洪铁军

编辑出版: 《哈尔滨政协》编辑部
 承办单位: 哈尔滨日报报业集团
 地 址: 道里区田地街 99 号
 邮政编码: 150010
 E-mail: hrbzxgzs@126.com
 电 话: 0451-86491656
 编印单位: 哈尔滨市政协
 发送对象: 市政协委员 政协机关
 印刷单位: 哈尔滨报达印务股份有限公司
 印刷日期: 2025 年 1 月 10 日
 印 数: 1000 册
 期 数: 每月一期
 (内部资料 免费交流)

全媒体支持


 官方网站 APP 客户端
 官方微信 官方微博




发挥中心城区优势 努力实现全年经济社会发展目标任务

孙坤到道里区调研重点工作推进情况

11月13日，市政协主席孙坤到道里区调研重点工作推进情况。孙坤强调，要深入贯彻习近平总书记在9月26日中央政治局会议和省部级主要领导干部学习贯彻党的二十届三中全会精神专题研讨班开班式上的重要讲话精神，按照省委省政府和市委工作要求，坚定发展信心，持续深化改革创新，认真落实各项政策，进一步扩投资促消费，努力实现全年经济社会发展目标任务。

调研座谈中，孙坤听取道里区关于主要经济指标完成情况、产业发展、重点项目建设、招商引资、稳定就业等工作开展情况的汇报，并现场帮助纾困解难，提振发展信心。

孙坤强调，道里区作为中心城区、经济强区，区位优势明显、资源禀赋良好、发展潜力巨大，在全市

经济社会发展中地位重要、作用突出，要在全市当先锋打头阵、走在前作表率。要紧盯主要经济指标，谋新招、出实招、亮硬招，把道里区的产业特色和商业积淀用足用好，加快发展数字经济、创意设计等，培育新兴业态，扩大经济规模，支持市场主体创造更多价值和财富，进一步增强发展动力活力。要抢抓冰雪季有利机遇，积极推进创意设计与冰雪经济、文旅产业、亚冬会等深度融合，彰显“尔滨”特色，赋能实体经济发展。要聚焦目标任务，盘活闲置资产，做好配套服务，创新活化利用方式，用心用情服务市场主体，真正做到帮在关键处、帮在需要时。他表示，市政协将充分发挥专门协商机构作用，广泛组织发动全市各级政协组织和广大政协委员在履职过程中服务区域发展、助力企业壮大，深入调研视察，积极建言献策，全力以赴为我市稳增长促发展贡献政协智慧和力量。

(哈尔滨日报)



以更高标准更严要求确保赛事圆满成功

孙坤到亚布力调研亚冬会筹办工作

为进一步发挥政协组织优势作用,助力第九届亚冬会筹备工作高质量开展,按照市委工作部署,11月15日,市政协主席孙坤带领政协委员、专家学者,到亚布力调研亚冬会筹办工作进展情况。委员们就优化场馆软硬件服务、提升赛事保障水平、做好交通规划、加强人员培训等方面提出建议。市政协副主席、亚冬会执委会副主任赵昱参加调研。

孙坤来到亚布力西站、站前广场、亚布力西客运站、亚雪公路,认真听取相关部门汇报,了解抵离服务各环节准备情况。他强调,要认真贯彻习近平总书记关于加快建设体育强国的重要论述和视察我省期间重要讲话重要指示精神,全面落实省

委省政府和市委部署要求,坚持精益求精,扎实做好抵离服务,在站内重要节点、重点区域明确标识标记,确保参赛来宾看得懂、找得到。同时要把抵离服务融入亚冬会服务全流程,加强现场引导,完善方案预案,加强工作人员培训,做到热情礼貌、细致周到,为中外宾客留下美好印象。

在亚布力雅旺斯酒店、亚布力广电国际酒店、颁奖大厅、技术官员村、体育训练基地,孙坤详细了解场馆设施运维、指挥体系测试演练等落实情况。孙坤强调,亚冬会筹备工作已进入压线冲刺阶段,要坚决贯彻“简约、安全、精彩”的办赛要求,争分夺秒抓好重点筹办任务落实,进一步检验设施设备,细化场馆改造建设安全管理,完善大型活动、极端天气应对等应急预案,筑牢安全底线。要优化服务保障,高质高效做好指挥统筹,确保赛事活动圆满成功。

(哈尔滨日报)



以高质量党建赋能政协事业高质量发展 市政协召开 2024 年度基层党建述职会议 孙坤主持并讲话

12月5日，市政协召开2024年度基层党建述职会议。市政协党组书记、主席孙坤主持会议并讲话。党组副书记、副主席李庆，党组成员、机关党组书记任延辉出席会议并作现场点评。

会议指出，十四届市政协履职以来，在市委坚强领导下，始终把党建工作摆在首要位置，全面落实新时代党的建设总要求和新时代党的组织路线，扎实做好以党建强政治、带队伍、促履职、增团结各项工作，基本实现了“一年打基础、两年上台阶、三年创一流”的预期目标。

会议强调，要坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，全面贯彻党的二十大和二十届二中、三中全会精神，深入学习贯彻习近平总书记关于党的建设的重要思想，坚持从实际出发，突出政协特色，加强内涵建设，以高质量党建赋能政协事业高质量发展。要持续加强党的政治

建设，坚定拥护“两个确立”、坚决做到“两个维护”，始终在思想上、政治上、行动上同以习近平同志为核心的党中央保持高度一致。要持续强化理论武装，严格执行“第一议题”制度，学思用贯通、知信行统一，切实将学习成效转化为高水平履职尽责的工作实践。要持续推进党建履职深融共进，发挥党建引领带动作用，激励广大政协委员“双岗建业”履职尽责，围绕市委、市政府中心工作，积极建言资政，广泛凝聚共识。要持续推动党建工作提质增效，以改革精神和严的标准全面加强政协党的建设，坚持系统观念、坚持守正创新，将政协党建工作做实做活、做出特色。要持续落实落靠党建责任，强化政治担当，抓好党风廉政建设，树立重实干、重实绩、重担当的用人导向，营造风清气正、干事创业的良好政治生态。

会上，市政协各专委会履职党总支书记和机关党组书记分别作抓基层党建工作述职报告。相关人员对上述述职进行了测评。

(哈尔滨日报)



以政协高质量履职服务我市高质量发展 市政协召开十四届四十九次党组(扩大)会议 孙珅主持并讲话

12月19日,市政协召开十四届四十九次党组(扩大)会议,传达学习中央经济工作会议精神、12月9日召开的中共中央政治局会议精神和习近平总书记近期重要讲话重要指示精神。市政协主席、党组书记孙珅主持会议并讲话。市政协其他领导同志参加会议。

会议指出,习近平总书记的重要讲话高瞻远瞩、视野宏阔、内涵丰富,全面总结今年以来经济工作,科学回答了经济形势“怎么看”、经济工作“怎么干”等一系列重大问题,具有很强的政治方向性和实践指导性,为做好明年经济工作提供了根本遵循和行动指南。全市政协系统要把学习贯彻中央经济工作会议精神作为一项重要政治任务,切实把思想和行动统一到习近平总书记重要

讲话精神上来,统一到党中央对经济工作的形势判断和决策部署上来,统一到省委和市委具体要求上来,围绕中心、服务大局,真抓实干、凝心聚力,以政协高质量履职服务我市高质量发展。

会议强调,要对标对表党中央关于明年经济工作的总体要求、目标任务、政策取向和重大部署,围绕贯彻落实省委和市委明年经济工作任务目标,结合政协实际,积极开展协商议政、主动建言献策,逐项工作、逐项任务抓好细化落实。要认真学习习近平总书记关于党的自我革命的重要思想,聚焦“两个维护”强化政治监督,严明政治纪律和政治规矩。要深入学习习近平总书记近期重要讲话重要指示精神,立足各界别、各行业、各领域,发挥好政协委员人才荟萃、智力密集、联系广泛的优势,为党委、政府提供更加科学、精准的意见建议,在中国式现代化哈尔滨实践中展现政协责任和担当。

会议还研究了其他事项。

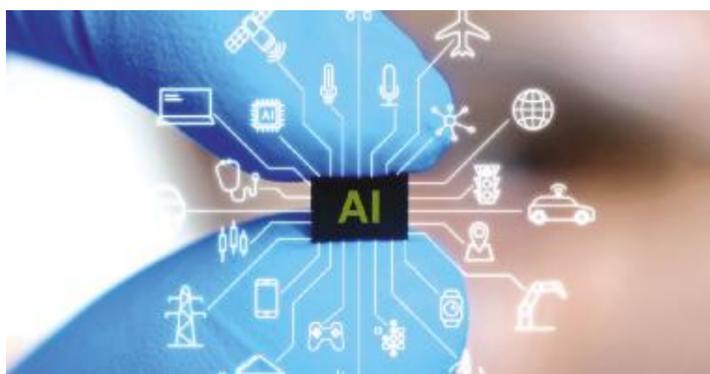
(哈尔滨日报)

加强 AI 换脸技术监管 防范应用领域安全风险

□谷 欣

【建言背景】

AI 换脸技术,又称为 Deepfake 技术,是指通过人工智能技术将一个人的面部特征替换到另一个人的面部的过程。AI 换脸技术一经问世,便迅速席卷全球,给许多行业特别是文娱行业,甚至带来了颠覆性的改变,但同时也带来了极大的风险。



【现状分析】

人脸信息与个人的隐私权、名誉权、财产权等多种权益关系紧密,属于敏感公民个人信息,人脸信息的不正当使用将对社会公众的人身和财产安全带来重大风险,如不加以规范,一旦造成侵害往往是长久的、持续的、难以弥补的。

【核心建议】

加强政府监管和公众宣传。建立健全政府监督管理框架,设立专门的政府机构或部门,专注于 AI 和数字技术的监管,针对 AI 换脸技术制定具体的管理办法和使用准则。提高政府职能部门工作人员专业技能,为相关工作人员提供相应人工智能领域技术培训与进修课程。进行公众宣传与教育,以街道为单元,以社区服务为手段,通过各种媒体或公共活动,提高市民对 AI 换脸技术及其风险的认识和普及,引导他们识

别和避免此类风险。

加强技术评估与企业合作。与人工智能领域头部企业及科研院所的资深技术人员合作,组织周期性技术评估,对我市正在应用的人工智能面部替换技术进行深入考察,评估其潜在风险。鼓励和支持 IT 企业和研究机构开发能够检测 AI 换脸制作内容的工具和服务,结合双方的资源、技能和专长,共同应对和解决人工智能侵权问题。

加强数据管理与技术保护。鼓励企业和公共部门采用先进的数据管理和保护技术,确保个人生物特征数据的安全性。提高地方级数据中心的数据共享权限,统一数据标准和规范,确保所有数据都按照统一的格式和标准进行存储和管理,便于跨部门数据共享和分析。与专业的技术供应商合作,引入先进的数据管理技术和解决方案,持续优化数据中心技术架构。

加强企业备案与应急响应。相关部门应对我市从事 AI 视频相关业务的企

业进行备案,并定期对其提供的技术和服

务进行审查,确保企业的技术透明度,使得政府和公众更好地了解哪些公司在使用此技术,并对其活动进行监督,预防潜在的滥用,保障消费者权益,确保业内公平竞争。制定标准应急操作程序(SOP),在 AI 换脸技术被用于恶意目的时,有明确的程序和责任机构来快速应对和处置,能够迅速采取相关措施。

加强区域合作与技术创新。与国内其他城市分享信息和经验,学习先进城市在应对 AI 换脸技术风险方面的最佳实践,确保共享资源和信息,共同应对问题。鼓励技术创新,对于研发出有效降低 AI 换脸技术应用风险的公司或团队,政府应当给予激励措施,如税收优惠、财政补贴、优惠采购政策、技术支持及融资支持等,有效应对 AI 换脸技术的潜在风险,进一步推进本市创新科技型企业的培育和发展。

(作者:市政协常委、民革哈尔滨市委专职副主委)

发挥“三区一港”联动效应 打造特色化涉俄营商环境

□祝洪章

【建言背景】

优质营商环境建设有普遍性,也因各地特色优势不同呈现差异性。作为向北开放桥头堡,涉俄营商环境建设应是我市在全国最具辨识度的营商“品牌特色”,也是落实许勤书记关于“买全俄卖全国,买全国卖全俄”重要指示精神的落脚点。



【现状分析】

我市是全国少数拥有“三区一港”的内陆对外开放中心城市,实现“三区一港”一体化发展,充分发挥协同联动、政策叠加优势,是哈尔滨打造特色化涉俄营商环境的关键。2021年,我市印发了“三区一港”联动《方案》,但从实施推进来看还有差距。

水平内外一致。加强顶层设计,协调相关部门打通堵点,建立跨区域跨层级协同联动机制,细化联动模式、分步落实联动任务,务实推进“三区一港”联动机制,实现政策叠加共享,开展“三区一港”一体化涉俄招商;提高涉外办事效能,推动涉外政务服务达到“六最”标准,确保涉俄投资企业在货物通关、外来投资与对外投资项目审批、公司设立与破产清退、人员招聘、土地报批、环境保护评估监管、物价审批等各方面做到高效省时,标准与内贸内资一致。

理,助力国内外涉俄投资主体汇聚。

加大涉俄商事争端解决机制改革创新力度。在中俄已有投资协定基础上,加强对俄投资地方性立法;加强与俄法律和投资领域专家学者沟通交流,创新国际商事仲裁机构准入制度;加强对俄跨境商事调解机制和自贸区、新区等国际商事争议解决中心建设;鼓励支持“三区一港”民间仲裁机构和组织的设立,提高区内中俄投资争端纠纷解决效率。

【核心建议】

系统谋划“三区一港”对俄营商环境特色品牌。借鉴深圳、温州、成都经验,以“俄资企业来华投资‘近地’和中资企业赴俄投资‘本地’”的“两地”特色为核心,制定实施《哈尔滨市“三区一港”营商环境国际化工作方案》,系统推进规则、规制、管理、标准等制度型开放,创新涉俄招商方式,打响“两地”涉俄招商营商品牌。

发挥好政策集成优势,政务便利化

加快推进涉外“一窗通办”和数字“涉俄办企投资”专栏建设。在“三区一港”统一开展面向涉俄进出口贸易企业、对俄投资中资企业、来哈投资俄资企业的宽口径“涉俄”企业服务的“一窗通办”服务。以“数跑龙江”为统领,加强数字政府政务服务项目建设,推进黑龙江政务服务网改版升级,开设“涉俄办企投资”服务专栏,对注册开办、涉税办理、海关报关、外汇管理备案等事项实现网上办

强化涉俄生产性服务业体系汇聚竞争力。加大专业服务业领域开放力度,实施涉俄服务型制造支持专项计划,打造涉俄投资专业服务产业集群,加强中俄专业服务业合作共享、共投共建,推动工业设计、检测认证、工业工商、法律服务、会计审计、管理咨询、人力资源等服务系统化、体系化、专业化、高端化发展。

(作者:市政协常委、黑龙江大学经管学院副院长兼中法学院副院长)

拓宽灵活就业渠道 切实加强对零工市场服务引导

□王 婧

【建言背景】

零工市场作为提供灵活就业岗位信息的重要载体,对拓宽灵活就业渠道、培育发展新动能具有重要作用。近年来,哈尔滨人社部门不断加大各地零工市场建设和完善力度,全市线上零工市场建设取得了积极成效。



【现状分析】

哈尔滨9区9县现有自发形成的零工市场51处,基本都在交通要道,每天有约七、八千人要通过这些市场找到工作。但是,这些零工市场也存在一些比较突出的问题,在一定程度上制约着促进就业和服务城市功能的发挥。

【核心建议】

对服务引导零工市场高度重视。要把以人民为中心理念植入零工市场扶持和引导工作,为打工人服务就是为人民群众服务,关心打工人的安危冷暖就是关心人民群众的根本利益。要结合新时代发展的历史方位和城市发展进步的需要,加快升级零工市场的培育和服务水平,让打工人感受到国家发展带来的收获,同时又更好地发挥服务城市功能。要在人力和财力上向其倾斜,把资

源用到群众所难、所想、所需的地方。

加强零工市场的硬件建设和服务。

建议统筹规划,选择供需双方都方便的地点,利用闲置公用设施,建设冬可取暖、夏可纳凉、风雨侵害不到的有形零工市场,让广大打工人得到庇护。饿了可以花少量的钱吃上热饭,累了有休息地方。让农村或外地打工者在城里没有找到固定住所的时候,花少量的钱能住宿、能吃饭、能洗澡,得到基本生活保障。

强化市场规范管理及提升。建议安排专门人员负责零工市场的服务和管理。要加强对零工市场内部进行区域分类,不同的工种在不同的分区,避免多工种人员混杂在一起打乱仗。要建立零工入场身份信息录入制度,用工人员可根据自己的需要在视频系统上选择不同工种、不同收费标准的人员为自己服务。加强诚信管理,对各种欺诈甚至是违法犯罪行为予以打击。

引入政府资源支持市场健康发展。

用好政府劳动力培训资源,适时组织零工市场的打工人进行技能培训,对通过培训达到一定水平的打工人发放证书,并录入系统,作为用工者的参考。引导政府机关、公办企事业单位用工需求进入市场,选择整体素质好、技能水平高的打工人优先雇用,激励打工人提高信誉和技能水平。

加强零工市场的统筹管理。对于一些打工人众多、对周边环境影响大的零工市场,要优先加强硬件建设,附近能入场登记的登记,不得再临街招揽生意。不具备硬件条件的散在零工市场可暂不清理,使其继续发挥就业和服务城市功能。加强规范化的零工市场宣传推广,引导和鼓励用工者入场,在管理人员引导下有序选择打工人,防止被欺骗上当。

(作者:市政协委员、哈尔滨市呼兰区行政服务中心主任)

探索“不起诉+”社会公益服务慎诉模式持续推动完善轻罪治理体系

□冯传江

【建言背景】

新时代我国刑事犯罪结构发生重大变化，轻罪案件数量持续上升，尤以帮助信息网络犯罪活动罪为典型代表。为了兼顾刑法的惩戒、威慑作用和司法的公平正义原则，以及维护各方当事人的利益和法益，积极探索轻罪案件慎诉新模式尤显重要。



【现状分析】

目前轻罪治理成为关乎国家长治久安，关乎法治建设和国家治理大局的时代命题。为贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想，进一步推进构建“共建共治共享”社会治理新格局，应加强统筹谋划，将轻罪治理体系探索纳入重点工作，以促进社会和谐发展。

【核心建议】

深入探索“自愿参与社会公益服务”预防性措施。借鉴学习阿城区检察院的工作经验，依法规范“不起诉+”社会公益服务的适用对象、适用条件、适用程序、考验期评价等工作细则，从而正确引导被不起诉人自愿参与社会公益服务。消除群众对不起诉工作可能产生的误解，邀请人大代表、政协委员、人民监督员对检察机关办理的该类案件

进行评议，确保案件办理达到政治效果、法律效果和社会效果有机统一。

创新“公益服务社会支持体系”。由于参与社会公益服务的人员身份较为特殊，本着“教育为主，惩罚为辅，能动履职，融合治理”的工作理念，搭建社区“大党委”+机关党支部协作共建平台，树立和打造街道市场社区，作为社会公益服务志愿者示范工作站，定向输送符合条件的志愿者，不断丰富优化公益服务种类，促进治理下沉，提升轻罪治理的精细化程度和社会协同效果，从而实现秩序破坏者到秩序维持者身份上的转换，从而回归家庭、回归社会、回归本心。

建立健全刑事处罚衔接机制。加强工商、税务、审计等行政部门和银行及银行监管部门联动，配合公安机关将风险隐患排查向前延伸、矛盾纠纷就地化解，积极探索刑事检察、民事检察、行政检察和公益诉讼检察与行政执法之间的司法信息共享，案情通报，案件移送

制度，实现行政处罚与刑事处罚依法对接，夯实“不起诉+”社会公益服务基础，继续延伸办案模式，将治罪与治理相互融合，达到认罪认罚从宽制度、宽严相济的刑事司法政策、制发社会治理检察建议等治理手段有机结合起来，促进解决轻罪案件背后的社会治理问题。

创新工作思路，把拓宽“不起诉+”办案模式、做实做细溯源治理作为重点工作协同推进。一是深耕细作，完善“不起诉+”协商监督和考核验收工作机制。适当引入社会组织参与其中，组成专门的考察评估小组，对于接受考察的嫌疑人进行监督、指导以及评估。二是双向转化，搭建检察建议与政协提案转化平台。全面汇总办理案件过程中出现的普遍性或共性问题，进行筛选提炼，深化加工形成提案线索，助力委员掌握更多的高质量提案线索。

（作者：市政协委员、黑龙江君明律师事务所副主任）



集智聚力确保赛事食品安全 积极构建全方位医疗保障服务

市政协教科委赴亚冬会运动员村和食材专仓视察筹备工作进展情况

为进一步发挥政协委员智力密集、人才荟萃优势作用，助力第九届亚冬会筹备工作高质量开展，按照市委工作部署，11月14日，在政协副主席刘柏辉带领下，市政协教科文体委员会组织中共、农工党、医药卫生界别委员及所联系的界别群众、专家学者，对亚冬会运动员村食品安全工作和医疗卫生保障工作专项视察。市政协副主席、亚冬会执委会副主任李庆陪同调研并就亚冬会食品安全保障工作作情况说明。市政协教科委主任关凌凯参加视察。

视察组实地踏查了亚冬会运动员食材专仓，该仓储场馆是在中央红集团哈尔滨信连锁超市有限责任公司生鲜冷链物流园区基础上，按照国际赛事专业配套仓储场馆标准全方位升级改造而成。视察组仔细查看仓内常温库、冷藏库、冷冻库及清真、非清真食品区和安保设施，详细了解运动员食材专仓的作业流程、食品检验检测制度、每日巡查制度，并召开座谈会，听取第九届亚冬会食品安全保障工作介绍，视察组对亚冬会执委会食品安全工作成效给予肯定，就食品安全驻点监管、食源性兴奋剂检测等方面问题进行了交流探讨，提出了严密流程、严格监管，强

化食材专仓用电保障和安全保障，全面构建食材配送、仓储验收、餐饮加工、驻点监管、批次快检、应急处置的全链条管控机制的意见建议。随后，视察组来到作为冰上赛区运动员村的华旗饭店，对餐厅管理、厨师和服务员的健康检测、日常消毒等食品安全保障工作进一步检查。

视察组还走进华旗饭店运动员医务室，查看医疗设施、急救设备，详细询问运动员诊疗绿色通道设置、医护人员和救护车值班制度、各型血浆和急救药品储备、运动员受伤救护程序以及现场救护、急救转运、定点医院收治衔接机制、赛场运动员医疗点和观众医疗点设置等方面情况。视察组指出，要以赛事为核心，完善各项医疗保障机制，进一步优化运动员村和竞赛项目的医疗保障工作方案，强化医疗保障培训和演练，不断提高医护人员保障服务水平和应急处置能力，确保运动员的医疗救治流程科学、规范、安全、高效。

(市政协全媒体工作室)





为进一步发挥政协组织优势作用,助力第九届亚冬会筹备工作高质量开展,按照市委工作部署,11月14日,在市政协副主席刘柏辉的带领下,市政协城乡建设资源环境委员会组织部分委员、专家学者,会同市亚冬会执委会场馆运行部相关负责同志,围绕亚冬会筹备工作进展情况,对亚冬会场馆建设和升级改造情况进行专项视察。

视察组实地踏查了哈尔滨冰球馆。该场馆将举办2025年第九届亚冬会男子冰球比赛,为此,冰球馆在原有设施基础上优化升级了运动员休息室等功能用房、体育设施、赛事智能化系统、制冰系统及安防、通信、网络、照明、扩声等设施。视察组仔细查看场馆设施、设备、运动员绿色通道、水声光电系统运行和场馆管理情况,就优化场馆软硬件服务、提升赛事保障水平等方面提出意见建议。

委员们认为,当前我市正处于加力筹办第九届亚冬会的关键时期,各项筹备工作时

间短、任务重、标准高,应坚持系统观念,强化结果导向,科学统筹、高质高效推进场馆升级改造工作;精益求精,进一步美化场馆内外和周边市容环境,突出绿色亚冬、智慧亚冬理念,完善科学环保硬件设施,实现绿色低碳办赛;优化安保方案和应急预案,做好场馆软硬件检验检测,积极开展全要素满负荷压力测试,进一步提升场馆管理和服务水平,深入细致地做好竞赛服务,确保亚冬会场馆运行顺畅、赛事高效运转。

(市政协全媒体工作室)





为进一步发挥政协组织优势作用，助力第九届亚冬会筹备工作高质量开展，按照市委工作部署，11月14日，在市政协副主席徐伟的带领下，市政协经济委员会组织部分经济、民建、工商联界别委员赴哈尔滨太平国际机场，围绕亚冬会筹备工作进展情况开展专项视察。市政协经济委员会主任孙永斌参加。

视察组实地踏查了机场航站楼到达大厅、出发大厅、值机区、出港海关、边检、安检、落客区等点位，了解供水、供电、供热等基础设施配备及智能化服务管理系统运转情况，并召开座谈会，听取机场负责同志关于航线航班设置、抵离流程优化、第二跑道建设、应急预案制定演练、宣传氛围营造等方面的介绍，围绕完善水电热保障、加强志愿团队建设、提升海关通关及安检过检效率、丰富个性化服务等方面进行交流探讨。

据了解，为做好亚冬会期间服务保障工作，哈尔滨太平国际机场积极学习借鉴北京、杭州、成都等具有大型赛事组织经验城市机场的成功做法，成立了“一办五组”组织机构和赛时运行保障领导小组，制定了“1+9”工作方案，全力提升航班运行精细化管理，新增12个国际航点、12条航线、6个近机位廊桥、1个远机位登机口、30个值机柜台及11条海关安检共用检查通道，补充800余名工作

人员力量，针对供水、供电、供热制定了保障方案和应急预案，将第二跑道投用时间由原来的2025年4月1日提前至2025年1月24日，并设置了亚冬会专属服务中心、候车接驳区、值机区域和安检通道，为运动员和各国来宾提供细致周到的服务做好准备，力争提供“来时好、走时顺”的服务保障。

视察组对哈尔滨太平国际机场所做的各项准备工作及全体工作人员的辛勤付出给予充分肯定和慰问，就进一步提升机场运行效率和服务品质提出意见建议。视察组表示，作为第九届亚冬会出入境口岸，哈尔滨太平国际机场是展示城市形象的重要窗口和名片，应主动肩负起塑造亚冬会“第一印象”的使命任务，坚持精益求精，不断优化服务保障，加强全流程安全监管，筑牢安全底线，以更细致、更全面、更高效、更热情的高品质服务迎接各方来客，彰显美好城市形象。下一步，市政协将继续发挥人才荟萃、智力密集优势，持续关注并围绕亚冬会筹备工作多提有益建议、多献务实之策，以实际行动为亚冬会的成功举办贡献政协智慧和力量。

(市政协全媒体工作室)



加强宏观层面引导和保障 推动应急产业高质量发展

□市政协城乡建设资源环境委员会

背景

应急产业是实现高质量发展和高水平安全良性互动的支撑产业。我国应急产业发展较为迅速,截至 2023 年底,建成和在建国家级及省级安全应急产业园区和基地 60 多个,生产服务企业超过万家,但也面临应急产业概念界定不清、关键应急装备发展缓慢、应急产业政策滞后、应急产品市场不成熟等问题。



建议

明确应急产业和装备定位。目前,对应急产品进行内涵式准确定义有一定难度,可以暂时尝试进行特征性描述。对不同应急产品分类作出差异化要求,例如按照作用关系分类,专用产品可由政府直接进行投入生产,或由企业生产,政府购买、储备,或由政府强制使用;兼用产品由政府制定目录和规划,进行能力储备,需要时进行购买,由政府推荐使用;关联产品主要发挥社会动员能力,通过市场供给,辅之以能力储备,在突发事件发生后由政府统筹安排。

制定应急产业和装备发展规划。完善《国务院关于加快发展应急产业的若干意见》,明确政府促进应急产业的发展目标、政策原则、政策范围及有关部门的职责。在全面调查摸清家底的基础上,由发展改革委、工业和信息化部尽快完善《应急产业发展规划》。规划中应明确应急产业发展目标,应急产业门类及产品目录,制定应急产业标准;明确规范配置,实施产品认证和准人制度等。

优化应急产业和装备的发展环境。一是提高产业组织水平,整合供给需求。建立部门间应急产业的沟通协调机制;建立由用户(包括潜在用户)、生产厂家、科研单位等参加的应急产业协会、研究会;组织有关应急产业博览会、各类研讨会;以市场化手段推动产业园区建设等。二是结合国家经济结构调整和战略性新兴产业发展需要,扶持应急产业“国家队”,建立示范区,推动龙头企业的形成;加大科技研发投入,增强原始创新、集成创新和引进消化吸收再创新能力,加快科技成果向现实生产力转化。三是发挥政府主导作用,对各级政府及有关部门提出相应的应急准备配备标准。四是加强宣传和舆论引导,大力普及防灾减灾知识,增强公民应急意识、忧患意识,着力培育、开发应急产品市场。

建设应急产业及资源数据库。由各级政府应急管理机构牵头,依托政府及有关部门应急管理信息平台,尽快完善建立应急产品储备名录和资料库,包括企业应急产品及生产能力储备资料库、应急资源库等,实现资源、信息共享。建议各地结合本地防范应对突发事件的实际需要,建立和完善企业生产能力储备、产品储备、国家法定储备相结合的应急储备体系;完善应急物流体系,实现政府、部门、企业以及军地间应急储备信息平台的互联互通机制,及时更新相关数据信息。

以用促保 深入挖掘中东铁路遗产廊道文化价值

□九三学社哈尔滨市委员会

背景

中东铁路遗产廊道跨越哈大齐国家自主创新示范区、长吉图开发开放先导区、辽宁沿海经济带,是中国铁路“八横八纵”中长期铁路规划的重要组成部分,不仅具有重要经济功能,还蕴含着丰富的文化价值。



现状

当前,中东铁路遗产廊道发展面临的困境主要体现在:“南轻北重”的文物保护失衡问题十分突出,公众对中东铁路遗产廊道的历史文化价值缺少认知,“以用促保”经营理念落实不到位,对“向北开放新高地”的战略支撑作用发挥不够。

建议

一是将中东铁路遗产廊道整体开发利用纳入东北全面振兴与向北开放新高地的制度安排。建议形成国家层面的中东铁路遗产廊道开发利用联席会议机制,加强区域、产业、资金、技术等政策工具的运用,实现与东北全面振兴和打造向北开放新高地的统筹协调。依托“一带一路”及中俄高层磋商机制,尽快恢复绥芬河口岸到格罗切科沃(俄罗斯)跨境国际旅客列车,未来还可考虑与俄方协商共建格罗切科沃(俄罗斯)—海参崴(俄罗斯)的标准轨距铁路,尽快畅通中东铁路遗产廊道在俄罗斯远东地区的“最后一公里”。

二是支持将中东铁路遗产廊道向联合国教科文组织申报世界铁路遗产。建议由联席会议和国家文物局共同牵头,尽快向联合国教科文组织提交世界铁路遗产申请;同时建立国家层面的中东铁路遗产廊道跨区域文物一体化保护机制,协调推进相关文物保护、文旅融合创新发展等工作,利用国家文物保护和文旅发展专项资金对中东铁路遗产廊道文物保护和文旅发展提供支持等。

三是依托“央地合作”机制打造东北地区冰雪旅游新亮点。目前英国、俄罗斯、日本等国家都在大力发展“蒸汽机车+仿古车厢”的旅游专列,并取得了良好的市场经济效益。建议依托“央地合作”机制,由联席会议协同中国国家铁路集团有限公司,尽快研究制定管理实施办法,明确蒸汽机车行驶路权、运行线路、运行时间、运行成本和收益承担方式等,力争尽快将由蒸汽机车牵引的旅游专列由局部行驶扩大至中东铁路遗产廊道的全域行驶。对于目前静态保存的蒸汽机车及复古车厢,可分阶段、分步骤地进行“复活”,使其带来更多的经济效益和社会效益。

四是打造中东铁路遗产廊道品牌新载体。建议支持东北地区重点交通枢纽车站设立“沉浸式”中东铁路遗产廊道品牌宣传区,将中东铁路遗产廊道内容纳入 CCTV 公益性东北文旅宣传片中。在东北地区车站始发,跨局开行至国内重点冰雪旅游客源地的旅客列车上,可通过公益性列车冠名、发售文创产品、列车车厢涂装等方式,对中东铁路遗产廊道品牌进行全方位宣传。将中东铁路蒸汽机车旅游市场定位与研学实践、工业旅游等新兴目标市场开发深度融合,重点支持国有文旅市场经营主体,围绕“中东铁路之旅、工业研学之旅、冰雪文化之旅、振兴奋进之旅”的目标定位,开发差异化文旅产品。

加强露营地食品安全管理 助推城市旅游健康发展

□民革哈尔滨市委员会

背景

近年来,露营产业发展迅速,已经成为推动城市旅游业发展的重要增长点。市场调研数据显示,截至2021年,全国共有超3万家“露营”相关企业,2024年露营经济核心市场规模已达到1334亿元。



现状

但与此同时,露营地食品安全问题不容忽视,存在食品安全制度未能完全覆盖、监督管理力度不够、食品安全意识有待提高等问题。从各地在互联网上发布的食品安全典型案例来看,涉及露营地的屡见不鲜。民革党员、晟联商贸有限责任公司总经理孙新国建议,应高度重视露营地食品安全问题,助力旅游产业高质量发展。

建议

一是制定完善露营地食品安全管理办法。建议国家出台指导意见,由各地结合实际制定地方管理办法,对露营地的食材采购、储存、加工等关键环节提出明确、具体、可操作的要求。对于大中小微型露营地应分类施策,提出差异化管理措施,特别是对于小微型营地应明确措施从严规范,压实露营地经营者和食材供应商责任。

二是积极推广明厨亮灶和食安封签。借鉴餐饮业成功经验,在露营地推行“明厨亮灶”,方便消费者实时监督。在打包餐盒上可实行“食安封签”,在封签上标注食材来源、加工时间、操作人员等关键信息,做到食品安全可追溯、可查询。建议将明厨亮灶、食安封签纳入营地食安评级考核体系。

三是突出重点做好日常监管。将露营地食品安全纳入日常监管检查范围,由市场监管部门牵头,会同文旅、城管等部门,对辖区内营地开展联合检查,检查频次应结合淡旺季灵活调整。检查应重点聚焦食材采购、加工制作等重点环节,特别是严查采购来源不明食材、使用过期变质食材、违规使用添加剂等违法违规行为,依法严肃查处,形成有力震慑。

四是畅通游客监督反馈渠道。应要求露营地显著位置公示12345市民服务热线、12315市场监管投诉举报电话、相关互联网平台网址和APP二维码等,鼓励游客主动举报食安问题线索。监管部门应做到高度重视,快查快结,督促整改到位,及时向举报人反馈办理结果。

推进哈尔滨市低空经济产业创新发展 加快打造“天空之城”

□民盟哈尔滨市委员会

【案由】

哈尔滨市已成为全国最大的直升机和发动机研发生产基地，形成以中航哈飞、航发东安为核心、空动院及哈飞工业、东安实业、广联航空、鑫华航空等一大批配套企业集聚发展的格局，涉及整机、机加、复合材料、热处理、电气、喷漆、焊接、装配等30多个专业，成为全国航空产业体系最全的地区。

【建议】

争取顶层资源，谋划重点布局，扩大区域影响力。我市要通过争取低空空域管理改革试点区域，充分发挥利好政策的扛杆效应，激发市场活力，汇聚产业资源，构建制造、运营、研发等平台。

整合城市管理服务需求，拓展特色化应用场景。围绕物流配送、城市空中交通、应急救援、城市管理、工业应用、消费娱乐等领域打造一批示范应用场景，争创国内UAM城市空中交通试点城区。

以示范应用引导业态差异化发展、产业协同发展。充分利用好中航哈飞、航发东安等驻地央企的平台效应，带动一大批配套企业集聚发展，促进行业级无人机、消费级无人机、eVTOL等领域链上项目、专精特

新及瞪羚企业快速落地。

加强区域合作，设立通航企业区域运营服务平台。充分借鉴湖南省已设立省级国有企业作为产业运营平台的发展经验，以平台为支点全面提升政府市场化调控能力，实现产业集群化发展。

开展技术创新，实现全产业链关键技术自主可控。吸引行业头部企业和本地科研院所开展联合攻关，构建低空空域数字孪生系统，打造基于满足智能化低空管理需求的低层数据体系。

制定行业发展标准，完善低空产业保障服务体系。科学规范智能化城市飞行管控体系，谋划管理规范，充分利用与深圳差异化资源优势，在适航审定、验证试飞等创新领域开展相关业务。

深入挖掘金源文化历史资源 推动哈尔滨亚冬会期间展示城市特色

□宋子民

【案由】

金源文化是女真人及其后继者满族等共同创造的一脉相传的民族文化，其地域范围大致在今天哈尔滨、阿城区域。金源文化总体特征是一种多元多流文化的复合体，具体表现为，古朴、粗犷、尚勇、豁达、以小搏大、善学人长、巧用机遇、富于创造、进取意识、兼容并蓄、雅俗相扶。

【建议】

亚冬会火种采集点放在古都阿城。方案一：火种采集在阿城的玉泉北极滑雪场点燃火炬，这是龙江冰雪的起源地，是重要的冰雪品牌。方案二：火种采集在金上京会宁府皇城，因为这里是龙江千年文脉的根基，大金王朝辉煌灿烂的根基所在。在这里点燃火种，将冰雪与龙江历史文化交相辉映，能够极大提升龙江冰雪历史的品牌价值，产生极大文化影响力。

争取在亚冬会开幕式、闭幕式环节中，植入金源文化元素及金源文化艺术演出形式，彰显哈尔滨不仅有百年历史的欧陆文明，更有代表中华民族北方民族辉煌灿烂的金源文化，彰显哈市乃至龙江的历史文明。争取在亚冬颁奖等环节融入金源文化的元

素，体现龙江的千年历史文化内涵。特别是阿城出土的金代文物“铜坐龙”，既能体现中华民族龙的传人的形象，也能体现中国北方历史文化的深厚底蕴。

以哈尔滨成功申办第九届亚冬会为契机，创作具有亚冬会元素的版画、青铜制品、木雕重彩、上京窑、满绣等反映区域文化特色的艺术品伴手礼，向亚冬会组委会推介并向社会宣传营销，让中外嘉宾、运动员对阿城有更多的了解。同时将阿城版画推向亚冬会会场赛场。

将重点旅游线路景区融入省市亚冬会期间对外宣传旅游主体路线，进一步叫响“金朝故都，美丽阿城”的品牌形象，吸引中外嘉宾、运动员在适当的时间踏上金源之旅。

【案由】

香港至哈尔滨直飞航线的开启具有重要意义。这一直飞航线的建立将极大地促进两地之间的经济、文化和旅游交流。作为两个重要城市之间的直接联系,这条航线将为商务往来、旅游观光和文化交流提供便利,加强两地之间的合作与交流。

开启香港至哈尔滨直飞航线 带动两地经济发展和人员交流

□姚文

【建议】

开设直飞航线将加强两地之间的经济联系和人员往来,促进贸易合作和旅游业的发展。香港拥有繁荣的金融市场、先进的商业设施以及具国际化和专业性的服务业,而哈尔滨则以其丰富的旅游资源和蓬勃发展的经济活力而闻名,以其冰雪文化、温泉资源和独特的美食文化而受到广大游客的青睐。直飞航线的开通将使游客能够更便捷地前往两地,探索哈尔滨的冰雪奇观、品尝当地美食,或是在香港享受购物和娱乐的乐趣。

通过开设直飞航线,香港和哈尔滨之间的商务往来将更加便捷高效。投资者和商务人士能够更快速地往返于两地,进行商务会议、洽谈和考察。这将促进双方的贸易合作,推动商品和服务的流通。香港的专业金融服

务、国际贸易和物流优势将与哈尔滨的制造业和资源优势相结合,为双方提供更多的合作机会,创造更多的商业价值。这将带动两地经济的发展,促进产业合作和技术交流,为两地经济发展注入新的活力。

直飞航线的开通也将为两地居民提供更便捷的旅行选择,并将促进文化和教育交流。哈尔滨拥有丰富的文化底蕴和艺术资源,而香港则是一个充满国际化氛围和多元文化的城市。直飞航线将为两地的学术机构、文化艺术团体和学生提供更便捷的交流平台,促进学术研究、艺术表演和文化交流。这将进一步加深两地之间的友好关系,丰富人们的社交和文化体验,同时也为哈尔滨的教育和文化产业的发展带来新的机遇。

龙头引领串珠成链 培育民企 制造业产业链高质量发展新动能

□市工商业联合会

【案由】

民营经济是推动中国式现代化的生力军,制造业高质量发展是经济振兴发展的关键和基石。推进民营制造业全产业链高质量发展,是提升民营企业盈利和抗风险能力、促进产业升级,引领我市经济发展的重要途径。

【建议】

育链:培育链主企业,发挥链主企业带动作用。一是鼓励规上和上市民营制造企业发挥已有竞争优势,成长为链主企业,拉动产业链上下游发展。二是扶持处于产业链关键环节、具有核心竞争力的企业,打造链主企业的“潜力股”。三是针对国家发展战略和具有发展潜力产业链,加强链主企业培育。四是鼓励链主企业拓展各种领域应用场景,特别是工业应用和消费应用。

补链:弥补产业链缺失节点,打通产业链上下游企业协同交互。弥补产业链缺失节点,有助于打通产业链上下游企业协同交互,促进全产业链高质量发展。一方面,弥补优质原材料、高精密零部件、系统开发等上游产业节点。另一方面,探索重大技术装备

的下游市场应用,对于下游市场应用存在的问题,可制定关于采购首套装备的政策,帮助企业打通产业下游节点。

强链:增强产业链韧性,加快要素赋能过程。对于食品制造业产业链,一是推进食品制造业产品创新和升级,提高产品附加值。二是拓展市场渠道和加强品牌建设,提升知名度和影响力。对于医药制造产业链,一是推动产业集聚和产学研深度融合,全力推动创新成果转化。二是打造孵化平台,能够规避医药制造企业目前面临的重资产投入、新品开发周期漫长等问题,使医药制造企业带着技术、带着团队快速实现药品生产,促进产业链提质增效。三是推动传统医药制造产业向现代生物制药发展,促进产品结构转型。



习惯性自律的人，都活得光芒万丈

前阵子，我一个朋友毅然辞职，过上了她向往已久的自由生活，然而不到半个月，她突然来找我哭诉：我活得越来越混沌了。

一开始，她给自己制订了密密麻麻的计划，从早睡早起坚持运动，从看书学习到精进厨艺，日子过得有模有样。

可没过几天，因为没有早起的压力，她的起床时间慢慢推迟到了中午，也开始懒得出门，没再去健身房，厨房没进几天，就开始躲懒。

现在，她满腹焦虑地对我说：再这样下去，我就要废了。

她这样的人，我们身边比比皆是。

01 自律，是爽还是难？

我们看了太多太多同龄人的励志故事，诸如上大学时天天早起占座去图书馆，备考时每天雷打不动做题八个小时，上班后凭勤奋三个月做到部门业绩Top1……

这让我们一再意识到：不会管理时间的人不配谈生活，不自律的人终将一事无成。

从什么时候开始，“自律”成为了一个人的核心竞争力？我们所有的美好生活只有一个前提：自律。

可是，大部分自律过的人都知道，自律有多难。

在满腔鸡血的激励下，坚持看了一本书，吃了两顿营养餐，跑了三天步，去了四趟健身房，好了，就此打住，很多人就会开始问：为什么要这么虐自己？

于是发现，还是朝九晚五、夜宵追剧、躺着打游戏的生活更爽。

然后，直到下一轮危机意识和焦虑

来临，再重复一遍这样间歇性自律的节奏，周而复始，像一个死循环。

由此，在每一次循环里，很多人会经历一次又一次的打鸡血和自暴自弃，然后自我怀疑：我这样的人是不是天生注定如此懒散扶不起？

为什么别人都能做到持续性的自律，你只能间歇性自虐？

从心理学的角度来讲，人们对于事物的归因往往分为内因和外因。

信奉内因决定因素的人，往往更相信自我意志的力量，相信自己有改变命运的能力和可能。这样的人在生活里也更容易以自律的态度处事，因为他们知道自己的付出一定会有意义。

而信奉外因决定论的人，会更加突出和强化外界因素的影响，这会让他们潜意识认为自己的努力无甚作用，也更容易把事物的责任归咎于外界和他人。

我关注过一些讲职场问题的专家，她们有时候会发一些读者的来信。有意思的是，这些信件里大多数人都在抱怨领导苛刻，同事奸猾，晋升无望，却避而不

谈自己的问题。

但事实上，通过那些信件的阐述，能明显看出当事人自己在性格、能力、心态各方面其实也有很多需要改善的地方。

所以，如果你看不到自己对于事物的决定性影响，觉得自己努不努力都无法改变事实，那你也很难真正对自己下狠手，只能徘徊在间接性自虐的状态里。

我总是听到太多人习惯性说出：这件事我肯定做不到，我一定坚持不下去，我天生不是做这件事的料。

记得去年我们一帮朋友报名英语学习的课程，需要每天打卡才能最终领到实体书。活动开始没几天，有个姑娘便天天在我们耳边念叨：完了完了，我这个记性迟早有一天会漏掉打卡。

果然，没过多久她确实不再打卡，并且理所应当对我们说：看，我就说我坚持不下去。

然而，当我们做一件事，如果总是抱着这种自我贬低的丧气态度，其实很容易成为一种自证，潜意识里为了验证对自己

的评判而成为自己以为的那种样子。

很多时候，你不是没有能力做到这件事，而是你自己内心压根不相信自己能够做到。

我们经常看到一些人决定坚持早起，于是立刻把起床时间从早上八点突然调到五点，然后因为生物钟转变太大而一天都在昏沉里度过，直到最终因为身体吃不消而放弃。

也有一些人决定坚持跑步，于是开头几天就是每天十公里的节奏，然后腿疼气喘累到崩溃，最终弃之。

其实自律并不是一味的自虐，而是需要以循序渐进的方式，让身体和心理有一个接受和适应的过程。

太过急功近利，急于看到成效，其实很容易消耗自己对这件事的热情和耐力。所以一时的自律没什么用，只能证明咸鱼还有翻身的欲望，长时间的坚持才能拉开人和人的差距。

把自律作为一种持续性的生活态度，往往更能够为我们带来身心状态的积极转变，这样的故事我也听了很多。

前段时间刚听朋友对我们感慨，她有一个同事本来190斤，一个月前为了在婚礼上以更好的形象示人，下定决心减肥。

这一个月来，他每天坚持写减肥日志，科学饮食，以及下班以后雷打不动跑七公里。现在他已经足足瘦了40斤，整个人的精神状态也焕然一新。

其实说到跑步，我自己本身应该也算是很有说服力的案例。

作为一个曾经在学校每次八百米测验都只能勉强及格的人，前几年为了缓解做咨询带来的情绪郁结，我开始试着跑步减压。

从一开始的三公里，到慢慢适应五公里的节奏，再到开始挑战半程马拉松，我大概花了三个月的时间。

后来为了收藏不同比赛的各种好

看的奖牌，我正式步入跑马的行列，最多的时候一年累计跑步上千公里，陆续完成十几场半程马拉松。

坦白讲，对于我的体质来说，每场跑步依然是非常虐人的事情，但相对于收获奖牌的快乐，以及在跑步中让我体验到的成就感，那点身体上的折磨便完全可以忍受了。

02 自律，是自己成就自己

长远来说，自律确实能带来更多成功的可能性，如果你为自律所苦，或者根本自律不了，但还是想自律起来，首先你需要明白：

很多人提到自律，无论主观上是否愿意去做，还是会下意识觉得这是一件痛苦的事。早起、看书、运动、节食，每一件都痛苦。

人的本性都是趋于安乐的，谁都喜欢享受，活得轻松快乐。当你逼着自己去做违背人性的事，就会本能的心生排斥和抗拒。

因为内心不接纳这件事及其带来的痛苦，所以坚持太难。

但事实上，自律其实并不仅仅是让你一味压抑自己的需求和感受，而是让你延迟当下的满足感，更长远地看自己的愿望和目标。

比如，三个月后的好身材，半年后的阅读量，一年后的健康身体，这些都是你延迟的幸福，在自律之前，先想想自律带给你的痛苦和幸福哪个更大。

延迟的满足感，能让你更加主动的

承受那些看似痛苦的事，这就是持续性自律带来的快乐。

有时候，我们很喜欢给自己画一个大大的饼，恨不得一步到位一口吃成胖子。但理想越美好，实现的过程也越艰难，很多人就在这个过程中耐性耗尽，怠惰放弃。

所以，如果想要养成长期自律的习惯，首先，去做一些力所能及的事。看书，先每天翻三十页书，一周至少可以看完一本书。

跑步，先每天慢跑三公里，再慢慢循序渐进，累积叠加。

每天的看得见的进步，一天天变得越来越好，才是自律真正的意义。

当你想要成为一个自律的人，最重要的是，首先你要发自内心的相信自己一定可以成为这样的人。

无论之前你有过怎样的挫败经历，都不要影响你对自己未来的定位和评判，更不要轻易给自己贴一些消极的标签。

其实，想养成自律的人，对自己的这种期望已经很了不起了，因为至少说明你对自己有要求，有自我管理的决心。

所以，你要始终不离不弃地站在自己身边，陪伴自己的每一步成长，在自律的路上，只有你才能成就你。

自律并不仅仅只是带给我们痛苦的体验，一味的自我压抑也很容易让人感到焦虑。相比盲目的自我虐待，也许更重要的是，你有没有看清自己真正的需求，有没有找到适合自己的节奏。

愿每一个想要自律的你，都能成为更好的自己。

（“光明网”）

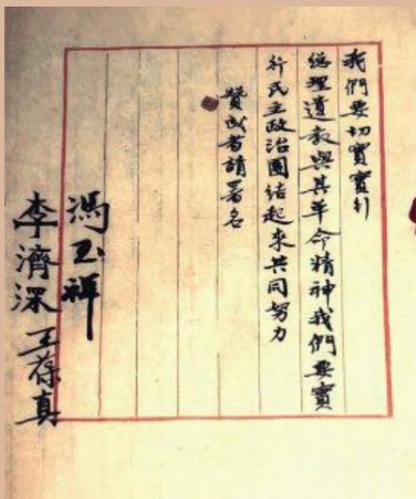


迎接新中国的曙光(续)

中国共产党领导的协商建国文史资料选登

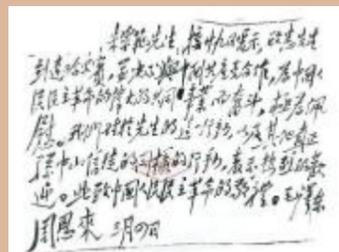
中国共产党领导的多党合作和政治协商制度的形成

中共中央发布“五一口号”



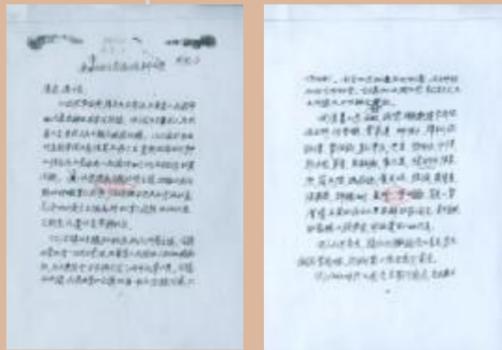
李济深、冯玉祥、王葆真三人于1946年6月在南京共同签下的关于争取和平民主的誓约

民主党派、民主人士的心声,立即引起毛泽东、周恩来等中共领导人的高度重视。1948年3月4日,毛泽东、周恩来致电中国国民党革命委员会中央常委、组织部部长朱学范:“欣悉先生到达哈尔滨,并决心与中国共产党合作,为中国人民民主革命的伟大的共同事业而奋斗,极为佩慰。我们对于先生的这一行动,以及其他真正孙中山信徒的同样的行动,表示热烈的欢迎。”3月6日,中共中央发表评论,表示愿意与民盟、民革等民主党派“携手前进”。



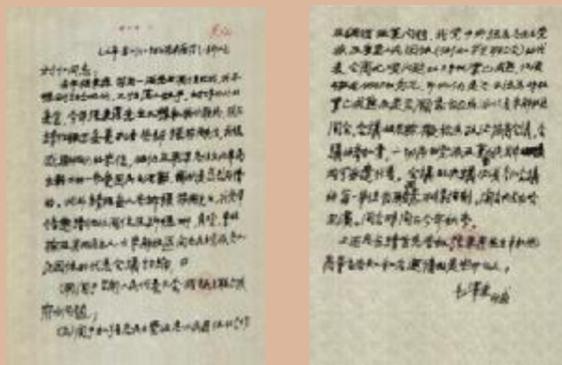
毛泽东 1948年3月致来到哈尔滨的朱学范先生信件

共产党坚持实行民主联合政府主张,与国民党的独裁专制和倒行逆施形成鲜明对照,使民主党派和无党派民主人士彻底转向了中国共产党。1948年1月,民盟领导人沈钧儒等在香港召开民盟一届三中全会,恢复民盟总部,宣布要与中国共产党“携手合作”。1月1日,国民党民主派内部实行联合,在香港正式成立中国国民党革命委员会,宣布赞成中共提出的新民主主义的基本纲领。更多的民主党派人士站到同中共携手奋斗的坚定立场上来,爱国民主人士纷纷向中共中央建议,尽快成立全国政权机关,以与国民党的总统选举相对抗。南洋华侨领袖陈嘉庚提议:解放区应紧急成立联合政府政权机构,以对抗国民党伪国大后的局面。民盟中央负责人沈钧儒向中共中央提议:解放区应成立产生联合政府的筹备机构,以对国内外号召否认蒋介石伪总统。沈钧儒希望中共考虑,可否由中共通电各民主党派,建议召开人民代表会,成立联合政府,或由各民主党派向中共通电提出此项建议。陈嘉庚和沈钧儒的主张,无疑代表了当时许多民主党派、爱国民主人士的意见。



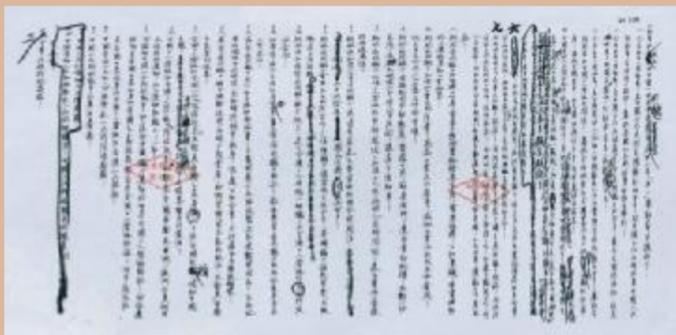
1948年4月25日电报原稿,“邀请港、沪、平、津等地各中间党派及民众团体的代表人物到解放区,商讨关于召开人民代表大会并成立临时中央政府问题”

1948年4月25日,毛泽东致电在西柏坡的刘少奇、周恩来、朱德、任弼时等,通知他们即将召开的中共中央书记处会议讨论的问题,其中第一项就是“邀请港、沪、平、津等地各中间党派及民众团体的代表人物到解放区,商讨关于召开人民代表大会并成立临时中央政府问题”。毛泽东请他们先做大概讨论,然后再到城南庄商定。



4月27日毛泽东写信给晋察冀中央局城市工作部部长刘仁

随后毛泽东在4月27日写信给晋察冀中央局城市工作部部长刘仁,要他告诉在北平的张东荪、符定一,邀请他们二位及许德珩、吴晗等民主人士来解放区,参加各民主党派、各人民团体的代表会议,讨论召开人民代表大会,成立民主联合政府和关于加强各民主党派、各人民团体的合作及纲领政策问题。会议名称拟称为政治协商会议,开会地点在哈尔滨,时间在今年秋季。筹建新中国的路线图已跃然纸上。



经毛泽东修改的“五一口号”

按照惯例,每年“五一”前夕,中共中央都会通过新华社对外发布有关纪念“五一”的专门决定,或发表宣言、口号,或举行集会、游行,或刊发文章、社论。在1948年五一国际劳动节到来前夕,新华通讯社社长廖承志给中央发来一个十分简短的电报,请示中央有什么重要事情发布。廖承志的这封简短电报,引起了毛泽东、周恩来等领导人的

重视,认为该是通过“五一口号”对外公布中国共产党人的政治主张、提出新中国政权蓝图的时候了。于是,“五一口号”的初稿应运而生。毛泽东亲笔将“五一口号”初稿的第五条修改为:“各民主党派、各人民团体及社会贤达,迅速召开政治协商会议,讨论并实现召集人民代表大会、成立民主联合政府。”



1948年5月2日,《人民日报》刊发“五一口号”全文

“五一口号”第五条的修改,表现了共产党对成立民主联合政府的诚意和决心,预示着一种全新的政党制度的诞生,奏响了中共与各民主党派协商建国的华美乐章,标志着共产党与各民主党派的团结合作即将进入崭新时代。4月30日,中共中央书记处扩大会议在晋冀察军区所在地—河北省阜平县城南庄召开(又称城南庄会议),会议讨论通过了经毛泽东修改后的《中共中央纪念“五一”劳动节口号》。当日,通过陕北的新华社正式对外发布,同一时间,新华广播电台也进行了广播。5月1日,《晋察冀日报》头版头条刊发了“五一口号”。文章上方还端端正正地印着毛泽东侧身头像。5月2日,《人民日报》头版头条全文发表。

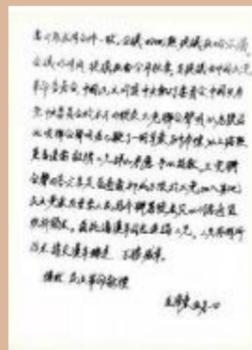


李济深

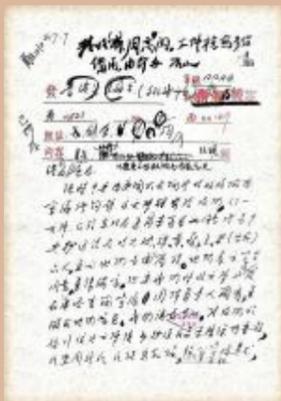


沈钧儒

5月1日,毛泽东致电远在香港的李济深、沈钧儒,提出了政治协商会议的构想



“五一口号”发布后,毛泽东决定与当时中国最具影响力的两大民主党派——中国国民党革命委员会和中国民主同盟的领导人,具体商讨政治协商会议的组织召开,共同推进“五一口号”的贯彻落实。5月1日,毛泽东致电远在香港的李济深、沈钧儒,提出了政治协商会议的构想,即:会议的时间在1948年秋季,地点在哈尔滨。



1948年5月7日,毛泽东主席以中央名义给中共上海局、香港分局及潘汉年发电



民主党派民主人士响应“五一口号”列表

1948年

- 3月25日 各民主党派民主人士通电全国拥护中共新政协会议(《华商报》)
- 3月22日《台湾民主自治同盟号召台湾同胞响应五一口号》(台北十日航讯)
- 3月23日 民建通过响应“五一口号”的决议(《华商报》)
- 3月24日《南京中共五一口号 不制华法更应行动—中国民主促进会发表宣言》(《华商报》)
- 3月23日 香港各界爱国人士128人联名声明:建立一个统一的真正属于人民的新中国(《华商报》)
- 3月24日《救国会宣言响应五一口号 号召拥护中共领导建立民主联合政府的新中国》(《华商报》)
- 3月24日《民主同盟发表声明拥护新政协运动》(《华商报》)
- 3月25日《农工民主党发表声明—团结群众进行斗争 努力争取召开新政协》(《华商报》)
- 3月25日《推动新政协运动—国民党革命委员会号召同志接受中函函教继续奋斗》(《华商报》)
- 3月26日《三民主义同志联合会响应中共五一口号》(《华商报》)

1949年

- 3月28日 九三学社在《新报》上发表《拥护中共“五一”口号暨毛泽东九项主张的宣言》

各民主党派响应五一口号列表

“五一口号”正式发布后,中共香港分局第一时间便将相关消息发表在了自己主办的《华商报》上,进而在香港引发巨大轰动。聚集香港的各民主党派和民主人士不约而同地赞同和欢呼中共中央“五一口号”的各项主张。1948年5月7日,毛泽东又为中共中央起草了致香港分局、上海局及潘汉年电,指出:“中央已于五一节提出召集人民代表大会成立民主联合政府的口号,而其第一步则拟召集各反美反蒋的民主党派、人民团体及不属于各民主党派、人民团体的社会知名人士开一次政治协商会议。自然这些在目前均尚是宣传和交换意见时期,尚未到正式决定和实行时期。你们可用非正式交换意见的态度,和各真诚反美反蒋的民主党派、人民团体的社会知名人士交换意见,并以各方反映电告。”此后不久,中共中央再次发电致中共上海局、香港分局,请他们就召开政治协商会议的相关问题征求各民主党派的意见,邀请各民主党派代表来解放区,提出“我党拟邀请李济深、冯玉祥、何香凝”等29人名单。该电文再次明确表示:“开会地点拟在哈尔滨。开会时期拟在今年秋季。会议拟由国民党革命委员会,民主同盟及中共联名发起。”(未完待续)

(哈尔滨政协文史馆提供资料)

中国民主党派成立时
基本情况一览表

党派名称	成立时间	地点	创始人	政治主张
中国国民党革命委员会	1948年1月1日	香港	宋庆龄 李济深 何香凝 谭延闿	推翻蒋介石卖国独裁政权,实现中国独立、民主与和平。
中国民主同盟	1941年3月9日	重庆	任 涛 黄炎培 章伯钧 罗隆基 梁漱溟 沈钧儒	贯彻抗日主张,实行民主精神,加强国内的团结。
中国民主建国会	1945年12月16日	重庆	黄炎培 胡厥文 章乃器 施肇基 孙晓村	世界要和平,政治要民主,经济要发展,社会要公平,教育要普及。
中国民主促进会	1945年12月30日	上海	马叙伦 沈恩孚 潘梓年 史东山 袁牧之	以发扬民主精神推进中国民主政治之实践为宗旨。
中国农工民主党	1930年8月9日	上海	邓颖超 黄炎培 章伯钧 彭泽霖	解放中国民族,建立全民政权,实现社会主义。
中国致公党	1925年10月10日	美国旧金山	孙炳文 司徒美堂 陈其采	一起拼搏,一起发展,一起致富,一起幸福。
九三学社	1946年5月4日	重庆	褚辅成 许德珩 潘 梓 程潜 张西园	促进民主政治之实现,争取人民之自由。
台湾民主自治同盟	1947年11月12日	香港	谢雪红 杨英培	建立民主联合政府,建立独立、民主、富强的新中国。

各民主党派成立情况简表

加快发展生物经济 着力打造增长新引擎

市政协经济委调研我市生物经济发展情况



10月30日至11月12日,在市政协副主席胡宝忠的带领下,市政协经济委与市九三学社联动,组织部分政协委员、专家学者,围绕“发展生物经济”赴区、县(市)开展专题调研。市政协经济委主任孙永斌参加。

调研组先后对南岗区、双城区、香坊区、阿城区、五常市、宾县、松北区的生物医药、生物农业、生物能源、生物制造等领域二十余家企业进行了实地踏查,每到一处,进车间、看产品、听汇报、问需求,与企业负责人深入交流,详细了解企业技术研发、产品创新、市场营销、原料供应、企业融资等情况,深入分析我市生物经济龙头企业、规上企业、科技型中小企业的生产经营情况以及生物经济发展面临的困难和问题,并召开座谈会,听取区、县(市)生物经济发展情况介绍,与相关部门、企业代表、专家学者就生物资源合理配置利用、传统生物产业转型升级、校企合作搭建成果转化平台、企业废弃物资源化利用等方面问题进行了深入研讨,提出意见建议。

调研组认为,生物经济将成为推动高质量发展的强劲动力,应抢抓生物经济发展机遇期,依托资源禀赋,挖掘资源潜力,发挥生态优势,抓好生物经济发展规划和政策措施落实,持续优化生物制造产业发展布局;加大生物经济发展政策支持和人才培养力度,引导社会资源要素向生物产业集聚;发挥龙头企业引领带动作用,推动产业链强链延链补链,积极打造高端生物制造产业集群;统筹资源要素配置,加强重点园区分工协作,推进各园区优势互补、资源共享,实现对外产业合作互补、资源科学配置和产业深度融合;突出科技创新优势,完善校企合作平台,支持骨干企业与大专院校、科研院所、金融机构建立生物产业战略联盟,推进传统生物产业转型升级,强化生物技术与新兴领域融合创新,加快科技成果产业化;提升融资服务水平,探索建立供应链等融资新模式,引导政府类股权投资基金牵头、市场化基金合作建立专项产业基金,为生物经济技术创新、项目建设、规模提升、人才引进等提供坚强的要素保障,助力我市生物经济快速发展、高质量发展。(市政协全媒体工作室)

市政协副主席徐伟参加 全国暨地方政协社会和 法制委员会工作座谈会



11月6日至7日,全国暨地方政协社会和法制委员会工作座谈会在厦门召开。会议深入学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想,深入学习贯彻党的二十届三中全会精神和习近平总书记在庆祝中国人民政治协商会议成立75周年大会上的重要讲话精神,传达贯彻全国政协专门委员会工作会议部署要求,通报十四届全国政协以来全国政协社法委工作情况。全国政协副主席周强出席会议并讲话。哈尔滨市政协副主席徐伟出席会议,市政协社会和法制委员会主任闫生参加会议。

会上,10个省、直辖市、自治区政协和3个副省级市政协分别作了交流发言。闫生以《运用一二三四工作法不断提升调研工作质效》为题作交流发言,分享在抓实协商选题、创新协商形式、推动协商成果转化上的成功经验和做法。

会议指出,近年来全国政协和地方政协社会和法制委员会深入学习贯彻习近平总书记关于加强和改进人民政协工作的重要思想,坚持党的领导、统一战线、协商民主有机结合,立足法治建设、社会治理、民生保障三大领域认真履职尽责,把自身所长和全局所需结合起来,积极探索创新,自觉加强自身建设,不断推动各项工作取得新进展新成效。

会议强调,要坚持和加强党的全面领导,自觉以党的创新理论夯实共同思想政治基础;要注重发挥界别特色和专业优势,聚焦中国式现代化的目标任务深度协商议政;要发挥好专门协商机构制度优势作用,不断推动协商民主广泛多层制度化发展;要坚持问题导向深入调查研究,真正把情况问题摸清摸实,把对策建议提好提准;要落实联系界别和委员工作机制,不断凝聚团结奋进的强大力量;要着力加强“两支队伍”建设,提高委员服务管理和自身建设水平。(市政协社会和法制委员会)

市政协副主席赵罡 深入黑龙江省五常 经济开发区开展包联工作



11月7日上午,哈尔滨市政协副主席赵罡深入五常经济开发区对部分企业和在建项目开展包联工作,并召开五常市全年经济工作分析会。五常市委书记杜平、市政协主席张相和及相关部门负责同志参加调研。

赵罡先后到黑龙江省秸乐农业科技发展有限公司、五常市稻香飘农业发展(集团)有限公司、五常市数字经济产业园和十月稻田鲜食玉米项目建设工地进行实地考察,认真听取企业负责人情况介绍,现场帮助企业梳理问题并提出建设性意见。

座谈会上,相关部门负责人汇报了园区企业发展、建设进度和未来规划等情况。

赵罡指出,五常市农业基础牢固,发展步伐稳健,要继续发挥农业大县的领头雁作用,加速在建项目建设,严格落实惠企政策,确保完成年初制定的各项经济指标,为保证国家粮食安全做出贡献。

赵罡强调,要强化包联机制,各级领导干部要亲自深入包联企业,帮助企业解难题、渡难关、拓市场,为推进企业高质量发展提供助力。要开展“储备之冬、谋划之冬”行动,围绕国家“两重”“两新”政策,超前谋划一批重大项目,确保重大项目接续发展。要大力招商引资,切实发挥五常资源优势,持续提升招商引资质量。要积极做好盘活僵尸企业工作,优中选优实现“腾笼换鸟”。要指导企业利用国家大规模设备更新政策资金,支持民营企业设备更新项目建设和数字化转型和技术改造。要继续优化经开区布局,推动大项目、大企业进驻,加大对园区基础设施的投入,提高吸引力,促进就业创业,加强产城融合。要做好文旅服务,借助亚冬会、“尔滨”冰雪热的有利契机,不断延伸冰雪产业链,打造冰雪旅游新路线、新产品,拉动冰雪经济新的增长点。

(市政协城乡建设资源环境委员会 五常市政协)

市政协召开十四届四十五次 机关党组(扩大)会议



11月20日,市政协召开十四届四十五次机关党组(扩大)会议,市政协秘书长、党组成员、机关党组书记任延辉主持会议并讲话,机关党组成员蒋少峰、高巍出席会议。市政协深化能力作风建设各专项组负责同志列席会议。

会议传达学习习近平总书记在福建、安徽考察时,在省部级主要领导干部学习贯彻党的二十届三中全会精神专题研讨班开班式上,在中央政治局第十七次集体学习时的讲话,对民政工作作出的重要指示精神;传达学习王沪宁同志在全国政协专门委员会工作会议上的讲话和在政协第十四届全国委员会常务委员会第九次会议闭幕会上的讲话;传达学习黑龙江省及哈尔滨市深入学习贯彻习近平总书记在庆祝中国人民政治协商会议成立75周年大会上的重要讲话精神暨庆祝人民政协成立75周年座谈会精神;传达学习《关于当前我市意识形态领域形势的通报》;听取市政协机关各专项组汇报深化能力作风建设“抓基层、打基础、强落实、见实效”活动推进情况,研究部署相关工作。

会议指出,市政协机关各级党组织和全体党员要把学习贯彻习近平总书记重要讲话重要指示精神,与学习贯彻党的二十届三中全会精神和学习贯彻习近平总书记视察我省期间重要讲话重要指示精神紧密结合起来,做到学思用贯通、知信行统一,认真对照省委、市委的改革任务,系统谋划符合哈尔滨实际的协商议题、调研课题,在进一步全面深化改革中、在扎实推进我市文化事业和民政事业高质量发展中彰显政协机关的新担当新作为。

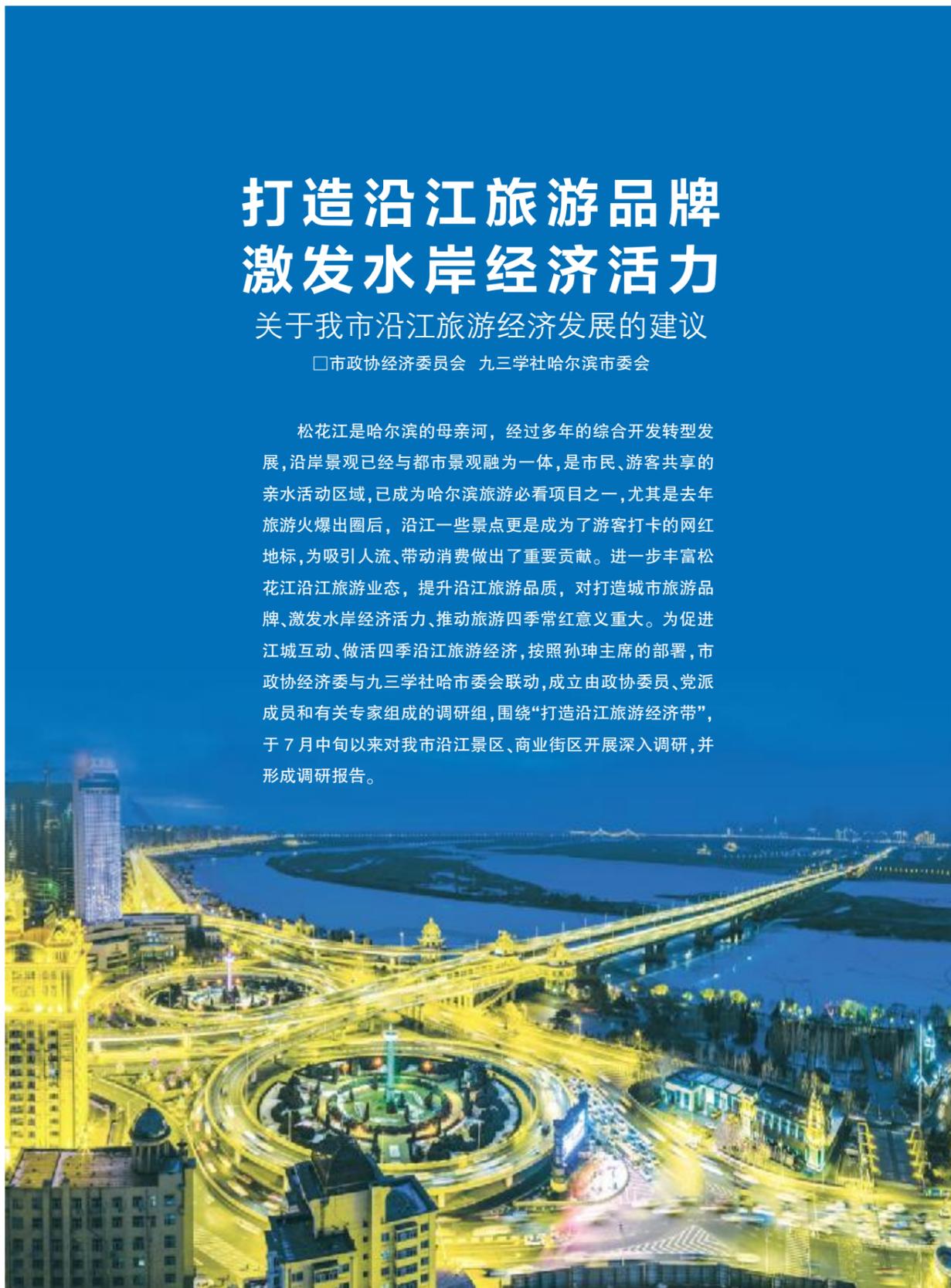
会议强调,要严格落实意识形态工作主体责任,强化对全体政协委员和机关党员干部的思想政治引领,做到知责担责履责、善抓善管善为,不断增强社会主义意识形态的凝聚力和引领力;要抓好深化能力作风建设“抓基层、打基础、强落实、见实效”活动收官工作,各专项组要查缺补漏,对标对表更高标准找差距,加快补齐短板弱项,取长补短促进能力作风全面提升。要加强沟通,明确方向,突出重点,梳理好经验好做法,机关上下一心、协同用力、同频共振、同抓互促,推动深化能力作风建设走深走实、取得实效。 (市政协全媒体工作室)

打造沿江旅游品牌 激发水岸经济活力

关于我市沿江旅游经济发展的建议

□市政协经济委员会 九三学社哈尔滨市委会

松花江是哈尔滨的母亲河，经过多年的综合开发转型发展，沿岸景观已经与都市景观融为一体，是市民、游客共享的亲水活动区域，已成为哈尔滨旅游必看项目之一，尤其是去年旅游火爆出圈后，沿江一些景点更是成为了游客打卡的网红地标，为吸引人流、带动消费做出了重要贡献。进一步丰富松花江沿江旅游业态，提升沿江旅游品质，对打造城市旅游品牌、激发水岸经济活力、推动旅游四季常红意义重大。为促进江城互动、做活四季沿江旅游经济，按照孙坤主席的部署，市政协经济委与九三学社哈市委会联动，成立由政协委员、党派成员和有关专家组成的调研组，围绕“打造沿江旅游经济带”，于7月中旬以来对我市沿江景区、商业街区开展深入调研，并形成调研报告。



一、效果明显,仍有较大发展提升空间

当前围绕生态避暑、时尚文化、赏冰乐雪等元素,松花江沿江旅游已初步形成了自己的风格和特色。一年一度的开江观赏活动使游客领略到松花江独特的水域文化;迷人哈尔滨之夏和松花江湿地文旅活动与音乐会、啤酒节、美食节、运动赛事逐步融合,让游客充分感受松花江的壮美、温情与浪漫;中央大街系列时尚文化艺术活动,集结文化时尚界精英搭建千米T台,使游客感受到哈尔滨的文化时尚气息;“中国·哈尔滨国际冰雪节”“哈尔滨松花江冰雪嘉年华”持续做大做强,让游客体验冰雪乐趣,已成为我市标志性活动。然而,对标国内外滨水区发展的更高标准,以及市民和游客对旅游新场景、新产品、新体验的期盼,还有很大提升空间。

(一)旅游项目系统谋划不足

一是沿江区域旅游资源协同不够。各区县和市场主体各自为政、缺少合作,旅游产品横纵向整合不足。例如,松花江自上游双城区境内拉林河口至下游依兰县境内民主屯区段,共涉及双城、道里、呼兰、依兰等5区6县,虽然资源禀赋丰厚,但各区县之间缺乏整体联动营销观念,重复建设导致资源浪费,难以形成规模效应。二是政府在业态开发和培育方面引导不够。现有旅游业态基本由市场主体自行开发形成,缺少对吃、住、行、游、购、娱等多要素集合的一体化、综合性旅游产品设计。例如,沿江有5家轮渡客运企业,除哈尔滨交通集团轮渡旅游有限公司外,均为私营公司,在码头管理、航线设计、服务内容、船票定价等方面缺少统筹规划和标准。

(二)旅游项目体验感较弱

一是旅游产品品类少、形式旧。当下,走马观花式的传统旅游产品已不再满足游客的需求,吸引力的核心在于创新。我市沿江旅游产品开发中提炼、策划、创新不够,特别是夏季旅游产品以视觉观赏为主,缺少对旅游产品的多样化、个性化开发,参与式、沉浸式、体验式业态缺失,无法给游客带来新鲜感,对游客的黏性、吸引力不足。二是旅游产品设计缺少与文化历史的融合。“以文塑旅、以旅彰文”是推动文旅深度融合、赋能旅游高质量发展的关键,而我市沿江旅游产品缺少对文化历史的挖掘,传统文化传承与创新的关系尚未有效衔接,多数旅游项目在产品设计、场景打造、内容营销等维度文化氛围不强,难以调动游客深度游览的意愿。

(三)江岸联动不够

一是缺少与两岸旅游资源的联动。江上游览与中央大街、巴洛克街区、群力外滩、大剧院、呼兰河口、金河湾湿地、呼兰西飞渔村等商业街区和岸线景点之间缺少深层次互动连接,江岸交通服务、信息服务、消费服务等供给不足,缺乏江岸一体化的品牌游线、文化体验产品,难以有效支撑江岸联动,影响两岸文旅资源的价值释放。二是缺少与特色资源的联动。我市素有“冰城”“东方莫斯科”“东方小巴黎”之美称,拥有“世界音乐之都”“国际湿地城市”“中国啤酒之都”“中国西餐之都”“东北老工业基地”等称号,但在旅游产品打造中对这些特色资源的挖掘利用不高,在江岸联动中缺少音乐、湿地、欧陆风情、科普、工业等元素的融入,仅有

《遇见·哈尔滨》、老街音乐汇、世界欢乐城《印象哈尔滨》等少数观赏性演出,形式上缺少独创性。

(四)水上、冰上体育项目和赛事较少

一是水上项目和赛事严重缺乏。目前仅有哈尔滨国际马拉松、F1 摩托艇锦标赛、端午龙舟赛等少数赛事,缺少水上冲浪、帆船、赛艇等市民和游客参与度、接受度较高的赛事,未形成“亲水、乐水、善水”的水上运动文化空间。二是冰上项目同质化重、专业性赛事少。除冰雪大世界、太阳岛雪博会等少数知名冰雪旅游品牌外,冬季沿江冰上项目小、散、弱,存在无序建设、同类产品竞争的问题。冰壶、滑冰、滑雪等受市民和游客欢迎、参与感、体验性强的体育项目和赛事少。

(五)配套设施和服务不够

一是尚未形成沿岸交通环线。防洪通道、临江马路、码头等水陆交通网络不适应当下旅游发展需要。多数客运码头陈旧,久未翻修,沿线景点无法通过水上到达;群力外滩、九站公园、斯大林公园、道外沿江路段缺少岸上交通。二是岸线空间利用不足。沿江码头数量较多,但功能单一,仅承担连接江南到太阳岛的交通功能,以及滨北铁路桥到松花江大桥的游船项目,且游船项目单一、档次不高、舒适度差、体验感弱,与哈尔滨大都市形象不匹配。三是旅游服务设施不足。游客中心、停车场、便利店、休息区、公共厕所等配套设施不完善。缺少与旅游配套的休闲娱乐场所,沙滩浴场少、配套服务功能弱。旅游休闲餐饮不足,咖啡茶饮等新业态缺失,无法满足游客停留、休憩的需求。

二、突出特色,做活“水冰岸”三大主题元素

习近平总书记去年在我省视察期间关于大力发展特色文化旅游的重要讲话重要指示精神为我市进一步升级旅游业态、创新产品供给、提升文化内涵、增强服务能力指明了方向、提供了遵循。应深入贯彻落实国家发展改革委《关于打造消费新场景培育消费新增长点的措施》中对“培育文旅体育消费新场景”的工作部署,突出松花江特色,挖掘沿江优势资源,进一步做活水上文章、丰富冰上体验、拓展岸线空间,将松花江打造成夏季亲水避暑、春秋两季观景休闲、冬季赏冰玩雪的标志性旅游目的地,实现从“一季爆火”到“四季常红”,以松花江流域之美带动我市旅游竞争力、吸引力不断提升。

(一)打造水上活动项目,增加亲水畅游内容

以“欣赏大美湿地风光、寻味尔滨地道美食、感受城市文化历史”为主题,根据航线距离和服务功能设计若干游线,打造“游船+观光”“游船+美食”“游船+演绎”等特色项目,满足游客可畅游、可停留、可鉴赏、可品味的亲水乐水需求。

一是从航线设置上,根据游览时间开通短途(半小时)、中长线(1小时)和长途航线(1小时以上)。短线方面可串联起从松浦大桥至阳明滩大桥江段南北江岸主要景区和商业街区的精品线路;中长线方面可设置从市区到民主湿地、呼兰河口湿地、西飞渔村、大顶子山等“点对点”专线;长线应联通沿江区、县,使游客从水路游览沿江风光,并到达周边各区、县主要景点。

二是从服务功能上,根据不同游客群体需求设计交通类、运动类、豪华类、风情类游船。交通类游船主要以轮渡为主,设置横向、纵向交通航线,满足游客

过江和到达沿途景点需求。运动类游船主要迎合游客运动体验喜好,在江上单独划分区域,提供帆船、皮划艇、气垫船、脚踏船、水上自行车等项目,增加消费体验场景。豪华类游船主要满足高消费群体需求,集观光、休闲、餐饮、婚礼、会议、研学、团建等多功能于一体,设置歌舞表演、地方戏曲等驻场节目,定期开展美食节、科普月、音乐节、非遗展等多种特色节庆活动。风情类游船可根据我市独有历史文化进行主题风格设计,将俄罗斯风情、黑土地文化、金源文化、东北抗联文化等融入其中,并以历史剧、音乐剧形式演绎,实现“一船一主题”。在游船服务中,注重与全市各类博物馆、艺术协会和院校、哈尔滨老字号餐饮、知名酒店及众多网红饮品店的联动与合作,为船上历史传播、艺术文化展演、主题活动举办、特色美食品鉴等提供支持。

(二)丰富冰上体验项目,提升冰雪旅游魅力

以“饱览冰雪美景、领略冰雪文化、参与冰雪运动”为主题,借助哈尔滨国际冰雪节举办契机,在沿江冰面建设若干“乐享松江冰雪嘉年华”园区,通过特色鲜明、亮点纷呈的冰雪观赏和互动项目,为游客带来串联游览的娱乐大餐,集中展示独特冰雪魅力。

一是增加冰雪演绎内容,打造冬季视听盛宴。借鉴夏季《遇见·哈尔滨》江上演出的成功经验,在防洪纪念塔江段搭建冰雪演绎大舞台,策划“冰城印象”大型冰上实景演出,在游客流量集中时段设置固定演出场次,邀请专业团队和演职人员参与设计和编排,开展冰上舞蹈、冰上体操、冰上模特秀、冰上杂技、冰上驯兽等系列表演。也可迎合当下年轻人对动漫的热衷,与“黑悟空”、迪士

尼等知名品牌联动,打造冰上主题动漫展演,赋予冰雪演绎新内涵、新形式。

二是活跃冰上互动形式,升级冰雪娱乐体验。在防洪纪念塔、音乐公园、群力外滩、网红桥、呼兰河口、阿勒锦岛等江段,分别建设冰上游戏区、冰上滑雪区、冰上极限运动区、冰上露营区等。冰上游戏区可设置冰上滑梯、冰壶、冰球、花样滑冰、冰上高尔夫、寒地飞碟、寒地射箭、冰上碰碰车、冰上气垫船、冰上爬犁、滑雪圈等大众接受度高、参与感强的体验项目。冰上滑雪区可分别设置坡度在12°和6°左右的中级、初级滑雪通道,满足初学者和滑雪爱好者的体验需求。冰上极限运动区可设置冰上汽车、冰帆、冰上摩托、攀冰等挑战探险类冰上运动项目,满足极限运动爱好者的体验需求。冰上露营区可选择靠近码头的位置建设冰上露营酒店、搭建冰雪小屋,既为游客提供冰上住宿、就餐体验,让游客有落脚、休息的区域,也可用来开展冰上婚庆主题活动,承办冰雪婚礼、设置冰雪洞房、提供冰雪婚纱摄影,打造特色冰上婚庆品牌。

(三)拓展沿岸主题业态,激发岸线经济活力

把握季节分明特点,充分利用重点江段岸线空间,丰富旅游业态、增强江岸互动,创设集观光打卡、吃喝游乐、互动社交、运动体验于一体的沉浸式游览场景,延续并赋予我市“三野”文化(野餐、野游、野浴)新形式、新元素,为游客带来独特、新鲜的体验。

一是打造水岸特色旅游新标签。开发“生态+”旅游项目,将旅游开发与湿地保护、生态环境优化有机地结合起来,擦亮“国际湿地城市”金字招牌。以“哈尔滨湿地节”为契机,由哈尔滨湿地协会牵头,联合哈尔滨湿地宣教馆、沿



江湿地公园做好“爱鸟周”“鲟鳇鱼增殖放流”、湿地节主题创意表演等活动,科学、有序、适度、合理开发建设湿地观光和自然游憩的绿色生态旅游区,使游客近距离领略迷人湿地风光;激活沙滩旅游资源,扩大沿线呼兰沙滩、金河湾、阳明滩等沙滩面积,开放免费沙滩浴场,满足游客滨水休闲的复合旅游需求;建设主题露营专区,满足游客房车露营、汽车影院、帐篷野营野餐的个性化需求,让游客走近自然、游水嬉戏,领略生态之美。开发“文化+”旅游项目,充分挖掘我市音乐文化、欧陆文化、民俗文化、工业文化资源,打造沿江艺术文化走廊,与大剧院、音乐厅、科学宫、博物馆、工运馆、美术馆、在哈院校合作,举办江畔音乐嘉年华、中俄文化节、科普市集、红色历史展、百年工业展、民族传

统工艺秀、绘画雕塑和摄影展等特色活动,以路演、展播的形式满足游客近距离观赏交流,以创意产品、创意制作的形式满足游客购买留念、互动制作。开发“运动+”旅游项目,建设水岸运动专区,科学规划运动空间布局,加强基础设施配建,建设主题滑草场,根据游客的熟练程度划分不同难度的坡度滑草区域;增加沙滩运动内容,组织沙滩足球、排球、网球、摔跤、手球等活动;开辟垂钓专区,定期开展垂钓比赛等活动,吸引钓友和游客参与;丰富野外运动内容,通过水上飞人、飞天蹦极、直升机、热气球、滑翔伞、动力三角翼等娱乐项目,让游客感受极限运动的乐趣。

二是打造冰岸特色旅游新场景。举办一步一景冰雪展,在南岸东起阿什河口、西至战备码头沿江地带打造冰雕、

雪塑景观带,举办国际冰雕、雪塑创作大赛,邀请来自世界各地和高校学生中的冰雪雕刻艺术爱好者,在沿途创作冰雪雕刻作品,丰富沿江冰雪景观,增加打卡取景地。设置冰雕雪塑体验专区,方便游客在专人指导下亲手设计、现场制作微冰雕、微雪雕作品,并通过3D打印技术将作品建模留念,以此作为“哈尔滨国际冰雪节”主题活动之一,为冰雪节引流,进一步扩大影响力。建设沿江冰雪主题商街,与知名餐饮、网红新零售品牌合作,在冰雪雕塑景观之间建设网红咖啡屋、茶室、酒吧、餐吧、文创小屋和潮流买手店,推出涵盖东北特色、俄式风味的冰雪主题系列餐饮食品,满足游客在往返沿江各园区之间能够赏景、休憩、就餐、购物,延长冬季在江岸停留、游玩时间。

三、科学谋划,提升沿江旅游服务环境

高品质服务是旅游业的生命线。中共中央、国务院印发的《质量强国建设纲要》中明确提出要“提升旅游管理和服务水平,规范市场秩序,改善旅游消费体验,提升质量满意度。”因此,在沿江旅游经济发展中应整合各方资源和力量,高位谋划推进、加强科技赋能、完善配套建设、提升运营监管、广泛宣传

推广、强化安全保障,以优质服务环境助力打造高品质沿江旅游IP。

(一)整合各方优势资源,合力推动旅游发展

坚持“政府引导、市场运作、企业主体”的原则,有效发挥政府、市场、企业作用,改进沿江旅游发展模式,推进沿江资源整合、文化推广、生态保护、项目

设计和运营等各项工作,打造主题鲜明、特色突出、传播广泛、社会认可度高的旅游目的地品牌。

一是政府层面,借鉴上海、武汉、杭州等先进地区经验,根据刚刚出台的《哈尔滨市松花江沿江旅游发展促进条例》要求,组织市文广旅游局、市自然资源和规划局、市发改委、市林草局、市生

态环境局、市水务局等有关部门,邀请有关专家,根据全市国土空间总体规划、松花江流域综合规划及防洪等专业规划,统筹沿江区域生态环境、历史风貌、人文景观以及城乡发展和公众亲水乐水需求,研究制定《松花江沿江旅游发展专项规划》,塑造沿江旅游品牌形象,明确沿江旅游区域范围、发展目标、功能分区、设施布局、生态环保要求,制定支持政策,鼓励沿江旅游发展。

二是市场方面,坚持专业人做专业事,通过聘请专业团队或在马迭尔文旅投资集团成立沿江旅游运营公司,负责沿江旅游的项目策划和开发,在广泛开展市场调研、了解游客需求与偏好的基础上,精准定位目标市场、开发多样化旅游产品,并根据市场变化和游客意见及时调整、改进产品与服务。

三是企业方面,通过PPP模式(Public—Private—Partnership的字母缩写,指公共私营合作制)吸引产品开发、项目建设、文化演艺、餐饮服务、电子商务、交通住宿、创意设计、商品零售等文旅产业链相关企业加入,通过龙头企业牵引,鼓励、延伸行业跨界合作,以“利益共享、风险共担”的合作关系,构建链条完整、多点发力的沿江旅游发展新格局。

(二)加强沿江资源统筹,实现区域联动发展

按照“分级分类、突出特色、协同发展”的原则,提升松花江旅游集散功能,充分利用两岸历史文化与区域特色资源,勾勒全域沿江旅游地图,把松花江打造成连接周边旅游资源的大通道,实现沿江旅游资源全域覆盖、全域优化、全域共享。

一是与主城区旅游资源联动。将阳明滩岛、何家滩岛、太阳岛西区滩岛、阿勒锦岛滩岛、太平庄滩、群力外滩等15个滩岛资源,以及中央大街、中华巴洛

克、太阳岛、金河旅游公园、大剧院、江北船厂、长岭湖风景区、沿江雕塑主题公园、索菲亚广场等30余处商业街区、生态景区、红色遗址资源进行整合,以江为中轴串珠成链,设计city walk沿江游线,培育旅游精品项目,通过与文化、娱乐、康养、农业、体育等领域的深度融合,促进欧陆风情、冰雪文化与度假旅游融合发展,打造“旅游+”名片。

二是与周边区县旅游资源联动。突出沿江5区6县生态特色、人文景观、红色历史、资源优势,如抗联露营地、双城四野纪念馆、大顶子山航电枢纽、阿城金龙山国家森林公园、五常凤凰山、宾县香炉山和二龙湖国家湿地公园、巴彦江湾国家湿地公园、依兰倭肯哈达洞穴遗址、木兰金兰公园、通河桦子山、方正得莫利旅游度假区等,打造我市“宝藏小城”县域游线,使游客沿江向周边延伸,在“奔县”路上体验别样的自然风光、乡野风情、金源文化、绿色农产品和特色美食,引领带动区县旅游市场发展。

(三)谋划特色体育赛事,燃起沿江旅游热度

作为两次承办亚冬会的地区和享誉内外的“奥运冠军之城”,在全民健身和“体育+”的背景下,更应抢抓承办2025年亚冬会机遇,努力抓住竞技项目对旅游产业的长尾效应,利用水岸体育赛事项目的热度,与在哈体育院校合作,开发、引进江上冰上赛事,邀请第三方专业机构,负责赛事组织、品牌运营、商业运作。一方面积极引进或承办观赏性强、国际化水平高的职业赛事和商业赛事,另一方面根据资源优势开发、培育本地品牌赛事,催生集赛事、娱乐、休闲、美食于一体的消费新场景,形成叠加效应,吸引媒体进行赛事传播,培养固定的参与、观赛消费群体。

一是开发水岸赛事。在做优“哈尔滨国际马拉松”“中俄皮划艇赛”“端午

职工龙舟赛”“湿地铁人三项赛”“自行车赛”“环岛轮滑赛”等已有赛事活动的同时,学习外地先进经验,向国家争取承办国内帆板、滑水、浆板、水上摩托等赛事。

二是丰富冰上赛事。在做好“哈尔滨国际冬泳赛”的同时,选取受群众欢迎、普及率高的冰壶、短道滑冰、滑雪项目,开发参与度高、趣味性强的冰上龙舟、冰上帆船、雪地拔河、雪地足球、挑战冰车等寒地赛事,邀请省内外团体参与,共享冰雪之乐,集聚沿江旅游人气。

(四)嵌入现代信息技术,增加智慧旅游亮点

发挥数字化手段重塑旅游方式、增强个性体验、提升服务水平的优势,积极引入视觉、沉浸、生成等先进数智技术,设计集主题性、人文性、娱乐性、实用性于一体的场景空间、交互环节,驱动沿江文旅产品和服务创新,进一步提升品牌价值。

一是利用数字化技术创新项目开发和智慧产品供给。借鉴山西平遥古城虚拟现实场景、上海豫园“数字技术+灯彩艺术”、杭州钱塘江两岸灯光秀的先进经验,将5G、超高清、增强现实、虚拟现实、人工智能等技术融入到沿江旅游产品开发中,为游客打造更加多样化、个性化、特色化的旅游项目新模式、新玩法。用光影、数字演艺手段提升《遇见·哈尔滨》等演出品质,增强带入感、氛围感。在主江段通过全息天幕、激光投影、LED智能联动控制技术等光影视觉技术,打造沿岸楼宇、地标建筑联动主题光影秀,将哈尔滨开埠以来重要史实、名人轶事集中呈现,让观众在炫酷的光影秀里感受厚重历史和文化魅力,展现松江独特靓丽夜景。与黑龙江省博物馆、东北烈士纪念馆、哈尔滨第七三一部队罪证陈列馆等展馆合作,通过云技术创建虚拟展馆,让哈尔滨历史在游

客面前“活”起来。打造三维立体沿江游览模式，设置沿江主要景点体验区，通过开发 VR、4D/5D 等数字化体验产品，使游客实现从“看景”到“入景”的飞跃，在充满趣味性、梦幻化的空间切换体验中快速领略沿江风光。

二是运用智能化手段提升智慧服务水平。打造“哈尔滨沿江旅游智慧 APP”，将沿江旅游景点、码头、酒店、餐饮、商店等按区域、类别、等级纳入平台，辅以详细介绍、导航服务，通过大数据分析游客兴趣、偏好，提供个性化、定制化旅游攻略。运用大数据技术采集并实时监测、显示景区客流量，引导游客在线预约预订、分时段游览、及时掌握和调节游玩进度，科学引导分流，提高景区运营效率，帮助游客节省不必要的等候时间。普及沿江电子地图、线路推荐、语音导览，利用智能推荐系统帮助游客基于实时位置和关注点，推荐附近景点、餐饮选择和购物场所，带来便捷、周到、全面的升级服务体验。

（五）激发岸线空间活力，完善服务能力水平

以促进沿江旅游消费升级、满足群众多层次消费需求为目标，完善基础设施建设，提升服务标准和水平，提升游客游览体验，打响沿江旅游品牌。

一是完善配套服务。健全服务网络，优化码头功能，打造集交通集散、游客接待、智慧旅游服务为一体的游客中

心，为游客提供咨询、导览、票务和紧急服务；鼓励开放私人码头和企业专用码头，建成集水上运输、休闲活动、靠泊供给、维护保管等功能兼备的码头服务网络。畅通岸线交通，提高出行和换乘便利性，提升松花江两岸公路、自行车道、游步道、自驾车营地建设水平。完善基础设施，建立观景平台、休闲休憩区域，提供免费 Wi-Fi，加强公共厕所、加油站和维修站等基础设施建设。升级亮化工程，以沿岸建筑小品、码头、游船、桥梁为亮化主体，将阳明滩大桥至松浦大桥作为重点亮化段落，进行整体设计和改造，增加视频与灯光展示内容，呈现松江千面夜游新景观。

二是强化政府监管。发挥旅游联席会议机制作用，构建沿江旅游管理系统，加强综合协调、行业指导和宣传推广。文旅、发改等相关部门、各区县政府，依据《松花江沿江旅游发展专项规划》按职责协同做好相关工作。加强对沿江旅游服务质量的监督和检查，严格市场准入，实行企业备案制度，明确服务标准和责任，建立价格监测机制，设立便捷投诉渠道，鼓励游客参与评价和反馈，维护沿江旅游市场秩序。

三是加大宣传推广。借助广播、电视、报刊等传统媒体和微博、微信、抖音、小红书、快手等新媒体全方位、多渠道开展沿江旅游宣传推广。发挥名人效应，聘请知名人士作为品牌大使，增强

品牌形象，与旅游、文化、美食等领域相关的大 V 或博主合作，提供免费住宿、旅游活动体验，吸引他们参与视频拍摄、游记撰写、推荐景点、文化宣传、美食探访等，集聚粉丝和人气。与旅行社、在线旅游平台合作，推出特定的旅游套餐，增加曝光率。同周边地区联动，开展跨区域联合宣传活动，吸引更广泛的游客群体。注重口碑营销，鼓励游客在社交媒体上分享旅游经历，提供优惠和奖励激励参与者。

（六）统筹发展和安全，推动旅游高质量发展

旅游发展应以新发展理念为引领，以新发展格局为定位，以高质量发展为目标，突出科学、有序和可持续发展路径，不能以牺牲安全为代价。应牢固树立旅游发展与安全并重的思维，把人民群众生命安全放在第一位，重点保障好游客消费安全和企业经营安全。强化绿色发展理念，从生态安全着手，在保护生态资源基础上发展旅游，推进旅游绿色发展。根据旅游市场、景点及游客的实际情况，实施好旅游预约、弹性限流、人身财产安全提示等措施。健全完善旅游景点景区的设备安全管理、应急救援预案和保险等制度，加强安全风险评估、隐患排查、安全知识宣传普及，提升自我救护能力，筑牢旅游安全防护网，守护好安全生命线，确保旅游市场安全，实现我市旅游业高质量发展。





委员当家长爱心汇聚 结对传真情温暖童心

“冰城爱心妈妈”政协委员团队为困境儿童撑起一片天

□市政协全媒体工作室

“关心关爱留守儿童和困境儿童,关乎社会和谐稳定、家庭幸福美满、孩子健康成长,‘爱心妈妈’结对帮扶活动,不仅是政协委员履行社会责任的具体体现,更是践行人民政协为人民理念、服务人民群众的重要举措。”“每一位‘爱心妈妈’要深入了解帮扶对象的生活状况、学习情况和心理需求,用真心去倾听他们的声音,用爱心去温暖他们的心灵,用耐心去引导他们成长。”“关爱留守儿童和困境儿童是一项系统工程,要建立健全协同机制,加强与妇联等相关单位间的沟通协调,形成信息共享、资源互补、力量整合的良好局面……”10月30日,由市政协社会和法制委员会、委员联络工作委员会、市妇女联合会联合举办的“冰城爱心妈妈”政协委员团队启动仪式暨集体结对活动在市政协机关举行,活动中委员们为促进留守困境儿童健康成长踊跃建言、积极献策,此次活动不仅是市政协充分发挥政协优势着力提升民生福祉,为百姓办实事、解难题的重要举措,更是广大政协委员以实际行动关爱帮助留守困境儿童,展现新时代政协委员担当和奉献精神的生动体现。



爱心汇聚当仁不让

17个界别 30位委员争当“爱心妈妈”

“爱心妈妈”结对关爱留守儿童和困境儿童行动,是由全国妇联牵头发起,号召各级妇联组织、妇联执委、妇女干部等参与的一项活动,旨在带动更多社会力量

为留守困境儿童提供关爱服务,让更多“爱心妈妈”结对有需要的孩子,促进儿童健康成长、全面发展。哈尔滨市妇联迅速行动,在全市组织开展了“冰城爱心妈妈”结

对关爱留守困境儿童三年行动。

为强化各方协同,汇聚关爱力量,支持和助力“冰城爱心妈妈”结对关爱留守困境儿童行动,市政协社法委组织妇联界别,会

同委员联络委，面向各界别女委员发出倡议：积极投身“冰城爱心妈妈”招募活动，结对关爱留守困境儿童，全力打造“冰城爱心妈妈”政协委员团队。招募发起，爱心汇聚，委员们踊跃报名，17个界别的30位委员成为首批委员“爱心妈妈”，展

现了市政协委员的爱心与担当。

现场，30位政协委员“爱心妈妈”与30位留守困境儿童相见。他们互动问答，交换爱心卡增进了解，委员妈妈们还为孩子们赠送了图书、御寒衣服、玩具等见面礼，进一步拉近了彼此的距离、增进了情感。

孩子们从“爱心妈妈”手中接过心仪的礼物，脸上绽开了花朵般的笑容。参加活动的市公安局、市检察院、市人民法院、市司法局和北京大成哈尔滨律师事务所的相关负责同志，作为“冰城爱心妈妈”活动后援团代表共同见证了这一温暖时刻。



发挥政协组织优势

展现政协委员时代风采和社会担当

启动仪式上，市妇联对担任“冰城爱心妈妈”政协委员们表示感谢，对“冰城爱心妈妈”政协委员团队的运作提出殷切期盼：“集体对接活动只是一个开始，希望大家携手共进，汇聚关爱力量，推进关爱服务工作精准化、规范化、机制化，带动全社会关爱儿童的爱心更浓、帮扶更实。”

政协委员“爱心妈妈”代表激情

发言，表示非常荣幸成为“爱心妈妈”的一员，今后将会把他们当作自己孩子一样去关心关爱，呵护孩子们的每一步，尽自己最大努力，为儿童提供帮助和支持，从点点滴滴做起，帮助解决孩子学习、生活及思想上遇到的困难和问题，让孩子们真正地感受到心有人爱、身有人护、难有人帮，在爱的温情和温暖中快乐学习、健康成长。同时，要广

泛动员社会各界力量参与“爱心妈妈”行动，用爱心点燃希望，用真情传递温暖，形成全社会共同关爱留守儿童和困境儿童的强大合力，为他们的健康成长营造更加良好的社会环境。

据市妇联工作人员介绍，“爱心妈妈”结对关爱的对象是在生活、学习、身心健康等方面存在特殊困难的留守儿童、散居孤儿和事实无人





抚养儿童等各类困境儿童。政协委员在担任“爱心妈妈”期间,要对留守、困境儿童开展思想道德教育和健康安全教育,帮助孩子提高思想道德素质、文明素养和法治素养,引导孩子树立正确的世界观、人生观和价值观;为结对儿童提供生活照料、学习辅导、关爱陪伴,关注留守困境儿童的思想动态和情感表现,

并有针对性地开展人际调适、精神慰藉、心理疏导、人格健康成长等关爱服务;对孩子们进行生活帮扶,开展入户看望、临时救助等服务,并链接资源,为有意愿的留守困境儿童成才发展提供教育资助,让留守困境儿童在关爱中增强能力、开拓视野、培养兴趣、融入社会,成为社会有用之才。

为了切实保障孩子们的合法权益和心理健康,市政协充分发挥联系广泛、智力密集的优势,与市公安局、市检察院、市人民法院、市司法局、公益律师、社会学者、心理学家等通力合作,共同打造政协委员“爱心妈妈”后援团队,为“爱心妈妈”活动保驾护航,提供高质量专业服务。



探索全新履职方式 搭建协商平台开启“服务为民”新模式

近年来,市政协十分重视少年儿童关爱成长工作,多次组织界别委员围绕“促进青少年健康成长”“不良少年教育引导”等课题开展调研,在调研中发现,留守儿童和困境儿童群体是产生不良少年的“易感人群”,他们的物质兜底保障得到了各级政府和社会相关方面的重视,但是精神层面的关心关爱却相对不足。针对这一问题,市政协社法委集思广益、集智汇智,为加强留守困境儿童帮扶、强化不良少年教育引导积极建言献策。

市政协工作人员表示,启动仪式后,市政协将搭建“爱心妈妈政协委员团队”协商平台,聚焦“爱心妈妈”结对活动开展调研、视察,组织政协委员深入结对家庭,切实了解活动的开展情况,整理汇总各方意



见建议,撰写提案或社情民意信息,助推“爱心妈妈”活动持续开展。“爱心妈妈”政协委员团队也将对留守困境儿童作为调研案例进行分析研究,并汇总团队数据,从中找出规律性问题和破解方案,向党委、政府提出有针对性和可操作性的意见建议,切实从根本上帮助留守困境儿童。同时,总结“爱心妈妈”行动的好

经验和好做法,宣传优秀“爱心妈妈”和典型案例,激发广大爱心人士的参与热情,将有爱心、有意愿、有能力的社会各界人士汇聚起来,就近就便为留守儿童和困境儿童提供有针对性的关爱服务,为留守儿童和困境儿童健康成长贡献政协智慧和力量。

(市政协全媒体工作室)

文史启童心 点燃奋进梦

“冰城爱心妈妈”政协委员团队结对儿童参观哈尔滨政协文史馆

“他们是坐了那么久的船从香港来参加会议的呀！”“跟着明信片参观，真有意思！”“亲自体验敬器真是太棒了！”……10月30日，参加“冰城爱心妈妈”政协委员团队启动仪式暨集体对接活动的30名留守困境儿童，在与爱心妈妈成功结对后，参观了哈尔滨政协文史馆。生动的讲解、翔实的史料、有趣的互动，让孩子们获益匪浅。

步入哈尔滨政协文史馆，孩子

们首先就得到了一份非常有纪念意义的礼物——哈尔滨政协文史馆明信片。随后，大家在讲解员的带领下，参观了“新政协筹备与协商建国”“哈尔滨政协发展历程”“中华优秀传统文化与协商民主”等展区。孩子们手持明信片在馆内“打卡”，积极举手回答讲解员的提问，并不时发出“竟然如此”的感叹。馆内精心布置的图片展板、文字简介、历史实物、艺术展陈以及视听资料，让他们了解了哈尔滨筹

备新政协和协商建国的重大历史事件，知道了人民政协在中国共产党的领导下团结带领民主党派和社会各族各界人士风雨同舟、共同奋斗的历史功绩，也感受到了那段艰苦卓绝而又光辉灿烂的岁月。在全国首创的“中华优秀传统文化与协商民主”展区，孩子们更是沉浸式体验了类似沙漏计时器的敬器，踊跃体验敬器的工作过程，验证了敬器背后的科学原理。

(市政协全媒体工作室)



市政协农工党界别调研我市低空经济发展情况

11月8日,市政协副主席、农工党市委主委刘柏辉带领农工党界别调研组,赴党员企业哈尔滨神州精英科技开发有限公司,就推动我市低空经济发展开展调研,并召开座谈会。农工党市委专委会专职副主委、界别委员孙洪霞、秘书长宋丹华参加调研。

哈尔滨神州精英科技开发有限公司是专注于数字智能应用系统开发、集成与运维的高科技创新型企。公司聚焦以农业新质生产力高质量发展为核心的智慧农业数字技术创新应用,专注“数字中台技术赋能”“数字孪生应用系统开发”“智能决策系统实施”“地理信息系统数据支撑”“智慧物联系统应用”“智能感知设备开发”“信息系统安全防范”与“信息新基础设施技术服务”等方

向的产品研发与推广。

调研组一行实地参观了公司无人机科普长廊、无人机飞行培训室、无人机足球比赛场、智慧农业模拟工作室和无人机模型展厅,听取了公司的发展情况介绍,详细了解了无人机在智慧农业、应急救援、环境监测等方面的应用情况,对神州精英科技公司在无人机应用场景方面技术创新和取得的成果给予充分肯定。刘柏辉指出,低空经济是新质生产力的典型代表,更是培育发展新动能的重要方向。《哈尔滨市低空经济高质量发展实施方案(2024-2027年)》出台,为哈尔滨市低



空经济高质量发展明确了目标和路径。“神州精英”要抢抓机遇,紧密结合省、市发展实际,发挥企业优势,扩大应用场景,为地方经济社会发展贡献力量。农工党市委要充分发挥参政议政的职能作用,通过务实管用意见建议助力优化营商环境和服务企业发展。

(农工党哈尔滨市委)

市政协社法委举办“民法典与老年人权益保护”普法专题讲座



10月18日,市政协社会和法制委员会联合总工会界别和社会保障与社会福利界别,与市社会科学联合会、哈尔滨老年大学、兴业银行哈尔滨分行携手合作,举办“民法典与老年人权益保

护”专题讲座,特邀黑龙江太一律师事务所专职律师郑晓欣作专题辅导。市政协社法委主任闫生、哈尔滨老年大学校长宋子民出席讲座。140余名老年学员聆听讲座。

现场,郑晓欣律师理论结合实际,用通俗易懂的语言,以案说法、以案释法,深入浅出地讲解了民法典的基本原则、老年人诈骗风险防范、遗产继承和赠与风险等内容,并着重介绍了老年权益保障法的相关规定,包括老年

人的基本权利、家庭赡养与扶养、社会保障、社会参与、受教育权利、信息安全、反诈知识、参与社会发展等方面的内容,并与老年学员互动交流,解答老年人日常生活中遇到的法律问题。

参与讲座的老年学员们表示,通过此次讲座,掌握了许多实用的法律知识,自身的法治意识和防骗思维都得到了提升,今后要自觉加强法律知识学习,不存侥幸心理,不给诈骗分子可乘之机,并积极运用法律武器依法维护自身合法权益。

(市政协全媒体工作室)

市政协民宗委组织界别委员围绕“改善人居环境,提升城市功能品质”开展专题调研

10月19日,市政协民族宗教港澳台侨和外事委员会组织少数民族界别、宗教界别、台联界别委员,围绕“改善人居环境,提升城市功能品质”赴松北区开展专题调研。

委员们实地踏查了松北区玫瑰湾智园项目,深入了解项目规划、建设进展、配套设施、房屋质量、物业服务、绿化景观设计等情况,并召开座谈会,学习贯彻习近平总书记在庆祝中国人民政治协商会议成立75周年大会上的重要讲话精神,就强化生态环保治理、优化产品供给、完善配套服务、提升城市空间品质、引导绿

色消费和低碳生活等方面进行了深入的交流和探讨,并提出意见建议。

委员们认为,改善人居环境是民生工程,也是系统工程,对提升城市功能品质、改善投资发展环境具有重要意义。应科学规划,坚持更新改造和传承保护相结合,将绿色低碳发展理念贯穿城乡人居环境建设全过程。城市公共设施要做好人性化设计,因地制宜推进城市精细化管理,整体提升城市空间品质和文化魅力。优化住房产品供给,打造舒适宜



居的百姓生活空间,倡导形成绿色生活方式,不断增强人民群众的安全感、获得感、幸福感,全力助推“宜居幸福之都”建设。

(市政协全媒体工作室)

市政协文史委履职党总支联合文化艺术界别和市政协书画院举办书画进校园活动



为加强学校美育工作,提高学生艺术素养,10月29日,市政协文化文史和学习委员会履职党总支联合文化艺术界别、市政协书画院,赴南岗区清滨

小学开展书画进校园活动。

委员们首先为学生们上了一堂绘画基础公益课,细心讲述中国绘画的发展和演变,并通过现场演示、互动体验等方式,给学生们传授了用笔、指法、勾描、用色等中国画传统技艺。随后,在委员们的指导下,学生们积极创作,将自己丰富的想象力和独特的创意转化为一幅幅精彩的中国画作品。

此次书画进校园活动为师生们创

造了亲近书画艺术、感受书画艺术魅力的机会,不仅丰富了校园文化生活,弘扬了中华优秀传统文化、更提高了师生们的艺术修养,在他们的心中种下了一颗热爱艺术的种子。

委员们认为,美育能够帮助青少年建立正确的审美观和价值观,提升他们的审美能力和创造力,今后将继续发挥自身专业优势和资源优势,让更多的书画名家走进校园,助力学校美育工作开展,助推新时代学校美育高质量发展。

(市政协文化文史和学习委员会)

松北区政协

开展助力城乡环境综合整治活动

为深入贯彻落实松北区委关于全区城乡环境综合整治的工作要求,近日,松北区政协组织委员开展“打造宜居家园 共筑美好生活”助力城乡环境综合整治活动。松北区政协主席张太功、副主席张端阳、秘书长田文彬、各委办主任以及部分委员参加活动。

政协委员身着红马甲,深入凯利汽车广场、融创中园小区内部路、新区公园等重点区域进行环境卫生整治,对周边道路沿线、商家店铺门前卫生死角集中清理,发现问题现场提出改进意

见。引导商户和居民以强烈的责任感,自觉参与城市环境治理,为建设美丽宜居家园做出贡献。

下一步,松北区政协以界别活动站、社区联络站和委员工作站为依托,倡导委员积极主动参与环境综合整治,努力当好文明环境理念的传播者、示范者和守护者。充分发挥委员监督作用,利用“随手拍”等形式将发现的环境问题及时反馈给相关部门单位。同时搜集环境综合整治方面的社情民意信息,针对发现的环境问题,提出合理化意见建议,为区委、区政府提供决策参考。

尚志市政协

开展“大干 50 天、盛迎亚冬会” 环境提升攻坚行动专题视察

10月16日,尚志市政协组织开展“大干50天、盛迎亚冬会”环境提升攻坚行动专题视察。市政协主席张兴国,副主席张君、郭文锐、蒋兵参加视察活动。

视察组先后深入亚布力镇国光村、青山村及苇河镇化一村、一面坡镇镇北村,着重围绕环境卫生整治、村庄日常保洁、和美乡村建设等方面,详细了解农村人居环境综合整治成效及长效管护措施落实情况,并听取各乡镇、村相关负责人工作汇报。

视察组来到市区步行街、解放路北一道街新建工程项目、水体提升工程及红光小区,实地视察了周边配套基础设施建设、环境日常保洁及小区维护管理情况,就城市面貌、小区环境、物业管理等

方面提出意见建议。

委员们认为,通过视察直观地感受到环境提升攻坚行动给全市人居环境带来的巨大变化,交通出行更加通畅,物品堆放规范有序,雨污分流“各行其道”,老旧小区重焕新颜。“房前净,屋后净,道路净,渠沟净”的美好环境,让人民群众实实在在地感受到了身边的新变化,获得感和幸福感大大提升。

接下来,尚志市政协将继续关心关注人居环境整治工作,争做环境整治的积极参与者和尚志形象的宣传代言人,树立“当好东道主”的主人翁意识,以实际行动助力第九届亚洲冬季运动会雪上赛事在我市亚布力滑雪场举办,为亚冬会胜利召开作出政协贡献。

巴彦县政协

深入基层调研推动政协工作创新发展

12月20日,巴彦县政协主席李彦国深入全县18个乡镇,围绕基层政协创新性工作进行走访调研,就政协工作向基层延伸、发挥乡镇政协工委职能、探索创新开展政协工作等方面召开座谈会。各乡镇党委书记、副书记和政协委员参加了此次调研活动。

调研期间,各乡镇党委副书记(乡镇政协工委主任)详细介绍了一年来乡镇政协工委围绕全县党政中心工作和乡镇重点工作,在开展政协协商工作延伸、视察调研、提案撰写和社情民意信息等方面工作进展情况,取得的成绩以及下一步工作思路和具体安排。调研组还针对提案撰写工作进

行了现场指导。

会议指出,乡镇政协工委是深化协商民主向基层延伸的有效形式。要紧紧围绕县委、县政府、属地党委政府的中心工作,积极发挥好乡镇政协工委在政治协商、民主监督、参政议政中的职能作用,为党委政府当好参谋助手。要增强提案工作的质量意识、超前意识,努力撰写精品提案,发挥提案履职的重要作用。要加大《巴彦政协》公众号的宣传推广力度,广泛开展社会各界交流,不断提高政协工作的深度和广度。要深入基层调查研究,积极倾听民声、反映民意、汇聚民智,为推动乡镇经济社会高质量发展建真言献良策。

延寿县政协

举办政协委员能力提升培训班

10月15日,延寿县政协举办政协委员能力提升培训班,县政协主席马文峰、副主席马超、张志新及全县政协委员150余人参加培训班。

培训班邀请哈尔滨市政协研究室信息宣传处处长张凤翔、市政协提案委办公室主任王雨和延寿县委党校教师围绕《积极反映社情民意不断提升信息工作质量》《新时代人民政协提案工作》《党的二十届三中全会精神》等主题进行专题讲座。

马文峰指出,举办本次培训班,既是学习贯彻落实党的二十届三中全会精神的一项重要举措,也是加强委员履职能力建设的一项重要内容,要充分认识到学习培训的重要性和必要性,把学习成

果转化为履职尽责的强大动力。要围绕全县经济社会发展的全局性、战略性和前瞻性问题,深入调查研究,摸实情、找短板、谋对策,让新提案、新建议成为创新突破的新举措。

马文峰强调,要进一步强化委员使命担当,认真学习、深刻领会习近平总书记关于加强和改进人民政协工作的重要思想,学习掌握新时代政协委员履职的基本知识及工作方法。积极探索民主协商的新途径,围绕县委、县政府重要决策部署的执行落实情况、老百姓的急难愁盼、社会的堵点痛点等问题,综合运用专项监督、专题视察、提案建议、社情民意信息等多种形式开展民主监督,真正把民主监督转化为推动经济发展实效。

勇于担当主动作为 做汇民智解民忧促发展的桥梁纽带

□高群

习近平总书记在中央政协工作会议暨庆祝人民政协成立75周年大会上的重要讲话中指出，政协委员要发挥桥梁纽带作用，在界别群众中多做雪中送炭、扶贫济困的工作，多做春风化雨、解疑释惑的工作，多做理顺情绪、化解矛盾的工作，为政协委员履职尽责指明了方向。

作为一名政协委员，我深感有责任、有义务做好这项工作，从本届政协以来，按照孙坤主席提出的推动界别工作实起来、活起来、强起来的要求，在经济委的带领下，我充分发挥经济界别的优势，联动呼兰区政协、呼兰区新联会，深入基层、走近群众，聚焦倾听百姓声音、服务群众需求、加强思想政治引领等，主要做了以下几方面工作：

一是积极投身公益事业，开展扶贫济困活动。作为一名企业家，我始终把关爱困难群体作为自己的社会责任，借助委员工作站这个平台，发动身边的政协委员、新联会会员和企业家一同参与到访贫问苦的活动中来，协助政府做好帮扶工作。聚焦“老有所养、幼有所育”，把公益活动的重心始终放在做好“一老一小”的服务上，呼兰区东直小区百岁老人周淑芹无儿无女，生活困难，为了给予她更好的关照，我定期带领企业员工去她家中，为老人送去生活用品，帮助老人打扫卫生、修理家电、准备餐食，让老人感受



到政府的温暖。去年11月，当我得知呼兰区石山镇有几位退伍军人生活困难的情况后，立刻组织大家筹集生活物资和慰问金送到几位退伍军人家中，详细询问他们的身体状况和生活情况，感谢他们为党和国家做出的贡献。关爱儿童就是守护民族的未来，我与区政协、区新联会携手将呼兰区幼儿园第二分园作为公益行联系点，定期为幼儿园的孩子们送去益智玩具和绿色食品，当得知利民街道9岁儿童梁嘉轩无人抚养时，我与大家商量，将其作为重点帮扶对象，轮流看望、照顾孩子，并提供生活用品和慰问金，鼓励孩子将来成为对国家和社会有用的人。同时，我还多次组织社会力量进社区、进学校、进企业，开展文化展演、走访慰问、便民义诊等活动，拓展履职为民形式，密切政协与百姓的沟通，丰富基层百姓精神文化生活，帮助百姓树立健康理念，带去政府的关怀，提升百姓的幸福感和获得感。

二是努力服务经济发展，开展政企企对接活动。作为委员企业家，不

仅要发展好自己的企业，更要在经济发展中发挥带头作用，突出自身优势，促进营商环境持续优化，汇聚起拼经济搞建设抓发展的强大合力。为贯彻落实好《黑龙江省民营经济发展促进条例》，推动民营经济高质量发展，我联合呼兰区新联会组织部分民营企业负责人到哈尔滨仲裁委员会开展“民营企业走进仲裁”活动，详细了解哈尔滨仲裁文化建设情况、仲裁案件办理流程、仲裁便民服务措施，并召开交流座谈会，帮助民营企业提高预防、化解经济纠纷能力。为落实好市政府关于巩固拓展脱贫攻坚成果同乡村振兴有效衔接的工作部署，我联系了东北农业大学，将寒地浆果产业技术向农民推广，协调森莓园公司为呼兰区双井乡护路村捐赠了3000棵蓝莓果树苗，帮助农民拓展增收致富的路径，为推动乡村振兴贡献一份力量。

三是加强思想政治引领，开展红色教育活动。发挥政协“重要阵地”“重要平台”“重要渠道”作用，用党的创新理论团结教育引导各族各界人士，是政协思想政治引领的核心要义。为了做好这项工作，我多次组织界别群众开展党的理论学习，并先后到党史馆、黑龙江三五国防文化博物馆、东北民主联军纪念馆等红色教育基地开展主题活动，将党的声音和党的创新理论向界别群众宣讲，引领大家牢记革命历史，赓续红色基因，进一步激发爱国

主义情怀,坚定理想信念,筑牢共同团结奋斗的思想政治基础,自觉做爱国敬业、守法经营、创业创新、回报社会的表率。

四是积极反应社情民意,为百姓发声解决困难。百姓的关注点就是委员的履职切入点,解决百姓的急难愁盼就是政协委员的履职目标。在日常与界别群众的接触过程中,我注重倾听意见,收集建言素材,力求做到建议准确及时、体现民之所盼。当我发现群

众对道里区滇池东路至丽江路断头路问题反映强烈时,我多次到现场踏查,准确掌握实际情况和存在问题,撰写了《关于打通道里区滇池东路至丽江路断头路的建议》,并通过政协与相关部门反映,引起相关部门的高度重视。目前,该路段打通工程已进入招标阶段,未来将有效解决周边百姓的出行难题。同时,我还提出了《加强住宅小区内违法违规治理》《关于治理交通拥堵改善营商环境的建议》等多个意见建

议,均得到了相关部门的关注和采纳。

今后,我将主动对标新时代人民政协工作的新使命、新要求,不断强化政治素养,以更高站位坚定政治方向;强化实干担当,以更高成效服务发展大局;强化界别特色,以更高水平发挥界别作用,切实扛起政协委员的使命担当,以实干实为、实绩实效展现新时代政协委员风采、做出应有贡献。

(高群:市政协委员、黑龙江圣业锦成建设集团有限公司董事长)

当好界别群众贴心人 架起服务群众连心桥

□盛国滨

今年是中国人民政治协商会议成立 75 周年。人民政协在中国共产党的正确领导下,积极投身建立新中国、建设新中国、探索改革路、实现中国梦的伟大实践,走过了辉煌的历程,建立了历史功勋。作为一名市政协委员,我既感到无比自豪,也深知责任重大。20 多年来,我努力在事业和公益的双重战线上践行初心使命,创办了哈尔滨永恒彩色印刷有限公司,也积极推动残疾人就业和社会福利事业的发展,截至目前,累计服务残疾人超过 3000 人次。政协委员的社会责任感让我始终以饱满的热情和严谨的态度,去走好服务群众的“最后一公里”,为国履职、为民尽责是不变的追求。

一、深入基层 倾听民声。作为一名政协委员,只有深入基层,才能真正了解群众的需求和期望。为此,我经常



利用业余时间,走访各个社区、企业和农村,与群众面对面交流,倾听他们的心声。在走访过程中,我不仅仔细记录群众的意见和建议,还积极为他们解答政策疑问,提供法律咨询。通过这些活动,不仅赢得了群众的信任和支持,还为政府决策提供了宝贵的参考意见。

二、关注民生 解决实际问题。在工作和生活中,我始终将民生问题放在心上,积极为群众解决实际困难。在了解到社区居民反映的供暖问题后,

便立即组织相关人员进行调查,并协调相关部门尽快解决。在大家的共同努力下,该社区的供暖问题得到了妥善解决,居民们纷纷表示感谢。此外,我还持续关注教育、医疗、就业等领域的问题,通过提案、建议等方式,推动相关政策的完善和落实,换届以来共撰写社情民意信息 20 余篇。

三、发挥专业优势 服务界别群众。作为经济界别委员,为了给界别群众提供有针对性的服务,我充分发挥自己的专业优势,为企业提供政策解读、市场分析等服务。同时,还积极参与招商引资工作,为地方经济发展贡献力量。为支持哈尔滨市印刷出版产业园发展,投资 3000 余万元在东兴路建设近万平方米的现代化厂房,并凭借先进的印刷设备和科学的管理理念,以优质的服务和精良的品质为哈

委员故事

尔滨市的印刷出版产业园区的蓬勃发展注入了新的动力,也为黑龙江省地方经济发展和社会稳定作出了突出贡献。公司先后荣获黑龙江省优秀印刷企业、哈尔滨市文化和新闻出版局的诚信企业、哈尔滨市市场监督管理局的诚信经营示范店(企业),以及黑龙江省残疾人福利基金会授予的安置残疾人就业先进单位和黑龙江省残疾人联合会授予的公益助残爱心单位等荣誉称号。此外,我还自发筹备捐建了民建市委思想政治教育基地,基地以会史展示为载体、以创始人之一黄炎培先生的雕像和“窑洞对”等黄炎培参与的历史事件为重点,强化思想政治引领,面向社会各界宣传党的统一战线政策,教育引导广大界别群众发扬“五个坚持”的优良传统,继承先贤的崇高精神,不断提升履职质效,为哈尔滨市高质量发展献计出力。

四、弘扬正能量,传递社会温暖。

“公益不仅是一种善举,更是一份沉甸甸的责任,是对人类命运共同体的认同与承担”。在生活中我积极弘扬正能量,经常组织和参加各种公益活动,为弱势群体提供帮助,传递社会温暖。在疫情防控期间,主动请缨参与社区志愿服务,为居民测量体温、宣传防疫知识,积极捐款捐物,支持疫情防控工作。自2001年起,我便积极帮助残障人士再就业,多年来,共计雇用和转介残障人士超过200名。2011年11月,向哈尔滨市六所小学的三千余名农民工及残障人士子女捐赠了价值近12万元的学习用品。在汶川地震救援和家乡绿化等公益活动中也积极捐款捐物,累计捐赠金额超过20万元。2019年,与新华书店携手合作,向南岗区残疾人联合会捐赠了价值39万元的图书,为残障人士送去了知识的力量。2022年,承接了“蒲公英”方正镇社会工作服务站省级试

点建设项目,并承担了香坊区、道里区、方正县等10余家社会工作服务站的建设任务。带领团队为重点人群提供精准服务达440人次,累计开展个案工作3200小时,组织小组活动360节,吸引4620人次参与社区活动,并成功培育了55支志愿者队伍、社区互益组织和公益组织,为社会提供了实质性的帮助与支持。2024年,与通达街道西大桥社区联合开展“捐赠爱心树苗,共创美好家园”活动,捐赠160棵树苗。

忧国忧民、荣辱与共是真情所系,利国利民、建言资政是职责所在。未来我将继续用实际行动践行一名政协委员的初心使命,发挥自身专业性优势,开展更多有意义、多元化、深层次的社会服务活动,用责任与成效回报家乡、回报人民,展现新时代政协委员的良好形象。

(盛国滨:市政协委员)

绿意盈心 政协路上的生态足迹

□李 晔

绿韵初启——责任与梦想的双重奏

2023年8月15日,阳光透过哈尔滨初秋的薄雾,温柔地洒在哈尔滨环保技术咨询推广中心的门前。这一天是市政协民建界别“李晔政协委员工作站”正式挂牌成立的日子。随着红绸缓缓落下,露出那镌刻着荣誉与责任的牌匾,那一刻,我仿佛置身于春天



的田野,眼前的一切都充满了生机与希望。但与此同时,我也清楚地意识

到,这块牌子的重量远非寻常,它承载的是对界别群众的深情承诺,是对环境保护事业的坚定信念。凝视着那块熠熠生辉的牌子,心中涌动着难以言喻的憧憬和自豪。我从未想过,自己能够有幸成为政协这个大家庭中的一员,更未曾料到,我们在政协的每一次履职,都会化作哈尔滨这座城市发展史上的一抹抹绿色印记,为这座城市增添无限生机与活力。



绿意蔓延——提案中的环保情怀

作为一名在环保领域深耕多年的工作者，我的提案总是与那片让我魂牵梦绕的绿色息息相关。其中《关于对建筑固废进行分类回收利用的建议》旨在通过强化污染防治建章立制，从根本上解决建筑垃圾随意丢弃的问题，该文得到了《直讯》的采用；《关于沿江地区提升改造的建议》不仅提出了统筹建设一体化沿江公园带的构想，还建议增加休息设施、优化步行道布局等具体措施。政府响应我们的呼吁投入大量人力物力对沿江地区进行全面提升改造，如今松花江畔曾经的瑕疵已经消失不见，取而代之的是一条条宽敞整洁的慢行道和自行车道，以及一个个温馨舒适的休息座椅；为解决哈尔滨市黑臭水体整治工作存在的问题，我积极参与到“三沟一河”生态环境综合整治的民主监督中来，提出了从污水处理入手彻底解决水体黑臭问题，同时加强沿岸绿色生态廊道建设提升生态环境质量等建议。如今松花江畔那些曾令人掩鼻而过的黑臭水体已经不复存在，取而代之的是一江碧水清澈见底，两岸绿树成荫鸟语花香。我还曾就老城区的雨污分流改造问题提出过建议，旨在控制溢流污染，改善城市水环境。这份提案在市政协十四届第七次常委会上得到了采纳。此外，我还就强化职业教育人才培养提出了建议，并获得了省政协的认

可。关于提升土壤质量、提高耕地安全利用率的建议还荣获了黑龙江省人民建议办的奖项。

每一次提案的提交，都是我对环保事业的一份热爱与执着。而每一次提案的成功落地或被采纳，都是对我工作的最好肯定。我将继续怀揣着这份环保情怀，为守护我们的绿水青山贡献自己的力量。

绿链联动——搭建与界别群众的连心桥

因“绿”结缘我的工作触角逐渐延伸至更广阔的领域，秉承着“人民政协为人民”的宗旨，担任民建香坊区基层委主委以来，我深入开展联系服务界别群众工作，参加支部及专委会活动20余次，取得了显著成效。为拓展龙江学子就业渠道，开展就业季暖心助航青年学子筑梦龙江活动，走进香坊区汽轮机厂，让学生们与一线职工零距离交流，为他们搭建一个展现自我、规划职业生涯的舞台，也为企业发掘和培养人才提供了选择的机会；组织会员开展情暖特校活动，赴哈尔滨市启迪学校与孩子们互动交流，捐赠千余套文具用品，以微薄之力为孩子们带去快乐和希望，让特殊教育学校的师生们感受到社会的温暖；为庆祝“三八”国际妇女节，在新华书店举办“书香玫瑰阅美民建”活动，50余名女会员齐聚一堂，共同分享交流读书心得、人生体悟，汲取新时代女性前进力量。未来，我也将努力把委员个体的“点”

和全社会的“面”贯通起来，不断拓宽联系服务界别群众渠道，扩大同心圆、增强向心力，更好的推进政协协商向基层延伸。

绿满政协——生态之路的行者无疆

去年我有幸参加了2023年（第八届）绿色消费与绿色营销专题研讨会，共同探讨绿色消费与绿色营销的新形势、新挑战和新未来。各位学者、专家及企业家们的精彩分享无疑为绿色消费及绿色营销注入了新的动力，为绿色发展提供了新的思考路径。这些宝贵的经验和知识，也将成为我未来在政协工作中推动绿色发展的重要支撑。

回顾在政协工作的点点滴滴，我深感荣幸与自豪。绿色不仅是我心中最亮丽的底色，也是我履职过程中永恒的主题。从生态文明建设的参与者到污染防治攻坚战的见证者，我用自己的实际行动诠释了政协委员的责任与担当。

展望未来，我将继续以绿色为引领，多思考、多实践、多体验，为政协事业贡献更多的绿色力量。只要我们每个人都能够秉持着对绿色的热爱与追求，就一定能够共同绘制出一幅幅美丽的生态画卷，让政协之路因绿而美、因绿而强。同时，我也期待着在未来的日子里能够与更多的政协委员和社会各界人士携手共进，共同守护好我们这片美丽的家园，让哈尔滨的明天更加灿烂辉煌！

（李晔：市政协委员）



政协章程是怎样制定和修订的？

1954年，第一届全国人民代表大会第一次会议召开，代行全国人民代表大会职权的代表制的政协

全体会议不复存在，保留下来的委员会制的全国政协是由各民主党派、各人民团体为基础组成的人民民主统一战线的组织，为了避免同国家权力机关所通过的具有强制性的法律效力的“法”相混淆，1954年全国政协二届一次会议决定废止政协组织法，如同党派和人民团体的组织规章一样，另行起草中国人民政治协商会议章程。首部章程设总纲和组织总则、全国委员会、地方委员会三章。1978年全国政协五届一次会议对章程做过修订，增加了第二章工作总则。由于这部章程沿

袭了“文化大革命”的错误理论和提法，1982年12月全国政协五届五次会议再次对政协章程进行修订。这次会议通过的政协章程，由总纲和工作总则、组织总则、全国委员会、地方委员会、附则共五章组成。为了尊重1982年章程作为现行政协章程的地位。1994、2000年、2004年、2018年作过四次部分条款的修订。其中2018年全国政协第十三届一次会议修订的章程，由总纲和工作总则、组织总则、委员、全国委员会、地方委员会、会徽共六章组成，共计63条。



《中国人民政治协商会议章程》规定：中国人民政治协商会议会徽中，一颗五角星表示中国共产党领导；齿轮和麦穗表示以工农联盟为基础；四面红旗和缎带表示各党派、各团体、各民族、各阶层的大团

结大联合；中国地图和地球表示全国人民包括香港特别行政区同胞、澳门特别行政区同胞、台湾同胞和海外侨胞的团结；“1949”和“中国人民政治协商会议”分别为诞生时间、名称。

人民政协会徽的含义是什么？



人民政协有哪些界别？

政协章程规定：中国人民政治协商会议全国委员会由中国共产党、各民主党派、无党派人士、人民团体、各少数民族和各界的代表，香港特别行政区同胞、澳门特别行政区同胞、台湾同胞和归国侨胞的

代表以及特别邀请的人士组成，设若干界别。中国人民政治协商会议地方委员会的组成，根据当地情况，参照全国委员会的组成决定。按照政协章程的规定，政协第十三届全国委员会共设34个界别。它们是：中国共产党、中国国民党革命委员会、中国民主同盟、中国民主建国会、中国民主促进会、中国农工民主党、中国致公党、九三学社、台湾民主自治同盟、无党派人士、中国共产主义青年团、中华全国总工会、中华全国妇女联合会、中华全国青年联合会、中华全国工

商业联合会、科学技术协会、中华全国台湾同胞联谊会、中华全国归国华侨联合会、文化艺术界、科学技术界、社会科学界、经济界、农业界、教育界、体育界、新闻出版界、医药卫生界、对外友好界、社会福利和社会保障界、少数民族界、宗教界、特邀香港人士、特邀澳门人士和特别邀请人士。

地方政协的组成根据当地情况，参照全国政协的组成决定，但一般规模要小一些，参加单位也少一些，主要反映当地社会各界构成的特点。

新时代人民政协的 指导思想和共同政治 基础是什么？

《中国人民政治协商会议章程》规定：中国人民政治协商会议要在马克思列宁主义、毛泽东思想、邓小平理论、“三个代表”重要思想、科学发展观、习近平新时代中国特色社会主义思想指引下，高举爱国主义、社会主义旗帜，坚定中国特色社会主义道路自信、理论自信、制度自信、文化自信、坚持大团结大联合，坚持一致性和多样性统一，在热爱中华人民共和国、拥护中国共产党的领导、拥护社会主义事业、共同致力于实现中华民族

伟大复兴中国梦的政治基础上，进一步巩固和发展爱国统一战线，调动一切积极因素、团结一切可能团结的人，找到最大公约数，画出最大同心圆，同心同德，群策群力，按照中国特色社会主义事业“五位一体”总体布局和“四个全面”战略布局，维护和发展安定团结的政治局面，不断促进社会主义物质文明、政治文明、精神文明、社会文明、生态文明的协调发展、为实现“两个一百年”奋斗目标、实现中华民族伟大复兴的中国梦而奋斗。

人民政协的主要职能是政治协商、民主监督、参政议政。它有一个逐步明确和拓展的过程。1949年制定实施的人民政协组织法中就规定，政协全国委员会的职权之一是协商并提出对中央人民政府的建议案；强调地方委员会为该地方各民主党派及人民团体的协商并保证实行决议的机关。1954年制定的政协章程规定：“中国人民政治协商会议全国委员会根据中国人民政治协商会议章程的总纲，就有关国家政治生活和人民民主统一战线的重要事项，进行协商和工作。”政协地方委员会“协商和进行地方的人民民主统一战线工作”。民主监督职能源于20世纪50年代毛泽东提出的中国共产党与各民主党派之间的互相监督，以及各级政协接受和反映人民群众的意见、对政府提出建议和批评的实践。1982年全国政协五届五次会议通过的政协章程规定：人民政协

“对国家大政方针和群众生活的重要问题进行政治协商，并通过建议和批评发挥民主监督作用。”1994年修订的政协章程规定：“中国人民政治协商会议的主要职能是政治协商和民主监督，组织参加本会的各党派、团体和各族各界人士参政议政。”2004年

修订的政协章程规定：“中国人民政治协商会议全国委员会和地方委员会的主要职能是政治协商、民主监督、参政议政。”2018年修订的政协章程进一步明确规定：“政治协商是对国家大政方针和地方重要举措以及经济建设、政治建设、文化建设、社会建设、生态文明建设中的重要问题，在决策之前和决策实施之中进行协商。中国人民政治协商会议全国委员会和地方委员会可根据中国共产党、人民代表大会常务委员会、人民政府、民主党派、人民团体的提议，举行有各党派、团体的负责人和各族各

人民政协的主要 职能是如何明确和 拓展的？

界人士的代表参加的会议，进行协商，亦可建议上列单位将有关重要问题提交协商。民主监督是对国家宪法、法律和法规的实施，重大方针政策、重大改革举措、重要决策部署的贯彻执行情况，涉及人民群众切身利益的实际问题解决落实情况，国家机关及其工作人员的工作等，通过提出意见、批评、建议的方式进行的协商式监督。参政议政是对政治、经济、文化、社会生活和生态环境等方面的重要问题以及人民群众普遍关心的问题，开展调查研究，反映社情民意，进行协商讨论。通过调研报告、提案、建议案或其他形式，向中国共产党和国家机关提出意见和建议。”（摘自《政协机关工作人员必备》）



如何营造一个好的睡眠环境?
什么样的睡眠是好睡眠?

什么样的睡眠才算是好睡眠?

通常,判断是否拥有好睡眠的标准有四个。

第一,从躺下到睡着的时间不超过半小时。第二,睡着后到起床前,中间醒来的次数不能多于两次。第三,不早醒。这里的早醒指的是比你平时起床的时间早半个小时以上。第四,睡醒之后,你是否感到轻松,也就是大家常说的“满血复活”。达到以上四个标准,才能在临床表现上算是一个好睡眠。

如何营造一个好的睡眠环境?

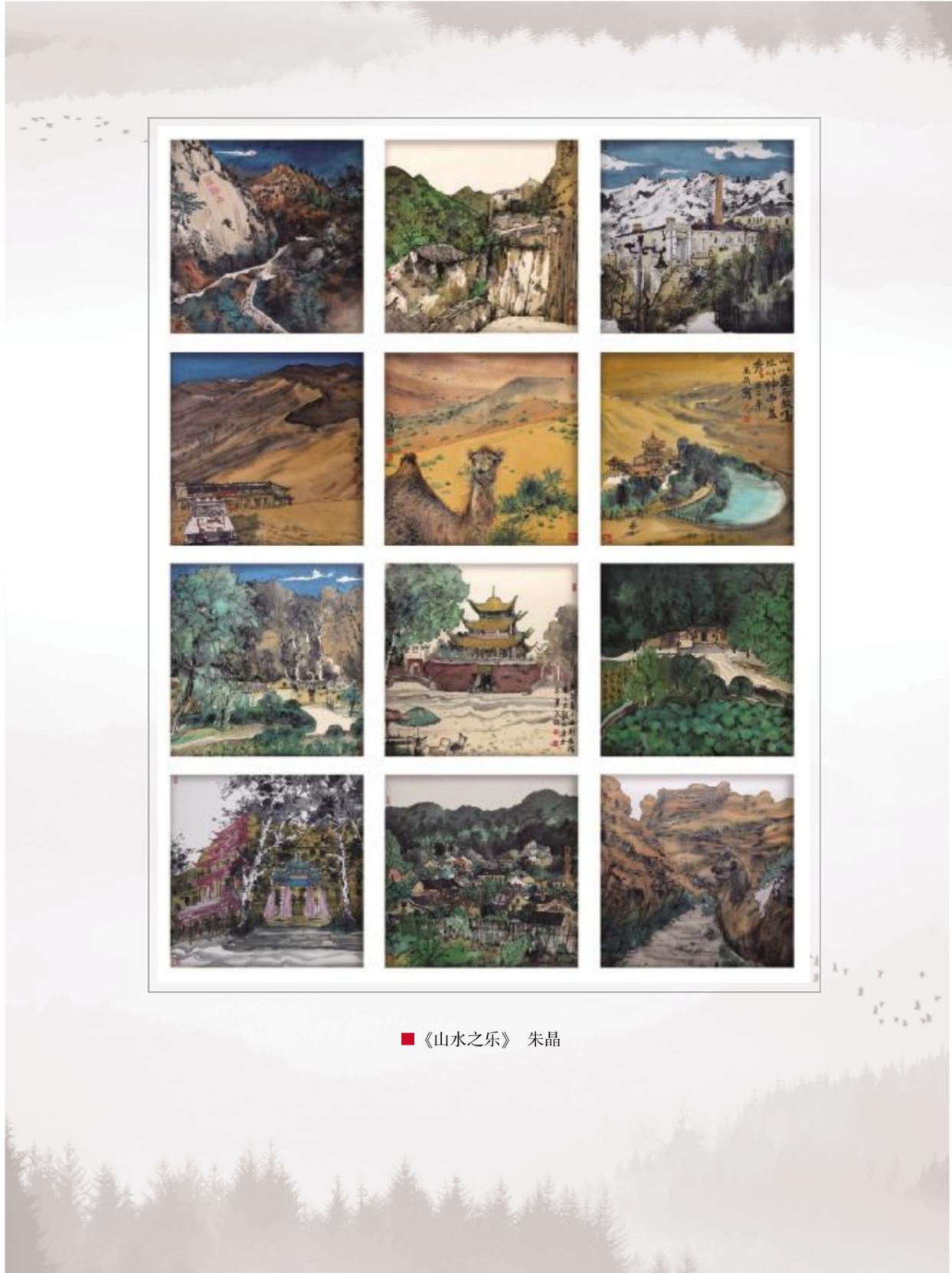
一个好的睡眠环境,大环境的要求有三个方面。首先,要有合适的温度。温度在 23 摄氏度左右是比较合适的,根据每个人的年龄和性别不同可以有些许差异。比如,老年人可能需要温度高一点,孩子可能需要温度低一点,女性和男性也不太一样。

其次是声音。有人认为环境当中一点声音都没有是最好的。其实不然,如果环境中一点声音都没有,太安静了,反而会影响人的心理状态。那么,多大的声音最适合睡眠呢? 很多人都有“下雨天最适合睡觉”的感受。的确,室外下小雨时,那种淅淅沥沥的声音,非常助眠。这时的声音是 30 分贝左右,是最适合睡觉的声音。

最后是光线。大家睡觉时,屋内最好没有光线。有人习惯使用小夜灯也可以,但小夜灯建议往下照,不要往上照。

此外,睡眠的小环境也很重要。小环境指的是我们的床榻。首先,要选择软硬度适合自己的床垫和枕头。其次是被子。有一定重量的被子能够帮助人体放松,有助于睡眠。最后,床榻周围要保持干净整洁,不要有太多杂乱的东西。

(“健康中国”公众号)



■ 《山水之乐》 朱晶



党用伟大奋斗
创造了百年伟
业，定能用新的
伟大奋斗创造
新的伟业。党
全军全国各族
人民要紧密团
结在党中央周
围，牢记空谈误
国、实干兴邦，坚
定信心、同心同德，
埋头苦干、奋勇
前进，为全面建
成社会主义现代化国家、全面
推进中华民族伟大复兴而团
结奋斗。

摘录党的二十大报告
二〇二二年金秋十月
秦恩亭书

■ 《书法作品》秦恩亭

