



欧洲杯花样滑雪冠军来将军山滑雪场教学

本报讯(记者 董世菊 张福新)11月24日,欧洲杯花样滑雪冠军 Benni Walch 在将军山国际滑雪度假区开展学员公开体验课、大师分享会,以实操教学破解进阶滑行中的常见瓶颈,让教练员、雪友近距离感受国际赛事级别的滑雪技术魅力。

“能现场聆听欧洲杯冠军的授课,对我们来说是难得的学习机会!接下来,我会把所学融入教学,让更多雪友感受到专业滑雪的魅力。”将军山滑雪场滑雪学院院长马国龙说。

“作为一名滑雪教练,我深深感受到雪场对教练专业提升的重视。这些教学‘干货’给我今后的课程设计带来了许多启发。”将军山滑雪场滑雪学院教练刘俞鑫说。

Benni Walch 以“高效精准、兼具速度与爆发力”著称,是业内公认的“奥地利滑雪教练模板”。同时作为导师培养出 Bodhi 等国际级教练,传承蒂罗尔教学精髓。在国际实践方面,他积极参与蒂罗尔滑雪协会来华认证项目,为中国学员提供符合奥地利标准的教练培训,推动中欧滑雪教学体系对接。

“将军山不仅有顶级雪质,更致力



于搭建专业滑雪交流平台。此次邀请 Benni 大师授课,是度假区联动国际资源、提升冰雪运动普及度的重要举措。

目前,雪场日场、夜场均已开放,让参与者在课后仍可畅享粉雪滑行乐趣。”将军山滑雪场滑雪学院院长李霞表示,

“我们将持续开展加拿大等教学体系的滑雪教学公开课,推动滑雪教学走向体系化与国际化。”

(上接第一版) 深入打好蓝天、碧水、净土保卫战,以高品质生态环境支撑经济社会高质量发展,不断增强人民群众的获得感、幸福感、安全感。

加快推动能源绿色低碳转型

绿色发展是中国式现代化的显著特征。

党的二十届四中全会提出,促进清洁能源高质量发展,加强化石能源清洁高效利用。

新疆厚实的能源“家底”,是服务国家能源安全战略的坚实基础,也是实现高质量发展的重要支撑。“十四五”期间,新疆累计新增新能源装机超1亿千瓦,外送电量中约有三分之一为绿电,外送绿电累计超2700亿千瓦时,不仅点亮了万家灯火,更在国家能源安全版图上筑起了坚实的西部屏障。

推进碳达峰碳中和,是我国对国际社会的庄严承诺,也是推动经济结构转型升级、形成绿色低碳产业竞争优势,实现高质量发展的内在要求。

2025年,我区进一步推动落实“十四五”碳排放强度降低目标任务,深入开展发电行业重点排放单位碳排放核算、数据审核、核定配额、履约清缴,严格月度信息化存证填报和审核工作。完成年度自治区级和地(州、市)级温室气体清单报告编制。持续开展碳排放数据质量监督管理帮扶。

厚植高质量发展绿色底色

绿色低碳发展是解决生态环境问

题的治本之策。我区瞄准高质量发展,精准发力。近日,自治区生态环境分区管控五年评估成果顺利通过专家论证。评估结果显示,5年来,我区生态环境分区管控工作取得了一系列重要成果。成果深度融入政策制定、规划编制、环评审批、执法监管全过程。支撑了自贸试验区建设、防沙治沙、能源保障等重大战略;服务了1000多个重大项目优化布局和顺利落地;推动了产业绿色低碳转型和“乌—昌—石”等重点区域空气质量改善。

形成了自治区、地(州、市)两级生态环境分区管控方案体系,建立了动态更新、跟踪评估机制。环境管控单元由初期的1323个优化至1777个,生态保护红线面积稳中有增,格局保持稳定,成果精准性和有效性显著提升。

建成并投用生态环境分区管控信息平台,实现了成果可视化、智能研判和共享服务,为30余个重大规划和50多个重点项目落地提供了决策支持。

评估结果显示,5年来,生态环境分区管控制度体系不断完善,成果应用持续深化,为全区高质量发展和生态环境高水平保护提供了有力支撑。

自治区生态环境厅相关负责人表示,我区用足用好支持政策,强化重大规划和重大项目环评保障服务,提高审批质效,加强服务支撑,推动发展方式绿色低碳转型。今年,自治区积极推动西北地区特殊类别危险废物(大修渣)集中处置中心项目建设,深化乌鲁木齐米东化工工业园区减污降碳协同创新试点,按照生态环境部相关要求,全力服务支撑经济高质量发展。

布尔津县推出“复古溜冰迪斯科之夜”活动

本报讯(记者 古扎丽·阿布都热西提)11月24日,记者从布尔津县文化广播电视和旅游局获悉,为繁荣县城夜经济、深挖冬季旅游潜力、打造特色夜间文旅IP,该县自11月22日起每周六晚推出“复古溜冰迪斯科之夜”活动,以沉浸式怀旧体验激活冬季夜间活力,推动游客从“过境游”向“过夜游”转变,为县域冬季文旅消费注入新动能。

活动定于每周六20:00在布尔津县冰上运动中心主冰场开展,围绕视觉、听觉、触觉多维发力,打造沉浸式复古场景。视觉上,入口设“时光隧道”拱门,搭配老式收音机、电视机模型等打卡点,供市民、游客拍照留念;听觉上,循环播放上世纪八九十年代迪斯科金曲与经典影视片段,同步邀请乐手现场演奏互动,唤醒年代记忆;现场还开设“复古造型屋”,提供喇叭裤、亮片衬衫等服饰租赁及复古妆容服务,让参与者沉浸式解锁怀旧穿搭。

活动中段开展“最佳复古CP”着装评选,个人或双人(情侣、亲友均可)可提前到服务台报名,参赛者滑行至冰场中央进行展示,评审团结合服装复古还



原度、创意及表现力打分。活动设置多重奖项,进一步点燃现场氛围。

此次“复古溜冰迪斯科之夜”既为本地居民增添冬季休闲新选择,又以特

色主题活动丰富冬季文旅供给,助力布尔津县打响冬季夜间文旅品牌。

空中丝路势如虹

(上接第一版)

新疆是中国支线航空发展的高地,尤其是C909飞机在疆运营两年间,已覆盖28个机场、执飞航线近200条,日均利用率达9小时,成为推动新疆民航高质量发展的重要力量。

截至目前,全疆机场累计运营航线693条,其中国际客运航线31条,通达19个国家的24个城市。正加快推进的“疆内环起来、进出疆快起来、南北疆畅起来”航空网络,让支线机场间的平均通达时间缩短,出行效率大幅提升。

当前,21个支线机场开通了204条直飞疆外航线,通达国内40个城市。今年1—10月,支线机场的疆外旅客吞吐量达1059万人次,占支线机场旅客吞吐量的49.8%,区域辐射能力持续增强。

物流通全球

9月16日,新疆天翼国际物流有限责任公司与广东省机场管理集团有限公司、河南航空货运发展有限公司签署互为异地货站项目,乌鲁木齐天山国际机场再添两个异地货站。

加上今年5月建立的深疆异地货站,目前,新疆机场(集团)有限责任公司在国内已拥有3家合作异地货站,进一步推动机场货运从“通道经济”升级为“产业经济”。

从古代丝绸之路的驼队穿梭,到如今“空中丝路”的航班往来,新疆航空货

运枢纽的繁荣,彰显着丝绸之路经济带核心区的开放活力。

2024年,乌鲁木齐与国内其他6个城市共同被定位为“区位门户复合型国际航空枢纽”。当前,乌鲁木齐被确定为陆港型、空港型、商贸服务型国家物流枢纽承载城市。

今年4月21日,全国首趟铁空联运跨境班列“粤新快线”开通,跨境电商货物从华南通过铁路运至乌鲁木齐,再经航空转运至中亚和欧洲。这是全国首次采用“国内铁路+国际航空”创新模式开辟铁空联运跨境物流大通道,为保障国际供应链产业链稳定畅通注入新动能。

新疆为高附加值、时效性强的产品提供了便捷的跨境运输通道,有效缓解了传统陆运速度慢、海运距离长的问题。新疆机场群正在重塑区域物流格局,让“新疆好物”飞向全国、走向世界。1—10月,全疆机场完成货邮吞吐量33.1万吨,同比增长36.6%。其中,乌鲁木齐天山国际机场货邮吞吐量27.1万吨,同比增长44%。喀什、伊宁、和田、哈密等机场货邮吞吐量均保持两位数以上增长。

站在“十四五”收官与“十五五”开局的历史节点上,新疆更加完善、高效、智能的航空网络正在加速形成。这些翱翔于蓝天的“钢铁雄鹰”,将继续承载新疆各族群众的梦想,在丝绸之路经济带核心区建设的征程上振翅高飞,书写社会主义现代化新疆建设的辉煌篇章。

关灯后还想玩手机?



夜深人静,很多人习惯性地关灯躺在床上刷会儿手机。这想必是许多人的日常,关灯后,手机屏幕是唯一的光源,瞳孔会自然放大以接收更多光线,屏幕与周遭的黑暗环境形成极高的亮度差,这会导致严重的视疲劳,加剧干眼症、诱发青光眼及黄斑损伤。既然这个习惯一时难以戒掉,那么如何将伤害降到最低,就显得至关重要。

第一招:开启手机的“夜间模式”

1. 开启“夜览”或“护眼模式”:这个功能不仅能降低屏幕亮度,更重要的是能过滤掉大量的有害蓝光,虽然不能完全依赖它来护眼,但能有效减少光线的刺激性。

2. 调整亮度至与环境适配:屏幕亮度并非越暗越好,调到你能看清内容,且眼睛感觉舒适的最低亮度即可。

第二招:创造一盏“守护灯”

在床头柜开启一盏光线柔和的小灯,确保光源不在屏幕上形成反光。这盏灯可以照亮周围的环境,大幅缩小手机屏幕与背景环境的亮度差,从而减轻眼睛的调节压力。

第三招:保持“安全距离”

1. 采取仰卧姿势,而非侧卧。侧卧玩手机会对单只眼睛造成巨大的压迫,导致短期性的视力偏差,长期如此甚至可能造成双眼屈光参差。
2. 举起手机,保持30—50厘米距离,能有效减少眼睛的聚焦负担。

(据《科普中国》)



近日,布尔津县科克森山自然保护区,成群结队的鹅喉羚在山岭戈壁间觅食、奔跑,场面颇为壮观。

近年来,布尔津县通过不断加大巡查管护力度,使得鹅喉羚等珍稀濒危野生动物种群逐年增多、分布范围逐年扩大,这些戈壁“精灵”不时出现在人们的视野中。

记者 阿尔达克·拜斯汗 摄

戈壁「精灵」

声明

◎新疆科思优选农业科技有限责任公司(法定代表人:刘新奇)财务专用章(章号:6543210012419)丢失,声明作废。
◎福海县齐干吉迭乡齐干吉迭村股份经济合作社(负责人:阿米娜·钮合全)开户许可证(核准号:J9024000290001;账号:826100012010101075582;开户银行:福海县农村信用合作联社齐干吉迭信用社)丢失,声明作废。
◎青青凉皮店(经营者:丁洁)工商营业执照正本(成立日期:2007年4月9日;登记机关:阿勒泰市市场监督管理局;统一社会信用代码:6543013008065)丢失,声明作废。
◎中华人民共和国新疆出入境边防检查总站霍尔满别克·海勒拉普警官(证号:632266)丢失,声明作废。
◎阿勒泰市马热娃·再努拉位于团结南路红石区41号红石小区B区5栋2单元901室的不动产权证(产权证号:新(2022)阿勒泰市不动产权第0003551号)丢失,声明作废。