

从“企业视角”出发 以“企业感受”为尺

持续擦亮“包你满意、包你放心”营商环境金名片

◎记者 梁彦强

“为我们提供了‘一站式’的手续办理指导服务,解决了流程中的堵点难点。”英思特稀磁新材料股份有限公司基建现场负责人王康宇介绍,两个月内完成了立项、土地规划和施工许可证等关键手续,大大缩短了建设周期。如今,英思特稀土永磁材料一体化项目主厂房已拔地而起,从动工到工程量过半仅用了半年。

企业真切的获得感,源于包头市坚持从“企业视角”出发、以“企业感受”为标尺的深刻变革,这正是在自治区党委“1571”工作部署和包头市构建“1144”现代化产业体系蓝图下,优化营商环境、赋能高质

量发展的具体行动。这场以打造“包你满意、包你放心”营商环境品牌为目标的实践,正通过一系列系统性的改革深入推进。

针对项目审批中的“堵点”“卡点”,包头市创新推行重大项目联审联批机制,市发改委牵头组织自然资源、住建、林草、文旅广电等10个关键审批部门,聚焦企业需求,在市政务服务大厅设立专窗集中办公,打破部门壁垒,变“企业多跑腿”为“一站全能办”。通过建立服务专班、提供“全周期护航”,将传统的“串联办理”优化为“并联推进”,并为稀土等重点产业开辟“优先会商、优先审批、优先落地”绿色通道。

联审联批机制的核心在于

提前介入与精准服务。相关部门主动提前梳理项目,形成台账,深入分析研判,实行“一企一策”,并全程提供帮办代办服务。针对那些穿越区域广、涉及文物多的复杂项目,文旅广电等部门协调采取“联审联批、分段报送”的方式,高效完成了所有手续办理。联审联批机制实行以来,已将原本需要三四个月的审批流程压缩至两个月左右,让项目得以轻装上阵、全速推进。

在包头,改革的深化,不仅体现在审批的“加速度”,更延伸到破解企业发展的核心痛点。

作为破解中小微企业“融资难”关键角色的包头“信易贷”平台,已成为以信为桥、引金融活

水精准灌溉的典范。该平台归集了纳税、水电气费、科技研发等14类37项核心涉企信用信息,为信用融资提供坚实数据支撑。经营主体只需完成实名认证,即可随时随地在线提交需求,享受“零跑腿”服务。平台的深度应用,更催生了像是为固阳黄芪产业量身定制的“黄芪惠贷”等创新产品。蒙民王农民专业合作社的高俊说:“以前找贷款像大海捞针,‘信易贷’手机上就能操作,还是纯信用贷款,不需要抵押物,而且利率低,额度灵活,充分贴合农业经营周期,非常适合我们。”

截至目前,“信易贷”平台已注册企业11.94万户,入驻金融机构41家,累计发放贷款超20.4亿元,让“信用”真正变

成了可供融资的“资产”。

从全周期项目护航的机制创新、精准金融支持的信用赋能,到政企对接的精准高效、政务服务的智慧升级,再到法治诚信的坚实保障,如今的包头,正以真心实意的服务、务实管用的举措,让一流的营商环境从理念加速走进现实,成为吸引要素集聚、驱动产业跃升的核心引擎。在这里,企业发展有保障、投资兴业有信心,“近悦远来”的生动图景,正在这片发展沃土上加速绘就。



公益服务 关爱老年人脑健康

本报讯(记者 赵永峰 摄影报道)1月4日,由包头市老龄委、市民政局、市融媒体中心、市老龄协会牵头主办的“北疆银龄—鹿城行”2026年老年人脑健康关爱暨社区养老服务公益活动在包头市各旗县区街道社区居家养老服务驿站同步启动。



脑健康筛查

与喜悦。“不用跑大医院,家门口就能做专业免费检查,真是实实在在的福利!”刚完成筛查的王大爷连连点赞。

除核心筛查外,各站点

同步推出多项便民服务,民政工作人员现场解读民政政策与老年人意外险政策,医护人员提供血压检测、慢性病咨询等义诊,志愿者开展

爱心助老理发,辖区民警通过案例普及反诈知识;市老年书画协会的会员们现场挥毫书写春联和福字,企业及银行也捐赠了日历等节日慰问品,各类新春好物陆续发放到老年人手中,让大家在收获健康的同时,感受到浓厚的新年氛围。

为保障活动顺利开展,市及各旗县区民政局提前部署,通过网络员入户、张贴海报、微信群转发等方式广泛宣传,确保重点群体精准覆盖;联合医疗机构组建驻场保障小组,畅通绿色就医通道;专人负责信息管理,严守数据保密制度;各站点还配备饮用水、休息座椅等设施,安排专人引导,让老年人感受到全方位贴心关怀。

98万元,在全市范围内,建设132个“24小时便民购药点”,悬挂统一制作的指引灯箱,全方位构建“一刻钟便民购药圈”,营造放心药品消费环境。精准财税赋能,护航小微主体稳健发展。深入贯彻落实《内蒙古自治区小微企业三年成长计划(2023—2025年)》,积极配合市场监管部门,从做好融资担保服务、强化职业技能培训、争取上级内外贸发展专项资金、落实税费减免政策等方面促进中小企业发展,通过政策支持 and 政府贴息,解决创业者和小微企业“融资难”“融资贵”等问题,确保各项惠企政策直达快享,为小微企业、个体工商户发展提供有力支持。

财政助力市场监管提质增效

本报讯(记者 赵永峰)为切实保障民生安全,维护市场秩序、激发市场活力,“十四五”期间,市财政局累计投入各类项目经费8719万元,助力市场监管关键领域提质增效,为市场监管部门高效履职提供了坚实保障。

做好质量保障,筑牢市场监管硬核支撑。安排专项资金5707万元,用于食药安全监管及安全事故应急处置、“三品一特”抽检、特种设备安全监管、质量强市建设等方面,强化日常监管,提升市场监管及应急处置能力。拨付基层市场监管所标准化建设配套经费800万元,统筹用于办公用房及业务用房维修改造、执法设备购置及维护、标识牌购置、人员队伍建设等

方面,规范场所环境,提高执法能力。优化资金投向,激活知识产权创新动能。积极参与制定知识产权政策,配合市场监管部门印发《高价值专利培育计划》《包头市知识产权奖励激励办法》《包头市知识产权质押融资风险补偿资金管理暂行办法》。按照中央及自治区知识产权领域财政事权和支出责任划分改革方案,印发包头市改革实施方案,推进知识产权领域财政事权和支出责任划分改革。累计拨付专项资金1335万元,支持建设知识产权新能源运营中心、知识产权质押融资风险补偿资金池,兑付2021—2023年度发明专利、知识产权示范企业、知识产权质押融资贴息补贴、专利

转移转化等知识产权项目奖励资金。加大财政投入,守好食药安全民生底线。安排649万元,支持创建食品安全示范市、搭建“互联网+明厨亮灶”平台,形成餐饮企业食品安全操作环节可视化、监管方式信息化、社会监督透明化、加工流程规范化的管理模式,提高餐饮业质量安全保障水平;安排130万元,推动食品加工小作坊改造升级,紧盯小作坊存在的短板不足,注销淘汰不符合条件和僵尸户868户,改造食品加工小作坊573户,对提升行动中成效突出的小作坊给予奖励资金,评选十佳食品生产加工小作坊,有效激发小作坊业主改造升级积极性,全面提升全市小作坊品质;安排

慰问暖“新”途

本报讯(记者 岳宇乐)小寒时节,寒意渐浓。1月5日,包头市总工会以“寒冬添暖意,工会伴‘新’途”为主题开展新业态形态劳动者慰问活动,为奔波在严寒中的快递员、外卖员等户外工作者送上御寒棉鞋。

慰问组一行先后来到宝鼎大厦邮政速递站点、保利花园一期极速速递、传化物流园二期顺丰速递转运中心、青山区赛音道美团外卖站点等地看望慰问在严寒中坚守岗位的快递员、外卖员。每到一处,慰问组成员都仔细询问大家冬季户外作业的防寒保暖情况与实际需求,反复叮嘱大家注意保暖、保障安全。当一双双厚实保暖的棉鞋送到大家手中时,不少人当场拆开试穿,脸上流露出开心的笑容。“这鞋真厚实,样子还好看。”在传化物流园二期顺丰速递转运中心,内蒙古顺丰速运有限公司快递处理员王靛踪了跺脚,脸上绽放出笑容:“能在这么冷的天被‘娘家人’惦记,心里太温暖了。”

“这双棉鞋让寒冬里工作的我们不光脚上暖,心里更热乎。”中国邮政东河区分公司直投中心内勤武娜也感慨道,“我干这行八九年了,一线员工早出晚归、夏晒冬寒确实辛苦。总工会和各部门领导一直惦记着我们,冬天送棉鞋,夏天送水杯还送体检卡,我们心里无比温暖。”

据了解,此次慰问活动共送出5000双棉鞋。市总工会党组成员、副主席王志斌介绍:“前期我们开展了问卷调查,了解到广大新业态劳动者在冬季户外作业时脚部保暖需求突出。针对这一情况,我们积极筹措资金采购棉鞋,希望让他们在寒冷中感受到党和政府以及工会组织的温暖。”

跨年 快来对照自查提示

十大跨年健康提示“出炉”,快来对照自查,总有一条健康建议能够提醒你。近日,由中国健康促进与教育协会、中国健康促进基金会等机构联合举办的“2025—2026跨年科普活动”上,多领域专家联合发布十大年度健康提示。

控制体重全家总动员

中国疾控中心赖建强研究员建议,家庭每个月确定1天为“家庭称重日”,配备体重秤、腰围尺等工具;遵循“少吃多动”原则,结合有氧运动、力量训练和拉伸放松,兼顾科学性 with 可持续性;警惕寒假、春节等关键节点的“假期肥”“节日胖”,通过全家共同参与提升管理效果。

运动坚持“长期主义”

能长期坚持的运动,才是真正有效的体重管理方式。建议大家追求短期的高强度冲击,而应关注身体功能的稳定提升和动作质量的精益求精。北京体育大学教授董栋倡导建议,将有氧运动、力量训练和运动后拉伸放松相结合,循序渐进。

好好睡觉稳定生物钟

中国睡眠研究会副理事长詹淑琴呼吁通过规律作息、优化环境和专业干预改善睡眠。我们可以每天尽量固定睡觉和起床的时间,包括周末,有助于稳定生物钟。睡前一至两个小时避免使用电子设备,以免蓝光抑制褪黑素分泌,干扰睡眠。卧室温度保持在18摄氏度至22摄氏度,湿度控制在50%至60%,能让身体感觉舒适,利于入睡。使用遮光窗帘隔绝外界光线,必要时佩戴眼罩。在医生的指导下合理使用助眠药物。

别把过敏性鼻炎当感冒治

首都医科大学附属北京同仁医院主任医师张媛提示公众,过敏性鼻炎症状与感冒相似,错把过敏性鼻炎当感冒治疗有多种危害。大家可从全身症状、鼻部症状、病程长短三个方面进行区分。如确认为过敏性鼻炎,应及时就诊,并在医生或药师指导下及时应对。鼻用糖皮质激素、抗组胺药、白三烯受体拮抗剂均是治疗过敏性鼻炎的一线治疗药物。

每天拉伸5分钟

疾病年轻化问题值得关注,特别是年轻人因压力、熬夜、缺乏运动等生活习惯引发的健康问题。为此,健康知识宣传员白岩松建议“每天拉伸5分钟”,比如针对腰背、髋部的放松拉伸。科学进行拉伸运动,可以帮助身体将当日的疲劳

留在当下,避免累积。

打败困难而不是打败孩子

中国健康促进与教育协会心理健康教育分会主任委员林丹华呼吁家长“跟孩子一起把困难打败,而不是跟困难一起把孩子打败”。家长应表扬孩子的努力而不是夸赞其聪明,要肯定失败的价值让孩子拥有直面失败勇气,允许孩子犯错培养其共同解决问题、迎难而上的品质。

勤刷牙缓漱口

中国牙病防治基金会常务副秘书长马莉莉表示,氟是牙膏中保护牙齿健康的最重要成分之一,建议刷牙后不要着急漱口,可以采用“刷牙、洗脸、漱口”的顺序。漱口时用少量水,让氟存留时间长一些。小改变,可能会有益处。针对公众高度关注的口臭问题,马莉莉提示要警惕病理性口臭背后的疾病诱因,及时检查和应对。

罕见靶点突破助力肺癌应对

复旦大学附属肿瘤医院陈海泉教授介绍,肺癌防控已进入精准化时代。目前,早期以局部切除实现外科治愈;中晚期通过精准靶向治疗、免疫治疗等手段延长生存期。针对罕见肺癌靶点的解决方案也有突破,随着ROS1融合靶向药纳入医保,让患者可及性大幅提升。此外,针对KRAS、G12C突变、RET融合的靶向药,也凭借医保加持,成为患者触手可及的治疗选择。

疼痛是身体的求救信号

中日友好医院疼痛科主任樊碧发表示,急性疼痛是疾病的症状,要及时到对应科室就诊;持续一至三个月以上的慢性疼痛是独立疾病,需要到疼痛科或相关科室就诊,科学应对。樊碧发提醒,疼痛类药物需要在医生指导下使用,不可过量使用或者超范围使用。

关爱家人三大行动

中国健康知识传播激励计划发起人、原卫生部疾控局副局长孔灵芝给出了三个行动建议,包括健康“盘一盘”——家人共同回顾健康状况,盘点必备健康工具;健康“聊一聊”——分享健康知识,关心家人情绪状态、睡眠状况等,互相关爱身心健康;健康“动一动”——倡导选择健康迎新方式,聚餐注意低盐低脂、组织家庭运动等。

(据《北京青年报》,记者:李洁)

【健康学堂】所有尼古丁制品均有损心脏血管

最新一期《欧洲心脏病学杂志》刊载报告指出,无论是通过电子烟、尼古丁袋、水烟还是传统香烟摄入,尼古丁对心脏和血管均具有毒性。报告强调,电子烟、加热式烟草及尼古丁袋的使用量正急剧上升。该报告的核心结论指出,尼古丁是一种强效心血管毒素,无论以何种方式摄入,都会对心脏和血管造成损伤。报告就此警告称,任何尼古丁制品都对血管和心脏有害,涵盖电子烟、加热式烟草、水烟、雪茄和口服尼古丁袋等非传统香烟制品。(据参考消息网)

【健康新知】中年这六种情绪或为痴呆症征兆

长期以来,中年抑郁症一直被认为是晚年患痴呆症的风险因素。然而,发表在英国《柳叶刀·精神病学》杂志上的新研究结果显示,这种关联源于一小部分特定症状,而非抑郁症本身。

六种与痴呆症相关的抑郁症状与缺乏运动、听力损失以及记忆力和推理能力下降的关联最为密切;自信心丧失;难以应对问题;无法对他人产生温暖和关爱情感;持续感到紧张焦虑;对任务完成情况不满意;注意力难以集中。(据参考消息网)

【知味养生】补肾养血+温补可试试这两款汤

海参当归枸杞汤:海参2只(泡发)、当归10克、枸杞30克、红枣3枚、生姜3片、盐适量。海参切小块,与其他四样同放砂锅中,加清水煮1.5小时,加盐调味。此方适用于肾虚精亏、血虚萎黄、肠燥便秘。当归生姜羊肉汤:羊肉500克、当归15克、生姜30克、红枣5枚、盐适量。羊肉切块焯水去血沫,与当归、生姜、红枣同放砂锅中,加清水大火烧开后转小火炖1.5小时,加盐调味。此方适用于畏寒怕冷、血虚腹痛、关节冷痛者。(据《浙江老年报》)



制图 刘澎