

本报记者 陈晨 牛玉娇

在北龙山享受“森呼吸”

当快节奏的城市遇见北龙山的风，当都市的快餐外卖遇见康营养的定制健康餐，当教室的久坐学习遇见高原山野的户外研学，会迸发出怎样的火花？海东市互助土族自治县正在解锁高原康养新体验。

8月的互助，最高气温依然保持在26℃左右，空气洁净度高、生态环境好，是开展“高原康养”海拔最适宜、生态最优越的地区之一。

“这里的空气都是甜甜的。”王春华是首届高原康养成人训练营的成员，她欣喜地分享着来互助康养的感受。“以前在无锡，耳边都是车流声，在北龙山深呼吸，满鼻子都是青草香，黄金海拔带来的不仅是挑战，更是身体的焕新。”

在权威专家的指导下，训练营从饮食搭配到运动强度都为营员精准调控，这些细节的安排，让每一位营员都切实体验到高原康养的意义。

“我来的时候体重69.6公斤，现在一称只剩64.5公斤，足足减掉了5.1公斤。”训练营营长王仁刚也在这场康养之旅中收获满满，体重的“减法”与生活品质的“加法”在北龙山奇妙交织。

“高原康养”在互助不仅是简单地来呼吸新鲜空气，更融入了深厚的文化内涵。傍晚时分，互助县文化广场响起悠扬的民族音乐，大家围成圈跳起锅庄舞。短短



儿童夏令营现场。

两周的时间已经让王春华学会了基本步伐，她笑着说：“这种集体舞蹈既能锻炼身体，又能感受到浓郁的民族文化氛围。我计划把锅庄舞引进我们无锡老年人体育协会，让更多人来体验互助的文化魅力。”

如今，涵盖养生、医疗、文化、体育、旅游等业态的康养产业，已成为备受国

民关注的新兴产业。互助县充分发挥文化旅游、自然生态、医疗卫生等资源优势，全力打造“康养胜地·七彩互助”品牌，积极构建“康养+医疗、文化旅游、运动、食材、生态”五位一体、深度融合的高原康养产业体系。

适宜的海拔、舒适的温度、洁净的空



互助北龙山森林康养基地吸引游客度假休闲。

本报记者 牛玉娇 摄

气、丰富的动植物食材，为互助发展“高原康养”提供了坚实基础。尤其是北龙山景区森林覆盖率达78.95%，森林蓄积量达483万立方米，负氧离子含量高，是青海保存最完好的天然森林资源之一，境内植物群系30余个近1070种，被誉为青藏高原上最大的“动植物王国”。

“爸爸，明年夏天我们再来互助玩好不好？”从江苏无锡远道而来参加海东首届高原康养儿童夏令营的李思哲在即将返程的时候，还对北龙山的风景念念不忘。

“平常小朋友都是在城市里，这种接触大自然的机会很少，在这里还有很多无锡见不到的动植物。在互助北龙山，

小朋友运动很多，体重也减下来不少。”李思哲的家长李甲表示，从平原到高原，不仅是地理的跨越，更是一次家庭健康观念的重塑，这样的旅程，将成为他们最珍贵的记忆。

随着经济社会快速发展，人们希望过上高品质生活的愿望越来越强烈、要求越来越高，健康已成为人们生活的一种普遍追求。互助县正在探索与科研机构合作，积累高原康养医学数据，为产业发展提供科学依据。“我们通过身体检测筛选营员，同时也在收集相关医学数据，为高原康养提供科研支持。”活动组织者表示。

互助北龙山景区充分用好“国家森林康养基地”“全国森林康养基地试点单位”两个“国字号”招牌，以打造“西北绿岛、神韵北山、度假胜地、养生天堂”品牌为目标，持续完善基础设施，突出北龙山高原森林特色，开展“旅游+体育+康养”，开发了旅游避暑、疗养度假、科普考察、民宿体验、时尚运动等康养项目，举办了森林徒步、森林穿越、森林摄影大赛、森林书画大赛等文化体育活动，建设以山地、林地、天然温泉等自然资源为载体的养生民宿，不断激活互助县旅游效应，全力打造科学颐养“目的地”。

一幅高原美丽乡村画卷正缓缓展开，高原康养不仅唤醒了沉睡的乡村资源，更为乡村振兴提供了一条可借鉴的绿色发展之路。

格尔木市扎实做好
公务员登记工作

海西蒙古族藏族自治州格尔木市精准规范推进公务员登记工作，确保登记信息准确无误、流程高效有序。截至8月25日，完成79名公务员登记工作，登记准确率达100%。

格尔木市组织业务骨干系统学习《公务员法》及相关文件，梳理出登记范围、条件、程序等核心要点20余项，形成重点问题册本，统一政策执行口径。开展“拉网式”摸底，对照编制审核通知单、干部档案等材料，逐项核实人员编制性质、录用方式、任职时间等，建立人员信息台账。

建立科学规范的“双重审核”机制，重点对录用审批表、调动介绍信

等关键材料展开全面细致的初审。同时，对试用期考核结果、编制性质、学历信息等6项核心信息开展复审，逐一与档案原始记录进行细致的比对，确保最终的登记信息与档案内容完全一致。

建立“材料收集—初审—复审—报批”全流程工作机制，明确各环节责任分工，通过“每月上报、每日提醒”压实工作进度。上级组织部门完成终审后，及时将公务员登记审批表归入个人档案，同步更新公务员管理信息系统数据，形成“纸质+电子”双档案，为干部考核、统计分析等后续工作提供可靠数据支撑。

(苏小红)

青山乡稳步推进
村级换届选举准备工作

截至8月28日，西宁市大通回族自治县青山乡党委将村级换届选举筹备工作作为检验基层党建成效的重要抓手，创新推行“双图作战”工作机制，围绕“统筹部署、人才储备、风险排查”，全面开展换届选举前期准备工作。

为确保换届选举平稳有序，青山乡党委紧扣“两条线”要求，抓实“三访三三模拟”工作思路，召开4次专题党委会研究部署。通过4轮全覆盖摸排，将16个村精准划分为14个一类村、2个二类村，逐一制定“一村一策”防控方案。目前全乡储备后备干部160余名，大学生村党组织书记占比达50%，“一肩挑”比例达80%，人选平均年龄较本屆下降8岁，大专以上学历提升至62.5%。

在人才培养方面，创新开展“四到”实践活动，组织160余名后备干部到乡机关、农业合作社、防汛安置点和村服务窗口轮岗锻炼。通过“领导帮带+离任传授”培养模式，包片领导每月开展“书记面对面”活动，离任书记开设“田间课堂”，累计解决83件民生难题，完成32项惠民工程。依托“民生直通车”平台，化解各类矛盾纠纷56件。

针对换届风险防控，乡党委建立“一事一议”销号管理制度，组织离任村支书与新任大学生村支书“手把手”帮带，重点提升村级事务管理能力。下一步，将重点推行“实践+培训”培养模式，设立“两委”助理岗位，采取案例教学、情景模拟等方式强化后备干部培养，为换届选举营造良好环境。

(通祖轩 大通县青山乡)

石山乡
金秋助学筑梦启航

8月27日，西宁市大通回族自治县石山乡组织开展的“金秋筑梦启航，教育赋能家乡”助学活动取得圆满成功。

“我们联合本地优秀企业家举办2025年新考录大学生表彰大会，为31名大学新生发放助学金3.1万元，不仅为优秀大学生的未来‘添砖加瓦’，更是为全体家长进行了一堂教育公开课，旨在激活家庭教育的‘一池春水’。”石山乡党委书记在致辞中向金榜题名的学子和辛勤付出的家长表示祝贺，强调“教育是最好的投资”，乡党委政府将始终把教育摆在优先位置，努力营造优良育人环境。他勉励学子们坚定理想信念，刻苦学习钻研，早日成才建设家乡。企业家代表现场为学子递上承载

着期望的助学金，并表示助力教育是企业回报社会的重要方式，未来将继续支持家乡人才培养工作，希望同学们珍惜机会、勇攀高峰、永葆桑梓情怀。

学生代表表达了对党委政府及爱心企业的诚挚谢意，承诺将常怀感恩之心，砥砺奋进之志，以实际行动为家乡发展贡献青春力量。

家长代表动情分享说：“只要肯投入、多用心，我们的孩子一样能飞出山窝窝，成为金凤凰”，真挚话语引发全场共鸣。

本次活动是石山乡推动教育事业发展、厚植人才沃土的生动画卷。石山乡将持续完善助学机制，营造更加浓厚的崇文重教氛围，为乡村振兴提供坚实人才支撑。

(通祖轩)

青海省司法厅公告

(第7号)

为加强对公证机构和公证员的监督管理，规范公证行业执业秩序，增强执业透明度，根据《中华人民共和国公证法》《公证机构执业管理办法》《公证员执业管理办法》等有关规定，现将2025年通过审核登记的22家公证机构和75名公证员予以公告（“*”表示可以办理涉外及中国港、澳、台公证业务）。凡未经公告的公证机构和公证员，不得办理公证业务。敬请社会各界监督。

监督电话：(0971)8247369、8233380

青海省司法厅
2025年8月26日

一、西宁市(5家、区号0971)

*青海省西宁市恒源公证处

地址：西宁市长江路128号创新商务楼二十层
电话：8215770、8248389、8012974 邮编：810000主任：*曹海文
*孔佩卓、*李永舂、*张放、*马雯姣、*任洁、周文彦、马容

*青海省西宁市夏都公证处

地址：西宁市城中区翠南路公证大厦七、八楼
电话：7536765、7536831、7536835 邮编：810000主任：*立加本 副主任：*赵淑霞
*周涛、*张光霞、*杨秀芬、*何小兰、*白静、*张瑜、*马生梅

*青海省西宁市永信公证处

地址：西宁市城中区南大街18号锦园大厦六楼
电话：8296383、8205660、8145362 邮编：810000

丁海、李兰英、王海宏、*青措、*毛文翔、*马文俊、*余珍、*鲁静、*王利霞、*胡晓昕

*青海省大通回族自治县公证处

地址：大通回族自治县桥头镇元树尔新村临街铺面
电话：2733522 邮编：810100主任：*董世平 副主任：*赵志宏
*吴红艳、*张海玉、*梁海英

青海省西宁市湟中公证处

地址：湟中区鲁沙尔镇庄隆路9号
电话：2232285 邮编：811699主任：*安生昌
谢海燕

二、海东市(6家、区号0972)

*青海省海东市平安公证处

地址：平安区司法局一楼
电话：8612167 邮编：810600主任：*周毛
*刘晓云、*祝存孝

*青海省民和回族土族自治县公证处

地址：民和回族土族自治县川垣新区政务服务中心五楼
电话：7022457 邮编：810800

主任：*陈云 副主任：*马玉芬

青海省海东市乐都公证处

地址：乐都区滨河北路10号综治中心二楼
电话：7022560、7022561 邮编：810700主任：*石才和
*王春蓉

青海省海东市国立公证处

地址：海东市乐都区西关街149号金松国际1号楼三楼
电话：8622929 邮编：810700主任：*赵延平
*周瑞云、*陶秀花、*刘晓萍

青海省互助土族自治县公证处

地址：互助土族自治县威远镇东新区翰林路15号
电话：5955378 邮编：810599主任：*李俊明
*朱振华、*贺生琴

青海省化隆回族自治县公证处

地址：化隆县群科新区社会治安综合治理中心216室
电话：8714850 邮编：810900主任：*公保扎西
*李加东智

三、海西蒙古族藏族自治州(1家、区号0979)

青海省格尔木市公证处

地址：格尔木市黄河中路18号司法局一楼
电话：8499189 邮编：810699

刘新媛、*王金香

四、海南藏族自治州(3家、区号0974)

*青海省共和县公证处

地址：共和县城北市民服务中心东厅E区E01号窗口
电话：8512951 邮编：813099主任：*刘天岐
*李先加、*严珍洁

青海省贵德县公证处

地址：贵德县政务大厅二楼
电话：8553599 邮编：811799主任：*王晓云
*马青瑜

青海省同德县公证处

地址：同德县新区档案馆旁
电话：8592464 邮编：813200主任：*措吉项毛
*环毛

五、海北藏族自治州(1家、区号0970)

青海省祁连县公证处

地址：祁连县司法局一楼
电话：8676220 邮编：810499主任：*才毛
*肖文静

六、黄南藏族自治州(2家、区号0973)

青海省同仁市公证处

地址：同仁市隆务镇迎宾大道司法局办公楼二楼
电话：8723133 邮编：811399主任：*娘毛加
*夏吾东主

青海省泽库县公证处

地址：泽库县泽库镇幸福路司法局一楼
电话：8752321 邮编：811499主任：*周毛吉
*夏吾算太吉

七、果洛藏族自治州(1家、区号0975)

青海省玛多县公证处

地址：玛多县玛查理镇西大街19号
电话：8345579 邮编：813500主任：*阿加萨海英
*星海英、*才让吉

八、玉树藏族自治州(3家、区号0976)

青海省玉树市公证处

地址：玉树市结古镇当代东巷78号司法局行政楼一楼
电话：7801922 邮编：815099主任：*桑周次次
*格来青措、*扎西永尔

青海省称多县公证处

地址：称多县政府行政楼5号楼一楼
电话：8861148 邮编：815199主任：*更松拉增
*扎西措毛

青海省囊谦县公证处

地址：囊谦县香达东街司法局办公楼一楼
电话：7800909 邮编：815299

*达香措、*索昂求吉