



乐山广播电视报



LESHAN BROADCAST TV WEEKLY

一份有温度的城市周报

50

总第1573期
本期28版
2023年12月14日

乐山广播电视报社 出版 社长：刘岚 总编辑：徐燕平

逛公园



P03-07

国内统一刊号：CN51-0095-07 邮发代号：61-519 本报数字报网址：http://szb.lswweekly.com/ 主管：四川党报期刊集团

阅 读 一 座 城 市 的 性 情

2024

乐山广播电视报
LESHAN BROADCAST TV WEEKLY

火热征订

国内统一刊号：CN51-0095-07

邮发代号：61-519

全年订阅价：150元/份

咨询电话：18608336423 18683302525



本期导读

乐山广播电视报
2023.12.14

READING
GUIDANCE



08

新闻周刊

观察

“美颜”生鲜灯退场



10

新闻周刊

面孔

刘修月：醉心民乐世界



14

新闻周刊

专题

冰雪盛宴即将精彩呈现



20

文旅周刊

乐途

最美观鸥季到来!

值班编委：熊春鹰
美术总监：游昌学
版式：陈怡琦 赵霜琪
马煜航 杨 苹

本报数字报：<http://www.lweekly.com>
微信公众号：乐山头条
联系电话：2429052
13550571588

本报部分图片来源于网络,请作者
与本报联系,以奉稿酬。



逛 公园

■ 本报记者 熊春鹰 罗妍玲

■ 逛公园，或许是等待一种经历的到来，或许是等待一场爱情的降临，又或许是一段寻找城市文化的旅程。

郭星摄



黄程武/摄

城市“微更新”

小巧精致的“口袋公园”、升级改造的传统公园、特色鲜明的主题公园……一座功能多元化的城市公园，为生活在城市里的人们提供了更多与大自然亲密接触的绿野佳境，满足城市居民对养老服务、娱乐科普、亲子活动的新期待。

绿植错落有致，小草丛丛含香，健身步道蜿蜒曲折，休闲廊亭古朴典雅……中心城区白岩竹溪湿地公园是一个以竹子和水景为特色的“口袋公园”，这里有茂密的竹林、清澈的溪水和优美的园林景观，十分适合漫步和休闲放松。

家住市中区清风街的李阿姨每天晚饭后都要沿着竹公溪河畔的亲水步道慢走一圈，一边欣赏日落黄昏的美景，一边活动筋骨呼吸新鲜空气。“这个习惯已经坚持了四五年，每天这么走一走，心情好了，身体也越来越好。”李阿姨说。

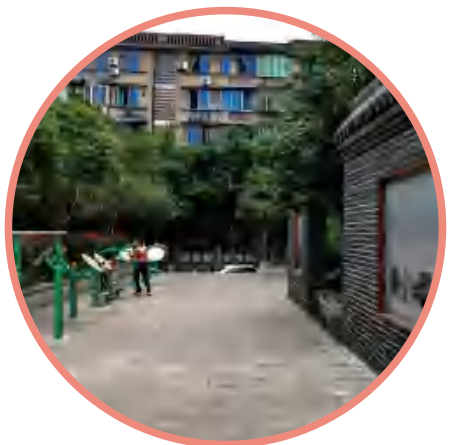
“口袋公园”，顾名思义是一种小规模的城市开放空间，它们可能位于街道旁，也可能嵌入广场中，甚至是城市中各种建设用地的附属绿地，在城市的角落里，它们像口袋一样袖珍，是一个城市对公共空间的“微更新”。

位于老城区的陕西街游园，不大的“口袋公园”里处处生机勃勃。树绿花香间，人们或休闲散步，或惬意小憩。公园里有两面醒目的景墙，一面保留了一段原有的清代传统古建筑“斗砖风火墙”，另一面则介绍了陕西街地名由来、明清以来陕西街风土人情、曾在陕西街生活过的历史名人生平轶事等。

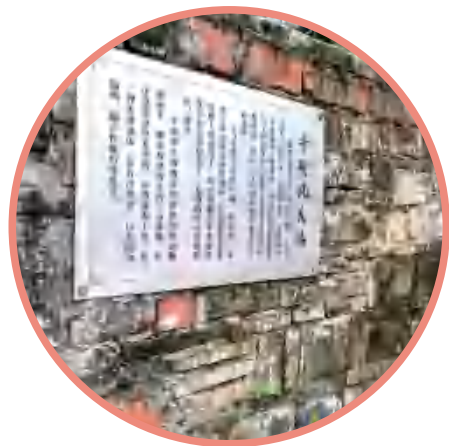
陕西街游园于2017年10月动工，主要建设内容包括停车场、园路、给排水、铺装、绿化种植、景墙、景观小品、照明等，注重“小而精”，小景观、小广场、小游道穿插其中，尽量拓展综合服务功能，提供舒适的户外环境，满足市民休闲、运动、娱乐、停车等更多需求。2018年2月正式建成开园。

据市林业和园林局相关工作人员介绍，陕西街游园所处小型地块位于旧城区域，设计过程中，在打造园林绿化景观的同时，通过深挖陕西街历史名人轶事，并注意保留“斗砖风火墙”这样的建筑文化风貌，将文化特征融入景观之中，并提供舒适、生态的户外环境，满足市民休闲、运动、娱乐、停车等更多需求，增强片区综合服务功能。

生机盎然的绿色景观，设计精巧的空间布局，还可以带着孩子“在小小的花园里挖呀挖呀挖”……近年来，我市高度重视“口袋公园”建设工作，白岩竹溪湿地公园等一批“小而美”的口袋公园悄悄现身市民的家门口。抬头见绿、出门见园，将“诗与远方”的生活变成市民群众触手可及的幸福。



陕西街游园 熊春鹰/摄





黄程武/摄



郭星/摄

去公园撒个野

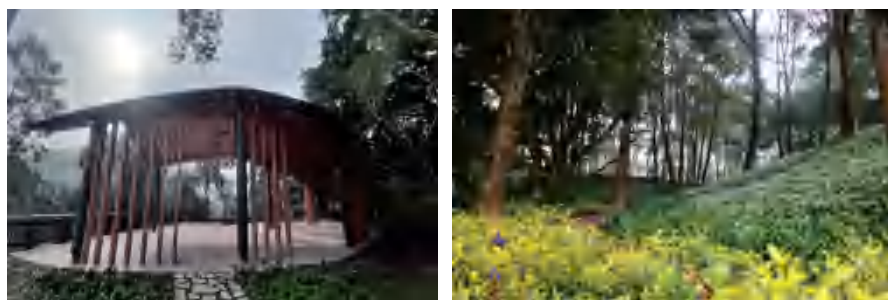
“不下雨的清晨我都会去绿心公园跑步，耳机里随机播放爱听的音乐，一路闻着花与草的芬芳，感受一场大汗淋漓后的畅快。不得不说，绿心公园真是乐山人的宝贵财富呀！”大学毕业回到乐山的秋雯毫不吝啬对嘉州绿心公园的赞美。

春有桃花海棠，春风十里；夏有荷花紫薇，向阳而生；秋有芙蓉彩叶，秋色绚丽；冬有梅花独放，傲雪争春。在嘉州绿心公园，一年四季都能欣赏到不同的美。每逢清晨与黄昏，周末与节日，天气晴好时，人们沿着绿心环线跑步、骑行、散步，开启绿色健康生活，抑或带上孩子去公园撒个野。

嘉州绿心公园地处乐山市中心城区，规划面积10.77平方公里。从2012年公园开园，到2018年完成第一轮生态整治，多年的打造，让嘉州绿心公园成了乐山时时“上新”的“生态绿肺”。

从荒芜绿地到城市公园，为了将这颗“绿色之心”留驻城市，2017年，乐山市出台首部实体性法规——《乐山市中心城区绿心保护条例》，依据条例又组织编制《乐山市中心城区绿心保护规划》《乐山市绿心公园绿色生态整治概念规划》《乐山市绿心公园绿色生态整治工程方案设计》《绿心环线可视范围内增绿添彩近期实施方案》等一系列规划方案，用立法为保护绿心“撑”起一把法律的伞，通过对绿心生态的保护，充分发挥绿心的生态屏障和生态服务功能，打造“生态之心、文化之心、健康之心”。

十里桃花、千株紫薇、万朵向日葵……如今的嘉州绿心公园森林面积达566.42公顷，森林覆盖率达到79.63%，拥有国家Ⅰ级保护野生植物3种，国家Ⅱ级保护植物12种，国家Ⅰ级保护动物2种，国家Ⅱ级保护动物10种，生物多样性十分丰富，是乐山最大的城市公园。月月有花看、季季有花赏，三步一景、步移景异的绝美画卷在这里铺展，“一起逛绿心公园”早已成为乐山人茶余饭后或周末休闲的一种生活方式。



鱼叫湾公园一隅 熊春鹰/摄

老字号公园焕新升级

上世纪八九十年代，鱼叫湾公园算是市中区人气最热闹的公园。公园地处乐山彼时的中心地带，有山有湖有农家乐，湖水清澈见底，还有各种游乐设施，既可以游山玩水，还能在湖面泛舟，是中小学校组织学生春游秋游必去的地方之一。

春天的鱼叫湾，满山梨花绽放，团团锦簇，造就“千树梨花千树雪”的美景；夏天高大的树木将炎热阻隔，晚风微凉，夜色正美；秋天园内种植的树木结出果子，饱满的果实压弯了枝头；冬天里美丽的菊花开得艳，漫步在幽静的小路上，心情倍感舒畅。每年元宵节期间，还会举办元宵节灯会；不定期举办菊花展，郁金香花展……

“记得有一年鱼叫湾公园举办郁金香花展，我们一家三口从犍为坐车到这里看花展。第一次看到这么多如此美丽的郁金香感到好惊艳，特意在有个大风车的花海前面照了一家全家福。”“还有多少人记得鱼叫湾公园以前用竹竿支起来的迷宫，走出来了还会有一个小的纪念奖品。”……作为乐山的老字号公园，鱼叫湾公园承载了几代乐山人的回忆，属于它的繁华热闹也在城市化进程中渐渐消退。

为进一步提升鱼叫湾公园园林景观效果，近日，市中区绿心公园管理处启动了嘉州城市森林公园提升项目湿地打造水体治理项目（鱼叫湾公园）（以下称“鱼叫湾公园水体治理项目”）。

12月8日，记者在鱼叫湾公园看到，整个公园湖面沿岸已经全部打围，施工公告写道“为契合绿色发展，促进海绵城市，坚持治山、治水一体推进，提升湖体水质，重塑湖区‘水清、气净、湖美’蓝绿融合的景观生态，现对湖区水体实施水生态修复。”据该项目技术负责人郭银银介绍，之前公园湖水偏黄，水色发暗，水体透明度低，水面漂浮物多，湖水里鱼类种群又多又杂，加上之前周边污染的水体、雨水等，湖水生态发生变化，一度造成蓝绿藻爆发，浮游生物增多，水体变差，已不能满足现代城市公园的需求。

鱼叫湾公园水体治理项目主要采用食藻虫引导水下生态修复为主体技术，并通过湖底底质改良、水生植物系统构建、水生动物系统构建、微生物群落构建，以及水动力系统构建等措施，对整个湖区的水体进行水生态系统重造，让湖区水生态系统具有一定的自净能力，可以抵抗自然降雨、周边汇水带来的污染，从而保持好的水质和水景观状态。

郭银银表示，这次是对湖区水生态系统进行全面修复。治理后，湖水水质可以达到地表水三类水以上标准，生态环境大大提升，届时，湖水将恢复到清水绿岸、鱼翔浅底的模样。

B

公园是人类本性
回归和释放的场所，
以及存在的证明。

城市更新中的活力场



李勇摄



乐山广场 郭星摄

近代工业革命的产物

我们在公园里赏景、社交、跳舞、休闲……在今天，公园是我们每个人都习以为常的公共空间，逛公园已经成为日常生活的一个重要组成部分。

“园林古来有之，但城市公园却是近代工业革命的产物。”乐山师范学院美术与设计学院讲师、巧圣景观负责人胡宇新说，在一百多年前的中国，公园是全新的舶来品，被当作最现代的西方都市文明的象征引进来。

中国最早的公园长什么样？

“北京地铁有个‘动物园站’，当时叫做‘万牲园’，它就是现代中国人自己建造的第一个公园。”中山大学中文系副教授林峥在《五座公园，反映北京时代变迁》一文中写道，晚清时的万牲园非常“洋气”，引入了大量异域风情的建筑 and 现代设施。比如其中的来远楼，第三层有一个旋转式的楼梯，里面设有番菜馆，也就是西餐厅。

万牲园为什么这么“洋气”呢？

清末新政，清政府派了五位大臣出洋考察西方的“导民善法”，他们回来报告了四件事，分别是博物馆、图书馆、公园和万牲园。这四个新鲜事物在中国付诸实践时，都被统摄在公园的脉络里。

公园其实是十九世纪中期西方为了应对工业革命带来的城市问题而发明的产物。当时，公园是现代市政规划的中心，被视为“都市之肺”，可以从物质和精神的双重层面净化都市居民的身心。比如在巴黎，市长奥斯曼就开设了大量的公园绿地以及林荫大道，以至有人评价说，绿化对奥斯曼而言是一项政治。在美国，“公园之父”奥姆斯特德认为，公园是社会道德改革的利器，可以控制犯罪，纽约的中央公园就是他的杰作。

“因此，公园从诞生之初就承担了教化的功能，这就和清末民初的启蒙价值观不谋而合。”林峥表示，在启蒙者眼中，公园可以培养不同于“东亚病夫”的身心的中国国民。梁启超甚至提出说：一日不到公园，则精神浑浊，理想污下。

最具想象力的旅行

城市中最具想象力的旅行，或许不在山遥水远之处，而恰恰就在市中心。

如果说城市生活犹如环境与时间交织而成的快节奏情景剧场，其中总有未知的戏剧不断上演，那么公园则是每座城市的独特腔调与脉络，也构建着富有诗意的城市场所，是城市的活力之源。在我们夜以继日生活的城市中，公园无疑是一处我们能够卸下疲惫和包袱的彼岸。

踏出社区，来到“口袋公园”；走出城市，来到郊野公园，只有暂时跳脱出都市喧嚣，触手可及自然的温度与生活的烟火气，我们才终于拥有了一方得以沉静自省的城市空间。

“城市公园是城市公共绿地的重要组成部分，供公众游览、观赏、休憩、开展科学文化及锻炼身体生活领域，同时兼具健全生态、美化景观、防灾减灾等综合作用的城市基础设施。”业内人士表示，城市公园包含以下几个方面的内涵：首先，城市公园是城市公共绿地的一种类型；其次，城市公园的主要服务对象是城市居民，但随着城市旅游地开展及城市旅游目的地形成，城市公园将不再单一的服务于市民，也将服务于旅游者；再次，城市公园的主要功能是休闲、游憩、娱乐，而且随着城市自身的发展及市民、旅游者外在需求的拉动，城市公园将会增加更多的休闲、游憩、娱乐等主题的产品。

城市公园积极回应公共空间、共享街区、水资源处理、郊野风光、文化更新等诸多公共议题，默默为城市，也为生活在城市中的我们，提供着不可或缺的身体和思想上的养分。

城市精神风貌的体现

跳舞的中年女人、打太极的老人、蹒跚学步的孩子、牵手拍照的情侣……城市公园夹杂着市民的生活日常，是城市化发展中最具代表性的空间之一。

美国社会哲学家刘易斯·芒福德曾说过：“城市是一部具体的、真实的人类文化的记录簿。无论缺少其中的哪一页，都会令人们感到失落。”那么，公园一定是城市文化记录簿上十分重要的一笔。

“城市公园是一个城市精神风貌的展现。”在胡宇新看来，一座好的公园要接地气，需要与这个城市的历史、文化、审美融为一体，体现所在城市的气质，有自己的历史底蕴，有自己的美学特色，并与市民的生活真正融为一体，提供市民休憩的公共空间。

东南大学建筑学院教授童明认为，公园建造出来，是给居民使用的，而不是摆在那里为了好看。公共空间的建造要想有价值，其实就在于与民众之间的互动。“把城市以及城市中的环境，当成有机的生命载体，而不是简单地觉得，有些地方看不顺眼，就给它重新改造。”实际上，与空间进行交流互动，提升空间的活力，也是城市更新中最主要的目标。

业内人士认为，在城市更新中公园绿地的改造提升，主要是通过提升公园的开放度、可达性，构建新的服务场景，复合城市功能等，吸引更多“新”人群进入，进而激发城市的活力和动能。但要做到这些，仅仅依靠政府是不可能的，必须要在政府、民间力量、居民三方共同驱动下，永续的进行“以人为核心”的“场景重构”。

目前，国内的城市公园类更新项目，大到城市公园小到“口袋公园”，仍是以政府为主导，以公共空间的设计、绿化景观的美化为主，尚未建立起完善的公园管理与运营机制体系。因此在新的发展阶段，新一轮的城市公园更新中，期望在后期管理和运营方面更加精细化，不仅仅是为了空间的美好，更应注重场景的构建，从人的需求出发，让人们产生共鸣和归属感。通过人气的复苏为城市的发展注入新的活力，带动城市的产业经济发展。



老霄顶公园 郭星/摄

从“城市公园”到“公园城市”

“人们为了活着，聚集于城市；为了活得更好，居留于城市。”古希腊哲学家亚里士多德的这句话，在人类城市化进程中，掀起了滔天巨浪，在这个浪潮中，亿万个体经历着至今连绵不绝的迁徙。

求学、就业、安家，人口的不断进入，让城市的容量无限膨胀。土地，对于城市而言，寸土寸金毫不夸张。市住房和城乡建设局景观园林科相关负责人表示，城市绿地系统和公园体系作为城乡发展建设的基础性、前置性配置要素，是城市公共服务体系的重要内容，更是“诗意栖居”的理想人居环境的关键组成。

完善而卓越的城市绿地系统和公园体系，无疑将成为城市人居环境中“最公平的公共产品和最普惠的民生福祉”，是满足人民日益增长的美好生活需要，落实“以人民为中心”的发展思想的核心内容。“公园城市”理念体现出的“公园即城市、城市即公园”、公园与城市将实现多层次、多维度的融合发展是当前及未来新时代“公园—城市”关系发展演变的必然路径。

井研研溪湿地公园 郭星/摄



美颜 生鲜灯退场

在特殊灯光照射下，肉类、水果等生鲜食用农产品的色泽看起来更鲜亮，这样的照明设备被称为“生鲜灯”。全面禁用“生鲜灯”已有多日，记者来到城区多家农贸市场、超市走访生鲜灯撤换情况。

■ 本报记者 杨莹 文/图



生鲜食品还原“真本色”

“超市、农贸市场把生鲜灯都换成了白炽灯或射灯，生肉和蔬菜没了滤镜，买菜更加放心了。”12月5日上午，市民王女士在城区嘉祥路的农贸市场买肉和菜，在白炽灯的照明下，她挑选了一块满意的猪肉。“这个灯改得好，看东西更真实了，以前那个红色的灯看得眼晕，不知道这个肉到底新不新鲜，现在都是本色，肉质什么样都看得出来，特别棒！”王女士早就发现了生鲜灯的秘密，“以前去肉摊买肉，在泛红的灯下，肉显得特别有光泽，很有购买的欲望。但买回来放在案板上明显就是两种颜色，当时就觉得上当了。”

12月6日，记者在城区柏杨东路购物生活超市肉类销售区看到，在面积较大的肉摊上方悬挂着10多盏射灯。工作人员告诉记者，“消费者一般都是根据猪肉色泽判断其新鲜度，在红色光源下，很难看出肉品是否新鲜。不过只要猪肉新鲜，诚信经营，用不用生鲜灯都没有影响。”

记者走访了我市多家大型连锁超市、农贸市场、生活便民超市等场所发现，“生鲜灯”已经难觅踪迹，各摊位上使用

的灯具大多为白炽灯，生鲜产品在灯光照射下，外观与自然光照射时相比基本没有变化。但在夜间，一些流动水果摊贩却依然在使用生鲜灯，“观望”成了他们的关键词。“我们是私人商贩，之前没接到过禁用‘生鲜灯’的通知，所以不太清楚。”一位水果摊老板告诉记者。

谈及对于“生鲜灯”的看法，市民范新说，“不新鲜的肉，红色的光一照，也看得出来。以前在农贸市场买肉时，红润的肉品看起来可以，买回去才发现差点意思。”范新觉得，在菜市场或者超市里泛红的灯光是一种常态。“但从这个月起，我发现这些地方一下变得清爽了。”范新没有深究换灯的原因，直到刷到一条禁用生鲜灯的视频，他这才恍然大悟。“我买肉没太关注灯光，但现在回想起来，确实有几次买肉，当时看着很新鲜，可拿到家一看，跟店里看到的肉一个天上一个地下，区别很大。”范新说，这也是她第一次得知，此前挂在鲜肉铺的生鲜灯具有“美颜”作用。





此“灯”非彼“灯”？

12月1日，国家市场监督管理总局公布的《食用农产品市场销售质量安全监督管理办法》（以下简称《管理办法》）正式实施，其中最受关注的莫过于被概括为“生鲜灯禁令”的第七条：“销售生鲜食用农产品，不得使用对食用农产品的真实色泽等感官性状造成明显改变的照明等设施误导消费者对商品的感官认知。”记者从乐山市市场监督管理局了解到，自《管理办法》发布后，执法人员以生鲜食用农产品销售主体为重点对象，全面排查使用“生鲜灯”问题，及时宣传新规，督促市场开办者、销售者自查，指导农贸市场摒弃各类“生鲜灯”“美颜灯”，及时更换不符合规定的照明灯具。

“生鲜灯”是什么？简而言之，就是通过灯光颜色为农产品“美颜”，让农产品看起来更吸引人。红光灯照肉类，鲜嫩多汁；蓝光灯照海鲜，新鲜度似乎更高；绿光灯照蔬菜，仿佛刚刚采摘——这是很多农产品销售者的“生意经”。在有的超市可以看到，即便使用同一根灯轨，射向不同品类的灯光颜色并不相同。做了20多年猪肉生意的黄师傅告诉记者，最早的时候，肉摊照明用的是灯泡，再罩上一只红色脸盆，这些年才出现了生鲜灯，灯里面有密密麻麻的红色小灯珠，加上红色灯罩，打开后发出红光，猪肉的颜色很好看。“当时很多商贩都用了生鲜灯，我不用的话，容易流失客户。而且，生鲜灯是LED光源，也省电，一举多得。”走访中记者发现，对于生鲜灯的退场，部分商户表示还不习惯，“就跟人化妆一样，喜欢化妆的人突然卸了妆，看起来很别扭。”

《管理办法》开始正式施行后，生鲜灯改变食用农产品色泽而误导消费者的问题解决了，可新的问题也随之出现，究竟什么样的灯具才算是合规的呢？不少商户及摊贩纷纷表示，“不清楚。”黄师傅坦言，《管理办法》正式实施后从监管者到商家及消费者，大家默认使用白炽灯，“我也问了监管部门，其实他们不敢打包票说使用白炽灯就是合规的。”黄师傅认为，并没有对合规的照明设施种类，或是色温、显色系数等相关参数做出明确规定，而是通过灯光是否改变食物本身的色泽这种主观判断进行处罚。“或许有人觉得颜色改变了，也有人觉得能接受，我个人认为只要不是过度改变就可以。”在给各门采购灯具时，黄师傅也自行制定了一个标准，要求色温值在6000以上，“色温数值越高就越白，数值越低就越红或者越黄。”

记者在电商平台以生鲜灯为关键词进行搜索，不少商家打出了新国标、符合市场监管总局新规及市场灯光要求、还原食物本来颜色要求等广告。还有些商品图片中标注了显色指数和色温范围，其单价大多在百元以上。当问及新国标生鲜灯与被禁用的生鲜灯有何区别时，客服表示新国标生鲜灯灯光中不加红色，色温是符合要求的5911K，属白光色温，是通过提高还原度和显色指数来还原食物本身的

色泽。也有打着符合监管新国标广告商家客服表示，该店的灯具发出的灯光实际为白光带点红色，不会被禁用。“现在电商平台上商家自称其产品为符合新规的生鲜灯，并且有检测报告。但此种检测报告也可能是照明设备上销售时、需要符合国家强制性标准的、必备的相关合格证，类似食品店必备的营业执照和健康证。”业内人士表示，灯具的用途很广泛，不能单论其是否合规，要结合其用途和特点来共同判断。如某种可以改变色泽的灯具用于室内装饰或植物观赏等，可能是合规的，但如果用于照射食用农产品，明显改变其真实色泽，则不合规。所以不应以商家出示的单一检测报告为准，用途不同，评判体系和标准则不同，要以双重的标准来判定。

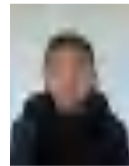
遗失声明

兹有峨眉山市高桥张沟河灌区农民用水户协会社会团体登记证书正、副本已遗失（统一社会信用代码：51511181584232306R），特此声明。

峨眉山市高桥张沟河灌区农民用水户协会
2023年12月14日

寻找弃婴（弃儿）生父母公告

2018年1月1日在沐川县黄丹镇胡湾村6村（小地名泥棚高），捡拾男性弃婴一名，当时，弃婴放在小竹篓里面，用破旧的小棉被包裹着，捡拾时弃婴面黄肌瘦，两眼无光，声音沙哑，一副病态。现取名：严彬原，出生日期定于2018年1月1日。



请孩子的亲生父母或者其他监护人持有效证件与乐山市儿童福利院联系，联系电话：0833—2269005，联系地址：乐山市市中区白蜡街69号。即日起60日内无人认领，孩子将被依法安置。

乐山市儿童福利院
2023年12月14日

刘修月： 醉心民乐世界

■ 本报记者 金丹

人物
档案

刘修月，1986年生于乐山井研，现供职于乐山市文化馆。主要作品：《彝乡月》《阿妹出嫁》《云恋》《石榴结籽抱成团》等。作品曾获得国家艺术基金舞台艺术小型剧（节）目和作品创作资助项目，四川艺术基金青年创作人才项目。中国当代歌曲创作精品工程“听见中国听见你”优秀歌曲，“百年百首”全国优秀新歌曲，四川省文联年度百家“推优工程”优秀原创文艺作品，“蓉城之秋”优秀原创音乐作品，四川省艺术节四川群星奖等奖项。

解锁民族音乐密码

“咿呀哈咿哟喔 石榴花开红似火 满山满坡红披毡 石榴树下石榴裙 阿哥阿妹把手牵……”11月1日晚，国家大剧院内，2023年第十六届“春华秋实”艺术院校舞台艺术精品展演“大美和韵”合唱作品音乐会上，《石榴结籽抱成团》首演便获得了广泛好评。大屏幕上闪过词曲作者的名字：刘修月。

刘修月的音乐天分很早便开始显露出来。由于父亲对音乐情有独钟，早在5、6岁的年纪，她便常在家里跟着父亲一起哼唱。“印象最深的就是带着我去卡拉OK唱《我的祖国》，我唱女声，父亲唱男声。唱歌对于我来说是一件非常享受的事情。”后来，刘修月进入四川舞蹈学院学习民族舞。“期间接触到了大量的民族音乐，非常吸引我。”这也间接影响到了她后期的音乐创作方向。

2004年，刘修月进入四川音乐学院开始系统地学习作曲专业。在此期间，她痴迷于大、小凉山地区彝族民族民间音乐研究和创作。“彝族歌诗传统丰富多彩，从民间口承的诗歌到毕摩创作的诗作，无论在结构方式、形象塑造、语言运用等方面，都充满着诗情画意，都有着浓郁的民族特色，呈现出不同的艺术风格，充分显示了各支系彝人歌诗文化那清新、素朴的自然美感，具有强烈的艺术魅力。”

自此，刘修月开始了大、小凉山的探索之旅。“跑遍了大、小凉山，数不清去过多少次了，但每次都有新的收获。在雷波县文化馆听被当地人戏称为“核武器”的什扎高腔男女对唱，在布拖县文化馆听到阿都高腔的传承人吉斯日黑演唱的阿都高腔……我完全被那响遏行云 的唱法深深吸引，其高音常常直达e3，旋律婉转悠扬，旋法十分独特。丰富多彩、与音乐贴切融合的衬词更是具有其鲜明的民族特色。”刘修月说，彝族音乐与其赖以生存的山地生境、自然万物和民俗生活息息相关，使得音乐人从内容、题材到曲风、旋律的选择都受到民间音乐形态和传统音乐思维的影响。彝族民间歌谣始于生产劳动，兴于祝咒祭祀，大多通过口承方式流传，有山歌、风俗歌（又分为婚礼歌、丧礼歌、节日歌、祭祀歌）、叙事歌、情歌、儿歌等类型。器乐艺术包括口弦、马布、月琴、竖笛、葫芦笙等，通常以独奏的表演形式呈现。“这是累积素材非常关键的一步，在我作曲中，很有可能灵光一现，这部分非常适合用某种器乐来演绎，这些在网上查找资料、翻看相关视频都无法实现的。”

传统不等于过去

2019年，刘修月接到了参加第二届四川艺术节的通知，此时离参赛仅剩一个多月的时间，经过层层筛选，她决定排练其作曲作词的作品《彝乡月》。歌曲采用混声无伴奏四重唱的演唱形式，8名演唱者手持小型打击乐“烟盒”（世界上最小的打击乐，同时也是彝族的特色乐器，）及“碰铃”，同时加入彝族代表性乐器“口弦”。将汉语、彝语结合使用，并融入阿都高腔，同时用变换拍子来体现彝族特有的舞蹈性律动，呈现出一幅彝乡人民在月光下载歌载舞、幸福欢乐、一片祥和的动人画面。

由于参评的四川群星奖评奖对象是指由群众文化工作者和群众文艺爱好者创作（含作词、作曲、编剧、编导）和表演的音乐、舞蹈、戏剧、曲艺类作品，挑选演员就是一大难题。“要找8个非专业演员，大家都有本职工作，就要利用下班、周末时间来排练，时间很紧迫，但因为热爱，没有一个人抱怨。”从作词、作曲、器乐到服装、排练，刘修月肩上的担子很重，每晚加班到两三点已然是常态。“过程辛苦，好在结局是美满的。”《彝乡月》反响不错，荣获了四川省艺术节四川群星奖，后获得中国当代歌曲创作精品工程“听见中国

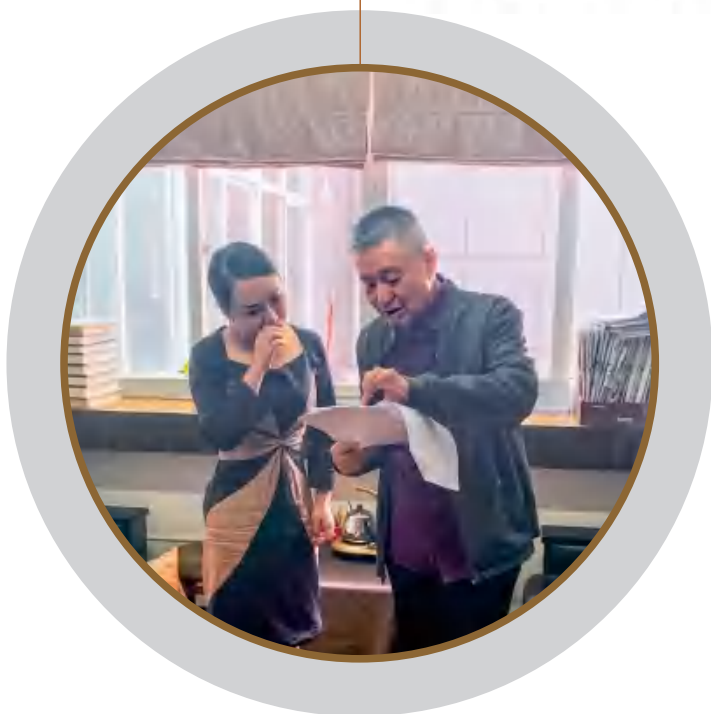


听见你”优秀歌曲（全国仅20首）。

一定要创作一首用彝族的四大高腔为基本素材，生动表现全国各族儿女新时期脱贫攻坚后所焕发出的崭新风貌的音乐作品。这是刘修月一直以来的一个梦想，随之而来的便是《石榴籽籽抱成团》的诞生。在创作过程中，她非常重视民族元素的提炼。通过多次的田野考察，刘修月对彝族歌唱中的母语发音、口型进行详细的记录，然后将一个个彝族词汇分解、重组后转化为合唱中的衬词。看似简单的做法，却十分考验作曲家提炼音乐素材进行改造创新的能力。

“以凉山石榴花开的盛景和人民的崭新风貌为灵感，把大小凉山彝族传统高腔（阿都高腔、什扎高腔）加以创新，并加入‘萨里亚霍’（幸福的歌）、‘孜莫拉’（幸福了）、‘卡莎莎’（感恩）、‘者里拉’（抱成团）、‘几古拉’（心相连）等彝语歌词，使之更具彝族特色。”

“民族音乐将是我继续创作的主旋律。”刘修月说，虽然这可能算是一个“小众”音乐，市场效果也比不上通俗音乐，但总得有人坚持下去。“如今的社会和文化的发展速度比较快，传统的民族音乐似乎突然间离我们比较遥远了。于是就带来了一个错觉——传统是过去。但在我看来，这个认知不够全面，因为，传统的民族音乐从来没有固定、休止或停留在某一个历史阶段或发展过程之中，它亟待我们去挖掘，去创新。如果只一味地追求流量，创作大量快餐式的作品，某天可能会发现，我们轻易丢掉传统文化，才是祖先留下的最宝贵财富。”





我市召开生态文明建设和生态环境保护专场新闻发布会 厚植生态本底 建设美丽乐山

12月6日，乐山市召开贯彻落实党的二十大精神推进生态文明建设和生态环境保护专场新闻发布会。发布会上，相关部门从多方面介绍了我市生态文明建设和生态环境保护相关工作开展情况。

■ 本报记者 熊春鹰

加快推进“无废城市”建设

乐山积极推进生活垃圾、餐厨垃圾资源化利用和无害化处理项目建设工作，基本建成涵盖大宗工业固废、再生资源和危险废物等多领域的固体废物利用处置“四大基地”，有力推动“无废城市”建设。

目前，全市生活垃圾日产生量约2000吨，已建成生活垃圾焚烧发电厂项目1个、水泥窑协同焚烧处置项目1个。生活垃圾环保发电厂总投资8.7亿元，生活垃圾日处理能力达1900吨，配套日处理渗滤液900吨，服务范围包括除峨眉山市以外的境内相关区县。自2019年5月投运以来，已累计处理生活垃圾约212万吨，上网发电约8.3亿度。峨眉山市水泥窑协同处置项目总投资1.05亿元，日处理能力400吨，年处理量13万吨，自2017年投运以来已累计处理75万吨。通过生活垃圾环保发电和水泥窑协同焚烧处置项目处置，全市生活垃圾焚烧处置率已达95%。

乐山餐厨垃圾资源化利用和无害化处理设施建设项目总投资1.34亿元，设计处理规模为250吨/日、地沟油10吨/日。覆盖处理范围为市中区、高新区、五通桥区、沙湾区、夹江县、井研县。自2020年8月投运以来，已累计处理餐厨垃圾20万吨，提油量1.2万吨，取得了良好的经济和环保效益。餐厨垃圾处理项目的良好运行，利于实现餐厨垃圾科学处理和资源化利用、助推垃圾分类、保障人民群众食品安全和身体健康。

医疗废物处置项目对全市医疗机构产生的感染性和损伤性医废进行收集、贮存和处置，采用高温干热工艺，可处置卫生行业的感染性废物和损伤性废物，已建成医疗废物集中处置单位1家。总投资3176万元，日处理规模10吨，覆盖处理范围全市11个县（市、区）及乐山高新区约3300家医疗机构。自2020年12月投运以来，医疗废弃物累计处置量约为2608.48吨，收运处置率100%。目前医疗废物处置做到了日收日清，实现了零安全事故和零环保事件发生。

深入推进新型工业化发展

我市坚决按照党中央、国务院及省委、省政府关于推进新型工业化战略部署，将高质量发展要求融入到推动乐山工业经济发展的全过程，深入推进新型工业化，统筹好经济发展和生态环境保护。

准确把握高位推动。始终坚持“在保护中发展，在发展中保护”，加快推进新型工业化。先后出台《中共乐山市委 乐山市人民政府关于实施先进制造业发展倍增计划的意见》《中共乐山市委关于深入推进新型工业化加快建设以实体经济为支撑的现代化产业体系的决定》等文件，推动制造业高端化、智能化、绿色化发展。今年1至10月，全市规上工业增加值增速9.9%，居全省第三位，增速高于全国全省平均5.8、3.5个百分点。

“绿色硅谷”加速成势。锚定绿色低碳优势产业，坚定实施晶硅光伏“头号工程”，培育形成了全省首批特色优势产业、重点布局的战略性新兴产业集群。目前，全球前10强光伏企业中有5户投资乐山，现已形成36万吨硅料、67GW拉棒切方、38GW切片产能。今年1至10月，晶硅光伏产业实现产值700.4亿元，同比增长22.3%，经济增长主引擎作用更加凸显。





市经信局供图

绿色转型成效突显。坚持把转型升级、绿色发展作为推动新型工业化的重要途径，切实抓好工业节能降耗，持续推动落后产能退出，积极引导节能降碳标杆企业创建，助推企业降本增效。先后压减钢铁产能92.5万吨、铁合金产能10.3万吨，淘汰砖瓦产能15.3亿匹、陶瓷产能7874万平方米，成功创建国家级、省级绿色制造示范单位37个，五通桥晶硅光伏产业园纳入四川省绿色低碳优势产业重点园区培育名单。

吹响美丽乐山建设冲锋号

市委、市政府高度重视美丽乐山建设，印发《乐山市贯彻落实〈美丽四川建设战略规划纲要（2022—2035年）〉分工方案》，成立了工作专班，构建了党委政府领导、市生态环境保护委员会统筹协调、地方部门分工负责、“大小专班”联合推动的工作机制，全面吹响了美丽乐山建设的冲锋号。

2023年，全市省考断面水质优良率稳定达到100%，创历史最好水平；全市空气质量总体达优良水平，“近观三江、远眺峨眉”成为常态；生态环境状况指数持续为优，连续7年稳居全省第二位。我市在成功创建2个国家生态文明建设示范区、1个“绿水青山就是金山银山”实践创新基地等基础上，于今年推动峨眉山市成功创建美丽四川建设先行试点县（市），成为全省首批15个先行试点地区之一。

下一步，美丽乐山建设将重点抓好以下工作：一是在坚持规划引领上持续发力，高质量编制《美丽乐山建设战略规划》。二是在聚焦重点任务上持续发力，抓好深入打好污染防治攻坚战、全面推进发展方式绿色低碳转型、持续加强生态保护修复、大力改善城乡人居环境、牢牢守住美丽乐山建设安全底线、健全美丽乐山建设保障体系六大重点任务。三是在强化项目支撑上持续发力。强化“政银企”联动，生成一批重点项目，积极争取国、省专项资金支持，引导金融资本和社会资本参与美丽乐山建设。四是在加大试点示范上持续发力。全面加大生态文明示范创建、美丽四川建设先行试点县（市）创建力度，持续开展“五清”、场镇提升等城乡环境整治行动，建设一批“美丽乡村”“美丽河湖”等“美丽细胞”。

促进人与自然和谐共生

我市坚定贯彻“共抓大保护、不搞大开发”方针，实施好长江“十年禁渔”，抓考核、提能力、严执法、强修复、细宣传，取得显著成效。

一是强化环保考核。将长江禁捕退捕纳入生态环境保护党政同责考核，压紧压实各方责任，持续深化暗查暗访，督促各地生态环保“补短板、强弱项”。二是强化执法建设。配备6艘执法船、10架无人机、52个视频监控设备、7辆执法车等执法装备，共用公安“天网、雪亮工程”系统助力禁渔监控，统筹147名护渔员、2400名河湖长网格员开展巡护，构建“人防+技防+物防”的现代化监管体系。三是开展保护行动。今年，已开展专项执法检查158次，出动执法人员7838人次，检查水产品销售经营点217个，检查渔具生产、经营点136个，清理涉渔“三无”船舶20艘，清理违规网具714张，查处违法垂钓、捕捞133件，形成了“水上不捕、市场不卖、餐馆不做”的强大震慑。四是推进资源修复。规范社会增殖放流活动，加强禁捕退捕效果评估监测，建立岷江长吻鮠国家级水产种质资源保护区。今年，已举办增殖放流活动13次、放流鱼苗166.9万尾，促进“以水养鱼，以鱼净水”水生态资源修复。五是深入宣传教育。通过“传统媒体+新媒体”“线上+线下”等方式，广泛宣传法律法规、禁渔小视频，在重点河岸制作警示牌、展板342个，印发宣传手册、资料10万余份，推送公益短信30余万条，有力提升社会认知，增进禁渔共识。

下一步，乐山将进一步压实各级各部门责任，突出水生生物保护和资源修复，持续巩固“十年禁渔”工作成果，筑牢长江上游生态屏障。

郭星 / 摄





郭星/摄

冰雪盛宴即将精彩呈现

第25届峨眉山冰雪温泉节12月22日启幕

■ 本报记者 熊春鹰

12月8日下午，第25届峨眉山冰雪温泉节新闻发布会暨“迎龙年 新业态”峨眉山旅游营销座谈会在峨眉召开。记者从会上获悉，第25届峨眉山冰雪温泉节拟于12月22日在峨眉山麓的《只有峨眉山》戏剧幻城拉开帷幕。本届峨眉山冰雪温泉节将持续至2024年2月，共配套“美食、温泉、游乐、演艺、视听、祈福”等12大类主题活动。

冰雪童萌再升级

第25届峨眉山冰雪温泉节紧扣“冰雪峨眉 童萌世界”冬游品牌，以“峨眉冰雪奇缘 仙山温泉乐园”为主题，突出峨眉山冬季的唯美与温暖，12大主题活动贯穿全程，景城一体，精彩纷呈。如第二届《只有峨眉山》杯“冰雪冬韵秀峨眉”短视频大赛，最高奖金可达3万元；“峨眉雪芽杯”第六届峨眉山“冰雪小弥萌”摄影大赛全面升级，参与即有机会赢取全家终生免峨眉山门票的超级大奖；首届“仙山灵韵 峨眉记忆”文化创意征集大赛也将拉开序幕；还有马路桥美食广场亮街仪式、第三十四届迎新年冬季长跑、新春文化集

市、书画摄影写生采风及名家精品展等。

此外，由红珠森林温泉、灵秀欢乐温泉、瑜伽禅意温泉组成的森林三大温泉集群，也将推出各式各样的主题活动，等你来体验冰火两重天的乐趣。峨眉山滑雪场的冰雪项目全面提升，保留了滑雪场四个传统项目和童萌乐园五个受欢迎项目，新增儿童雪地车、雪人滑梯、仙山幸运墙、童趣魔法迷宫四个配套娱乐项目和灯谜、盲盒等现场互动游戏。



熊春鹰摄



文旅消费欢乐送

为响应2023年“冬游四川消费季活动”，促进峨眉山冬季旅游市场繁荣，稳盘增量2024年文旅经济，峨眉山景区面对游客、旅行商推出重磅优惠措施。本届冰雪温泉节期间，“冰雪温泉欢乐季五千万消费券大派送”文旅消费促进活动将再掀高潮。峨旅投集团、峨旅股份公司联手，整合景区门票、索道票、观光车票、酒店、温泉、演艺、雪芽、数游、文创等产品，天天大派送，人人有惊喜！最低1元开抢！

此外，峨眉山景区、峨旅投集团、峨旅股份公司联合推出了“引团入峨”若干措施，从2024年1月1日至12月31日，对游览“金顶+万年+清音”景区的团队，享受景区全价成人门票10免1优惠；一次性购买且使用景区全价成人门票100张及以上的团队，享受景区全价成人门票10免1优惠；一次性购买且使用景区全价成人门票10张及以上的人境游团队（含港澳台），享受景区全价成人门票半价优惠；一次性购买且使用景区门票10张及以上的研学旅行团队，享受景区门票10免1优惠（从高优惠）；观看《只有峨眉山》演艺的旅行社团队，享受景区全价成人门票10免1优惠；对购买金顶索道、万年索道、《只有峨眉山》演艺和景区国有企业旗下酒店组合产品的团队，享受万年索道最高10免6的优惠。



共话行业新发展

本次会议是三年疫情之后峨眉山景区管委会、峨旅投集团、峨旅股份公司首次联手举办的大型旅游营销座谈会，也是历年来首次将会议举办在峨旅投集团、峨旅股份公司总部。旨在全面盘点2023，共同谋划2024，为峨眉山文旅高质量持续发展谋路径，开新篇，创未来。

为了办好这次会议，峨眉山景区管委会、峨旅投集团、峨旅股份公司精心筹备，七大板块的相关代表应邀参会，包括省市文旅相关协会、识途网订票前列旅行社、省外旅游专线商、四大OTA、研学机构、峨眉山网红导游及友好媒体代表等共计200余人齐聚一堂，共话发展。

座谈会环节，峨眉山旅游股份有限公司营销总监何群谈到，回望2023年，峨眉山依托“双遗产”资源，携手“八部天龙”产业完美收官，2024年，峨眉山将推出新项目、新活动、新政策、新举措来迎接全新的挑战，也期望和旅行商朋友一起携手前行，再创佳绩。随后，各级文旅协会领导对2023年峨眉山文旅市场提振恢复作出肯定，四川省旅行社协会副会长陈洪涛针对《只有峨眉山》戏剧幻城提出抓营销、强宣传等建议和指导；四川省研学旅游产业促进会理事、副秘书长李本楷对2024年峨眉山研学实践高质量发展提出宝贵意见；四川省营地与自驾协会副会长付岚以自驾游数据为依据，从调研市场和优化政策方面作出分析；乐山市旅游协会党支部书记、常务副会长成红就“强劲复苏的背后，如何才能让峨眉山旅游持续火爆”提出建议。会上，成都锦官国际旅行社、四川和平国际旅行社有限公司凯莱分社、四川锋行国际旅行社、四川省游遍天下国际旅行社等友好合作伙伴就团队游、入境游、“八部天龙”产业等方面进行了深入的探讨和分享，广大旅行商对2024年的峨眉山文旅市场抱有坚定的信心。

当天，活动现场还颁发了2023年度峨眉山景区旅游线路产品创新奖、入境游市场拓展奖、创新营销活动奖、研学旅行优质合作伙伴、新媒体创新推广奖、优秀合作伙伴奖六大奖项。《只有峨眉山》戏剧幻城、峨眉山滑雪场、红珠山宾馆、峨眉山大酒店、峨眉山温泉饭店、数游峨眉等依次进行推介，展示了各自的产品亮点、系列活动和优惠政策。

据悉，峨眉山从开创四川首个高山滑雪场单纯的冬季冰雪观光，到滑雪场的初步尝试，再到冰雪主题乐园的全面升级，24年来，冰雪温泉节不断求新、求变、求突破，实现了从“单冰作战”到多元冰雪体验的华丽转身，成就了如今“中国低纬度、高海拔冰雪娱乐的典范”。

峨眉山景区管委会副主任杨达军表示，第25届峨眉山冰雪温泉节是展示峨眉山冬季旅游“冰雪”“温泉”“童萌世界”三张名片的重要机会，更是向国内外宣传推广峨眉山冬季文旅新产品、新路线、新业态的精彩盛会，必将进一步推动峨眉山文旅深度融合、景区冬季旅游市场繁荣发展。

（图片除署名外由受访单位提供）



成理工程： 唱响理工最强音

■ 本报记者 高瞻



高瞻/摄

为深入学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想，弘扬社会主义核心价值观，引导同学们树立正确的世界观、人生观、价值观，激发青年的爱国热情和文化自信。12月11日晚，备受瞩目的“理工最强音”巅峰之战在成都理工大学工程技术学院激情唱响，全校师生一同感受了这场校园文化盛宴。

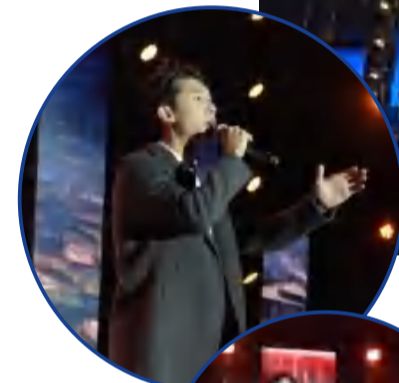
据悉，“‘核’唱最强音 筑梦新时代”第四届成理工程最强音校园歌手大赛是全校师生阳光校园青春颂歌的文化演绎，大赛以立德树人为根本，推动学校美育常展常演体系建设之际，也为全校师生搭建了展现自我青春魅力的平台，更是青年师生弘扬“强核报国、创新奉献”新时代核工业精神的文化阵地。自2015年设立理工最强音品牌以来，该活动每两年一届，得到了学生师生、社会各界的广泛关注。

本次活动自10月中旬启动以来，先后历经九系分赛区海选、园区院级初赛、院级复赛、半决赛、十强争夺战等环节，最终进入巅峰之战。当晚活动现场，来自学生组和教工组的选手各具特色，有的擅长抒情歌曲，有的擅长摇滚风格，有的唱跳兼备。每一首歌，每一个动作，都充满了热情和力量，现场的氛围瞬间被他们的激情所点燃。

教工组经过战队PK和巅峰对决后，最终何子豪获得冠军，李新年获得亚军，徐子超获得季军。来自不同专业的“十佳歌手”，经过队伍组内两两PK、经典传唱和巅峰对决，来自资土系的方其特获得冠军，艺术设计系的符俊依获得亚军，核能系的沈智鹏获得季军。

灯光节拍交织，歌声传达内心，听众陶醉其中。伴随着《年轻的战场》主题曲，历时两个多月的第四届理工最强音画上圆满句号。这场歌唱比赛是一场视听盛宴，让观众们感受到了音乐的魅力和选手们的才华，他们的表演不仅是对歌曲的精彩演绎，更是一种艺术的再创作，看到了音乐的无限可能。通过这场比赛，再次展现出成理工程音乐的繁荣发展以及理工学子对音乐的热爱和追求。

(本版图片除署名外均由成理工程提供)



高瞻/摄



乐山二中举办“一二·九”歌咏比赛

■ 李晶

奔跑吧，骄傲的少年，年轻的心里面是坚定的信念。燃烧吧，骄傲的热血，胜利的歌我要再唱一遍……12月9日上午，乐山二中全校师生齐聚运动场，举行歌咏比赛，隆重纪念“一二·九”爱国学生运动，一同重温历史，缅怀革命先辈，讴歌新中国。

据悉，本次比赛以班级为单位，一共14首歌曲，其中包括《我爱你中国》《少年中国说》《骄傲的少年》《隐形的翅膀》等歌曲，学校合唱团还演唱了歌曲《光亮》。台上，同学们精神饱满，激情演绎，嘹亮动情的歌声唱出了对青春的讴歌和对祖国的热爱。



部分参赛歌曲经过同学们适当的改编，并且在歌唱时伴以舞蹈、朗诵、武术和器乐演奏等，创新的舞台形式，既强化了表演效果，增强了观赏性，也充分展示了学生们的才艺和创新精神。

比赛开始前，学校党总支副书记彭媛媛代表学校致辞，简要回顾了“一二·九”学生运动的历程和意义，希望同学们牢记历史，献身时代接续奋斗，实干笃行挺膺担当，努力成为德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人，让人生在实现中国梦的奋进追逐中展现出勇敢奔跑的英姿。

草堂高中：校园歌手大赛总决赛举行

为进一步丰富校园文化生活，加强学校精神文明建设，展示学校全体师生团结创新、锐意进取、蓬勃向上的精神风貌，12月5日下午，草堂高中举行了2023年校园歌手大赛总决赛。经过层层选拔，最终有8名选手脱颖而出入围总决赛。

比赛现场氛围热闹，选手们用歌声传递情感，音符飘扬梦想，感染着观众们的心灵。经过激烈的角逐，评委老师们秉承着公平公正公开的原则，分别评选出了一、二、三等奖共十人，并授予“草堂高中2023年校园十大歌手”称号。（曹轩）

嘉州学校：峨边教师到校开展跟岗研修活动

在这个充满诗意的季节里，嘉州学校迎来了一批特殊的客人，分别是峨边县平等乡中心小学、杨村乡中心小学、新场小学和宜坪乡中心小学老师们。他们怀揣着对教育的热情，在学校进行了为期一周的跟岗研修。

据悉，本次研修分两期进行，11月13日—17日为第一期，11月27日—12月1日为第二期。研修初始，嘉州学校副校长陈乐平、副校长万蕾、教科室成员及相关学科教研组长参加见面会。会上，学校领导对前来跟岗研修的教师表示欢迎，并对当前学校中小学部教育教学及教研现状进行了介绍。

研修期间，老师们参观校园，了解智慧校园，走进教师课堂，观摩课堂教学、参与听评议课等教学实践活动；此外，各学科教研组还邀请老师们参与集体备课活动，一起研读教材、了解学情、共同探讨，深度体验学科教研活动。活动中，老师们观摩了数学、道法、语文等不同学科的公开课。（陈芹）

乐山实小：专家引领 真研实做

12月6日，乐山市实验小学体育课题组召开了《基于体育学科核心素养下小学生健康行为的实践研究》的开题报告会。本次会议邀请乐山市教育科学研究所高远才书记、高德全老师以及体育教研员赵琦翔老师莅临指导。

学校体育组课题成员老师，分别就本次研究课题的背景、现状、核心概念、文献综述、研究目标、内容、思路等方面，向三位专家领导做了详细汇报。随后，三位专家根据全体主研人员的汇报给出了宝贵的意见和诚挚的建议。

通过此次课题开题会，三位专家的建议让课题教师们明晰了研究方向，理清了研究思路，有力地促进课题研究的深入开展。与此同时，学校相关负责人也给全体主研人员建立了信心，要求认真理解和领悟三位专家的悉心指导，协同合作，并期待期待本次课题研究取得理想的成果。（杨艳）

乐山外小 消防安全 伴你“童”行

在第32个全国消防日来临之际，乐山市外国语小学积极开展形式多样的消防安全学习宣传活动。

学校结合今年“消防为主，生命至上”的主题，开展了国旗下班级展示节目——《致敬消防战士》，让全校师生增强消防安全意识，增强自救自护能力。在《燃气安全进校园，燃气安全放心》家长课堂讲座中，同学们学习了燃气使用安全知识，牢固树立家庭用气安全意识。各班级还积极开展丰富多彩的消防知识班队活动，学习消防知识，提升消防技能。

此外，学校生活部开展消防专题会议，学习消防灭火器的正确使用使用方法，增强安全意识。生活老师进行消防培训，怎样正确使用灭火器和消防栓，要求人人参与，牢记在心，熟练掌握。

乐山外小通过消防安全宣传月的系列活动，增强了全校师生员工的安全意识，提升了消防技能，筑牢校园安全防线。（行雅）

市实幼 开展家园沟通小教研

为了满足幼儿园教师在家园工作方面专业能力提升的需求，提升教师与家长的有效沟通能力，实现资源的共享与整合，让家园工作更加的高效、双向和动态。市实幼分别于9月11日、12月4日围绕“家园沟通”开展了教研工作坊活动。

此次教研活动，聚焦于老师们在教育教学中的实际问题，通过研讨、实践、复盘、再研讨的形式，螺旋式、延续性地帮助老师们完成从实践——理论——实践的转变。家园沟通是双向奔赴，是倾听共勉，是真诚以待。市实幼的老师们会继续钻研、研以致用、精益求精，用爱心和真心构建良好的家园合力，确保家园共育工作的持续、有效且高效的开展。（冯雪）

国家安全机关 部署重要行动



12月11日，国家安全部在微信公众号披露了一项重要行动：地理信息数据安全专项排查治理。

当前，随着新一代信息技术加快发展，地理信息数据与数字经济的协同效应不断增强，为经济社会发展提供了可靠的数据要素保障。地理信息数据既是重要的战略性数据资源，又是新型生产要素，可广泛应用于精准农业、能源电力、智能网联汽车等行业领域及我们日常快递网购、外卖送餐、家政服务 etc 生活场景。但一些别有用心组织和人员，却利用地理信息系统软件，企图窃取涉密敏感地理信息数据，对我国家安全带来了威胁和隐患。

伸向地理信息数据的黑手

地理信息系统软件是具备地理信息数据采集、存储、分析、管理、共享等功能的专业软件。这些软件功能强大，能够将采集的各类地理信息标注在地图上，并根据需要进行分析 and 展示，坐标精度甚至能够达到厘米级。

然而，个别境外组织、机构和人员却盯上了地理信息数据这块“大蛋糕”，企图利用地理信息系统软件开展情报窃密活动。手段包括：在软件使用过程中自动连接境外服务器，无限制收集用户数据；蓄意在软件中预置“后门”，为网络攻击和数据窃取打开方便之门等。

另外，少部分用户的数据安全意识薄弱，将城市管网、军事目标、涉密单位的高精度地理位置坐标标注在地图上，产生严重泄密风险隐患，可能会造成无法挽回的损失。

专项排查整治斩断黑手

地理信息数据属于高价值情报，是境外间谍情报机关情报窃密的重点。通过窃取我国高精度地理信息数据，可还原出我交通、能源、军事等重要领域特定区域的三维地貌图，为侦察监视、军事行动提供关键支持，将严重威胁我军事安全。

近期，国家安全机关工作发现，我国有关重要行业领域使用的境外地理信息系统软件存在搜集外传地理信息数据的情况，部分数据重要敏感，甚至涉及国家秘密，对我国家安全构成严重威胁。

针对上述情况，国家安全机关会同有关部门开展地理信息数据安全专项排查治理，指导、协助涉事单位开展清查整改，及时消除重大数据窃密、泄密等安全隐患。

国家安全机关提示

一、《数据安全法》规定，开展数据处理活动应当依照法律、法规的规定，建立健全全流程数据安全管理制度，组织开展数据安全教育培训，采取相应的技术措施和其他必要措施，保障数据安全。有关单位和个人在开展地理信息数据采集和处理活动时，应当选用安全可靠的地理信息系统软件，根据数据重要程度设置严格的访问权限，确保“涉密不上网，上网不涉密”。国家安全机关将会同有关部门建立健全数据安全保障工作协作机制，共同维护国家重要数据安全。

二、《反间谍法》规定，境外机构、组织、个人实施或者指使、资助他人实施，或者境内机构、组织、个人与其相勾结实施的窃取、刺探、收买、非法提供关系国家安全和利益的数据，属于间谍行为。公民发现有关行为可通过拨打12339举报电话，登录www.12339.gov.cn互联网举报受理平台，或通过国家安全部微信公众号举报受理渠道向国家安全机关举报。

(综合自国家安全部、央视新闻客户端)

要 闻

元旦春节假期出行 预订大幅上升

虽然距离2024年元旦春节还有一段时间，但是对假期出行的关注以及相关预订已经开始悄然升温。根据在线旅游平台数据显示，截至目前，元旦假期旅游热度同比上升181%。进入12月以来，元旦假期出行的旅游产品预订量环比增长57%，玩雪和避寒成为假期出行的两大主题。

我国新能源营运汽车规模 达到164万辆

交通运输部副部长王刚12月8日表示，我国新能源营运汽车规模目前已达到164万辆，其中新能源公交车约54万辆，新能源出租车约30万辆，新能源城市配送车约80万辆。

全国高铁营业里程 达4.37万公里

今年前11月，全国铁路固定资产投资完成6407亿元，同比增长7.4%，截至2023年11月30日，全国铁路营业里程超15.55万公里，其中高铁4.37万公里。

我国已累计培养 1100多万研究生

12月11日在上海召开的新时代研究生教育教学改革座谈推进会上透露，我国已累计培养1100多万研究生。目前，我国有117个一级学科和67个专业学位类别，全国范围内布局了1.9万多个学位授权点。进入新时代，全国780多个研究生培养单位向经济社会发展主战场输送了60多万名博士和670多万名硕士。2022年，在学研究生人数达365万。

南水北调东中线一期工程 累计调水超670亿立方米

12月12日，南水北调东中线一期工程全面通水将迎来9周年。记者从南水北调集团获悉，中线一期工程已累计调水超670亿立方米（含东线北延应急供水工程），为1.76亿人提供了水安全保障，支撑了受水区40多座大中城市超13万亿元GDP增长，为京津冀协同发展、中部崛起、黄河流域生态保护和高质量发展等国家重大战略实施提供了有力的水资源支撑。

(来源：新华网、人民网)

头条

四川医保新政 明年1月起实施

2024年1月1日起基本医疗保险调剂金模式省级统筹逐步在全省实施，针对大家关注的热点问题，四川省医保局进行了权威解答。

医保待遇政策什么时候能全省统一？

答：目前，我省各地经济社会发展水平、医保基金支撑能力、医疗资源配置等方面均不相同，各市（州）既往的医保待遇政策存在一定差异。《四川省人民政府办公厅关于推进基本医疗保险省级统筹的意见》（川办发〔2023〕38号）要求，按照分级管理、责任共担、统筹调剂、预算考核的思路，实施省级统一预算、省市两级调剂、省市县三级责任共担和分级经办的基本医疗保险调剂金模式省级统筹，逐步实现预算管理、基金调剂、参保筹资、待遇保障、支付机制、经办管理“六统一”。随着我省基本医疗保险实现预算管理、基金调剂的统一，从2024年起，按照“规范统一，促进公平”的原则，医疗保障部门将逐步规范统一全省职工医保、居民医保同一制度内参保人员住院、普通门诊、门诊慢特病、“两病”门诊用药等待遇保障政策。

省内跨市异地就医报销比例会不会降低？

答：按照《四川省人民政府办公厅关于推进基本医疗保险省级统筹的意见》（川办发〔2023〕38号）要求，实施基本医疗保险调剂金模式省级统筹，在全省基本医疗保险各项制度还未统一前，各市（州）仍存在政策差异。我省将继续指导各地按照2022年底印发的《四川省医疗保障局 四川省财政厅关于进一步做好基本医疗保险异地就医直接结算工作的通知》（川医保发〔2022〕6号）执行异地就医经办管理服务。异地转诊人员和异地急诊抢救人员在备案地住院就医结算时，支付比例在参保地规定的本地住院就医支付比例基础上降幅不超过10个百分点。非急诊且未转诊的其他临时外出就医人员支付比例在参保地规定的本地住院就医支付比例基础上降幅不超过20个百分点。

下一步，省医保局将按照省政府要求，加快推进全省基本医疗保险待遇政策的规范统一，促进医保制度更加公平、更可持续，在此之前，省医保局将继续指导各级经办机构严格按照政策文件执行异地就医经办服务工作，并按照国家要求逐步统一异地就医待遇。

职工医保缴费年限是否全省互认？

答：按照《四川省人民政府办公厅关于推进基本医疗保险省级统筹的意见》（川办发〔2023〕38号）要求，实施基本医疗保险调剂金模式省级统筹，在我省基本医疗保险实现统一预算管理、统一基金调剂后，医疗保障部门将逐步规范统一全省基本医疗保险筹资及待遇政策，其中，就包含了规范职工医保缴费年限相关内容，这将是下一步的工作重点，目前省医保局正在加快工作研究步伐。



自费药品耗材太多了， 省级统筹实施后医保目录是否全省统一？

答：根据《基本医疗保险用药管理暂行办法》，医保药品目录主要由国家制定和调整，省级医保部门以国家医保药品目录为基础按规定将符合条件的民族药、医疗机构制剂、中药饮片纳入省级医保支付范围。目前，我省医保药品目录已基本统一，医保医疗服务项目和耗材目录由各统筹地区根据当地基金承受能力等制定和调整，暂未实现全省统一。国家和省已建立药品目录动态调整机制，目录范围逐年扩大，保障水平逐步提高，例如，现行2022版国家医保药品目录包括西药和中成药2967种，我省医疗机构制剂目录包括制剂2867种，还有基金准予支付的中药饮片、民族药等，能够满足广大参保人的基本用药需求。

下一步，省医保局将按照国家部署和《四川省人民政府办公厅关于推进基本医疗保险省级统筹的意见》（川办发〔2023〕38号）要求，进一步完善医保目录管理机制，及时做好国家医保药品目录落地工作，将更多符合条件的药品（民族药品、中药饮片、医疗机构制剂）、医疗服务项目、医用耗材纳入基本医疗保险支付范围，2025年底前基本实现全省基本医疗保险药品、医疗服务项目、医用耗材支付范围和支付类别统一。

医保卡是否可以异地补办？

答：根据国家医保局统一规划，医保部门不再为参保群众发放实体医保卡，全国统一使用医保电子凭证。医保电子凭证由国家医保信息平台统一签发，是办理医保线上业务唯一身份凭证，一人一码，一单位一码，全面适用于医疗保障各项业务，具有一码结算、跨地域通用等特点。为了便于参保群众记忆和使用，现在医保电子凭证简称为医保码。此外，为便于群众就医购药，医保各项业务依然支持使用实体社保卡办理，实体社保卡的异地补办由发卡部门（人社）负责。

目前，全省定点医院和药店已全部接入医保电子凭证，我省参保群众可通过国家医保、四川医保、支付宝、微信和中国工商银行、中国农业银行、中国银行、中国建设银行、交通银行、中国邮储银行、招商银行、四川银行、成都银行等掌上APP渠道，“刷”医保电子凭证享受相关医保服务。

（来源：四川医保）

最美 观鸥季 到来!

每年冬季，一场跨越千里的“浪漫约会”都会如期在乐山上演，来自遥远西伯利亚的小精灵——红嘴鸥，千里迢迢，如约而至，为乐山这座城市带来了一抹浪漫的色彩。

湖光旖旎，倒映着天空的湛蓝，红嘴鸥在上空自由翱翔，犹如一曲优美的天空之歌。它们或在江面翩跹起舞、或在岸边围栏驻足休憩、又或是划过水面，留下几道水痕。玩闹嬉戏，结伴而行，为城市带来灵动生气。市民、游人纷纷拿出手机，留下自己和这群“精灵”的打卡纪念照。

观鸥指南

上中顺 涵春门

城区上中顺、涵春门附近的古城墙上，都成了红嘴鸥停歇落脚的地方，它们在这里沐浴阳光，感受着独属于乐山的温暖。有的市民拿出面包、饼干，热情地招待这群特殊的“客人”。而红嘴鸥则报以清脆的鸣叫声和欢腾的双翅，或者淘气地站在人们的肩膀上，很多市民用相机定格下与红嘴鸥同框的照片。

旧大桥

冬日暖阳，不少市民来到旧大桥上和红嘴鸥共度美好时光。红嘴鸥在桥上、江面上或展翅翱翔，或浮动嬉戏，不少游人拿出手机捕捉它们矫健的身姿。无论是展翅飞翔还是安静地在江面浮动；无论是身姿矫健捕食鱼类还是接住市民投喂的食物，红嘴鸥与城市构成的画面充满了和谐与灵动。

三江游船

在阳光的照耀下，水面闪闪发光，似有颗颗珍珠点缀水面，加上红嘴鸥的点睛之笔——红色的嘴、脚，便成了冬日里最耀眼的一抹暖色。游船缓缓沿江而行，红嘴鸥成群结队随船而飞，在船头船尾追逐着船桨劈开的水花。这些小精灵扑腾着翅膀，在空中做出各种翻飞的动作，逗趣游人，成了乐山江边的一道新景观。

乐山大佛佛脚平台

游船行至大佛脚下，稍作停留。红嘴鸥愉快地鸣叫着，轻盈地滑过水面，宛如凌波微步，搅起一片细碎的水花。时而水中觅食、时而凌空起舞，时而自在嬉戏。身姿健美的红嘴鸥、天高云淡的蓝天，构成了一幅绝佳的观鸥图。站在游船上，膜拜雄伟而庄严的乐山大佛，观赏轻捷如精灵的红嘴鸥，此情此景，让人终身难忘。

(本版图片均由黄程武摄)

2023年12月14日
编辑：杨莹 版式：杨莹

文旅周刊 21
乐途

寒风起、炭炉生。一盏茶汤、三两小食，此时，正是与好友们围炉煮茶闻暖香的好时节。

慢煮人间烟火气

农谷山间营地

红彤彤的木炭火、烤热乎的茶壶子、还有砂糖橘、芋头、核桃把烤盘填得满满当当。从布置到菜品都很不错的一家营地，户外烧烤、露营小火锅、营地小酒馆、趣味菜园……在这里从早玩到晚都没问题。在静谧的山野间，生一炉烟火，围一方天地，煮一盏清茶，赴一程欢愉。

地址：乐峨大道灵官村
咨询电话：18384631030

且慢且漫民宿

一方院落，一方宁静。你曾经幻想的生活在这里都能实现。挑一个好天气，约上三两好友，点上一份餐食和瓜果点心，放在烤炉上慢慢烘烤。喝上一口热茶，再来份瓜子花生，烤苕皮、豆腐干，这样的下午足以消弭工作和生活的不如意。

地址：市中区水口镇雷坝村
咨询电话：15756726363

田也咖啡

这是一家藏在大佛景区附近岩壁下的宝藏小店，坐落于岩壁下面，入眼皆是满目青翠，有如梦幻的朦胧感。隐匿于此，和三五好友围坐在户外，点上一杯暖茶，再来份烤好的玉米和红薯，真是偷得浮生半日闲。除了围炉烤茶，这里的咖啡也值得一试，口感和颜值都在线，拍照打卡也很出片。

地址：市中区碧山路
咨询电话：18111441533

周村古院

低垂的瓦房、茅草小屋、铺满石子的小路……这不就是向往中的梦中情院吗？在院子里慢火煮茶很有老乐山的生活气息。点上一壶暖呼呼的烤奶，加上烤好的板栗、泡粬，让人顿感惬意。这里除了围炉烤茶，还可以烤肉。

地址：市中区民营路
咨询电话：18228393793

龙窝·里小院

在这里可以吃到超多美食，烤红薯、板栗、泡粬、罐罐烤奶……还有各类水果、零食和糕点，简直太满足了。一台炭火炉、一个陶罐，加入玫瑰、红枣、牛乳等原料，感受花香的碰撞和舌尖上味蕾的满足。在这里下午喝茶，晚上涮火锅，太安逸了。

地址：市中区水口镇龙窝村
咨询电话：17780896041

嘉州·悦榕里

古色古香的老宅，远离喧嚣，每一处都是精心布置的风景。庭院里，阳光洒落在古树的枝头，树影在庭院墙头摇曳，恍惚间闯入了古画。这里的围炉煮茶主打“养生局”，运用“药食同源”的理念，让更多年轻人加入。不管你喜欢午后晒着太阳跟朋友茶话闲谈，还是喜欢传统地道的乐山菜，这里都能满足你。

地址：市中区民营路（佛峨山庄内）
咨询电话：18181500032（来源：嘉州文体旅）



第22届乐山市青少年科技创新大赛作品展示 第9届乐山市机器人大赛暨颁奖大会成功举办



2023年12月9日-10日,由乐山市科协、市教育局、团市委共同举办的第22届乐山市青少年科技创新大赛作品展示、第9届乐山市机器人大赛暨颁奖活动在乐山市市中区海棠实验小学成功举办。

第22届乐山市青少年科技创新大赛以科创促成长,扬帆新时代为主题,共征集科技创新作品640项,其中青少年创新成果作品299项,科技辅导员创新成果作品62项,科技实践活动作品110项,科学影像作品169项,全市共有5000余名学生参与此次活动。11月,大赛组委会专家评审组对经过层层选拔推优后的259件作品进行了专业评审,最终评选出获奖作品212项,其中青少年创新成果82项;科技辅导员创新成果23项;科技实践活动53项;青少年科学影像作品54项。12月9日-10日,在市中区海棠实验小学对部分获奖作品进行了集中展示,共展示青少年创新成果作品25项,辅导员创新成果10项。同时还展示了第37届全国青少年科技创新大赛获奖作品2项,全国科学影像节优秀科学影像作品2项,第22届乐山市青少年科技创新大赛优秀实践活动作品2项。

第9届乐山市青少年机器人大赛吸引了全市11个区县67所学校,629支参赛队伍共计1500余名中小學生参加,大赛共设“勇攀高峰”“科技大运”两个项目,经过各区县预赛选拔出的249支队伍569名参赛队员参加了决赛,经过激烈角逐,共评选出一等奖队伍55支,二等奖队伍80支,三等奖队伍106支。

12月10日,大会集中为第22届乐山市青少年科技创新大赛和第9届乐山市青少年机器人大赛一等奖、优秀组织单位奖、特别贡献单位奖获得者颁奖。

乐山市青少年科技创新大赛和青少年机器人大赛已连续举办多届,已成为面向全市中小學生开展的规模最大、层次最高、影响最广泛的青少年科技活动之一,这两项活动的开展有力的推进了全市科技教育改革,激发了青少年的科学兴趣和创造激情,是全面提升青少年科学素质,着力培养青少年科学精神和创新精神的生动实践。



口腔溃疡半年未愈，竟被查出癌晚期！ 这些情况要当心

口腔溃疡在生活中太常见了，不少人对此不是特别在意，要是发现长了口腔溃疡，自己找点药处理一下是很多人的选择。其实，像这种“你以为”的小问题大家可千万别忽视。

口腔溃疡久治不愈 65岁老人查出“癌”

刘婆婆半年前发现左下颔的牙龈黏膜有白色斑块还有溃烂，痛感明显。她以为是普通口腔溃疡，想忍一忍就过去了，没去看医生。后来家里人发现刘婆婆一直说牙龈疼，原来伤口溃烂更严重了，牙齿也开始松动了。家人带刘婆婆在老家医院拔了牙。可奇怪的是，疼痛并没有缓解。

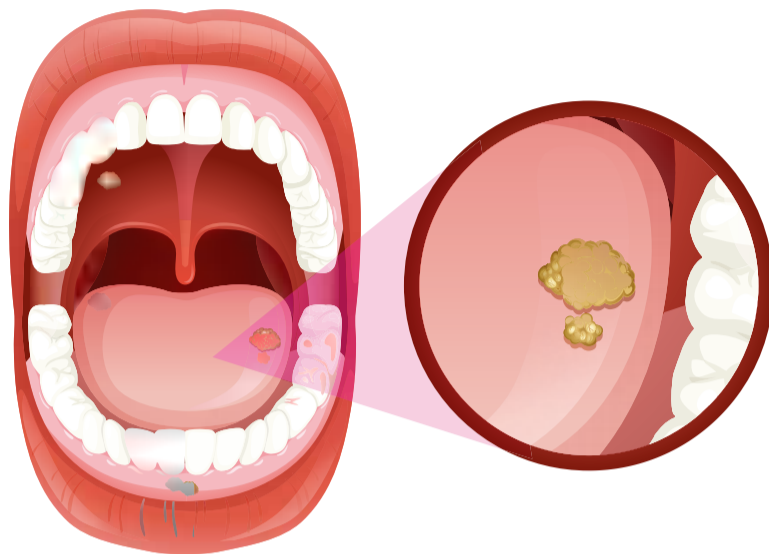
为了搞清楚到底是怎么回事，刘婆婆一家人经朋友介绍来到深圳南山医院就诊。根据症状及过往就医经历，口腔科王杨副主任医师初步判断刘婆婆不是简单的口腔溃疡，可能是口腔癌的一种——牙龈癌。取组织病理检查后，证实为牙龈癌。根据影像学结果判断，已经是癌症晚期。

牙龈癌是口腔癌的一种，常表现为口腔溃疡、包块或是乳头状增生物，所以很容易被误认为是简单的口腔溃疡。口腔癌晚期的治疗难度更大，据目前统计只有30%左右的治愈率。

口腔癌杀伤力十足

口腔癌指发生在口腔的恶性肿瘤，有舌癌、牙龈癌、腭癌、口咽癌、唇癌等，最常见的是舌癌。相对于肺癌、肝癌、胃癌等，口腔癌的“名气”小得多但名气小，不代表杀伤力小。总的来说，口腔癌平均生存率不足50%——当肿瘤大小在2cm左右时，5年生存率约70%—80%；肿瘤大小超过2—4cm，5年生存率降为50%—60%；肿块超过4cm，5年生存率则降为20%—35%；如果出现淋巴结转移，患者的5年生存率也会明显下降，约为25%—35%。

癌症并不是一下子就出现的，从正常状态到癌前病变，再到癌症可能需要经过好几年甚至更长时间，口腔癌的发生同样如此。所以千万不要以为口腔问题是小事，发现不适要尽早治疗。



口腔癌要如何预防？

- 1.要养成良好的生活方式，戒烟戒酒，不要咀嚼槟榔。平衡饮食，粗细搭配，合理营养。不吃过烫、过硬、过于刺激的食物。
- 2.消除致癌因素，如注意口腔卫生，早晚刷牙，饭后漱口；避免口腔的慢性刺激，如口内的残根、残冠等，对于不良修复体要及时更换。
- 3.对于高危人群，要做到早期发现、早期诊断和早期治疗，及时处理癌前病变。有明显口腔癌家族史的病人，要定期来医院做口腔检查。
- 4.积极参加口腔癌的防癌宣传，了解预防口腔癌的知识，提高对口腔癌危害性和治疗的一些相关认识。

出现以下症状的一定要重视

- 1.口腔黏膜出现的白斑、红斑、黏膜下纤维性变，属于癌前病变。口腔如果变成白色、褐色或黑色，提示黏膜上皮细胞可能发生了变化。尤其是口腔黏膜变粗糙、变厚或呈硬结，出现口腔黏膜白斑、红斑。
- 2.溃疡长时间不愈：口腔溃疡的病程一般不超过两周，如果烧灼感、疼痛等症状超过两周仍不见好，要警惕口腔癌的可能。口腔癌常见类型之一就是溃疡型，表现为边缘隆起，中央凹凸不平，并有坏死组织覆盖，疼痛明显。
- 3.出现肿块：口内有不明原因之肿块，四周向组织深处浸润，周围比较硬，患者病程可以长达数年。外突型者，肿物向外生长，可呈菜花状。
- 4.舌头运动与知觉：舌头之活动性受到限制，导致咀嚼，吞咽或说话困难，或舌头半侧知觉丧失，麻木，应尽早查明原因。
- 5.功能障碍：肿瘤可能侵犯张口闭口肌肉和颞下颌关节，导致开闭口运动受限。
- 6.淋巴结肿大：口腔癌容易向附近的颈部淋巴结转移，有时原发病灶很小，甚至症状还不明显，但颈部淋巴结已经发生转移。因此如颈部淋巴结突然肿大，需检查口腔。
- 7.疼痛不明显：口腔癌早期可以无痛或仅有局部异常摩擦感，溃破后疼痛明显，随着肿瘤进一步侵犯神经，可引发耳部和咽喉痛。

（来源：人民网科普，有删节）

不同年龄段，最该查什么？ 最全体检攻略来啦



一年做一次体检对健康管理非常重要。但不少朋友对体检并不重视，只是被动接受单位组织的年度体检，或者直接购买常规体检套餐。然而，体检应该是因人而异、差异化选择，有些基础项目是常规每年必做的，有些则需因人而异做调整，不然很容易漏检。那如何结合自身情况做好健康体检？自费体检套餐该如何选择呢？

上班族体检常发现的问题有哪些？

体检大数据显示目前上班族常见的问题有体重超重或肥胖、高血压、高血脂、高尿酸、高血糖、肝功能异常、幽门螺杆菌感染、脂肪肝、甲状腺疾病、女性乳腺结节、心肌缺血、颈椎病、肩周炎、腰肌劳损等。

对于普通人群，如何选择体检项目？

2014年中国《健康体检基本项目专家共识》提出了“1+x”原则，区分了必选和备选的体检项目。“1”是基本体检项目，即必选项目，包括体格检查、实验室检查和辅助检查等。比如体重、脉搏、血压、血常规、尿常规、肝功能、肾功能、心电图检查等。“x”是专项体检项目，即备选项目，主要包括慢性非传染性疾病风险筛查及健康体适能检查项目，比如尿系列微量蛋白、肿瘤标志物、HIV、梅毒、幽门螺杆菌（呼气试验）、HPV多亚型检测、乳腺B超、胃肠镜、颈动脉B超、骨密度、甲状腺B超、冠脉CT等。

不同人群体检项目建议

0-12岁儿童：

身体机能尚未完全发育成熟，体检时需重点关注身高、体重、视力、听力等基本指标，以及是否存在营养不良、贫血、口腔问题等。

13-18岁青少年：

正处于生长发育期，体检时需要关注身高、体重、骨骼生长情况等方面，以及心理和行为健康状况，是否有焦虑、抑郁、吸烟等问题。

20岁 - 30岁：

20多岁的年轻人刚毕业走上社会，开始接触各种各样的人，生活往往不规律、性活动比较频繁，感染各类传染病几率相应增加，如肝炎、消化道传染病、性传染病等。除了基本体检项目（体格检查、血尿便三大常规、肝肾功能、胸片、心电图、腹部彩超等），要重视传染病的筛查，如检查乙肝两对半定量来评估是否需要补打乙肝疫苗，幽门螺杆菌吹气试验检测是否存在幽门螺杆菌的感染，也要重视胸部X光片的检查，因为肺结核在年轻人中也很多见。女性从18岁开始就建议要定期进行乳腺自查，20岁后可定期进行宫颈癌筛查。同时甲状腺疾病发病年龄也越来越早，年轻人可每隔2-3年检查一下甲状腺彩超等。

30岁 - 40岁：

三四十岁正值事业上升期，若加之家庭负担重、饮食控制不佳、应酬多，高血压、高血脂、糖尿病等慢性病特别容易盯上中年人群。建议该年龄段的人群在体检时重点筛查“三高”以及癌症。慢性病和癌症的发生往往具有家族遗传性，有相关家族史的人群应每年定期检查血糖、血脂、血压等情况，尽早完成相关肿瘤筛查。

40岁 - 50岁：

该年龄段的人群身体素质开始下降，肿瘤筛查仍是该时期的检查重点。要重点关注肺癌、肝癌、胃癌、直肠癌、乳腺癌、前列腺癌等的筛查，如胸部低剂量CT检查、电子胃镜、电子肠镜、乳腺钼靶等等，有相关高危因素的人群可尽早开始专项检查或检测相关肿瘤标志物。一旦发现早期癌症，以早诊早治为原则，提高治疗效果。心脑血管疾病也很值得去重视，可以完善心脏彩超、颈动脉彩超等相关检查。

50岁 - 60岁：

人将步入老年，基础的身体情况都应尽可能了解清楚，不管是基础的体检项目，还有前面说的传染性疾病、“三高”情况、心脑血管疾病和肿瘤初筛等等，各项检查都需要去关注，同时也应该根据自己的具体健康情况增加相关专项检查，如心脑血管疾病患者，可定期进行脑血管、心脏彩超、头部磁共振等检查，对预防急性心脑血管事件有重要意义。

60岁之后：

这是老年生活开始的年龄，应该开展全面体检。这个阶段应注重骨密度检测，女性则应将年龄提早到绝经后，及时补充钙剂，积极锻炼，预防骨质疏松引起的各种并发症。老年人由于血管老化脆弱，耳和眼的供血血管容易突然栓塞，出现暴聋、暴盲的情况，所以还要注意听力和眼底病变的预防。（来源：本报综合）



扫描下载天府科技APP

市中医院： 住院医师规培基地省级评估



根据四川省中医药毕业后教育委员会办公室《关于开展2023年全省中医院住院医师规范化培训基地省级评估的通知》要求，12月9日上午，内江市中医院副院长肖伟带领专家组一行4人到乐山市中医院开展中医住院医师规范化培训基地的评估工作。

汇报会上，评估组组长肖伟对评估专家进行介绍，并就此次评估的具体内容和要求作了详细说明。乐山市中医院党委书记向珂对专家组来院开展评估检查表示欢迎，希望各位专家不吝赐教，以评促建，以评促改，不断提升医院中医住院医师规范化管理水平。科研教育科临时负责人胡静对近3年基地住培工作开展情况和存在的问题作了详细汇报。

汇报会后，专家组通过听取汇报、实地走访、查阅资料、现场考核、座谈交流等方式，对医院住培基地工作进行了全面检查，并对发现的问题给予现场指导。

反馈会上，专家组结合检查评估情况给予点评，对医院中医住培工作取得的成绩表示了肯定，并对检查中发现问题进行了梳理和剖析，提出了中肯的意见和建议。

向珂对专家组的辛勤付出和指导帮助表示衷心感谢，表示将根据通过此次省级评估发现的问题和不足，深刻剖析原因、梳理改进，进一步加强基地建设、强化各项制度、提升培训质量。

乐山市中医院党委副书记、院长陈柯，党委副书记聂嘉，党委委员、副院长高林及相关部门负责人参加此次评估检查。
(胡静)

乐山市人民医院 高新院区开诊公告

广大市民朋友：

市人民医院高新院区定于2023年12月18日上午09:00开诊；城北院区（眼科）于2023年12月15日起停诊；白塔街院区、永安院区照常运行。现将有关事宜公告如下。

一、开诊科室

- 1、住院部：眼科
- 2、门诊部：眼科、血管外科、肝胆外科、胃肠外科、胸外科、神经外科、泌尿外科、甲乳外科、肛肠科、美容整形烧伤科、肿瘤血液科、肾病内科、呼吸与危重症医学科、神经内科、内分泌科、心血管内科、消化内科、睡眠心身医学科、康复医学科，创面诊疗门诊、全科医疗科。

二、检查检验项目

超声、CT(平扫)、心电图、经颅多普勒检查及常规检验。

三、挂号方式

市人民医院高新院区开诊科室于2023年12月11日上午07:00起放号，患者可通过市人民医院微信公众号预约挂号，也可现场挂号和加号。

四、市人民医院高新院区地址

乐山市高新区惠安路639号。

五、乘车路线及停车安排

- 1、乘坐10路公交车到“市人民医院高新院区站”下车。
- 2、乘坐207路公交车到“市人民医院高新院区站”下车。
- 3、乘坐25路公交车（安谷方向）在南新大道中段站下车，沿建业大道步行700米到市人民医院高新院区。
- 4、私家车、网约车、出租车可按导航经迎宾大道、南新大道、建业大道到达，也可经乐沙大道、建业大道到达。
- 5、为给患者来院治疗提供停车便利，针对本次开诊区域，市人民医院高新院区拟对社会开放停车位690个，暂不对外收取停车费。

六、咨询电话

门诊咨询电话：0833-2105648（周一至周五8:00-16:00）

行政办公室电话：0833-2119305（周一至周五，上午8:30-12:00，下午14:00-18:00）

医院总值班电话：0833-2119306（周一至周五，中午12:00-14:00，下午18:00-次日上午8:30，周末、国家法定节假日24小时）

特此公告

乐山市人民医院
2023年12月8日

新华保险开展2023年“宪法宣传周”活动

今年12月4日是第十个国家宪法日，12月1日至7日是第六个“宪法宣传周”，为开展好今年的宪法宣传周集中宣传活动，新华保险乐山中支紧紧围绕“大力弘扬宪法精神，建设社会主义法治文化”活动主题在职场开展了晨会普及宣导、自主线上学习等为主的多元化宣传方式，重点强调“我国宪法规定，中国公民在法律面前一律平等，享有宪法和法律规定的权利同时必须履行法律规定的义务；在行使自由和权利的时候，不得损害国家的、社会的、集体的利益和其他公民的合法的自由和权利”等内容。此

次活动宣传效果良好，引导大家利用宪法思维思考问题、解决问题，营造了尊法学法守法用法的良好氛围，进一步增强了宪法学习宣传的影响力和感染力，受众达200余人。

乐山中支通过此次集中宣传活动，进一步提高了大家对宪法和法律的尊重、敬畏之心。明法于心、守法于行，乐山中支未来也将一如既往将宪法文化宣传落实到位，强化全员宪法意识，弘扬宪法精神，培育法治文化，履行宪法使命，共同谱写新时代中国宪法实践新篇章。
(王惠)



《故乡，别来无恙》

轻议题、生活流

作为市面稀缺的“故乡”主题剧集，《故乡》自筹备以来便收获了广泛关注。观众们期待在其中看到真实的人与城的关系，也渴望看到任素汐、李雪琴、史策、王子璇等演员在其中碰撞出的别样火花。

小人物的平凡与不凡

《故乡，别来无恙》聚焦普通人的喜怒哀乐，是一部展现青年返乡故事的现实题材剧集，没有宏大叙事，没有历史纵横，没有英雄人物，但却用其特有的方式慢条斯理地为观众剖解了人们青年时期可能会遇到的各种困境，剧中那些名不见经传的小人物在网友当中迅速走红，他们的人生选择、积极态度，不仅为站在十字路口的青年提供了破题思路，更重要是他们身上正义勇敢、至诚至信的精神特质与荧屏前的观众共同构筑的文化认同凝聚起了人们敢于面对挫折、奋力前行的精神力量。

剧中年少时的玩伴张沛、苟丹丹、吴芸、董家希四个女孩成年后因为各自的原因再次相聚成都，为自己的人生按下了重启键。剧中的她们虽没有大女主光环，但正是创作者在非强情节下呈现的看似平淡的生活流，代表了那些微小而庞大的群体，剧中真实可感的人物设定，亲如身边故友，普世的人情世故更是拉近了与观众的距离，最终收获了最大范围的共情。

剧中的人物可能平凡，但在那些细碎的日常里留下了不凡的光亮。张沛一到成都就遇到了招聘困局，从周遭对“卖保险”根深蒂固的偏见开始，用自己的行动证明保险经纪人的价值。单亲妈妈苟丹丹为了与夫家划清界限，明知要背负50万债务仍要与对方公司解约，同时重操旧业为了即将到来的小生命努力奔忙。吴芸智取麻将大赛、徒手周旋“盗贼”、安抚解救自杀少女，足足一个智勇双全的奇女子形象。董家希回到成都拼命挣钱为母筹药费，白天在广告公司当文案，晚上去剧本杀主持，上司的责骂、顾客的刁难，她都笑着面对照单全收，然而在遭遇公司倒闭、兼职工作被辞的现实毒打时，并没有让这个刚刚步入社会的青年认输。无论是仗义赤诚的张沛、勇敢独立的苟丹丹，还是热情助人的吴芸、坚韧不屈的董家希，这些普通人物身上的人性之光虽然微弱，但他们汇聚成的光束触达了大众思想深处的文化认同，构成了人们对于真善美的情感共识。

故乡的变与不变

故乡作为个体情感生成与价值认知的原点，是形成以情感认同为基础的文化认同的重要纽带。在城市高速发展的现代化进程中，对于游子来说，故乡的陌生或许是在故土上重建的家园，而故乡的熟悉却是世代难改的乡音乡情，和那份乐观通达、热情包容的处世哲学，正是这些民俗习惯、语言文字、社会关系等感知世界的基本要素，让人们在共同的文化价值、行为方式中找到了共鸣点。

剧中，在地震中失去手臂仍然笑对人生的祝刚，还有为拍遗像精心打扮、笑容灿烂的丁老师，都具有打动人心的力量。而在张沛举步维艰的创业团队里，没有一顿火锅解决不了的负面情绪。这一个个印刻在观众脑海中的笑脸似乎就是坚毅达观的古蜀文明打在当代人脸上的烙印。在晃动的楼宇中奔跑躲避的男女，不得不佩服一位老人家“小震不必躲大震躲不脱”的通透达观。张沛的母亲杨秀清更是把巴蜀人民的热情、宽容、豁达和热爱生活的一面表现得淋漓尽致，忙着帮女儿卖保险、忙着给女儿相亲、忙着做麻辣兔头，这样炙热的情感或许造成了她那没有边界感的母爱导致的代际摩擦，但她的主动道歉、自我反思又是何等可贵。

故而，无论是在北上广深还是选择成都这样的新一线城市，亦或是返乡，这部作品引发人们更多思考的是对何为幸福人生的叩问。该剧所呈现的人物群像为观众展示了一个个不论财富、不问阶层、不讲成败、不被定义的人生。正所谓此心安处是吾乡。或许，此刻最能满足当下观众精神需求的恰恰是《故乡，别来无恙》这碗洋溢着亲情、友情、爱情的粗茶淡饭，而非一桌食不知味的饕餮盛宴。

（来源：本报综合）



《旺卡》是基于威利·旺卡这一人物原创的前传故事，讲述青年旺卡在成为巧克力大亨前的奇幻冒险旅程。从观影者评价看，有人对这一版温馨治愈的调性接受良好，也有人念念不忘上一版的暗黑童话风，还有人吐槽故事逻辑不通、歌舞情节过多……

2023年12月14日
编辑：金丹 版式：陈怡琦

生活周刊 27
影视

暗黑“爆改”温馨 《旺卡》还值得看吗

故事老套但更具普适性

两次沿袭原作的改编中，由蒂姆·波顿执导的《查理和巧克力工厂》以暗黑童话、怪诞疯狂的独特风格为中国观众所熟知。约翰尼·德普饰演的威利·旺卡古怪神秘，充满想象力和创造力的同时还带点自恋、社恐，鲜明个性让人印象深刻。因此，虽然《旺卡》的致敬对象是《欢乐糖果屋》，但多数观众还是不约而同的将《查理和巧克力工厂》作为该片的参照物。

从故事结构来看，《旺卡》讲述的是青年时期的威利·旺卡在创办巧克力工厂前的奇幻冒险历程。代表正义的主角集结各有所长的伙伴，几经波折战胜了邪恶反派，这种叙事结构稍显老套。整个故事还杂糅着坚持梦想、学会分享、珍惜亲情、重视友情等多种元素，立意也比较通俗。比起直刺家庭教育 and 人性欲望的《查理和巧克力工厂》，《旺卡》难免显得平庸了些。

披着童话外衣的讽刺片

与《查理和巧克力工厂》《帕丁顿熊》一样，披着童话外衣的《旺卡》也可以进行更深层次的现实向解读。前两者分别涉及资本主义恶性竞争和工业革命工人失业、殖民地土著居民融入新社会之艰难等议题，《旺卡》的不少情节同样暗喻资本主义垄断市场、压迫穷人的罪恶，具有一定的讽刺意味。

影片中，巧克力原浆被巧克力黑帮的三巨头掌握，他们垄断着整个城镇的糖果市场，以高价出售劣质商品，而且不允许其他竞争者冒头。这里的巧克力原浆等同于生产资料，而巧克力是可以流通的金钱，被用来贿赂贪婪的警长和神父。由此，资本完成了与政权、神权的勾结，持续侵害着普通人的基本权利。

在自私自利的巧克力黑帮看来，穷人不配享受美味的巧克力。旺卡则低价售卖巧克力，他希望每个人都能感受生活的甜蜜。最终，三巨头藏在地下的巨量巧克力原浆通过广场喷泉重见天日，旺卡宣告所有人都可以免费品尝，大家载歌载舞、欢声庆祝。这一结局喻示着正义革命终将取得胜利，与岁月长河中的历史事件隔空相望。

当然，这些与政治相关的暗喻多是点到即止，不算尖锐，只是可以任由观众发散解读。影片表达得更明确的是一些具有教育意义的价值观，也符合其儿童片的定位。

歌舞片在中国有市场吗？

值得注意的是，歌舞片段在《旺卡》中占比很大，该项特色可能会给影片的销售带来一定阻力。毕竟歌舞片在很多地区都属于小众品类，在中国大陆也缺乏相对成熟的市场。

根据灯塔专业版数据，近十年国内票房前五的歌舞片分别是《美女与野兽》《阿拉丁》《冰雪奇缘》《爱乐之城》《海洋奇缘》，其中四部为迪士尼童话，观影者很可能并未将歌舞视为影片首要亮点。而且这五部影片均为引进片，国产歌舞片票房最高的是2021年上映的《燃野少年的天空》，1.61亿的票房成绩还算不错，可惜口碑远在及格线之下。

往回看，中国其实有着很长的歌舞片历史。早期的“中式歌舞片”以传统戏曲的形式为主，我国第一部电影《定军山》（1905）和第一部彩色电影《生死恨》（1948）都是戏曲片。观察社交媒体可以发现，很多观众对歌舞片的概念仍与印度影片挂钩，只认为突然又唱又跳的影片结构很是奇怪。这无疑需要更多优质作品来引导观众丰富认知，从而进一步培养受众和市场。

虽然目前大陆市场反馈一般，但《旺卡》真正的主战场在北美，该片的调性也非常契合圣诞档期。它能否取得媲美当年《查理和巧克力工厂》北美票房年度前十的好成绩，我们可以暂行观望。

（来源：骨朵网络影视，有删节）



嘉州智能制造产业园规划 环境影响报告书 (征求意见稿) 公示

我单位现对《嘉州智能制造产业园规划环境影响报告书》征求公众意见，报告书全文及调查表意见链接：https://pan.baidu.com/s//1f04V6wNpwjX_CWdFWAoOca（提取码:lr30），纸质版在我单位查阅。征求范围为评价范围内群众、社会团体对环保方面的意见和要求。限时发布起10个工作日内。

建设单位：乐山嘉和投资有限责任公司
单位地址：乐山市市中区雪杉街555号1楼
联系人：钱先生
联系电话：13882297098
邮箱：1917518@qq.com

2023年12月14日



漫乐山·24小时书屋
地址：白杨东路号（文化馆旁）
电话：0833-2304933

漫乐山·文旅书咖
地址：人民南路18号（黄家山商业银行旁）
电话：0833-2104933

漫乐山·书咖(老霄顶店)
地址：叮咚街与海棠路交叉口西南200米
电话：15388537287

漫乐山·书咖
WWW.MLSBC.COM

嘉州智能制造产业园工业污水处理厂项目 环境影响评价征求意见稿公示

一、建设项目名称和项目概况

项目名称：嘉州智能制造产业园工业污水处理厂项目

项目性质：新建

建设地点：乐山市市中区嘉州智能制造产业园区

建设内容：新建工业污水处理厂1座，近期4000m³/d□
远期8000m³/d，处理嘉州智能制造产业园内污水。

二、征求意见稿全文网络链接及查阅纸质报告书的方式

征求意见稿全文网络链接：

链接：<https://pan.baidu.com/s/1hlyu55ZMwXhb9-Sjrn9s1g>

提取码：i002

查阅纸质报告书可以通过电话联系建设单位或环评单位查看。

三、征求意见的公众范围：

公示对象为项目周边可能接受项目影响的居民群众、企事业单位等。

四、公众意见表的网络链接：

<http://www.mee.gov.cn/xxgk/2018/xxgk/xxgk01/201810/W020181024369122449069.docx>

五、公众提出意见的方式和途径

公众可以通过信函、电子邮件，在即日起个10个工作日内将填写的公众意见表等提交建设单位，反应与建设项目环境影响有关的意见和建议

六、公众提出意见的起止时间

自本公示起10个工作日内。

七、建设单位名称和联系方式

建设单位：乐山嘉和投资有限责任公司

联系人：钱先生

联系电话：13882297098

邮箱：191917518@qq.com

地址：乐山市市中区雪杉街555号1楼

八、环评单位名称和联系方式

环评单位：四川天和环境工程科技有限公司

联系人：王工

联系电话：18398640187

地址：四川省乐山高新区迎宾大道605号4楼1至8号

乐山嘉和投资有限责任公司

2023年12月14日