



乐山广播电视报

LESHAN BROADCAST TV WEEKLY



一份有温度的城市周报

25

总第1597期

本期28版

2024年06月20日

乐山广播电视报社 出版 社长：刘 岚

应届生 去哪儿了？



国内统一连续出版物号：CN51-0095-07 邮发代号：61-519 本报数字报网址：http://szblsweekly.com/ 主管：四川党建期刊集团

P03-07



四川夹江核技术应用产业园区及基础设施建设项目— 污水处理厂环境影响评价公众参与征求意见稿第二次登报公示

一、建设项目名称和项目概况

项目名称：四川夹江核技术应用产业园区及基础设施建设项目—污水处理厂

项目性质：新建

建设地点：四川省乐山市夹江县木城镇泉水村3社

建设内容：本污水处理厂一期工程设计污水处理规模为600m³/d。主要建设内容为新建粗格栅及提升泵房1座、细格栅及旋流沉砂池1座、事故池1座、调节池1座、水解酸化池1座、生化池及二沉池1座、高效沉淀池1座、反硝化深床滤池1座、接触消毒池1座、出水计量渠及尾水提升泵房1座、除臭设备1套、储泥池及污泥提升泵井1座、综合用房等相关配套附属设施等。污水处理排放标准满足《四川省岷江、沱江流域水污染物排放标准》(DB51/2311—2016)工业园区集中式污水处理厂标准。

本项目位于夹江县木城镇泉水村3社，符合园区规划，项目的建设选址比较合理，建设方案可行。从整体分析，工程建设对生态与环境的影响相对较小，工程施工期与运营期的不利环境影响可以采取防治和改善措施予以减免，项目具有明显的社会经济和环境效益。建设单位应切实落实本评价报告所提出的各项环保措施和对策，减免各种不利影响，在充分保证环保设施的资金投入和正常运转的前提下，从环保角度考虑本项目是可行的。符合《环境影响评价公众参与办法》要求。

二、征求意见稿全文的网络链接及查阅纸质报告书的方式

征求意见稿全文链接：

链接：

https://pan.baidu.com/s/1eAHkomX_Dx3N377_6_K6

Rg

提取码：dnl2

查阅纸质报告书可以通过电话联系建设单位或前往项目建设地址查看。建设单位和环评单位将为公众提供相关资料查询和环评报告书简本查询服务。

三、征求意见的公众范围

公示对象为项目周边可能受项目影响的居民群众、企事业单位等，征求社会公众对项目建设和环评工作的意见和建议。

四、公众意见表的网络链接方式

公众意见表的链接：

<http://www.mee.gov.cn/xxgk2018/xxgk/xxgk01/201810/t20181024665329.html>

五、公众提出意见的方式和途径

公众可以通过打电话或发送电子邮件的方式向建设单位或评价机构提出对本项目建设及环境影响评价工作的意见和建议，但不接受与环境保护无关的问题。

六、公众提出意见的起止时间

自公示之日起10个工作日内

七、建设单位名称和联系方式

建设单位：四川核力高新科技发展有限公司

联系人：邓工

联系电话：18081334811

地址：夹江县木城镇泉水村3社

四川核力高新科技发展有限公司

2024年6月20日

本期导读

乐山广播电视报
2024.06.20

READING
GUIDANCE

08

新闻周刊

面孔



王银洲：浇灌民族团结之花

10

新闻周刊

观察



宠物也上学

12

新闻周刊

专题



沙湾：强基增效的
工业强区之路

16

科普周刊

头条



山洪避险指南

值班编委：熊春鹰
美术总监：游昌学
版式：赵霜琪 马煜航 杨苹
黎澳 朱熹

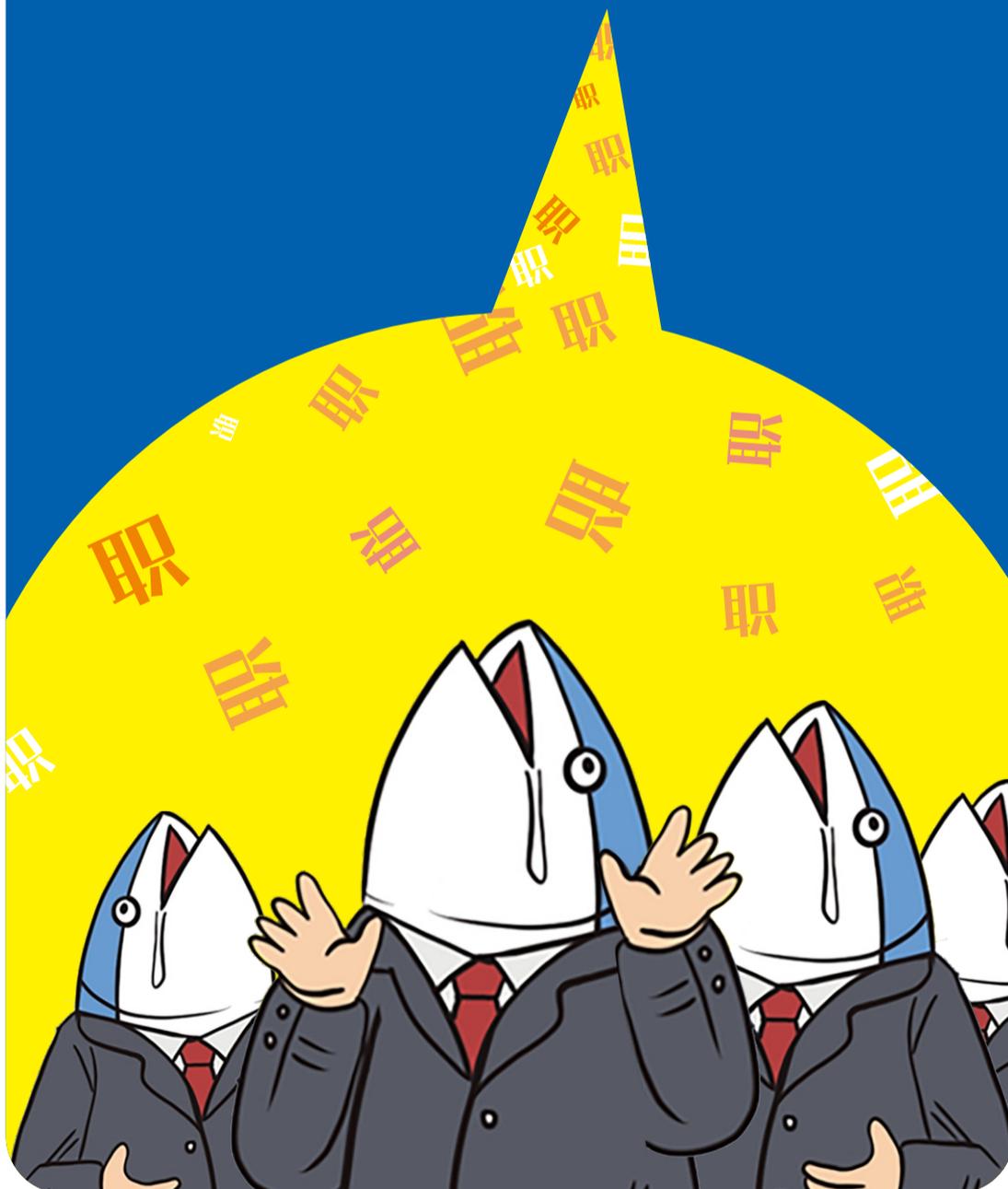
本报数字报：<http://www.lswkly.com>
微信公众号：乐山头条
联系电话：2429052
13550571588

本报部分图片来源于网络,请作者
与本报联系,以奉稿酬。

长期以来，大学生实现从高等教育机构到职场的过渡一直是社会广泛关注的核心议题。如何千方百计促就业成为应届生、高校、相关部门迫切需要解决的难题。

应届生 去哪儿了？

■ 本报记者 金丹 刘岚 罗妍玲





勇往“职”前

扎根基层教育

今年8月，禹其良即将前往新疆克孜勒苏柯尔克孜自治州阿图什市担任一名化学老师。

自2020年成为乐山师范学院化学专业的一名学生后，禹其良便为自己规划了就业方向：从事教育行业。“我们的专业属于化学类，也可以走进大厂做技术研发等工作。但就我个人情况而言，我更倾向于教育。”

校园内的每一场招聘活动禹其良都没有落下。从私立学校到教培机构，从师资力量到上升空间、薪资待遇等，禹其良热衷于在招聘会现场与面试官沟通并了解岗位情况。“招聘会有不少私立学校和培训机构，我加了感兴趣岗位HR（人力资源管理）的微信，后续也在不停地沟通。也时常和同学们互通消息，有合适的岗位大家就约着去试一试。”

大四实习期间，禹其良在凉山州德昌县南山实验学校担任一名初中化学老师，与学生们的相处更加坚定了他成为一名教师的决心。“私立学校的教学任务会比较重，对于教师的教学质量考核非常严格。去年学校秋招的时候，南山实验学校也参与了，我便专程从西昌回校参加双选会。”禹其良说，面试现场需要试讲十五分钟的课程，再回答该校资深教师提出的问题。“包括课堂内容及学生理解情况，如电子跃迁释放能量的重要形式？如何判断学生是否掌握了本节课的重难点？”

根据禹其良的试讲及回答，凉山州德昌县南山实验学校给



出了面试通过的答复，并表示可签订三方协议，但禹其良考虑良久后却放弃了。“我想看看能否考上带编教师。”

去年12月，禹其良还抱着试一试的心态参加了研究生考试。“但我没有想过一定得考上，我身边就有同学失败了一次，今年又继续去考，他们觉得只有考上了研究生，找工作时才更有优势，可以自主择业，而不是工作选他们。”

不久后，禹其良看到师院招生就业处发布了一条关于新疆带编教师的专场招聘会活动，便约着几个同学报名参与了。经过层层选拔，禹其良将于今年8月正式入职。“我的父母非常赞同我的决定。目前国家正在大力扶持西部地区的教育发展，我也想贡献自己的一份绵薄之力。”

产教融合
毕业即就业

作为一名土生土长的乐山人，高中毕业后的唐伟铭选择继续留在家乡，就读于乐山职业技术学院护理专业。入学没多久，唐伟铭被选拔进入学院与乐山市人民医院合作的“护理专业现代学徒制班”。

2015年，国家教育部启动了现代学徒制试点工作，全国各地在积极探索现代学徒制培训培养模式。2017年，乐山职业技术学院与乐山市人民医院联合启动了首届护理专业现代学徒制班试点工作，探索护理人才培养新模式，毕业后有机会在乐山市人民医院继续从事护理工作。

唐伟铭介绍，学徒制班的每一名学生都拥有一对一的校外老师，即乐山市人民医院护士。教学期间，学校也会安排学生前往医院见习。

“以前我单纯地认为护理工作就是打针、输液，开始学习后才明白，成为一名合格的护士，要学习很多知识，如内科护理学、外科护理学、妇科护理学、儿科护理学、急危重症护理学、基础护理学、人体解剖学、病理学、药理学……更关键的是要把书本内容落实到实操上。”

实习期间，唐伟铭在乐山市人民医院轮岗了8个科室。“一个月一个科室，包括内科、外科、手术室、重症监护室等。我印象最深刻的是重症监护室，一个护士可能只需要负责1-2个病人，但由于病人病症较为严重，因此容不得丝毫马虎，在岗时需保持十二分的精神，但学到的技能也是最丰富的。”

护理的工作强度也在唐伟铭的意料之中，“在学护理专业前我就已经做好了心理建设，因此真正实践时也适应得比较快。”在唐伟铭看来，护理专业对口性较强，毕业后一般前往公立或私立医院、卫生院、护理机构等就职。“只要避免眼高手低的心态，不要想着多拿钱少干事，我相信护理专业就业应该是没问题的。”

今年3月，唐伟铭顺利通过了乐山市人民医院规范培训生考核，意味着7月开始，唐伟铭即将成为乐山市人民医院的规培生。“这是护理人员必经的一个过程，两年后通过院内考核便能正式成为一名护士。”

1300公里
的双向奔赴

不同于其他应届生，今年22岁的侯燕在4月份就踏上了就业之路。从家乡四川省广元市到甘肃省嘉峪关市任职，侯燕不仅需要奔赴1300多公里的路程，更需要比同龄人更坚定的决心。

就读于成都理工大学工程技术学院时，除去教学范围内的就业指导课程，侯燕也十分关注各类就业讲座、培训。机器人工程专业的她其实在选择工作时优先考虑的是经济更为发达的城市。因此无论是校内组织的招聘会，还是线上各大招聘平台，侯燕优先考虑的是专业对口的岗位。“线上线下大约投了500份简历，最关注的还是薪资和福利待遇。”

侯燕也曾是考公大军之一。“考过两次，第二次考试综合成绩第二。可惜当时报考的单位只招一个人，最终落选了。”有遗憾，但侯燕并未因此气馁。

“我看到学校发布了中核四〇四有限公司（以下简称四〇四）的招聘信息，便立刻将简历准备好去参加了校内的专场招聘会。”在与面试官沟通后，侯燕萌生了入职的念头。“四〇四是我国规模最大、体系最完整、集生产科研为一体的国家新型核工业基地。对我来说，不仅专业对口，也是一种情怀，更是一次出去闯荡的好机会。”在与家人商议后，今年4月，侯燕和同届同学共计100名学生正式成为四〇四的实习生。

电话那头，侯燕表达了对这份工作的认可。“我们目前还处于培训阶段，每天作息都很规律，福利待遇也不错。甘肃气候比四川要干燥些，但我也很快适应了。相较于不少还在迷茫中寻找就业方向的同龄人，我想我是足够幸运的。”



挑战与破局之道



千万毕业生涌入职场

2023年12月5日，教育部、人力资源社会保障部召开的2024届全国普通高校毕业生就业创业工作视频会议公布信息，2024届全国普通高校毕业生规模预计达1179万人。从2001年的115万，到今年的1179万人，20多年来高校毕业生人数已增长了十倍。面对越来越激烈的竞争，毕业生该何去何从成为最受关注的话题之一。

随着高等教育的普及化，应届生们对于优质就业岗位的需求也日益增长。然而，就业岗位的增速却未必能与高校毕业生的增长速度相匹配，这就导致了“僧多粥少”的局面。因此，如何在众多的求职者中脱颖而出，成为每个即将步入职场的年轻人必须面对的问题。网络平台上，一句“月薪3000块招不来一个农民工，但是却可以招来一个大学生”的背后，更是凸显了当下毕业生的就业压力。

此前，成都理工大学工程技术学院（以下简称成理工程）针对2024年应届生进行了一次就业意向调研，共回收有效问卷5460份，回收率97.69%，覆盖2024届毕业生所有系部和专业。调研显示，74.24%的毕业生认为求职压力较大（非常大+有些大），其中24.73%认为压力非常大，49.51%认为有些大，认为求职压力较小（没有压力+不大）的比例仅为2.71%。

去年毕业的周放目前也未能找到心仪的工作。“我学的是编导专业，毕业后曾就职于成都一家传媒公司。每个月税后约5000元，扣除房租、生活费等日常开销，所剩无几。”周放在各类招聘平台投了数次简历，但收到的回复屈指可数，这也在一定程度上打击了周放的就业信心。

“不少同学都选择了考研考公，但我明白自己不是读书的料，还是想尽快积累工作经验，从另一方面来弥补学历上的不足。”

周放表示，工作好找，但好工作难觅。“哪怕是我去送外卖、开网约车，可能一个月收入都不止5000元。但借用网上的一句话，脱不掉孔乙己的长衫，一个大学生还去干体力活，那读大学的意义在哪呢？”工作半年后周放便辞职了，目前一直待业在家。为此周放和父母发生了数次争吵。

稳定性成求职首选

应届毕业生持续增长，而在供需的另一端，是企业收缩的招聘需求。“参加招聘会的企业数量明显下滑。”乐山师范学院党委学生工作部副部长南麒透露，为更好地解决应届毕业生就业问题，学校每年会举行数次招聘活动，包括双选会及各类专场招聘会。

以乐山市师范学院去年11月举行的双选会来看，吸引了260余家省内外单位参会，提供岗位6800余个，涉及教育、金融、制造业、零售、汽车、人力资源等多个行业。现场共投递简历4860余份，参加面试人数2150余人次，初步达成就业意向800余人。南麒表示，学院会尽可能鼓励学生多参与，多投简历，以免错失优质且适合自己的岗位。“当然，多投简历也并不是要盲目海量求职，一定是针对自己专业方向以及未来职业选择方向，有准备地去找寻对口工作机会。”

“应届生在就业地类型的期望上偏向城市，但愿意到乡镇、农村地区以及艰苦边远地区的比例也并不低。”成理工程就业指导中心主任田冀谈到，近两年应届生就业形势确实不容乐观。以土木专业为例，以往岗位适配率大概为1:7，即1个学生可以在7家单位中挑选岗位。但由于目前房地产市场的低迷，适配率降低至约1:2。大部分应届生在认清就业形势后，适当调整了职业规划，工作的稳定性成为他们最看重的因素。





田冀表示，学生入学后，除了基础的职业规划和就业指导课程，成理工程就业指导中心会向学生提供专业的咨询与测评，唤醒学生的职业规划和就业意识，以便学生能够对自己未来的职业发展有更加清晰的认知。“我们成立了大学生职业发展与就业指导咨询室‘核梦生涯咨询工作室’、‘艺启’就业育人工作室以及北森生涯的职业测评系统，目前校内还配置了17名全球职业规划师(GCDF)为学生提供生涯规划及就业指导。”

探索建立职业、产业、行业和企业“四业联动”机制，根据市场需求和前景科学调整设置专业；加大“订单式”、定制式、企业新型现代学徒制等人才培养模式，推进学生“订单式”就业……为了促进学生就业，乐山职业技术学院也卯足了劲。乐山职业技术学院党委学生工作部部长胡文杰介绍，针对“家庭经济困难学生、脱贫家庭学生、孤儿、残疾学生、少数民族学生、退伍军人”等特殊群体，学院还建立“一生一档”精准台账，制定“一生一办法”帮扶方案，开展“一对一”面谈精准指导，促进“一生一岗位”工作落实。

为缓解高校毕业生就业压力，2023年12月5日，教育部印发《关于做好2024届全国普通高校毕业生就业创业工作的通知》，要求大力开拓市场化社会化就业渠道。与此同时，市场和求职端出现了一些积极的趋势和变化。例如新产业、新业态、新模式的崛起为毕业生提供了更多的就业机会。电子技术、新能源和电气行业等新兴产业正释放出大量的招聘需求，这些新动能领域对青年的吸纳能力有望继续扩张。

记者在走访乐山三大高校后还发现，应届生考编和升学热度居高不下，相当一部分应届生将主要精力投入其中。“就业意向调研显示，在首选毕业去向是升学的毕业生中，71.46%的本科生以及44.55%的专科生已经确定了升学目标院校。”田冀说，应届生对于工作稳定性的追求逐年递增，国企、央企等单位的岗位成为“香饽饽”。这一观点在智联招聘最新发布的《大学生就业力调研报告》中可以得到印证：从期望就业的企业类型看，2024届求职毕业生中，47.7%希望进入国企工作，占比排名各类型企业之首。

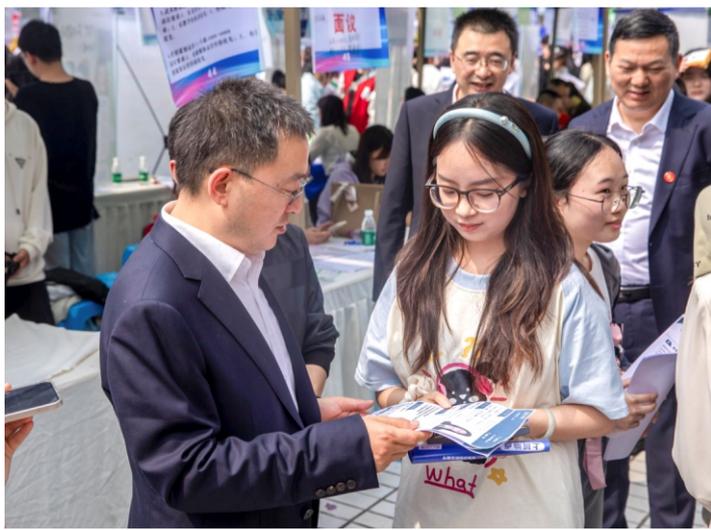
“慢就业”的AB面

此外，部分大学生找工作时“高不成、低不就”的心态，与日益流行的“慢就业”潮流，是当前大学生择业就业特征的一体两面。

“‘慢就业’主要指初次进入劳动力市场的青年人员就业过程缓慢，具体表现为找工作时间相对较长，或者以培训、社会实践等方式推迟就业，或者暂回家中等待就业。”乐山市党委党校经济教研室教师杨梦瑶分析，无论是被动还是主动，“慢就业”背后有深刻的经济社会根源。从宏观环境来看，“慢就业”是当前全球宏观总需求周期性不足和人工智能技术发展所导致的一类群体性就业代价。传统就业模式受到史无前例的挑战，从而导致社会工作岗位减少。从求职者素质来看，慢就业是人才匹配度不足，导致部分毕业生被动进入长期待业的无奈选择。从就业心理的角度来看，慢就业是青年人员在经济环境影响下基于自身期望和追求的一种自适性调整。

针对日渐突出的“慢就业”现象，不少家长表示出了明显的担忧。“可以‘慢就业’，不能‘不就业’。如果‘慢就业’处理不好，则容易向‘消极就业’‘懒就业’方向转变。”

杨梦瑶认为，不能将“慢就业”绝对性地理解成颓废的“懒就业”，或是啃老式的“不就业”。他们在主观上对就业持积极态度，只是由于各种原因或主动或被动选择暂时不就业。面对高考报名和高校毕业生人数的激增，我们必须认识到，这既是教育资源普及和高等教育大众化的成果，也是社会人力资源结构变化的信号。这种变化要求教育体系、就业市场乃至整个社会进行积极的适应。教育体系需要更加注重培养学生的创新能力和实践能力，以适应未来多变的社会需求。同时，就业市场也应做好充分准备，通过政策引导和市场调节，为这些新增的劳动力提供更多的就业机会。在教育领域，应加大对创新教育和职业教育的投入，培养更多具有创新精神和实践能力的人才。在就业市场方面，应完善就业服务体系，提供多样化的就业渠道，同时加强劳动法律法规的建设，保障劳动者的合法权益。



(图片来源：受访者、受访单位)

王银洲

浇灌民族团结之花

■ 本报记者 杨莹 本史巫果

人物
档案

王银洲，汉族，1949年生于马边彝族自治县（以下简称“马边”）。马边第一个精通彝族语言文字的汉族干部，获得彝语文助理翻译的专业技术职称。曾先后8次荣获省、市、县（自治县）民族团结进步先进（模范）个人称号。



1995年王银洲（左三）到二坪乡下乡

1989年王银洲（前一）到究家普乡检查林区公路

与彝族群众“无缝对接”

学彝语和群众沟通，尽力把群众的事办好，王银洲就是这样的人。

出生在马边原三河口乡汉族农民家庭的王银洲，从小就喜欢和彝族小伙伴一同玩耍。玩耍时他们相互学习彝语和汉语。后来王银洲特意请彝族伙伴给他取了一个“曲模岳三”的彝族名字。“在彝区，只会说彝话不识彝文，也不能适应生活的需要。”王银洲回忆，“有一次，一位叫阿洛惹打的解放军用彝语教我唱《东方红》，学习中我经常忘词，于是他就用老彝文把歌词写下来教我，两天后我就学会了。”从此，王银洲对彝族古文字产生了浓厚的兴趣。他拜阿洛惹打、黑日子吉等彝族前辈为师，虚心求教学习。几年下来，便能熟练地运用老彝文写信、记事。“有一年，县上在大院子区（现为高卓营乡）开展培训推广国务院批准的规范彝文班，全班40多名学员中就我一个汉族。”20多天培训结业，他不但准确掌握了819个规范彝文字的读音与写法，还用规范彝文写了一篇学习心得体会，让彝族老师和同学们佩服不已。

1972年王银洲任三河口区（现为三河口镇）挖黑口公社文书一职，工作期间，他虚心向彝族朋友学习彝族文化。一有机会，就请彝族老人讲述大小凉山的神话传说、民间故事、风土人情、风俗习惯等。《中国少数民族语言》《彝族史料集》《彝族尔比释义》……每次出差他总会去寻购彝文书、刊物。1985年王银洲调到马边彝族自治县少数民族语言文字工作委员会工作，收听四川人民广播电台、凉山州人民广播电台、马边广播站的彝语广播节目，他边听边录，用彝汉两种文字记录有特色的彝语，足足记录了20多本。在王银洲看来，彝语中有些音调与汉语相似，可跟汉语差别又很大，如果把握不好还会闹出笑话来。日复一日的积累，王银洲也总结出了规律，和彝族群众“无缝对接”。

做彝乡群众的“贴心人”

宣讲党的民族政策和国家的法律法规；潜心收集整理彝文古籍，参与翻译县“两会”报告和文件；用彝汉双语在法庭审理中为法官和彝族当事人架起了语言沟通的桥梁；为修路架桥，踏遍了千山万水考察调研……他走遍彝乡的村寨，哪家有个大事小情，他都去帮忙。在开展民族工作调查研究时，他用彝语同彝族群众交流、宣讲。彝族群众听后拉着他的手说，“您这样讲，我们就听得懂了！”

铸牢中华民族共同体意识，既要做看得见、摸得着的工作，也要做润物细无声的事情。他和马边彝族自治县语委的干部一起，举办了为期两期城乡党政干部彝语文培训班，让上百名干部提高了彝语文水平。在国际扫盲活动中，配合有关部门在彝族群众中开展彝文扫盲工作，5500多人达到彝文脱盲水平。将《四川省计划生育条例》《马边彝族自治县自治条例》等重要法规译成彝文，供彝族干部群众学习使用。向省、市民委编送彝文词汇900余条。对103卷彝文古籍经书进行了规范整理。收集整理几百个彝族姓氏，并规范了彝族姓氏用字。

诸如此类的故事，在王银洲身上数不胜数。配合教育部门广泛实施四川省教育十年行动计划，争取资金先后对马边中学、三河口区中学、大院子中学、民族小学、大竹堡小学等进行新建和改造；对89座铁索桥和部分人行便道实施建设，解决了群众过河难、行路难的问题；为杨家村变电站、三河口电站、稀泥沟电站、布依作电站等争取了工程启动资金和建设资金……

少数民族语言文字指导委员会副主任、县“两金办”（支援不发达地区发展资金、开发基金）主任、乐山市民委语委委员和中国少数民族经济研究会、四川省少数民族经济研究会会员……多重的身份意味着多重的压力，这也成为他全心全意为群众服务的动力。“帮助一个人，就是改变一个家庭，我定当竭尽全力去帮助身边的朋友与亲人。”一句质朴的话语，真切地道出了王银洲的心声。



1986年王银洲（左二）到西街子指导民族银饰加工厂



王银洲（左三）和彝族同胞交谈

续写“爱民之歌”

做好事不难，但一直做好事却不容易。

如今，退休后的王银洲继续发挥自身的光和热，参与编辑彝学学会刊物；先后为法院审理交通事故、安全事故、寻衅滋事、婚姻纠纷、林权纠纷、土地纠纷等30余件案件提供准确无误的彝汉双语翻译，为法官和原、被告当事人架起沟通的桥梁，赢得了一致好评。在扶贫开发协会实施“栋梁工程”项目中，向上级争取扶持资金100多万元，为300多名家庭困难大学生提供了资助。

彝族人热情好客，纯朴善良的性格在血脉中一代代传承下来。王银洲回忆，在凉山彝族自治州举行40周年大庆时，自己作为马边慰问代表团成员前往祝贺，在路过雷波县境内的山棱岗时车子坏了，乘客们下车焦急地等待师傅修车。“夜幕降临，温差大又无人烟，正在又冷又饿之时，来了个背着玉米和洋芋路过的彝族村民，我就用彝语和他交流还认了亲戚，后来也得到这位彝族村民的帮助，度过了一个难忘的夜晚。”

“我的双脚曾踏遍这里的每一寸土地，我深深地热爱着这片土地，热爱着这里的每一个人。”王银洲始终把“团结向善，感恩奋进”作为座右铭。“在民族工作战线上的这段时光，是我终生难忘和感恩不尽的。今后，我将以饱满的热情，继续践行初心使命，做到生命不息、奋斗不止，继续为马边的民族团结进步事业作出新的更大的贡献。”



1990年王银洲（右一）到下溪乡黄坝村验收铁索桥

（受访者供图）

电影《金腰带》全国路演首站 乐山见面会举行



出品人周天祥



导演王光利



乐山师范学院美术与设计学院院长熊火花

6月17日，备受关注的电影《金腰带》全国路演第一站乐山见面会在城区UME国际影城举行。出品人周天祥、导演王光利携主创团队与2024届乐山师范学院毕业学子分享了影片拍摄的幕后故事。

电影《金腰带》根据世界职业拳王熊朝忠的真实故事改编，影片讲述了出生于云南马关农村苗族小伙小熊，阴错阳差间被魔鬼教练姚峰发掘了天赋，进入正轨职业拳击训练，从矿井巷道走上拳王擂台，从人肉沙包蜕变巅峰折桂，这段建立在两人坚定信仰之上的师生关系，带领着他们共同走上充满传奇色彩的职业拳击之路，最终赢得了世界拳王“金腰带”的故事。值得一提的是，电影除了实力派演员姚橧以外，饰演原型熊朝忠的班玛夺基、饰演姚末的张美煊是分别荣获过中国最佳新锐拳手、昆仑决蝇量级世界冠军的职业拳手。

在映后，乐山师范学院应届毕业生纷纷表示，“电影将励志、成长、奋斗、拳击、云南等内容元素融合，呈现出一条热血动人的故事线。男主不向命运低头、拼搏向上的精神让人震撼，后劲很大。”

乐山师范学院美术与设计学院院长熊火花从美学角度给予了这部作品高度赞赏，“导演通过独特的视觉呈现和艺术手法，用一个个富有视觉冲击力的镜头语言，创造出了一种沉浸式的观影体验。《金腰带》不仅是体育电影也是艺术电影。”

《金腰带》出品人周天祥校友表示，“将乐山作为全国路演首站是因为毕业多年，乐山师范学院一直是我内心中最柔软、纯净的精神家园，也是我人生轨迹中不可或缺的存在。乐山让我感到自豪与骄傲，这次将新作《金腰带》呈现给大家是一件幸福的事，再次回到乐山也让我感到了母校的温暖。”

“此次大胆选用现实中的真实职业拳手，无疑增强了电影的纪实性色彩，两位主演也为电影贡献了极具穿透力的真实表演，生动还原拳王争霸赛名场面。”导演王光利介绍，10年前第一次看见拳王熊朝忠的生活环境和有情有义的品格后感到内心热血澎湃。于是与搭档周天祥一拍即合，决心拍摄小角色走向世界拳王的故事。期间，主创团队多次深入云南大山，实地探访拍摄拳王熊朝忠的家乡，只为给观众呈现的不仅仅是勇敢、百折不挠的拳击精神，更是将云南马关县优美的自然风光、绚丽的历史文化展现在观众的眼前。

电影《金腰带》由电影频道节目中心、云文（北京）影业投资有限责任公司、四川归去来影业出品，北京商舟传媒有限公司、山河共影（浙江）文化传媒有限公司联合出品，将于8月23日全国超燃上映。

（本报记者 杨莹 文/图）

宠物也上学

■ 本报实习记者 郭清源

近年来，宠物培训生意正在逐步升温，越来越多的铲屎官将自家爱犬送到宠物学校上学。大多数是为了纠正爱犬的不良行为习惯，也有一部分是为了让爱犬掌握新技能，如坐、卧、走路、叼篮子等。然而，由于宠物培训行业门槛相对较低，导致市场上宠物学校的训练质量、收费标准参差不齐。



宠物上学渐新潮

“小时候就喜欢狗狗，父母一直不同意，经济独立后的第一件事就是买了一只可爱的雪拉瑞。”王依婷是一位年轻的博主，她养了一只名叫“小爱”的雪拉瑞。“小爱”活泼可爱，给王依婷的生活增添了很多乐趣。然而，“小爱”有一个让王依婷头疼的问题——它经常在家里随地大小便，这不仅给王依婷的日常生活带来不便，也影响了家中的环境卫生。为了解决这一问题，王依婷尝试了各种方法，包括购买专门的宠物尿垫、在网上搜索视频进行学习，但效果都不尽如人意。“有一次在刷小红书时，看到有专门训练宠物的学校，便想尝试一下看看效果。”

经过一个月的训练，“小爱”的大小便问题得到明显改善，逐渐学会了在指定地点排

便。王依婷认为，将“小爱”送入宠物学校接受训练是一个明智的决定。虽然训练费用较高，但相比起“小爱”造成的卫生问题来说，这是一笔值得的投资。

然而，也有消费者表示将宠物送去培训后问题并未解决。“花了5000元送我家边牧去训练，主要想解决咬人和护食的问题。”消费者林天说，训练后发现这些问题并未得到明显改善，这也让他对训犬机构的学习效果产生了质疑。

“铲屎官将宠物送到学校的目的各不相同，大部分人是为了纠正狗狗的不良行为习惯，比如在家随意大小便、乱叫、护食、爆冲、乱捡东西吃等。”乐山市爱马人宠物训练学校校长吴志强谈道。

从“看门狗”成为家庭成员的一份子，铲屎官们也越来越舍得为其买单。据《宠物行业蓝皮书》数据显示，2022年我国宠物饲养类型中犬猫仍为主流占比75%，持续主导宠物食品、用品等消费市场。虽然2019年后狗狗数量受城镇大中型犬管控等影响出现负增长，但适宜城市饲养的小型犬数量近5年以年均5.6%的增速增加，如此高热情的饲养意愿，让宠物赛道逐年火热，并不断涌现新的需求，宠物培训这类“拟人化”服务项目也逐渐拥有了一定需求市场。



人犬关系是训练的基础

“训练的第一步，是在做好饲养管理的基础上，与狗狗建立相互信任的关系。”乐山pet-pal宠物行为工作室主理人李铮介绍，每只狗的性格迥异，有的活泼外向，有的敏感内向。“不同品种之间，差异巨大，比如柴犬大多独立自主，不易出现分离焦虑，但同时也很难与主人建立紧密的关系，会出现难唤回的问题。而边牧由于聪明且精力充沛，常被用于牧场牧羊。当在城市饲养，无法满足它的运动量时，往往会出现拆家、夜间吠叫扰民等问题。”

李铮表示，除了规范爱犬行为习惯，还有小部分宠物主希望爱犬拥有一些技能，比如叼篮子、坐、卧、立等，而这类科目训练效果与犬的天赋以及训练时长有关。此外，成年狗的不良行为已经被反复加强，纠正难度大，且训练后更容易反复，所以从小培养远比成年后纠正更重要。

而谈及这些宠物狗不良行为习惯的形成，李铮讲道，一方面是因为动物的天性，如果不加以训练，本就很难融入人类的都市生活。其次，大多数宠物犬主不具备相应的知识，在饲养过程没有做到正确的引导，反而在不良行为出现时无意识进行了反复增强，使其不良行为越发严重。

“狗狗来寄训，虽然宠物主预期的行为能通过专业训练来完成学习，但人狗关系是训练的基石，宠物狗寄训结束回到家中，如果宠物主没法做好饲养管理以及在适当时机增强已经学会的行为，训练成果会随着时间的流逝而逐渐消退。有些已学会的技能，甚至会因宠物主与宠物狗本身关系过差，导致交接困难，难以做到泛化，最终导致合作的失败。”李铮表示，授人以鱼不如授人以渔。她将逐渐减少寄训犬只的业务，重点转到上门给宠物主上课，教宠物主如何管理引导犬只。



培训市场尚待规范

记者走访了城区几家宠物培训学校，发现宠物培训的收费并不低。几位从业者表示，乐山宠物培训机构收费的价格约每月3000元，一般会根据宠物主的需求和宠物问题定制专属的训练方案。

“较高收费标准并不意味着开宠物学校就是一门很赚钱的生意。被送到宠物学校的狗存在着各种各样的问题，且每条狗的性格、悟性都不同，这就需要训犬师为其制定不同的学习方案。宠物培训也是一项辛苦的工作。训犬师需要早起遛狗，如果狗有不良习惯，他们还需要守夜，有些训犬师甚至是全年无休。这项工作也很考验耐心，聪明的狗，教两三遍就能学会，但是有的狗，可能要教几十遍它才能明白意思。这个过程没有捷径，只能一遍遍重复。”吴志强表示，宠物培训极为依赖训犬师，且无法标准化。由于行业并没有太高的门槛，所以存在不少乱象，比如暴力训犬、训犬师缺乏训犬资质等。

记者在走访过程中发现，不少消费者对训犬师资质、训练效果、训练方式存在诸多质疑。“如果是有效果的，那这个收费无可厚非。但如果没效果，那我的钱就打水漂了。”“感觉送这些问题犬去宠物学校就像送有网瘾的孩子去戒网，担心会暴力训犬。”

业内人士表示，2014年开始入行时，乐山只有一两家宠物培训机构。目前，仅市中区范围内就有5家宠物培训基地及工作室。宠物训练的市场在持续扩大，新出现的宠物学校也越来越多，但是不少机构创办到第二年就濒临倒闭。究其原因，首先是低线城市受众较少，宠物“上学”并不是主流消费观念。其次，训犬师的能力不足，训练后的效果较差，导致了消费者的信任度不高。

“目前经营范围内囊括了‘宠物服务（不含动物诊疗）’这一项，便可从事宠物培训服务以及宠物驯化服务。而这属于一般事项，并不需要前置或后置许可即可发证。就经营许可证而言，门槛比较低。”乐山市市中区行政审批局的工作人员表示。

据从业人士透露，从目前来看，宠物培训市场尚未完全成熟，但他们相信，随着宠物主队伍的不断壮大，宠物培训终有一天会成为消费新刚需，消费也必定会带动行业规范化。

（图片来源：受访者、网络）

遗失声明

广告

罗妍玲于2024年5月25日遗失居民身份证（身份证号：511102197412040422；有效期限：2008.07.16-2028.07.16；签发机关：乐山市公安局市中分局），自本声明发布注明遗失日起一切与该身份证相关的行为以及由此造成的法律责任或经济损失与本人无关，特此声明。

沙湾 强基增效的 工业强区之路

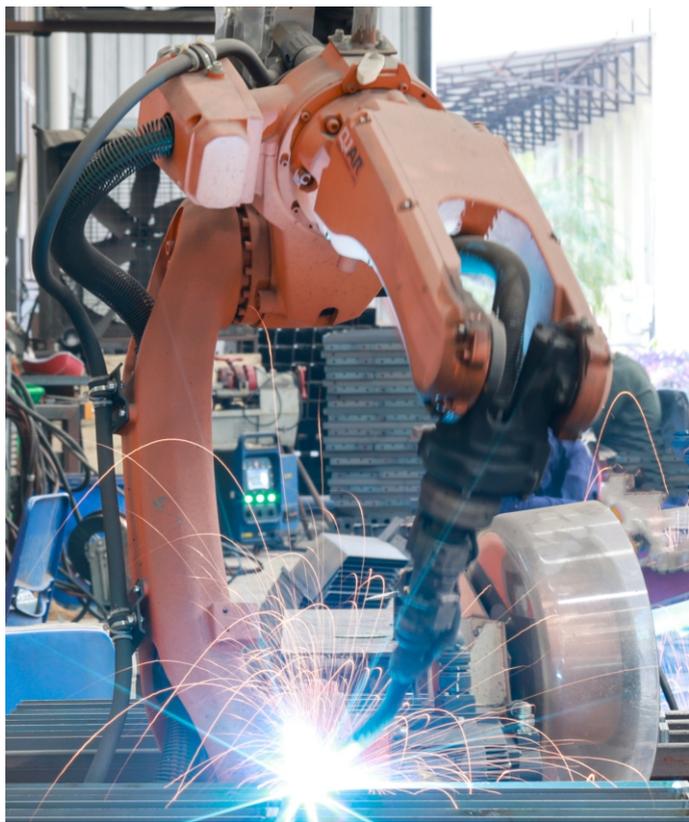
■ 本报记者 熊春鹰

“以发展新质生产力、新型工业化建设为目标，积极融入乐山先进制造集聚区建设，聚焦钒钛钢、不锈钢两大主导产业，加快培育壮大战略性新兴产业和布局未来产业……”在近日召开的乐山市推进高质量发展系列主题新闻发布会——沙湾区专场发布会上，沙湾区以“加快新型工业化建设，推动工业高质量发展实现新跃升”为题作相关情况介绍。

沙湾工业起步于1958年，历经国家“三线”建设时期，于1985年立足冶金、铸造等工业基础而建区，历经39年的发展蜕变，走出了一条强基增效的工业强区之路。

目前，沙湾区有工业企业232户，其中规上工业企业59户，主要以新型建材、机械铸造、清洁能源、先进材料等产业为主，具有年产300万吨钒钛钢、100万吨不锈钢、10万吨机械铸造、215万吨水泥的生产能力，电力装机容量达到280万千瓦时。

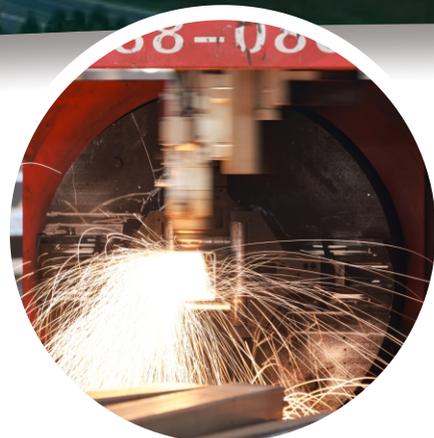
沙湾区先后创建国家新型工业化产业示范基地、省级经济开发区、四川省第二批工业强县示范区、四川省特种钢高新技术产业化基地、四川省工业资源综合利用示范园区、四川省“十四五”循环化改造园区。



四川省邦友达科技有限公司全自动激光切割机



四川罡宸不锈钢有限责任公司



乐山市嘉蓝图科技有限公司
生产车间一角

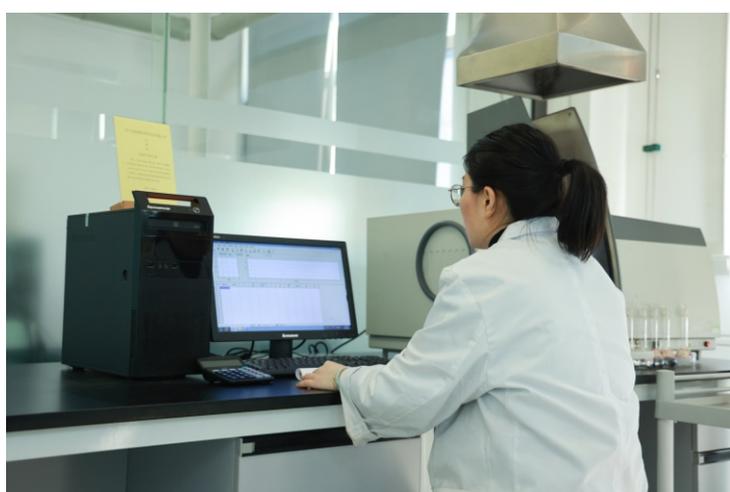
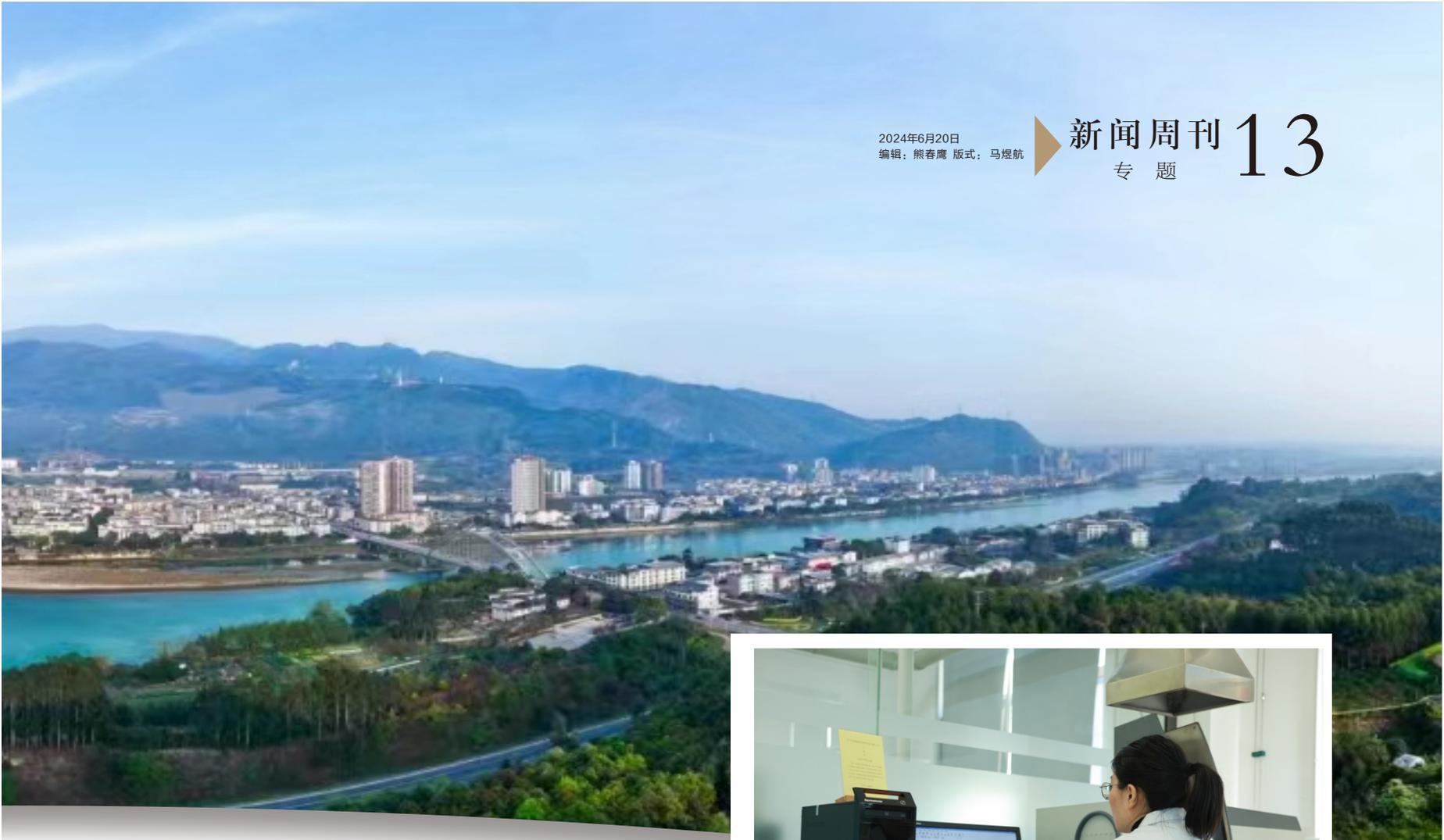
聚焦主导产业抓发展

沙湾区立足“因工业而立区”之根本，积极融入乐山先进制造集聚区建设，聚焦钒钛钢、不锈钢两大主导产业，带动全区工业经济跑出高质量发展“加速度”。

做优龙头企业。持续深化两大龙头企业——四川德胜集团钒钛有限公司和四川罡宸不锈钢有限责任公司，与重庆钢铁（集团）有限责任公司、攀钢集团有限公司等企业的战略合作。罡宸不锈钢目前已实现300系不锈钢卷板生产，极薄不锈钢热轧技术突破1.5毫米，成功研发稀土耐蚀钢，成为川渝地区唯一一家专业不锈钢生产企业；德胜钒钛成为全球五大产钒之一和西部领先的钒钛新材料企业，其吨钢利润位于全国钢铁行业前五位，连续12年跻身“中国企业500强”。

提升发展水平。全力支持两大龙头企业技改升级，推动德胜钒钛和罡宸不锈钢实施一系列配套烘干生产线技改项目。其中，德胜钒钛《钒钛钢铁资源循环综合利用项目》入选“四川省循环经济典型案例”，项目绿色产品成功入选国家级“2021年绿色设计产品”，率先实现由普通钢铁冶炼到以钒钛资源综合利用为核心的转型升级，成为重要的钒钛资源循环经济园区。

形成集群效应。依托“两块钢”带动上下游产业链协同发展，培育20余户中小企业升规入统、发展壮大，带动30户下游企业抱团发展不锈钢制品，园区内装饰管材制品在成都及周边（省内）市场占有率达到了30%以上，将沙湾经开区打造成为西南地区唯一一户拥有不锈钢全产业链的省级经济开发区、全国七大不锈钢产业集群之一。



聚焦新兴产业蓄动能

战略性新兴产业代表新一轮科技革命和产业变革的方向，是培育发展新动能、获取未来竞争新优势的关键领域。近年来，沙湾区以现代化产业体系建设为导向，加快培育壮大战略性新兴产业，不断塑造发展新动能。

产业规模不断壮大。大力培育发展以沃耐稀电子新材料、合通硅光伏材料为主的战略性新兴产业，全区新兴产业格局已初步形成。乐山市沙湾区华莽科技推广服务有限公司已拥有6条应用于光伏玻璃的石英砂与钾长石砂矿产品纯化加工生产线，四川晶鼎科技有限公司化合物半导体产品纯度处于行业领先水平，四川沃耐稀新材料科技有限公司高纯度电子专用新材料的生产工艺获得工信部科技成果认证，成为“国家高新技术企业”。

创新能力不断提升。鼓励中小企业创建研发中心，打造产学研合作平台，抓好专利申报、专利维权、专利应用，加快科技成果转化示范区建设。截止目前，沙湾区共培育研发机构14个、创新服务机构12个、拥有授权专利655项，有效发明专利142项，其中高价值发明专利35项。

企业实力不断凸显。聚焦企业主体培育，促进大中小企业融通发展、生生不息。目前沙湾区已成功创建国家企业技术中心1户、省级企业技术中心1户，国家高新技术企业11户、国家科技型中小企业14户、省级“专精特新”中小企业6户、省级创新型企业5户、打造国家级绿色工厂2户。去年沙湾区高新技术产业实现营业收入178.14亿元，同比增长7%。

聚焦未来产业抢先机

发展未来产业是推动高质量发展的内在要求，是现代化产业体系建设的重要支撑。近年来，沙湾区依托“两块钢”产业集群优势和成昆铁路、国道348线、乐西高速、连乐铁路贯穿全境的区位优势，全面健全招引机制，全力优化营商环境，针对性开展制造业招商，为区域经济发展积蓄强劲动能。

园区建设提档升级。高标准编制《千亿产业园区发展规划》，构建“一个基地、两大核心、五大板块、六化协同”的发展格局，启动了工业园区基础设施补短板项目，开展了新一轮高耗能低产出和“僵尸企业”清理，全面推行新增工业用“标准地”供应和标准厂房建设。目前，园区内有近千亩存量土地，可适配各类企业包括新材料项目落户大展宏图。

瞄准新赛道抢滩未来。紧紧抓住东部沿海地区产业转移和成渝地区双城经济圈建设的重大战略机遇，深入分析产业特点和产业转移趋势，锚定前沿技术，找准新赛道布局未来产业，重点招引新型储能、稀土新材料、氢能综合利用、高端半导体、数字经济、智能装备等领域龙头企业，通过布局新赛道、储备新项目，不断夯实多业并举的产业发展基础。

招商引资硕果累累。坚决落实市委“走出去、走上去、请进来”的要求，先后举办“西部不锈钢、新材料产业大会暨招商引资、招才引智推介会”“川渝地区再生资源供应链研讨会”等各类推介会10余次，高质量承办川渝节能环保人才大赛暨川渝工业绿色发展工作交流会。两年来，成功引进超高温热防材料智能制造项目等31个，涉及总投资279.77亿元，为沙湾区工业经济发展注入强劲动力。（图片由沙湾区融媒体中心提供）

繁花六月，完结成理工程青春旅程。盛夏光年，你我相约一起告别母校。韶光匆匆，岁月如歌。青衿之志，履践致远。毕业典礼是大学最后一份仪式感，也是未来全新的启航点，成理工程5560名毕业生满怀希冀和梦想，即将告别母校、逐梦远航、共启新程。



2024挥手赴山海 5560顶峰再相见 成理工程2024届毕业典礼暨学位授予仪式举行

■ 沫若湖畔

6月18日上午，成都理工大学工程技术学院2024届毕业生毕业典礼暨学位授予仪式举行。五百余名毕业生代表携师长、同窗和家人的深深祝福，从成理工程启程，奔赴祖国各地。

成都理工大学党委书记、副校长周仲礼，核工业西南物理研究院纪委书记徐娟，四川水利职业技术学院党委副书记、校长刘建明，成理工程领导及学位委员会成员出席仪式。典礼由学校副院长杨斌主持。

周仲礼为毕业生们上“最后一课”。他深情回忆了四年来同学们在安静的教室里埋首苦读，在探索的实验室中研究学术，在激烈的学科竞赛上张扬个性才华，在丰富的文体活动中展现青春风采，在广阔的社会活动中实践无私奉献。

周仲礼希望同学们立志明德、心系家国，争做强国先锋，把个人前途同国家崛起、民族复兴紧紧联系在一起，让爱国主义精神在心中牢牢扎根，让个人成功在爱国之树上结出硕果；脚踏实地、开拓创新，投身复兴伟业，在工作实践中不断学习，不断适应、不断进化，练就过硬本领、勇于创新创造，为推动社会进步和民族复兴贡献自己的力量；坚韧顽强、追求卓越，成就幸福人生，立足每一个岗位，干好每一件工作，靠点滴积累，凭毅力坚持，花时间沉淀，一步一个脚印地去实现心中理想、成就幸福人生。

徐娟代表核工业西南物理研究院向顺利完成学业的毕业生致以热烈的祝贺。临别之际，她向同学们提出三点期许，一是要以青春之赤城，投身现代化建设。把好青春航向，为以中国式现代化全面推进强国建设、民族复兴伟业不懈奋斗；二是要以青春之担当，践行核工业精神。作为沐浴着核工业精神成长的时代新青年，要以实际行动践行和弘扬核工业精神，用实实在在的青春价值体现展现成理工程青年的良好风貌；三是要以青春之笃行，走好人生新征程。要脚踏实地，久久为功，擦亮青春的奋斗底色，走好人生新征程。

学校党委书记、院长王珂代表学校向圆满完成学业的毕业生们表示诚挚的祝贺，向潜心育人的教师们和默默付出的家长们致以衷心感谢。他寄语毕业生们奋斗是青春的底色，为你们在炽热的青春年华，选择为梦想执着拼搏感到高兴；为你们历经的成长蜕变和取得的成绩感到骄傲。他勉励大家，一要勇担民族复兴使命，勇毅向前，奋力书写为中国式现代化挺膺担当的青春篇章；二要坚定青春有为信念，砥砺拼搏，在推进强国建设、民族复兴伟业中展现青春作为、彰显青春风采、贡献青春力量；三要保持热爱学习习惯，严于律己，让勤奋学习成为青春远航的动力，让增长本领成为青春搏击的能量。

典礼上，杨斌宣读《成都理工大学工程技术学院2024届毕业生名单》，学校副院长柳建宣读《成都理工大学工程技术学院2024届获得学士学位名单》，学校副院长林娟宣读《四川省教育厅关于公布2024届四川省优秀大学毕业生认定结果的通知》《成都理工大学工程技术学院关于表彰2024届优秀毕业生的决定》《成都理工大学工程技术学院关于表彰2024届校级优秀毕业论文（设计）作者及指导教师的决定》。



8项交管新措施 7月1日起实施

公安部6月13日举行新闻发布会，推出8项公安交管便民利企改革新措施，7月1日起实施。其中，行驶证电子化、快递上门服务于7月1日开始试点。

01 试点机动车行驶证电子化



在全面实现机动车检验标志、驾驶证电子化基础上，推行机动车行驶证电子化，更加便利群众企业使用交管电子证照办理车辆登记、违法处理、事故处理等公安交管窗口业务，并积极拓展办理客货运输证照、保险理赔、车辆抵押、二手车交易等应用场景，减少需提交的纸质材料，更加便利群众和企业办事。

提醒

电子行驶证在全国范围内有效
电子行驶证全国统一式样，统一通过“交管12123”App申领
纸质行驶证应随车携带

02 实行摩托车登记“一证通办”



在已推行摩托车登记省内“一证通办”基础上，对跨省异地办理摩托车注册登记、转让登记、住所迁入等业务的，申请人可以凭居民身份证“一证通办”，无需再提交暂住地居住证明，便利群众异地购车登记。地方对摩托车实行单独管理政策的，按当地规定执行。

03 便利群众网上办理汽车注销手续



机动车所有人向报废机动车回收企业交售旧车，申请注销登记后，可以通过“交管12123”App下载机动车注销证明电子版，不需要再到车辆管理所窗口领取纸质注销证明，便利群众办理申领汽车以旧换新补贴等手续。

04 推行快递上门服务便利群众办事



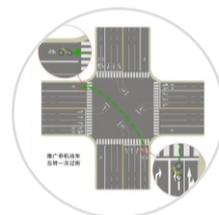
深入推进警企协作，更好发挥快递企业上门服务优势，群众在办理补换领牌证等交管业务时可自主选择快递上门服务方式，由快递员上门收取申请材料，公安交管部门审核确认后将机动车牌证快递至申请人，更加方便群众足不出户办理交管业务。

05 优化驾驶证重新申领考试科目



因逾期三年未换证被注销，重新申领小型汽车（C类）准驾车型驾驶证的，由考试科目一、二、三道路驾驶技能考试和安全文明常识考试全部科目，改为考试科目一、科目三道路驾驶技能考试。

06 优化城市路口非机动车交通组织



推广城市路口慢行一体化设计，拓展非机动车等候空间，科学设置机非隔离设施，引导非机动车有序等候、顺畅通过，减少通行干扰。

具备条件的路口，推广非机动车左转一次过街措施，便利非机动车安全快捷通过。

07 推行交管业务网上精准导办服务



依托“交管12123”App提供业务告知导办服务，在群众登录“交管12123”App办理业务时，主动提醒临近车检、换证等待办业务，精准告知业务办理网点、流程、资料等办事指南，提供线上业务导办、线下网点导航服务，实现群众“一次登录、全项提示，一件待办、全程引导”。

08 推出“交管12123”App单位用户版



机关、企事业单位在属地公安交管部门开通账号后，可通过“交管12123”App线上管理本单位名下车辆以及车辆备案驾驶人信息，查询车辆状态、交通违法记录等信息，在线办理车辆选号、补换领牌证、申领车辆免检标志、变更联系方式等业务，实现掌上办牌办证、掌上亮证亮码，降低办事成本，助力优化营商环境。

（来源：央视一套微信公众号）

遇到山洪怎么办？ 这份避险指南请收好

6月16日，乐山市水务局、乐山市气象局共同发布山洪灾害蓝色预警。暴雨多发季，山洪易突袭。面对山洪该如何防范和自救？这些知识一定要掌握。

什么是山洪灾害？

山洪突发性强，山区因山高坡陡、溪河密集，短时强降水后降雨迅速转化为具有冲击力的地表径流，由于流速大、破坏性强，能迅速成灾，造成严重危害。另外，上下游不一定会同时降水，即使上游已经形成山洪，下游也会因未感受到降雨而降低警惕性。等到听到山谷的轰鸣，回过头时，已经被卷入了水墙之中。

山洪暴发的前兆有哪些？

“看”：溪流水位极速上升，可能由于上游大量降水引发山洪。溪流水位骤降，可能是上游暴雨致山体崩塌阻塞河道，导致断流。原本清澈的溪流突然变浑浊，可能是上游暴雨将泥沙、石块带入水中，形成山洪泥石流。

“听”：出现异常的山鸣声，类似火车轰隆隆的声音或闷雷声，预兆可能发生山洪泥石流。

遇到山洪如何自救？

当感觉降雨太大，有可能受到洪水威胁时，应该有组织地提前向山顶或高地等高处转移。

在山区突然遭遇山洪袭击时，要沉着冷静，以最快的速度撤离。撤离现场时，应该选择就近安全的路线沿山坡横向跑开，千万不要顺山坡往下或沿山谷出口往下游跑。

山洪流速急、涨得快，不要轻易游水转移，以防止被山洪冲走，还要注意防止山体滑坡、滚石、泥石流的伤害。

被围困于基础较牢固的高岗、台地或坚固的住宅楼房时，应耐心固守，等待救援，或等待陡涨陡落的洪水消退。

如措手不及，被洪水围困于低洼处的溪岸、土坎或木结构的住房里，可利用通讯工具向当地政府和防汛部门报告受困情况，寻求救援；无通信条件的，可来回挥动颜色鲜艳的衣物以呼救，让救援人员更容易发现。在条件允许的情况下也可利用船只、木排、门板、木床等漂流物，在水上转移。

当发现高压线铁塔歪斜、电线低垂或者拆断时，要远离避险，不可触摸或者接近，防止触电。



汛期户外出行“六警惕”

1.警惕盲目探险

雨季户外运动项目选择需谨慎，充分了解相关风险和安全规定，雨季尽量不要前往山岳型、峡谷型、涉水型旅游景区点。切勿前往易发生山体滑坡、泥石流等地质灾害的旅游景区。更不要参加未开发线路探险旅游，切不可追寻刺激、盲目探险。

2.警惕涉水

警惕涉水活动，警惕淹溺事故，不要到江河水库等未知环境或有警告提示的水域游泳。尤其少年儿童不要独自在水域嬉戏，更不能在野外游泳。

3.警惕异常声响

户外出行时刻保持警觉，山区汛期一定要警惕所有异常的细节，河水、井水的突然上涨或干涸，山体或地面裂缝，岩体掉落的石块，沙石声响等都可能是山洪泥石流、山体滑坡等灾害前兆。

4.警惕雷击

在户外遇到雷雨天气时，要尽量躲避在安全的建筑物中，不要在大树下避雨，远离河流湖泊、稻田以及空旷地区，远离广告牌以及简易建筑物。

5.警惕“慌不择路”

在遭遇山洪、泥石流、山体滑坡和崩塌等危险时，都应迅速向两侧高处跑。遇到洪水千万不要贸然游泳逃生，不可攀爬带电的电线杆、铁塔，也不要爬到泥坯房的屋顶。

6.警惕盲目施救、切勿贪恋财物。

山体滑坡后切忌立即返回，避免二次滑坡再次造成危害。

(来源：本报综合)



夏天十大错误 锻炼方式



当今不少朋友把生活重心逐渐转移到锻炼身体，但你不知道的是，锻炼很多时候不仅无法强身，甚至还会伤身。

长时间广场舞

广场舞难度越来越大，通常会设计很多身体旋转、下肢扭转的动作，这些动作对身体重心控制、下肢的力量和稳定性都有较高的要求。动辄一两个小时以上的舞蹈时间，意味着过长的关节连续使用。跳广场舞并不是时间越长越好，难度并不是越高越好，适当控制时间和运动强度有利于保护膝关节。

肩痛患者甩肩锻炼

肩袖撕裂伤是中老年人常见的运动损伤之一，临床上有不少这样的患者，他们大都有肩膀疼痛史，就误以为自己患了肩周炎，想通过运动来缓解。很多人健身时，喜欢频繁做一些上举的动作。包括单杠或吊环中的转肩、棒球的投球、举重抓举等，这其实反而会加重肩关节的负荷，造成或加重肩袖撕裂。

“燕儿飞”、仰卧起坐

因为老年人关节椎间盘老化，有关节增生，椎管狭窄，过度的伸展会加剧关节的挤压和碰撞，增加椎弓的硬力，造成骨折，同时让椎管更狭窄。另外，仰卧起坐也不适合老年人。仰卧起坐要把双腿蜷起来练腹肌，力度太大，超过国际劳工安全组织对椎间盘限定的150牛的定力，会增加人腰椎部位的负荷，让老年人椎间盘退变非常严重。

大强度、高难度锻炼

很多人觉得，运动强度越大，运动量越大，越是有益于健康，这样才能达到锻炼的目的。但是爆发性的运动，可能造成血压升高、心率加快、心肌缺血缺氧。运动贵在坚持，而不是在于速度和强度。

爬楼梯、爬山锻炼

爬楼梯的过程中，膝关节的压力明显增大，膝关节反复撞击，周而复始地重复动作，无疑会加大膝关节的损伤，诱发膝关节疾病。跟爬楼梯类似的是，登山同样容易损伤膝关节，下山时膝关节所受到的冲击力相当于自身体重的5—8倍，加重髌骨软骨面和半月板的损伤，是膝关节损伤的高发项目。

头颈部绕圈练习

如果老年人患有重度动脉硬化甚至颈动脉斑块形成，头颈部剧烈绕旋，可能出现头晕恶心呕吐，甚至跌倒，重则会酿成动脉斑块脱落，导致意外事件的发生。进行头颈部锻炼要适度，应降低动作幅度、速度和绕旋力度。两侧及前后摆动的幅度应该控制在180度以内，并可不时静歇2—3秒，以达到舒筋活络的效果。

运动损伤后“热敷”

运动损伤（如脚踝扭伤）正确的处理是：损伤24小时内，冷敷（如冰块），将伤处组织内温度降低，毛细血管收缩，减少出血和渗液，有利于控制病情的发展；24小时后，热疗，加速局部的血液循环，达到活血散瘀、消肿、减轻疼痛的疗效。

倒走练习

早晨在公园晨练的大爷大妈，有的特别爱倒着走路，觉得这样更能达到锻炼的效果。殊不知，老年人平衡性、视力、反应能力等有所下降，倒走易引发意外。

空腹晨练

在经过一夜的睡眠后，腹中已空，不进食就进行1—2个小时的锻炼，热量不足，再加上体力的消耗，会使大脑供血不足，哪怕只是短暂的时间也会让人产生不舒服的感觉。最常见的症状就是头晕，严重的会感到心慌、腿软、站立不稳，心脏原本有毛病的老年人会突然摔倒，甚至猝死。

运动憋气

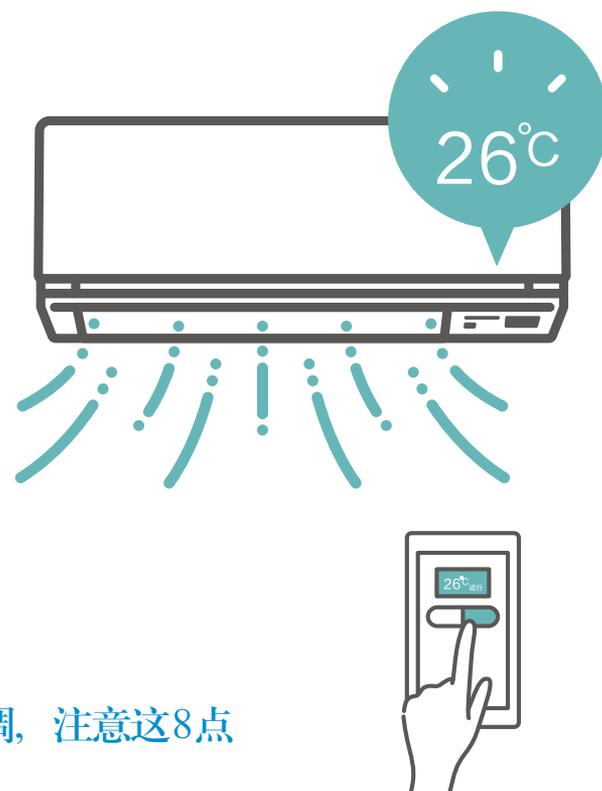
随着年龄的增长，人们的心肺功能减退，憋气用力时，会因肺泡破裂而发生气胸。憋气也会加重心脏负担，引起胸闷、心悸。憋气时因胸腔的压力增高，回心血量减少引起脑供血不足，易发生头晕目眩甚至昏厥。憋气之后，回心血量骤然增加，血压升高，易发生脑血管意外。

（来源：人民网科普，有删节）

消暑“神器”——空调

怎样用健康又省电？

最近多地持续高温，多地气象站日最高温打破历史极值，部分地区最高气温更是冲上40℃。空调好用是好用，但错误的使用方法，很有可能会让它成为家里最费电的电器。



空调一开一关和一直开着，哪个更费电？

中国制冷学会科普部主任、高级工程师李晋灏2024年在科学辟谣微信公众号刊文指出，频繁开关空调反而更费电。虽然空调不工作时不耗能，但启动阶段的能耗会很高。重启次数多了，总能耗会超过空调一直开着的能耗。而且空调工作时间越长，这种对比越明显。

此外，频繁开关空调还可能造成压缩机损害，导致使用寿命缩短。想要空调省电，更有效的做法是尽量减少室内和室外的热交换、空调不用的时候彻底断电，合理利用睡眠模式以及使用变频空调。

夏季开空调有一个省电秘诀

南方的三伏天又热又潮湿，需要打开空调的除湿模式，保证室内湿度在45%~65%，能提升体表的舒适度且有利于人体健康。如果室内初始温度较高，可以先开制冷模式，待房间温度下降后再改为除湿模式，这样既能省电又能达到除湿制冷的效果。

北方的大部分城市夏季室内炎热但并不潮湿，应选择制冷模式。特别是在温度较高，例如将近40℃的高温天气下，开启除湿模式不但不能省电，反而会增加耗电量，而且降温太慢，影响舒适感。因此相对于除湿模式，制冷模式的降温效果会更好。



夏天健康吹空调，注意这8点

1. 定期清洗空调

长时间不用的空调在使用前最好及时清理，建议每半个月清理一次空调机的滤网，一来是为了获得洁净的空气，二来长期使用后滤网上面会聚集灰尘，导致进气和出气不畅，降低空调的性能，耗电量也会增加。

2. 避免骤冷骤热

从很热的环境中突然进入到空调房内，或从空调房内突然进入很热的环境，这种情况下机体很难调适，容易出现免疫功能紊乱、免疫功能低下等问题。

3. 保持室内保湿

恰当的湿度对于呼吸道黏膜、皮肤等免疫功能的保存很有帮助，所以要保持室内有一定湿度，避免又冷又干。可以适当饮水补充水分，也可以在空调出风口下方放置一盆水来改善湿度，房间内湿度控制在40%~60%为宜。

4. 温度不宜设置太低

空调温度不宜设置太低，室内外温差也不宜过大，过大会加重体温调节中枢负担，也很容易造成头晕、皮肤干燥、口干舌燥等不适，而且还耗电，一般最适宜温度为26℃~28℃。

5. 定时开窗通风

开空调会使空气不流通，空气质量下降，容易引起鼻塞、喉咙干、打喷嚏等呼吸道不适。因此，应该注意时常换气，建议2~3小时左右开一次窗，每次通风约10~15分钟，保证室内空气新鲜。

6. 避免直吹身体

避免冷风直吹身体，尤其是头面部、膝盖、小腹、腰部等对温度比较敏感的部位。如果直接对着头颈部吹，头皮温度下降，容易引起脑血管收缩，对于有心脑血管疾病的老人而言，严重时可诱发中风。

7. 风向朝上更制冷

开空调制冷时，最好把空调风向朝上，让冷空气由上而下循环。制热时，则让空调风向朝下。一般来说，冷空气向下走，而热空气反之，因此这样可充分利用冷热空气自身的物理特性，自然交流。

8. 老人也要及时开空调

由于他们的身体体温调节功能和适应能力下降，长期处在高温高湿、不通风的室内环境，很容易出现脱水、散热不佳、体内电解质紊乱的症状，从而中暑。
(来源：健康时报，有删节)

玩转数学 “数”我最行

为激发学生对数学的学习兴趣，感受数学的魅力，培养和发展学生的数学素养，近日，乐山外小新城校区举行了“2024趣味数学竞赛决赛”活动。

本次活动，结合孩子年龄、能力发展的特点，安排了内容丰富、形式多样的数学趣味比赛，从最初的分班学习到班级初赛，活动分为个人赛和团体赛两个环节。其中，个人赛包括速算、二十四点、九宫格数独等项目；团体赛包括思维训练赛、魔方表演等比赛。经过近一个月的激烈角逐，每班脱颖而出的5名选手，代表班级参加了最后的现场决赛。

决赛中，首先进行的是必答题环节，现场瞬间成为了思维比



拼的竞技场，每个孩子都争当速算小能手、解题小达人，台上的选手更是争分夺秒、分工合作，充分发挥团队力量快速解题，为团队争夺比分。随后进行的抢答题环节更加紧张刺激，既是思维的比拼更是手速的较量，台上抢答热火朝天，台下呐喊声更加振奋人心，把比赛的气氛推向了高潮。同学们在比赛中兴趣盎然，沉浸在数学的趣味海洋中，体验着解题的快乐，享受着成功的喜悦。

此次趣味数学竞赛活动的开展，展示了同学们的数学能力和比赛风采，激发了他们“爱数学、学数学、用数学”的热情。今后乐山外小将继续探索多样化竞赛活动，丰富学生评价形式，为学生搭建多样化的能力展现平台。
(行雅)

草堂高中 召开市级科研课题中期研讨会

近日，草堂高中召开了《新课标背景下高中随堂作业的分层设计研究》市级科研课题中期研讨会。

本次会议主要强调了课题中期预期成果需要提供的各类资料：一是每位主研人员需要提供一份随堂作业分层设计的研创教学模式；二是每位主研人员分别提供一份教学设计、导学案、课件；三是梳理好这一年多成果发表及获奖情况、研究新进展情况；四是认真撰写乐山市教育科研课题阶段研究报告，详细描述阶段研究成果内容；五是对后期课题结题工作，做了简单解读，让课题组成员明确后期研究方向和资料收集内容。
(林育霏)

新建小学 召开了教研组长期末总结会议

为了更好地总结和改进教学行为和教研水平，进一步提升学校的办学质量，6月12日，新建小学召开了教研组长期末总结会议。

首先，各教研组长分别对本期教研组的工作进行了回顾总结。组长们高度提炼了各教研组本学期的重要工作，亮点工作，并就不足之处对后期工作进行了展望。

接着，邹晓洪校长用“实”和“准”两个字进行了概括，要求各教研组的工作要进一步落实，在今后的工作中问题要找准、目标要精准。

最后，杨勇书记指出，各教研组要继续加强教师自身专业素养，加大对青年教师培养，针对各教研组的特点思考发展方向和具体实施方案。
(徐莉红)

市实幼 开展“反恐防暴”演练活动

为有效预防、及时控制和消除校园重大突发事件的危害，进一步树立幼儿园全体教职工队伍反恐防暴的安全意识，提高应对和处置突发事件的能力以及各部门协调配合能力。近日，乐山市实验幼儿园久顺分园携手乐山市巡逻警察大队的警官们开展了“反恐防暴应急演练”活动。

本次反恐防暴演练不仅提高了幼儿对反恐防暴的应急意识，同时也是对幼儿园安全小组、安保人员反恐防暴工作能力的提升，幼儿园将一如既往地保持高度的警惕，为幼儿的安全，为校园安全保驾护航。
(张莉)

校园来稿

献给妈妈的礼物

■ 廖婧雅

妈妈的生日快到了！每年我过生日，妈妈都会精心给我准备礼物，今年我一定要好好给她准备一个礼物。可我实在不知道该送些什么？

那天，我早早来到学校，问我的好朋友：“我妈妈过生日，你帮我建议一下要送什么礼物呢？”她眼珠子一转：“你可以送花，花有各种颜色、各种香味，看着心情也会舒畅，阿姨应该会喜欢吧？”我仔细思考了一会，摇摇头说：“不，花钱买花没几天就枯萎了，感觉没有心意。”

正当我一筹莫展时，我的同桌不知从哪里蹿出来，他敲了敲我的头说：“送贺卡吧！你那么心灵手巧一定可以做出来，而且非常有心意不是吗？”对呀，我听了他的意见高兴得一蹦三尺高。

下午回家时，我连饭都没吃就拿着提前准备好的材料到卧室的书桌里，开始制作贺卡。

我拿起剪刀，将粉色的卡纸对折，在中间剪八条竖线，再翻开就成了四个立体的正方形，分别用粉、紫、蓝、黄四种颜色的笔写上：“生日快乐”四个大字，看上去非常喜庆。

接着，我再在一张绿色卡纸上剪成一块小草坪，用胶水粘在粉色的卡纸上，用蓝笔画了个小湖，里面有金鱼鲤鱼……在上方写上生日快乐的英语，下面是各种颜色的云朵，用紫色和红色画出了朝霞，用灰色的笔画出了绵延起伏的山，还拿出贴纸装饰，然后封口，就大功告成了！

晚上，我把礼物送给妈妈，妈妈连声赞叹，还忍不住发了朋友圈，写了一句“感谢宝贝女儿的礼物”。她的朋友圈很快收到好多个“赞”。

看来送礼物不一定要有多贵，最重要的还是心意！明年妈妈的生日，我会更加用心准备礼物。



化通自然 德行天下

— Turn to nature Virtue in the world —

嘉州学校：让善思笃行成为师生的生命自觉

乐山市嘉州学校（原乐山市第八中学）成立于1967年，是一所九年一贯制学校，于2018年9月完成整体搬迁重建竣工投用并更为现名。校园占地面积99亩，现有106个教学班（小学80个，初中26个），学生5700余名，有教师328名，员工51名。

嘉州学校已创建为“四川省中小学教师信息技术应用能力提升工程2.0省级样板校”、市（州）引领学校，省级防震减

灾科普示范学校、省级节约型公共机构示范单位，以及乐山市心理健康教育特色学校、嘉州少警平安联盟示范校、嘉阳河川剧艺术传习普及展示基地。先后获得乐山市的教育宣传阵地建设先进单位、优秀教育报刊宣传工作先进单位、“校对校”帮扶工作先进集体、“优秀少先队集体”、教育技术装备管理和运用先进学校。

“智慧校园”引领，管理科学高效

嘉州学校作为全市“智慧校园”建设排头兵，配备有全自动录播教室、校园全覆盖监控系统、标准化考试系统、机器人教室、数字化书法教室，建有私有云数据中心、校园电视台、网络教室、电子备课室、智慧班牌等。已建成智慧校园数字化云平台，实现了云办公、云教学、云教研、云课堂。智慧校园的投入使用为师生的教与学提供极大的便利，同时又全方位助力学校高效管理，为学校的整体发展提升提供了坚实硬件保障。



师资越配越强，质量逐年攀升

教师专业技能水平不断提升，学校现有各级各类骨干教师、教育名师、学科带头人、教坛新秀近90名；在省市区各类竞赛中获奖近500人次；有10多项省、市、区级在研课题。教育教学成绩逐年攀升，小学部的语文、数学、英语等学科教学质量已悄然进入全区前十行列，数学学科教学质量能排进全区前三；学校注重学生的全面发展，在全区艺术素质测评和学生体质健康检测中，音乐、美术、体育等学科的检测指标排在全区前列。小学部连续三年荣获市中区“教学质量优秀奖”，2023年获乐山市小学联系学校教学质量综合评估一等奖；初中部进入乐山一中学习的学生连续三年呈递增态势，2023年获乐山市初中联系学校教学质量综合评估特别贡献奖（当年仅此一所）。



丰富校园生活，倡导身心双健

在艺术教育方面，学校开设有30多个形式多样、内容丰富的社团课程。近年来，分别获得省级“班级合奏”三等奖1次、市级艺术展演一等奖1次、区艺术节展演特等奖1次、区艺术节展演一等奖5次。

在体育竞赛方面，先后获乐山市2022年中小学生运动会校园足球联赛“小学男子乙组第六名”、2023年市中区青少年足球联赛“小学男子乙组第二名”及“优秀组织奖”、市中区中小学生校园篮球赛“体育道德风尚奖代表队”称号、乐山市中小学运动会羽毛球比赛“体育道德风尚奖”。

在少儿科创方面，嘉州学校师生在四川省学生信息素养提升实践活动、四川省中小学信息技术创新与实践大赛、四川省STEAM科创大赛、世界机器人大赛选拔赛等科创赛事中获得省、市、区级荣誉78人次。



机器人教室一角



嘉州学校优秀教师，有你认识的吗？

近年来，嘉州学校小学部班级数量逐年递增，对教师提出了更高的要求。为满足学校发展需求，小学部配备了优秀的教师团队，涵盖各个学科，全面助力提升小学部教育教学质量。在

2023年乐山市小学教育质量管理综合评价研讨会上，学校荣获“乐山市2023年度小学联系学校教育质量综合评价一等奖”。一起来看小学部部分优秀教师简介。



陈芹，嘉州学校小学语文教师兼班主任，乐山市青年教师成长团队第二期成员，王敏名师工作室学员。曾被评为市中区优秀教师、校级骨干，先后获得乐山市“极课杯”二等奖，乐山市市中区“教学大比武”二等奖，嘉州学校“青年教师大赛”一等奖等荣誉；多篇论文获得省、市、区级奖项；多次承担区级公开课；所带班级曾获乐山市市中区优秀班集体，多次指导学生获得区级奖项，所指导学生的作文在《新作文》刊物上刊登发表。



罗江欣，中共党员，嘉州学校小学语文教师，市中区小学语文研训中心组成员，市中区教师发展中心王敏名师工作室成员。多次承担市、区级公开课。参与主研课题获省二等奖；任班主任班级被评为“乐山市优秀班集体”；撰写的论文获乐山市第19次优秀教育科研成果二等奖；课例获市微课大赛二等奖；乐山市小学语文青年教师成长团队优秀成员；市中区教育系统“优秀党务工作者”。



郭琰，中共党员，嘉州学校小学语文教研组长，乐山市的优秀班主任、十佳少先队辅导员、优秀少先队辅导员、诗词大赛优秀指导教师，以及市中区优秀教师、骨干教师、现场作文竞赛优秀指导教师，市中区王敏名师工作室成员。她所带的班级多次荣获乐山市和市中区先进班集体的称号，三次主研市级课题并成功结题，她的教育教学论文多次获得国家 and 省级一等奖，并在公开刊物上发表。



朱俊杰，中共党员，嘉州学校教务处副主任，一级教师，区级骨干教师，乐山市小学数学研创工作室成员、市中区小学数学飞雁名师工作室成员；命制的小学数学试题入选四川省基础教育质量检测题库；主研课题多次获市级奖项；撰写近20篇论文，均获得市、区级奖项；多次参加区级以上教学类比赛，均取得优异成绩；多次承担区级展示课和讲座，收获好评；指导多位青年教师和学生参加市、区级比赛获奖；担任班主任期间所带班级荣获市“红领巾奖章”三星章、区“先进班集体”。



邓俐婷，中共党员，嘉州学校语文骨干教师，小学德育处主任。曾获市级微型课一等奖，撰写的论文在国家级刊物发表并获得一等奖，荣获市中区“德育先锋”荣誉称号，多次担任市区公开课任务，多次荣获市区优秀指导教师荣誉称号，所带班级语文成绩名列前茅。



何惠勤，一级教师，一直从事语文教学和班主任工作。所带班级多次被共青团乐山市委、乐山市教育局、乐山市少工委评为“红领巾奖章”中队一星章、集体二星章；多次参加省、市、区、校级各类教育教学竞赛，均获得优异成绩；所带班级成绩一直名列前茅。



彭立权，乐山市市中区王敏名师工作室、晓波名师工作室成员。多次获得市、区、校级各类奖项，在国家级和省级刊物发表多篇文章。教学理念：爱每一名学生，去获得每一名学生的爱。



何玉文，中共党员，市中区小学数学研训中心组成员，市中区刘飞雁名师工作室成员。参加市级教学竞赛、区级微课比赛均获一等奖，多次承担区级公开课、送教下乡、区级讲座等教研活动，收获一致好评；撰写的多篇论文获得国家、省、市、区级奖项，参加市级课题研究获阶段成果奖并顺利结题，多次承担年轻教师成长的指导培训工作。



周迪，小学数学中段教研组长，飞雁名师工作室学员。从教13年，多次承担区（县）级公开课、示范课。积极参加各级各类赛课活动，先后获得乐山市市中区“致远名校长工作室小学发展共同体青年教师赛课”一等奖，市中区微课大赛一等奖，嘉州学校“青年教师赛课”一等奖等多项荣誉；多篇论文获得国家、省、市、区级奖项。教育理念：教育不是灌输，而是点燃。



罗腾，嘉州学校政教处副主任，小学体育教师。任教以来，罗老师积极参加各级各类比赛，曾获省级论文评选一等奖、省体育教师专业技能大赛二等奖、省体育作业设计大赛二等奖、市体育教师赛课一等奖、市体育学科论文一等奖、区体育教师赛课一等奖、区足球联赛优秀教练员等，并作为优秀获奖代表受邀赴成都体育学院作专题报告。



张旭颖，中共党员，嘉州学校音乐教师，少先队大队辅导员。曾获四川省优秀共青团干部、乐山市优秀少先队大队辅导员、市少先队辅导员素质能力大赛二等奖等奖项。教育理念：教育就是互相陪伴，我们再成就学生，学生也在成就我们。



邱粒，嘉州学校小学部体育教师，总务副主任，网球、田径、健美操、游泳一级裁判员。曾获四川省微课大赛一等奖、四川省作业设计大赛二等奖；乐山市课堂教学大比武一等奖、乐山市新中考教学微课一等奖、乐山市中小学生游泳比赛体育道德风尚奖、乐山市中小学体育教学展评二等奖、乐山市教学论文评选二等奖、乐山市师生信息素养提升实践活动三等奖；市中区艺术节活动优秀指导教师、市中区小学体育青年教师教学竞赛优秀指导教师、多次在校获得青年教师教学竞赛一等奖。邱老师秉着以身作则教育理念，用行动影响学生，深受学生的喜爱。



马思佳，嘉州学校小学美术教师。参加工作以来，马老师多次参加市区两级美术学科展示活动，在活动中不断历练，快速成长。马老师先后获得书画传习大会课例展示省级三等奖、市级一等奖，并在市中区中小学美术课堂竞赛中荣获一等奖，市中区中小学书画大赛中获“优秀指导教师”奖。



朱雨薇，嘉州学校小学英语骨干教师，市中区邓雪梅名师工作室成员，所教班级英语成绩总是名列前茅。从教多年，她曾先后获得全国奥林匹克作文大赛教师写作项目全国一等奖，国家级指导一等奖，市中区英语课堂大比武一等奖，市中区英语教师素养大比拼一等奖，市中区英语思维导图板书设计一等奖，校级青年教师教学竞赛（英语组）一等奖，校级青年教师教学竞赛（综合组）一等奖等各级各类竞赛奖项。朱老师潜心研究教法，多次发表教育论文并获国家级一等奖等奖项，多次在区级英语教研活动中做精彩的讲座。她对教育事业的一腔热血，对学生的严管厚爱，收获了育人的快乐，受到了广泛好评！



张灵楠，嘉州学校音乐教师，研究生毕业于西南大学。她在教学中秉持着“基于音乐实践，促进素养提升”的教学理念，综合运用多种艺术表现形式，以乐动人、以美育人，让音乐属于每一个孩子。从教期间，先后荣获过区级课堂赛课一等奖，教师基本功大赛综合一等奖、单项钢琴一等奖，指导的戏曲节目荣获区级艺术节比赛特等奖。



乐山市嘉州学校致力于学生发展，为学生提供全面发展的平台，积极开展29余个社团活动课

程。在这里，学生们不仅学到了知识，还锻炼了能力，展示了才华，丰富了校园生活。

社团活动丰富多彩 全面发展学生素质

嘉州学校社团活动课程涵盖了科技、文学、艺术、体育等多个领域，旨在培养学生们的兴趣爱好，提高综合素质。在这里，学生们可以尽情挥洒青春，追求梦想。

科技社团：挖掘创新潜能，科技领航未来

嘉州学校的科技社团包括机器人、航模、编程等小组。在指导老师的带领下，学生们动手实践，探索科技奥秘。在各类科技创新比赛中，嘉校学子屡次获奖，展现出了良好的科技素养。

文学社团：传承优秀传统文化，培育文学新苗

文学社团以传承中华优秀传统文化为己任，开展诗词、散文、小说等创作活动。学生们在文学的世界里，陶冶情操，提升写作能力。近年来，社团成员在省、市作文比赛中屡获佳绩。



艺术社团：绽放艺术才华，塑造美好心灵

艺术社团涵盖了舞蹈、合唱、器乐、京剧、绘画等类别。在这里，学生们可以发挥自己的艺术特长，参加各级各类比赛。嘉州学校艺术团多次荣获市级艺术比赛一等奖，为学校赢得了荣誉。



体育社团：弘扬体育精神，强身健体塑形

体育社团包括篮球、足球、乒乓球、田径等项目。学生们在体育锻炼中，培养了团队协作精神，增强了体质。在市级体育比赛中，嘉州学子顽强拼搏，取得了优异成绩。

积极参加市级活动 展示嘉州学子风采

嘉州学校社团活动课程不仅局限于校内，学校还积极组织学生参加乐山市各类活动比赛。学生们在实践中锻炼自己，为学校争光。

科技创新大赛：嘉州学校科技社团成员在市级科技、航模比赛中，凭借独特的创意和扎实的实践能力，多次获奖。

文艺汇演：艺术社团成员在市级文艺汇演中，表演精彩纷呈，赢得了观众和评委的一致好评。

体育赛事：篮球、足球、田径等体育社团在市级比赛中，团结协作，顽强拼搏，取得了优异成绩。

社团活动成果丰硕 助力学生全面发展

嘉州学校社团活动课程的开展，培养了学生的兴趣爱好，提高了学生的综合素质。通过参加各类比赛，学生取得了优异成绩，为学校争得了荣誉。

提升学生能力：社团活动使学生在实践中锻炼了能力，提高了自身素质。

培养团队精神：在社团活动中，学生们学会了合作、共赢，形成了良好的团队协作氛围。

激发创新意识：科技、文学、艺术等社团活动，激发了学生们的创新意识，培养了创新精神。

丰富校园文化：社团活动丰富了校园文化生活，为学生们提供了展示才华的舞台。

在未来的日子里，嘉州学校将继续深化社团活动改革，为学生们创造更多展示自我的机会，助力他们成为新时代的优秀人才。





乐山市嘉州学校开展第四届5·25心理健康节

五月鲜花盛开，草长莺飞。

五月阳光明媚，敞开心扉。

五月，我们拥抱阳光，用积极的心态去面对学习和生活。

教育部决定自2024年起，将五月确定为“全国学生心理健康宣传教育月”。为进一步加强校园文化建设，进一步宣传、普及心理健康知识，提升师生、家长心理健康知识水平和素养，五月，乐山市嘉州学校迎来了“点亮心光，赋能成长”第四届5·25心理健康节，开展了一系列心理健康教育活动。

5·25心理健康节启动仪式

5月14日，我校全体师生齐聚在学校操场，举行第四届5·25心理健康节启动仪式。心理老师蒋慧做了题为“关注心灵，关爱自我，赋能成长”的主题演讲，爱自己，爱学习，爱生活，重视自己的心理健康，关注心灵成长。政教处袁文辉主任向全体师生发出倡议：大家一起参与心理健康活动，认真去体验和感受、领悟和成长，关爱自我、了解自我、悦纳自我，活出生命的精彩。

心理游园会

“点亮心光，赋能成长”5·25心理健康游园会七年级全体师生参加。本次活动以成长为导向，发散出成长中所需具备的独立性、合作性、智力、魅力、专注力和鉴赏力等能力，从而设计了六项心理健康活动。学生安全有序的参与在活动中，用心去体会，促进了心灵成长和能力提升。

合作关：垒高塔

小组合作进行垒高塔活动，利用道具扑克牌搭建高塔。

释放关：和所有的烦恼说拜拜

在指定位置将“烦恼鸭”投入烦恼收容所，并大喊口号“丢掉烦恼，快乐无边”。

智力关：脑力大考验

根据数独盘中已有的信息推理出空格的数字。

人际关：魅力大放送

生命因成就他人而更加有价值，初三的学子们即将参加中考，七年级学生积极地为他们制作一枚枚祝福书签！

专注关：拼图大闯关

把打散的拼图完美组合，紧张刺激的比赛让同学们投入其中。

艺术关：美育大鉴赏

心理游园会活动现场精彩纷呈，手抄报、心理漫画、爱自己手册、心理健康小常识，通过丰富的文字和精美的图画将心理健康知识传递给每位同学。

校园文化建设

心理委员培训和动员会



5·25心理健康节是一次全校性的心理健康教育活动的，离不开心理委员和志愿者的辛苦付出。五月初，我校全体心理委员参加了5·25心理健康节动员会和培训会“携手向阳，传递温暖”。在活动中，心理委员们同参与，共行动，把温暖和爱传递给同学们。

心理健康知识竞赛

为进一步宣传普及心理学知识，帮助同学们树立正确的健康观，引导学生科学掌握心理学基本知识，我校在共美会议室一开展了5·25心理健康知识竞赛活动。

“妙笔绘青春”心理漫画比赛

为培养学生良好心理品质，我校在五、六年级开展了“妙笔绘青春”的四宫格心理漫画比赛，创作主题为珍爱生命、亲子关系、学习压力、同伴关系等等。通过学生的积极参与和创作，表达自己的内心世界、对美好事物的追求以及对未来的期望。进一步促进学生关注自身心理健康，树立心理健康意识。

校园心理广播

为进一步丰富校园文化生活，使学生们了解更多的心理小常识，传播校园正能量，我校在五月特别开展了小学校园心理广播。在聆听中，同学们进一步掌握心理健康知识，掌握心理健康小技巧。

班级心理健康知识宣传

小学阶段的孩子正处于大脑发育的关键时期，他们的大脑结构和功能还在不断地成长和完善的，自控力相对较弱。而初中阶段的孩子更容易受家庭和社会的影响，情绪调节方面也可能存在困难。因此心理辅导室特别为初中部和小学部的同学准备了知识宣传单《我的自控力法宝》《情绪调节我有妙招》。

主题黑板报

我校积极开展《让心灵充满阳光》主题心理健康黑板报比赛，通过本次比赛，不仅让同学们更加深入地了解心理健康的重要性，也让他们学会了如何关爱自己的心灵。我们相信，在今后的学习和生活中，同学们会更加关注心理健康，关爱心灵，让自己的心灵充满阳光。

主题手抄报

为了传播心理健康知识，提高同学们对心理健康的认识和重视，初中部举办了《快乐生活，为生命赋能》的主题心理健康手抄报比赛。通过手抄报比赛的形式，让同学们更加深入地了解心理健康的重要性。



主题心理健康课

考前心理课

临近中考的孩子们免不了会有迷茫与焦虑，针对这一情况，心理老师蒋慧设计了一堂关于人生方向选择的课堂《我的人生“四度”》在我校九年级各班开展。课堂上，老师带着同学们探索不同的人生方向，提升自我，引发同学们对未来的思考。

生命教育主题心理健康课

5月，我校心理老师蒋慧和邓萍萍走进六年级课堂，为同学们开展5·25心理健康主题活动课。蒋慧老师讲述《生命的奇迹》课堂，带领同学们用一分钟脉搏体验生命；用情景故事探寻生命的价值；最后用“苍蝇一分钟的生命”引发学生思考——如何去追寻有价值的生命。邓萍萍老师带领大家体验《曼陀罗绘画心理疗愈》课堂，通过心理冥想关注自己的学习情绪，利用画笔和文字宣泄自己的不良情绪，感受内心的宁静和专注，创作出一幅属于自己的独一无二的曼陀罗绘画。

家长讲座

五月临近中考，是初三孩子中考前的重要阶段，家长们在心理上给予孩子有效的支持和引导是中考前的重点内容之一。特此，学校邀请了乐山一中专心理老师吴婷为初三学生的家长开展讲座，主题



为“初三后期家长如何从心理上支持孩子”。讲座不仅为家长们提供了宝贵的心理支持和教育指导，也进一步促进了家校之间的沟通和合作。相信在家长和学校的共同努力下，孩子们一定能够顺利度过中考这一重要阶段，迎接更加美好的未来。

五月心理健康节已经落下帷幕，但是爱自己是一个永恒的主题。让我们一起行动起来，关注心灵，珍爱生命。让我们充满自信，放飞心情，让我们笑对人生，快乐成长！

高光时刻

嘉州学校获评为“中国教育科学院一体化示范校”。全国1/317，乐山唯一。

荣获乐山市市中区2024年小学英语和初中物理教师教学技能大赛优秀组织奖。

在乐山市市中区第二十六届中小学、幼儿园艺术节活动中，荣获优秀组织奖。

作品《嘉韵新芳》在乐山市市中区第二十六届中小学、幼儿园艺术节展演活动中，荣获特等奖、优秀艺术表演奖、优秀创作奖。

作品《芦声悠悠》在乐山市市中区第二十六届中小学、幼儿园艺术节活动中，荣获优秀创作奖。

作品《健康绳到令》《欢乐的节日》《芦声悠悠》《牧童之歌》《星光少年，向阳而生》在乐山市市中区第二十六届中小学、幼儿园艺术节活动中，均荣获一等奖。

教师：

罗腾、杨翠、何远、陈耀、邱粒5位教师课题《人教版小学体育与健康四年级第6章民族民间体育活动》荣获四川省“春季作业设计”二等奖。

吴思瑶、李红霞、骆红娟、毛萍、李庆5位教师课题《九年级9.公益劳动与志愿服务》荣获四川省“春季作业设计”二等奖。

胡婷、敖小刚、罗兴华3位教师课题《人教版初中化学九年级第十一单元盐化肥》荣获四川省“春季作业设计”二等奖。

杨蕾、章蔚、董情情、夏艳玲、黄琳5位教师课题《外研社版初中英语九年级Module 4 Rules and suggestions》荣获四川省“春季作业设计”二等奖。

在2023年四川省“课堂教学大比武”暨“基础教育精品课”遴选活动中，我校初中英语教师杨蕾荣获“学科课程精品课—国家课程（教材）”二等奖

在“2024年乐山市小学体育与健康青年教师教学竞赛市级展评活动”中，罗腾老师荣获一等奖的第一名。

在“2024年乐山市初中物理学科骨干教师优质课展评活动”中，薛菲菲老师斩获一等奖，代小兰老师荣获二等奖。

在“乐山市市中区第九届初中数学青年教师优质课比赛”活动中，我校初中数学教师辜诗蕊荣获一等奖，王丹荣获二等奖。

古芳老师在“乐山市市中区优质发展共同体学校教师写作展评活动”中，荣获一等奖。

学生：

雷稀童同学荣获乐山市市中区第十五届“我心目中的好同学”暨“新时代好少年”称号。

在乐山市第七届中小学科技节暨第十届青少年航模大赛中，乐山市嘉州学校荣获初中组航空模型团体赛二等奖、小学组航空模型团体赛三等奖。

在“乐运动·爱健康”2024年乐山市中小学生武术套路比赛中，吕思妤取得峨眉拳女子甲组第1名、叶境锐取得峨眉拳女子甲组第2名、孟星宇取得南拳规定男子甲组第2名的好成绩。

嘉州学校荣获2024年乐山市市中区中小學生乒乓球比赛女子甲组团体第一名。

谭雨欣、王卿舒两位同学荣获2024年乐山市市中区中小學生乒乓球比赛“优秀运动员”称号。

吴青莲同学荣获2024年乐山市市中区中小學生乒乓球比赛女子甲组单打第二名。

冯珂同学在2024年乐山市中小學生羽毛球运动会中，获得女子丙组（4年级及以下）女子单打第三名。

甘恬同学在乐山市市中区第二十六届中小学、幼儿园艺术节活动中，荣获小学组摄影一等奖。

唐梓茵同学在乐山市市中区第二十六届中小学、幼儿园艺术节活动中，荣获小学组绘画二等奖。

祝一芯同学在乐山市市中区第二十六届中小学、幼儿园艺术节活动中，荣获小学组书法二等奖。

乐山开展2024年世界献血者日 主题宣传活动

6月14日上午，在世界献血者日二十周年之际，由乐山市公民无偿献血领导小组、乐山市卫生健康委员会、乐山市红十字会主办，乐山市中心血站承办的“2024年世界



献血者日”主题宣传活动暨万达献血屋启动仪式在新建万达献血屋外举行。今年活动的口号是“在庆祝世界献血者日二十周年之际：感谢您，献血者！”

乐山市卫生健康委党组成员、副主任曲别拉布出席剪彩仪式并致辞，他表示，无偿献血事业是事关人民群众身体健康和生命安全的公益性事业。正是因为众多无偿献血者平凡而伟大的善举，才给了更多患者生的希望。近年来，在各级党委、政府的高度重视和社会各界的共同努力下，我市无偿献血事业不断发展，连续7次蝉联全国无偿献血先进城市，2705名献血者荣获无偿献血奉献奖，临床用血100%来源无偿献血，无偿献血量能够满足临床用血需求。

小屋显大爱，献血屋是承载市民奉献爱心、挽救生命的载体，也是构筑“最后一公里”献血网点的重要组成部分，万达献血屋在市商业银行、万达广场商业管理有限公司的热心支持下，即将正式启用，希望市中心血站进一步健全完善献血屋的运行机制，发挥好献血屋综合阵地作用，更好推动我市无偿献血事业高质量发展。

活动现场特别邀请了坚持献血20年的无偿献血者代表分享他们的热血故事。郭磊，全国无偿献血奉献奖终身荣誉奖获得者，一名普通的公司职员，献全血9次，成分血78次，累计献血27800毫升。从小听着长辈们热血沸腾故事长大，对于无偿献血的



意义，他说只想用一句歌词表达“只要人人都献出一点爱，世界将变成美好的人间。”

赵堃，不仅是坚持献血20多年的献血者同时还是血站供血科的科长，多

年来他一直坚持无偿献血，已献血26次，累计献血量8000多毫升。他清楚地记得1995年8月25日，他参与了第一次无偿献血。当时，五通桥区人民医院一名产妇出现了产后出血。为确保产妇生命安全，市中心血站在站内发起了“O型血”无偿献血招募工作。“那是我第一次真切感受到无偿献血对患者的重要性。”第二天，五通桥区人民医院发来喜讯，产妇母子平安。那种喜悦和自豪感不言而喻。无偿献血，无上光荣，希望更多人伸出手臂奉献爱心，用热血搭建起生命的桥梁。

据悉，“6.14”全天，我市所有采血点共199人成功献血，献血量72200毫升。其中万达献血屋吸引55人献血者成功献血。

无偿献血事业是事关人民群众身体健康和生命安全的公益性事业。市中心血站站长章凯介绍，新建万达献血屋投用后，乐山现有13个无偿献血点覆盖各县（市、区），其中包括4个固定无偿献血屋。下一步，市中心血站将进一步健全完善献血屋的运行机制，发挥好献血屋综合阵地作用。通过系列无偿献血宣传活动的广泛开展，继续提高公众对无偿献血的认识和参与度，为推动无偿献血事业的发展和保障全市临床用血安全与供应做出更大的贡献。

（来源：健康乐山）

乐山市医院感染质量控制中心荣获一等奖

近日，第八届华西感控学术会议暨2024年四川省预防医学会医院感染管理分会学术年会暨第六届西部感控学术会议感控技能大赛决赛圆满结束，乐山市人民医院感染管理科赵兴然和夹江县人民医院的张杏代表乐山市医院感染质量控制中心参赛，荣获一等奖。

此次竞赛共有来自全省各地市州的23支队伍参赛。乐山市代表队在初赛中以总分第二的优异成绩进入决赛，并在决赛中以102分的高分勇夺冠军！这不仅是两位参赛选手的荣誉，更是乐山市人民医院、乐山市医院感染质量控制中心成立以来在感控领域省级竞赛中首次获得殊荣，是乐山市加强感染人员能力建设的具体体现。

本次竞赛内容涵盖了医院感染管理的多个关键环节，既考察了选手们的理论知识，又测试了他们在实际操作中的应变能力。赵兴然和张杏在此次竞赛中表现十分出色，他们在未成功得到抢答机会的劣势形势下，仍然以扎实的能力在必答题上获得高分。不仅展示了个人的专业素养，更体现了团队的凝聚力和合作精神，成功在众多优秀队伍中脱颖而出。

未来，乐山市医院感染质量控制中心将继续秉持“以赛促教、以赛促学”的理念，鼓励更多的医务人员参与此类竞赛，不断提升医务人员的专业水平和服务能力，将感控知识真正用于临床。（赵兴然）

“防范非法集资” 宣传月活动启动

■ 本报记者 高瞻 文/图



为加大防范非法集资宣传力度，提升群众风险防范意识，6月15日，由乐山市财政局、国家金融监督管理总局乐山监管分局指导，乐山市保险行业协会承办的“防范非法集资”宣传月活动在乐山广场启动，活动将持续到6月30日。

本次活动以“守住钱袋子 护好幸福家”为主题，乐山辖内49家保险机构及工商银行乐山分行、农业银行乐山分行等11家银行机构为市民普及和解答关于非法集资相关知识与问题。

据悉，此次活动分为线下集中宣传与线上有奖答题的两种方式进行。市民可以在微信中搜索“乐山市保险行业协会”进行答题。在当天启动仪式的线下集中宣传活动现场，工作人员向市民发放宣传单，介绍非法集资的特点、常见手段以及如何识别和防范非法集资，帮助大家进一步加深对非法集资危害性的认识，守住群众钱袋子，护好百姓幸福家。

作为市民应该如何防范非法集资？相关负责人表示，非法集资行为需同时具备非法性、公开性、利诱性、社会性四个特征要件，具体为：一是未经有关部门依法批准或者借用合法经营的形式吸收资金；二是通过媒体、推介会、传单、手机短信等途径向社会公开宣传；三是承诺在一定期限内以货币、实物、股权等方式还本付息或者给付回报；四是向社会公众即是不特定对象吸收资金。

做实消费帮扶 共建和美乡村

为深入推进“做实消费帮扶，共建和美乡村”计划，以乡村全面振兴为目的，建设宜居宜业美丽乡村，扎实落地为人民群众解决急难愁盼事的初心，6月10日，新华保险乐山中支党支部党员先锋队再启新程，奔赴峨边县宜平乡开展“共建和美乡村”消费帮扶主题党日活动，此次活动通过劳作实践和农产品助销，将党建与业务深度融合的乡村振兴方案落地生根。

活动中，党员先锋队的同志们挨家挨户采收夏天的第一篓土豆，经过先锋队队员甄选土豆品种后，发起收购8000余斤“峨边一号”土豆订单。次日，承载爱心土豆的货车陆续抵达乐山各区县，经过党员先锋队和志愿者伙伴们分工协作，一一送到广大消费者的手中。

据悉，乐山中支党支部已持续三年开展各类助农帮销、爱心捐献、金融帮扶活动，从思想上、物资上、行动上聚焦和助力乡村振兴。下一步，乐山中支将不断完善帮扶机制，帮助更多更优更鲜的农特产品走出村寨、步入市场，实现农户和消费者的互惠互利，助力乡村振兴行稳致远。

(陈翔)

Link

非法集资的危害和损失承担

非法集资不可持续，犯罪分子通过欺骗手段聚集资金后，挥霍、浪费、转移或者非法占有，参与者很难收回资金，此外，非法集资严重干扰正常的经济、金融秩序，极易引发社会风险。

根据我国相关法律法规规定，非法集资不受法律保护，参与非法集资风险自担。

非法集资人的法律责任

我国《刑法》中，非法集资根据主观态度、行为方式、危害结果等具体情况的不同，构成相应的罪名，其中最主要的是《刑法》中第176条非法吸收公众存款罪和第192条集资诈骗罪。

《刑法》规定，犯非法吸收公众存款罪的，处三年以下有期徒刑或者拘役，并处或者单处二万元以上二十万元以下罚金；数额巨大或者有其他严重情节的，处三年以上十年以下有期徒刑，并处五万元以上五十万元以下罚金。犯集资诈骗罪，数额较大的，处五年以下有期徒刑或者拘役，并处二万元以上二十万元以下罚金；数额巨大或者有其他严重情节的，处五年以上十年以下有期徒刑，并处五万元以上五十万元以下罚金；数额特别巨大或者有其他特别严重情节的，处十年以上有期徒刑或者无期徒刑，并处五万元以上五十万元以下罚金或者没收财产。

非法集资的常见手段

01 承诺高额回报

不法分子编造“天上掉馅饼”“一夜成富翁”的神话，许诺投资者高额回报。为了骗取更多的人参与集资，非法集资人在集资初期往往按时足额兑现承诺本息，待集资达到一定规模后，便秘密转移资金或携款潜逃，使集资参与人遭受经济损失。

02 编造虚假项目

不法分子大多通过注册合法的公司或企业，打着响应国家产业政策、开展创业创新等幌子，编造各种虚假项目，有的甚至组织免费旅游、考察等，骗取社会公众信任。

03 注意信息公开安全

在进行社交、网购等活动时，要注意信息公开的安全。特别是在填写一些敏感信息，如个人身份信息、账户密码等时，一定要注意使用加密协议传输，尽量避免在公共计算机或互联网上输入关键信息。

04 虚假宣传造势

不法分子在宣传上往往一掷千金，聘请明星代言、名人站台，在各大广播电视、网络等媒体发布广告、在著名报刊上刊登专访文章、雇人广为散发宣传单、进行社会捐赠等方式，制造虚假声势。

05 利用亲情诱骗

有些类传销非法集资的参与者，为了完成或增加自己的业绩，不惜利用亲情、地缘关系，编造自己获得高额回报的谎言，拉拢亲朋、同学或邻居加入，使参与人员迅速蔓延，集资规模不断扩大。

