



# 乐山广播电视报

LESHAN BROADCAST TV WEEKLY



一份有温度的城市周报

# 52

总第1623期  
本期28版  
2024年12月26日

乐山广播电视报社 出版 社长：刘岚



# 璀璨之声 在乐奏响

## 意大利米兰交响乐团 2025新年音乐会

### P03-07

国内统一连续出版物号：CNS1-0098-07 邮发代号：61-519 本报数字报网址：http://szb.lswkly.com/ 主管：四川省报社发展中心



02 广告 ◀ 2024年12月26日

# 乐山广播电视报

LESHAN BROADCAST TV WEEKLY

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://szh.lswEEKLY.com/>

# 2025

# 火热征订



邮发代号：  
61-519

国内统一连续出版物号  
CN51-0095-07

## 阅读一座城市的性情

咨询电话：18608336423 18683302525

全年订阅价：**150元 / 份**



# 本期导读

乐山广播电视报  
2024.12.26

READING  
GUIDANCE



08

新闻周刊

专题

苏稽米花糖  
百年传承的甜蜜密码



10

新闻周刊

面孔

韦东  
让乡村好物“火出圈”



12

新闻周刊

观察

自助洗车成新宠



16

新闻周刊

一周新闻汇

个人养老金全面实施  
有何新变化?

值班编委：谭莉  
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.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。

12月29日晚8时,意大利米兰交响乐团将在乐山市奥林匹克中心奏响世界经典名曲,为市民献上一场跨年的“音乐盛宴”。

# 璀璨之声 在乐奏响

## 意大利米兰交响乐团 2025新年音乐会

■ 本报记者 金丹 罗妍玲 王桢楠





# 家门口的音乐 “饕餮盛宴”



由安东尼·莫利纳创建的意大利米兰交响乐团成立于1952年，该团一经问世便受到世界乐坛青睐。这支由65位乐手组成的乐团又分为室内乐团、米兰独奏家乐团、米兰乐团、和谐之音乐团和米兰管乐团。意大利米兰交响乐团是在意大利政府正式注册的国家级（欧洲A级）交响管乐团，注册有150多名音乐家。最擅长古典皇室浪漫音乐风格演奏，也就是欧洲“巴洛克”风格的最典型体现与完美演绎。

在交响作品方面，拥有跟欧洲其他交响乐团有所不同的独特音响音质，演奏音色辉煌、技术细腻、层次丰富，拥有各个时代、各种风格、种类繁多的演出曲目。各个声部平衡极好，深邃展示欧洲波澜壮阔的交响音乐风范。同时，该团所演奏的古典音乐格调高雅、音响丰满，对各个作品诠释严谨而又热情的同时更具有美妙的欧洲传统色彩。

意大利米兰交响乐团有属于自己的音乐厅和常年拥戴者，每次音乐会的上座率都在95%以上，同时又是历届米兰国际大型展览会以及世博会必须到场的演奏乐团。特别值得一提的是，自1990年始，该团成为历届意大利伦巴第大区 and 米兰省迎接外国友好访问团宴请时官方指定演出团体之一，逐渐成为伦巴第大区和

米兰省对外展示的一个友好文化品牌，由此确立了其世界乐坛中的特殊地位。世界音乐界与欧洲各大媒体把意大利米兰交响乐团亲切地称为“上帝派来人间的音乐天使”。

新年的脚步越来越近，在这辞旧迎新的时刻，意大利米兰交响乐团2025新年音乐会正式官宣。相关负责人杨建容介绍，12月29日晚8时，意大利米兰交响乐团将在乐山市奥林匹克中心篮球馆奏响世界经典，为乐山市民献上一场跨年的“音乐盛宴”。本次新年音乐会上，意大利米兰交响乐团将带来贝多芬、莫扎特、勃拉姆斯、柴可夫斯基等世界名家的多首经典曲目，让市民在家门口就能享受到音乐的“饕餮盛宴”。“同时，新年音乐会现场还准备了特别惊喜环节，等待市民共同揭晓并参与。”

据悉，此次新年音乐会由中世通盈国际文化传媒（北京）有限公司、乐山市融媒体中心、乐山大佛旅投集团联合举办，乐山市委宣传部、乐山市文化广播电视和旅游局指导。票价分别为118元、218元、388元、488元、588元、688元，市民可通过大麦网购票，一同感受非凡的音乐体验，用“旋律”敲响新年的钟声。

## 豪华阵容揭秘



### 欧洲传奇“指挥大师”

艾利斯奥·卡斯特依

2009年，艾利斯奥·卡斯特依受A.Krieger和Antonio Russo的邀请前往布易诺斯艾利斯进修乐团指挥，并在阿根廷等国表演了其作品。2006年他作为艺术总监完成了乐团演出和影像作品《浮士德》。2008年获得克洛维亚音乐学院的奖学金，前往波兰R.Delekta教授处进修，并在波兰多个著名乐团担任客席指挥。2012年于伦敦Royal皇家音乐学院指挥系主任Colin Metter教授处进修指挥。此外，艾利斯奥·卡斯特依还得到了许多指挥家的指导与教育，例如多纳托·伦泽蒂、皮耶罗·贝卢吉、乔玛·帕努拉、陆家、布鲁诺·巴托莱蒂、廖尔香巴达等著名指挥家。



### “殿堂级高音绅士”

帕伦博·安东尼奥

拥有一张帅气面容加上天生忧郁眼神的帕伦博·安东尼奥是欧洲著名男高音歌唱家，现任米兰交响乐团的首席男高音歌唱家之一，出生于意大利坎帕尼亚。2013年以优异的成绩考入世界著名的歌剧美声音乐学院的圣殿——那不勒斯的圣卡罗音乐学院古典美声系就读，2017年获得美声音乐学士学位，2019年以罕见全优成绩获得圣卡罗音乐学院歌剧硕士学位。2013—2019年在校期间，帕伦博·安东尼奥被学院推荐参加了多个国际歌剧美声大赛，2014年获得“恩里科·卡鲁索”歌唱大奖二等奖，2017年荣获马里奥扎歌剧比赛冠军，2019年荣获弗朗西斯科阿尔巴尼斯歌剧演唱大赛优胜奖等各种荣誉，并签约欧洲著名娱乐制作公司成为高音绅士（'IicnorGentle）组合成员之一。帕伦博·安东尼奥在音乐会上的演唱嗓音的圆润度和演唱风格的厚重感得到包括多明戈和卡雷莱斯在内的国际歌剧大师们的广泛赞誉，并被乐迷们亲切地称为“殿堂级高音绅士”。



### 意大利国宝级“抒情花腔女高音”

玛丽诺·丽卡门

出生于意大利音乐世家的玛丽诺·丽卡门的演唱有着强烈的灵活性，从巴洛克到当代曲目，特别适合扮演莫扎特、罗西尼、贝利尼、多尼采蒂和威尔第等许多作品的角色。师从女高音C.Ferrajoli，之后又继续师从C.Vozza和G.Valente学习女中音，在萨莱诺音乐学院获得歌唱文凭。后来，玛丽诺·丽卡门与萨勒诺的威尔第剧院合作，参加了歌剧制作和音乐会，在巴黎、慕尼黑、盖尔森基兴有很多巡回演出。玛丽诺·丽卡门还与约翰·迪恩、比安卡·马斯特罗米尼科、费鲁乔·帕杜拉、弗兰兹·普雷斯蒂里、阿方索·安东尼奥齐等诸多著名艺术家都合作过。目前在博洛尼亚、威尼斯、罗马、都灵、那不勒斯、米兰等著名剧院演出。



# 新年音乐会的期待与展望

## 共赴一场音乐会

12月15日，乐山师范学院声乐教师王司司前往成都市城市音乐厅，现场聆听了著名女高音歌唱家雷佳的“时间的诗意——跨界融合诗词作品音乐会”。“整场音乐会精心设计为四个章节。第一章天地俯仰，展现自然与人生的哲思；第二章万物生息，探讨生命的循环与自然的和谐；第三章怀思古今，唤起对历史的回忆与沉思；第四章家国天下，抒发对家国的深情与对和平的祈愿。雷佳老师用丰富的技巧驾驭了多元情感，在各篇章之间构建了诗意的音乐时空，让听众领略到了声乐艺术的极致魅力，感受到时间长河中的波澜情感和精神内涵。每个篇章都是对时间维度的一次探索，这四个篇章不仅代表着自然界的循环，也蕴含着人类情感的流转。”王司司说，音乐会采用了独唱、舞蹈、朗诵等多种艺术形式的跨界融合，丰富了舞台表现形式。每首作品所呈现出来的舞台灯光、舞美设计以及多媒体视觉影像的运用，营造出了与歌曲主题相契合的氛围和意境。音乐作品既保留了中国传统音乐的元素和特色，又融入了现代音乐的创作手法和表现形式，体现了中西合璧、古今交融的艺术创新。

整个视听过程中，王司司侧重关注中西乐器与声乐作品的融合方式和协作效果。“这场音乐会也为我的教学提供了很好的范例，更加理解如何让学生们直观地感受到声乐艺术的魅力和文化内涵。”对于即将上演的新年音乐会，王司司表示出了强烈的期待。“我给学生传达了这一消息，大家都很激动，能在家门口听到一场世界级的音乐会非常幸运。”

王司司认为，音乐是没有门槛的。不管有没有相关基础，都可以在现场静下心来聆听。“如果想更沉浸式地体验，可以提前了解新年音乐会的节目内容，选择自己较为感兴趣的节目提前了解曲目的基本简介，然后再细听细品，有利于更好地欣赏这些音乐艺术作品。”

市民张群（化名）正是因为音乐改变了其生活轨迹。她原本是一位基层教师，由于心中对于民乐的热爱，在参加工作后便自学了竹笛，并通过了十级考试。“考级不是终点，而是将音乐的热爱继续坚持下去。”

2018年，张群前往新又新大戏院聆听了音乐会。“因为有一首我非常喜欢的歌——《风居住的街道》，这



是2003年矶村由纪子与日本著名二胡演奏家坂下正夫合作的经典曲目。二胡与钢琴的搭配对话，令人耳目一新，完美的配合宛如一对恋人的絮语在听众的耳边呢喃，相互倾诉、互诉爱慕之心，但两个乐器发出的音调永远不会重合，而是像蝴蝶一样追逐，仿佛两个永远都不能在一起的恋人。”后来，张群不再满足于自学，开始参加系统性的专业学习，而后更是将这一热爱变成了自己的事业。“现在我从事的便是和音乐相关的职业，上班于我而言，不仅是工作，更是一种享受。”

作为乐山交响管乐团音乐总监的刁继承一直有听交响乐爱好。“一是因为热爱，二也是为了学习。”今年暑假期间，刁继承前往国家大剧院聆听了数场演出，于他而言，这是一次珍贵且饱含意义的经历。“在观摩的过程中，那些跃动的音符、激昂的旋律、深情的演绎，都让我沉醉其中，无法自拔。在快节奏的现代生活中，能够有这样一个机会，静下心来欣赏一场高雅的音乐会，是一种难得的享受与放松。我们国家的交响乐进步很大，与国际水平逐渐接轨。既有大江大河的恢弘磅礴，也有小溪小河的婉转细腻，细节处理得恰到好处，在现场聆听完全是一场听觉盛宴。”

对于即将在乐山上演的新年音乐会，刁继承表示出了浓厚的兴趣。“对于我们乐山人民来说，肯定是一场沁人心脾的音乐享受，我必须参加。”

(图片来源自网络)



## 为什么我们需要音乐会？

乐山文化发展研究中心副主任先晓舟给出了自己的答案。“乐山作为国家历史文化名城、中国优秀旅游城市，不仅需要丰富的自然景观和人文历史，更需要高品质的文化活动来提升城市的软实力和吸引力。新年音乐会，作为一年一度的文化盛事，对乐山而言，具有不可估量的价值。”先晓舟认为，新年音乐会为城市居民和游客提供了一个共同庆祝新年的平台，能够营造出浓厚的节日氛围，增强城市的仪式感和人们的幸福感。通过邀请国内外知名乐团演出，不仅能够展示乐山开放包容的文化态度，还能促进与本土优秀传统文化之间的交流和共享。

在即将上演的意大利米兰交响乐团2025新年音乐会中，乐山音乐家协会副主席吴映春将带来民歌《峨眉酒家》的演唱。“《峨眉酒家》以其悠扬的旋律和浓厚的乡土情感，向社会展示了乐山壮丽的自然景观、深厚的文化底蕴和鲜活的文化生命力。这一跨界合作，无疑会让更多人通过音乐认识乐山、爱上乐山，从而提升乐山在全球范围内的知名度和美誉度。是对乐山本土文化的一次高规格展示，更是对乐山文化软实力的有力提升。”在他看来，音乐是跨越国界的通用语言，它能够跨越文化和地域的界限，连接不同国家、不同民族的人们。传统民歌与现代交响乐相结合，是本次音乐会的一大亮点。这种创新的尝试，赋予了传统民歌新的生命力，让传统文化在现代社会找到了新的表达方式。也为促进国际文化交流搭建了宽广的舞台，对提升乐山城市文化形象、推动文化多样性的交流与融合具有深远的意义。

吴映春认为，通过这样的艺术实践，可以激发更多文化创作者的灵感，鼓励他们探索传统文化与现代艺术结合的新路径，为乐山的文化创新注入新的活力，促进本土艺术的创新与发展，实现文化的互鉴与融合。对于乐山市民而言，本土民歌和国际交响乐队的合作演绎，这不仅增强他们对本土文化的认同感和自豪感，也激发了他们保护和传承文化遗产的热情，从而在日常生活中更加积极地传播和弘扬本土文化，形成良性循环，让乐山的文化之树常青。

先晓舟也持相同的观点。“一场音乐会能让从事音乐事业的人和热爱音乐艺术的人相聚在一起，完成一场属于艺术的共享。此外，音乐会的举办还能吸引更多文化项目，促进文化产业的发展，为乐山打造成为具有国际影响力的文化旅游目的地奠定坚实的基础。对于促进文旅融合、推动城市经济发展也具有重要作用，为城市带来更多的发展机遇和合作可能，激发本土优秀传统文化走出去的动力。”



老字号

品牌故事

系列报道（九）

“买苏稽米花糖，花生糖，冬瓜糖，桃片糕，绿豆糕，丝丝糕，油果子……”这熟悉的叫卖声，对许多80、90后乐山人而言，蕴藏着最香甜的童年记忆。中华老字号“苏稽”牌米花糖，已走过漫长的百年岁月，不仅承载着乐山人的甜蜜回忆，更成为了一张乐山特有的饮食文化名片。



# 苏稽米花糖

## 百年传承的甜蜜密码

■ 本报记者 熊春鹰 文/图

### 一口穿越古今的创意美味

米花糖是苏稽的传统名产，至今已有上百年历史。

据记载，明崇祯十四年间，苏稽人就有了米花糖的制作。由苏稽沙嘴街、新桥街、苏稽街三街的个体商户采用糯米、川白砂糖、鲜猪边油为主要原料，匠心独运地制作出口感酥脆、甜而不腻的猪油谷花。当时的苏稽镇因扼守峨眉河要冲，是峨眉、夹江部分地区水陆出川的必经之道。大量的食盐、纸张、竹木、茶叶等由此转运岷江、长江至外省。米花糖因其香脆可口、携带方便的特点，成为当地人走亲访友的佳品，生意人外出必备的干粮。久而久之，谷花制作逐渐成为当地非常发达的产业。

清代及民国期间，苏稽人不断探索创新，改良了谷花的制作工艺，制作出具有地方特色的米花糖、洒琪玛、花生糖等。尤其是香油米花糖，直接奠定了“苏稽产”食品在市场上的地位。它酥脆化渣、清香可口，深受消费者喜爱。不仅在本地销售火爆，还经水路远销至成都、宜宾、泸州、重庆等地，名声大噪。

时间流转至二十世纪四五十年代，为满足市场需求，适应社会发展，苏稽的米花糖商户们在当地税务部门的号召下，打破

“各自为阵”的模式，将苏稽三街大小14家米花糖作坊合并为一家，选用“苏稽”二字命名，以清朝年间修建的连接古镇两岸的大石平梁桥为产品标识，将“猪油谷花”更名为“苏稽香油米花糖”。产品品种也由此丰富多样，发展至5个。至此，苏稽糖果厂的雏形正式诞生，一段新的甜蜜传奇就此拉开序幕。





## 传承创新开启新的征程

在风云变幻的消费市场中，如何跟上市场发展节奏，交出令消费者满意的答卷，是每个老字号企业在发展道路上必须面对的课题。

“做食品就是做良心。对品质的坚守是‘老字号’从始至终的追求！”谈及“苏稽”品牌的传承与发展，谢光洪的眼中闪烁着坚定的光芒。他深知，苏稽牌香油米花糖不仅仅是一种食品，更是一种文化的传承，一种情感的寄托。这份独特的技艺传承，使得企业具有深厚的发展潜力，而品质的坚守则是这一切的基石。

谢光洪带领下的乐山市光洪食品有限公司，始终将产品品质放在首位，坚持选用优质糯米、糖、花生、芝麻等原料，以生产过程中完整的质量体系为保障，确保每一块米花糖都拥有“香、甜、酥、脆”的独特品质。这份对品质的执着与追求，正是“苏稽”牌米花糖能够历久弥新，深受消费者喜爱的关键所在。

“老字号并不止步于传统，革新才是内在源动力。”在谢光洪看来，消费市场瞬息万变，但也有一条不变的准绳——消费者满意是关键。苏稽米花糖在当前消费市场的核心竞争力是既要恪守古法，又要守正创新，以适应新的消费需求。因此，他在坚守品质的同时，也积极推动品牌的年轻化与转型之路。

近年来，乐山市光洪食品有限公司发力新零售，在生产、销售等各个环节进行创新，推动品牌年轻化，积极探索转型之路。聚焦消费者想要吃得更健康的需求，研发出无糖米花糖的新口味；针对需求愈发个性化的趋势，推出简装、独立包装、礼盒装、组合装、怀旧风等不同包装。这些创新举措不仅丰富了产品线，也提升了品牌的竞争力与影响力。

“苏稽”牌如同扎根在古镇这片土地上的一株老树，在谢光洪等人的辛勤耕作下，发出新芽，并绽放出动人的花朵。“苏稽”牌米花糖由原有的5个单品，发展到现在的米花糖、花生糖、洒琪玛等5个系列80多个单品。从单一的口味到玫瑰米花糖、椒盐米花糖、桂花米花糖、黑糖米花糖等多种口味。

在改进口味、包装的同时，“苏稽”牌还通过线上与线下相结合的营销方式，来满足消费者们的需求。而今，在川内主要城市的一级销售市场（超市）都可以看到“苏稽”牌米花糖的身影。正是这份对品质的坚守与对创新的追求，使得“苏稽”牌米花糖这一中华老字号的金字招牌，在传承与创新发展中不断发扬光大。

如今，“苏稽”牌米花糖已不仅仅是一种食品，更是一种文化的象征，一种情感的纽带。在未来的道路上，“苏稽”牌将继续坚守品质，勇于创新，为消费者带来更多美味与惊喜，让这份中华老字号的辉煌与荣耀永远闪耀在消费市场的舞台上。



## 创意酿造的甜蜜传奇

在二十世纪五十年代初，随着供销社的成立，公私合营的浪潮席卷而来，苏稽糖果厂也迎来了新的转折点。这家承载着苏稽人百年记忆与情感的糖果厂，被归口供销社管理，开启了新的篇章。1956年5月，“苏稽”牌香油米花糖商标正式注册。

在计划经济时代，苏稽米花糖以其独特的口感和精湛的工艺，成为外贸公司的抢手货。每天限量生产的200斤米花糖，总是供不应求，一度出口至当时的苏联，为国家创汇。八十年代中后期，国家经济体制改革深入推进，市场经济的大潮汹涌而来。苏稽糖果厂，这个曾经依靠计划经济指令性生产销售的企业，突然面临着“包产包销”向“自产自销”的转变。市场的洪流无情地冲击着每一个角落，苏稽米花糖也未能幸免，陷入了前所未有的困境。

生死存亡之际，谢光洪站了出来。

从小在苏稽镇沙嘴街长大的谢光洪，是闻着米花糖的香味长大的。他梦想着成为一名做米花糖的师傅，终生与这份“甜蜜的事业”为伴。16岁那年，谢光洪如愿成为苏稽糖果厂的一名学徒。机会总是留给有准备的人。由于他肯吃苦，肯钻研，几年后便熟练地掌握了生产纯正、地道的苏稽香油米花糖的工艺流程。

1990年，怀揣一颗赤诚之心，谢光洪接手苏稽糖果厂。他深知，这不仅仅是一份事业，更是一份责任，一份对苏稽米花糖甜蜜记忆的坚守。2004年，苏稽糖果厂改制为四川省乐山市光洪食品有限公司，谢光洪为公司总经理。在他的带领下，苏稽米花糖逐渐走出了困境，焕发出了新的生机。

漫长的时光并没有抹煞其品牌的容颜，反而随着岁月的磨砺更加焕发光彩。它虽养在古镇苏稽的深闺中，却因美食独特的魅力声名远扬。

1983年，“苏稽”牌香油米花糖获四川省商业厅供销社系统质量评比第一名；1985年获中华人民共和国商业部优质产品奖；1988年获首届中国食品博览会银奖；1996年获国际食品及加工技术博览会金奖；2006年获评“乐山名特食品”，同年荣获四川“老字号”光荣称号；2011年荣获中华人民共和国商务部第二批保护与促进的“中华老字号”光荣称号，实现乐山市“中华老字号”零的突破；2015年国家质检总局批准对“苏稽米花糖”实施地理标志产品保护……一项项荣誉接踵而至，不仅是对“苏稽”牌香油米花糖的肯定，更是对呵护这一地方品牌茁壮成长成为“中华老字号”的生产者、经营者最好的慰藉。





# 韦东

## 让乡村好物 火出圈

■ 本报记者 郭清源

### 返乡创业，直播带货

“我手中的精选五花肉，肉质层次分明，有15斤，是兰花村村民自家养殖、全程无饲料添加的生态猪。无论是做回锅肉还是红烧肉，都是上上选……”在犍为县双溪镇兰花村，一场特色农产品直播带货火热进行。只见韦东手捧诱人的猪肉向粉丝介绍，频繁与直播间粉丝互动。网友纷纷下单，催促工作人员安排发货，期待尽快品尝到这来自乡间的美味。结束直播后的韦东满是疲惫，但他眼中依旧闪烁着喜悦，“早上的2个小时直播，就成功帮助兰花村的村民们售出了350斤猪肉，这对他们而言，是一笔相当可观的收入。”

41岁的韦东在过去的10多年里，一直在上海、成都等城市的外资企业从事质量检测工作，月薪超过万元。“我与新媒体的首次邂逅是在疫情期间。当时新媒体的蓬勃兴起令我深受启发，一个念头突然闪过脑海：既然人们可以网购，那我何不尝试网售呢？于是，我毅然辞去了原有的工作，踏上了返乡创业之路。”韦东感慨，作为土生土长的犍为人，深知自己有责任为家乡的发展贡献力量。因此，怀揣着对家乡的深厚情感，2021年他回到家乡犍为县，选择返乡助农赛道，希望凭借自己的力量，为家乡发展注入活力，带来实实在在的改变。



#### 人物 档案

韦东，1983年出生于犍为县。2021年返乡创业，运用直播销售蔬菜。半年间，助力村民售出蔬菜3万余斤，为当地村民增收超过6万元。



郭清源 摄



## 连接田野与餐桌

“刚回隄为时并没急于开启直播带货的模式，选择先注册名为‘村晓农发’的微信视频号，专注于分享和传播农村文化，希望通过这个方式，让更多人了解和关注到这片充满魅力的乡土。”韦东回忆，最初团队只有两个人，起步阶段便面临着诸多困难：缺乏资金、设备简陋、对短视频的创作和推广也缺乏经验，但他们依然满怀热情地投入到创作中。每天拍摄系列视频，向网友推广当地农产品，为乡亲们解决销售难题。“从选题策划、拍摄剪辑到发布推广，每一步都倾注了我们的心血。由于条件有限，我们不得不亲自动手解决各种技术难题，如光线调节、音效处理等。尽管如此，我们依然力求每个视频都能真实反映农村生活的点滴，展现出乡村的美丽与魅力。”

“刚开始我们的影响力十分有限，加上这里山高路远，许多网友持观望态度，不愿前来。看着亟待销售的农产品，我内心充满了失落与无奈。”尽管面临诸多挑战和困难，韦东并没放弃。他坚持用镜头记录农村的真实生活，讲述农产品背后的故事，用真诚赢得了网友们的关注和信任。“随着时间的推移，视频号影响力扩大，其中的一条视频，突破了1000万人次的浏览。这不仅让我深感惊喜，更极大地增强了团队的信心与决心，坚信自己确实拥有助力村民拓宽农产品销路的能力。”当粉丝数量累积至一万人时，韦东开启了直播带货。

第一次直播带货是为了帮村民售卖滞销的大白菜。“大白菜是村民的重要经济来源，但由于市场原因，大量的白菜无法及时售出，当时村民都急坏了，菜卖不出去的话就会烂在地里。”韦东回忆起那次直播，仍然心有余悸，“我担心自己在直播时语言不够流利，无法准确地把农产品介绍清楚，更担心无法真正帮助到村民们。谁料想，直播结束后，效果还不错，卖出了不少，帮村民解了燃眉之急。”

为了圆满完成这次直播，韦东提前做了很多功课，包括了解大白菜的种植过程、口感特点、营养价值等。之后，他邀请村民来现场展示大白菜的品质。“由于我们是第一次直播，过程中还出现了不少小插曲，如设备卡顿、网络不稳定等，好在及时应对，没有影响到直播的顺利进行。”当看到第一笔订单成交的时候，韦东激动得跳了起来，“这不仅仅是一笔订单，更是对村民的承诺和责任的兑现。”

（图片除署名外，由受访者提供）

## 深耕农网沃土

“现在我们每周直播3、4场，团队也从最开始的2个人发展为5人。目前主要销售隄为本地农家养殖的土猪、蔬菜等特色农产品。”为了确保产品的品质，韦东在挑选产品时十分谨慎，“为了保证产品的新鲜度，所有的禽畜和蔬菜都是当天现杀现采。酒香也怕巷子深，农家土产都是在大山深处，要有一个上餐桌的机会才行。因此，我们始终坚守着品质第一的原则，用心挑选每一件产品。”

“之前隄为县九井镇回龙村举行‘快递行业主题党日’活动，邀请了韦东和他的团队来村里，通过直播的方式帮助我们的老百姓推销农产品。他们到后迅速搭建直播场地，调试设备。直播开始时，整个广场变得安静下来，大家聚精会神地看着韦东介绍回龙村的特色农产品，每一个产品都被他描绘得淋漓尽致。随着网友纷纷下单购买，村民激动得拍手叫好。毕竟这对回龙村来说，是前所未有的新鲜体验，整个村子都洋溢着热闹的氛围。”回龙村书记廖小敏满怀感激地说，“这次直播极大地促进了我们村农产品的销售，每户村民获得了超过1000多元的额外收入，这相当于他们平时一个月的销售额。韦东和他的团队所付出的努力，真正实现了从‘愁销路’到‘有出路’的转变，将村民们的‘困境’转化为了实实在在的‘现金’，切实解决了我们的燃眉之急。”

把手机变成“新农具”，把数据变成“新农资”。韦东以青春之眸记录乡土变化，用网络之力为田野插上腾飞翅膀，助力村民们从“种得好”到“卖得好”，开启了乡村振兴的大门；不断拓宽农产品的销售渠道，为回龙村的发展注入了新的活力与希望。“在帮助村民售卖农产品的同时，还深入考察了隄为县超过70%的乡村，发现了许多被闲置的荒地。于是，我们承包了部分村民荒废的土地，并主动提供种植技术与指导，引导他们种植适宜的农产品，在根本上推动当地经济的发展，为村民创造长期稳定的收益。”韦东淡淡一笑，“授人以鱼不如授人以渔，希望通过我们的努力，让村民能够掌握自主发展的能力，真正走上富裕之路。”



图源网络

# 自助洗车成新宠

随着汽车保有量的不断攀升，车主对于洗车服务的需求也日益旺盛。24小时无人自助洗车（以下简称“自助洗车”）作为一种新颖且便捷的洗车方式，受到了众多车主的青睐。

■ 本报记者 杨莹 李欣 文/图

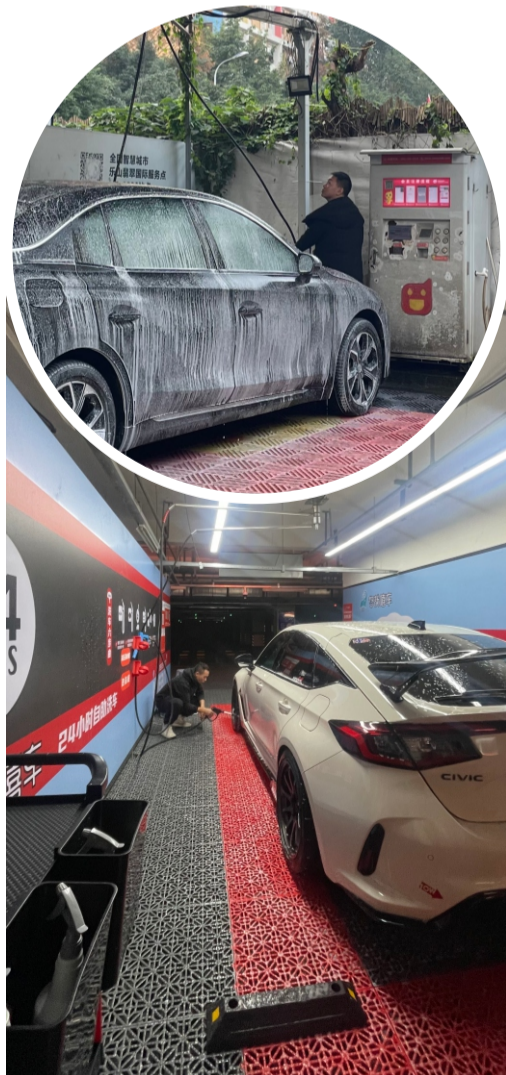
## 洗车告别“春运价”

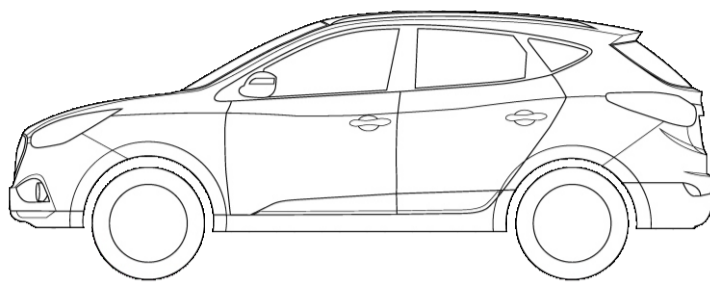
在万达广场地下停车场，市民林先生开着爱车来到悠哉嘻车自助洗车店，拿出手机扫码开启订单后，便熟练地拿起水枪冲去车身上的灰尘，喷沫、擦拭、冲水、吸尘……不到15分钟，车辆焕然一新。曾备受洗车难困扰的林先生告诉记者，平时工作忙碌，洗车对自己来说是个不小的烦恼，特别是大晴天，到店洗车还要排队。“自助洗车体验感不错，一次10多块钱，办会员还有优惠。最重要的是方便智能，还在家门口，随时可以开过来洗。”

与传统洗车店相比，自助洗车最大的优势在于其灵活性和经济性。车主可以根据自己的时间安排，随时来洗车，无需预约等待。悠哉嘻车总经理陈亮告诉记者，自今年7月开业以来，平均每天洗50—80辆车，周末能洗120—150辆车。为了保证顾客体验感，店面配备了智能毛巾柜，保证每位顾客都能使用到干净的毛巾。“车主在洗车过程中不仅能更好地了解车辆的状况，还能解压。”

市民王先生是城区春华路南段无人洗车站的常客。“一次大概花费6—7元，4个月前我在这里充值了100元钱，现在余额还有50多元。”如何自助洗车更省钱，王先生颇有心得。“洗车按用水量来计算费用，加上部分站点的洗车工具长期使用后出现损坏，于是我在网上购买洗具，费用也会更低一些。”王先生一边擦拭车辆一边说，自己的SUV已经买了5年，刚开始会到洗车店洗车，随着时间的推移，洗车价格越来越贵，洗一次要30—40元。春节时洗一次车需要花费50—80元。

“洗车价格不断上涨，人工洗车服务有时还会出现‘缩水’情况，还是自助洗车更有性价比。”





## “随洗随走”将成新潮流

记者查阅某线上平台显示，目前市场上涉及大小品牌10多家自助洗车店。部分自助洗车店为了有效引流，在线上推出团购套餐，9.9元代18元自助洗车券；9.9元单次30分钟洗车券；10元全车型单次畅洗50分钟……“现在附近开了自助洗车店，对我们肯定有影响，天气好的时候一天可以洗20多台车，现在比以前大约少了8、9台。”位于龙游路北段的洗车店工作人员表示，自助洗车与传统洗车之间在服务和人性化上，还存在不小的差异化和竞争空间。

“自助洗车店近年快速增长，是与市场需求分不开的。”悠哉嘻车总经理陈亮认为，除了价格，自助洗车的另一个优势是具有较高的灵活性，可以24小时不间断提供服务，满足了不同人群的需求。“现在越来越多的人开始接受并爱上自己动手洗车，自助洗车也成为备受车主追捧的新时尚。”

对于自助洗车的兴起，洗车行业从业者分析，洗车服务是所有车主的刚需，运营方前期通过免费或低廉的价格大量获客后，使广大车主体验并逐渐接受这种洗车方式，在养成行为习惯后很容易转化成长期客群。与传统洗车相比，自助洗车可以通过小程序实时观察到门店的使用情况，解决了传统洗车店排队、不能随时服务的问题，同时通过车主亲自动手的方式降低了人工成本，在价格上占有绝对优势。目前，许多自助洗车品牌都对外开放加盟，这种洗车方式或将成为大势所趋。当然，自助洗车在发展过程中也面临一些挑战。部分初次使用的车主可能会因为对设备操作不够熟练而导致洗车效率不高或效果欠佳。同时，场地的日常卫生清洁与维护也需要持续投入精力。不过，该行业正通过不断优化服务流程，提供详细的操作指南和现场指导，以及加强场地管理等措施，逐步解决这些问题。



## 因人而异，谨慎充值

记者在走访中发现，在城区的商业区、居民区附近，自助洗车加盟站点如雨后春笋般不断涌现，这些自助洗车店设备齐全，每个工位都备有清洁水枪、泡沫枪、擦车毛巾等洗车专用设备，墙上和机器上配有使用说明。车主洗一辆车大概需要10—20分钟，平均单价8—15元。虽然配备有擦车毛巾，但个别店面因为清洗或更换不及时，清洁程度并不令人满意。

“自助洗车店在体验上更自由，价格低，自己动手更放心，节假日也不涨价。”“我特别喜欢玩那个泡沫枪和水枪，喷在车子上再冲掉，很治愈”“每次自己洗车都是一身大汗，特别爽！现在我都把它当成锻炼身体”……采访现场，有车主认为自助洗车省去了排队的麻烦，可以节省大量时间；有车主觉得价格相比人工洗车便宜许多，非常实惠；还有车主带着孩子、爱人来一起洗车，成为一项家庭互动项目。

不过也有车主吐槽自助洗车的付费方式。车主宋阳分享了他的使用体验，“广告牌上写着‘首单可领取6元优惠券’，我便认为是根据洗车时长统一结算费用。可当我按照指示操作，喷上泡沫后，计费器就显示已经消费了6元，如果想再洗的话就要充值，而且最少要充100元。”宋阳直言，自己并不经常洗车，不想充值，更不愿预付式消费。于是，他只能将带着泡沫的车开到人工洗车店清洗。实际上，宋阳的遭遇并非个例，采访中不少车主表示，自己首次消费也曾遭遇过类似情况。“1年前无奈充值了100元，平时根本没用，到现在还剩50元。”车主欣瑶告诉记者，“要喷很多泡沫才有清洁效果，冲洗干净会花费不少时间，当时洗下来就花了20多元，跟我在人工洗车店价格差不多，有种被欺骗的感觉。”在欣瑶看来，自助洗车要根据自己的实际需要、消费习惯、消费频度来理性消费，不要跟风。

记者扫码登陆不同品牌的自助洗车小程序发现，最低充值为38元，最高充值可达1000元，根据充值费用的多少会有相应的送券福利。针对收费、充值的问题，某自助洗车站工作人员表示，洗车收费根据用电量、用泡沫量、用水量来计费，所以洗车方式不同，价格也就不同。“尤其是初次自助洗车的车主，可能因为操作不熟练等原因，增加洗车时间和用水量，最后导致洗车费用相应增加，但操作几次以后这种情况就可以避免了。一般而言，初次使用便需要充值才能完成自助洗车功能，但充值费用高低可由消费者自行选择。”

# 乘着歌声的翅膀

## 乐山市第九届新年合唱音乐会在成理工程举行

■ 沫若湖畔

12月18日，成都理工大学工程技术学院联合四川春晖教育集团、嘉州合唱团等主办的“乘着歌声的翅膀——乐山市第九届新年合唱音乐会”在学校开唱。学校领导，乐山市文学艺术相关部门负责人，乐山、眉山两地的艺术合唱团，相聚于中国核聚变事业发源地，放飞歌声，用音乐增进友情，共享欢乐美好，喜迎新年的到来。

学校党委书记、院长王珂在致辞中表示，一直以来，学校高度重视文化艺术教育，积极搭建平台，鼓励师生广泛参与，不断提升校园文化品位和艺术氛围。合唱音乐会通过优美的旋律和动人的歌声，展现出乐山市人民积极向上的精神风貌，传递对美好生活的向往和追求。同时，也希望通过这次活动，进一步加强学校与各单位之间的交流与合作，共同推动乐山市文化事业的繁荣发展。

音乐会在气势磅礴、热情生动的合唱团拉歌比拼中开场，开场拉歌立即点燃现场气氛，引领观众沉浸在浓厚的喜庆气氛中。随后，嘉州合唱团的混声合唱《莫尼山》《城里的月光》正式拉开音乐会序幕，他们深情吟唱，传递那份原始而纯粹的美好。眉山市文化馆合唱团男声合唱《春天来到了我们的战场》，他们声音雄浑醇厚，伴随辗转缠绵又热烈昂扬的曲调，传达着对胜利的



渴望、对美好生活的憧憬。由学校管理与传媒系带来的混声合唱《紫荆花盛开》《如愿》，在师生们充满青春力量的声音里，承载着对祖国统一、民族团结真挚的期盼和祝愿。

音乐会上，混声合唱《飞越大河》、情景朗诵《老街记忆》、混声合唱《草原夜色美》、混声合唱《明月几时有》、男声小合唱《怀念战友》、女声小合唱《乘着歌声的翅膀》等节目掀起了活动热潮，歌声气

势磅礴、意境恢弘，现场掌声、欢呼声雷动。在2个多小时的表演中，乐山市老干部活动中心艺术团、乐山市老年大学合唱团、嘉州合唱团、四川春晖教育集团、眉山市文化馆合唱团等合唱团带来了16首经典合唱歌曲，他们的表演各具特色，或青春洋溢，或诗意浪漫，或深情款款，或温馨喜气，台上台下歌声与掌声交织，汇聚成一片欢乐的海洋。

余音袅袅，不绝如缕。本次合唱音乐会受到广大师生和乐山市民的欢迎，还吸引了不少本地媒体纷纷宣传报道。活动以迎新年为契机，通过音乐表达爱国荣校的情感，同时表演中结合核工业特色，体现出学校办学特色，培养核文化特色人才理念。活动现场吸引2000余名师生观看，丰富了师生校园生活，营造了良好的校园文化氛围。

## 新华保险开展 职场安全检查

为进一步提升单位全体员工防灾减灾意识，过好安全生产年。近期，新华保险乐山中支组织召开安全生产会议，进行各四级机构职场巡检。

12月中旬，为贯彻落实安全生产工作，中支副总经理带队对乐山中支及各四级机构职场进行全面安全巡检，包括但不限于职场安全布防、来访人员登记、应急管理、消防设施设备、消防器材保质期及检查登记表、使用违规电器等方面，并与各区域经理当面沟通，立查立改。将安全工作放在重要位置，落实工作到人、到岗、到位，安全工作不流于形式，排除职场安全隐患。

新华保险乐山中支一直以来都将安全生产工作放在首位，在经营发展过程中，牢固树立安全发展理念，弘扬生命至上、安全第一的思想，坚持定期进行安全检查，建立健全公共安全体系，完善安全生产责任制，坚持走稳健经营、安全发展之路，为本市金融行业安全生产工作做出应有的贡献。

(王惠)

## 勇闯天涯superX 品鉴会在乐举行

12月23日、24日，雪花啤酒“勇闯天涯superX”全新升级品鉴会乐山站活动举行。本次品鉴会邀请来行业品鉴师、城市名流、网红达人等逾千人参加，同频网络现场直播，点亮勇闯天涯superX新时代生命力。

本次品鉴会由《X之夜·视听盛宴 全息激光秀》《X派对·三感体验》和《X微醺·浪漫私宴》三大内容板块组成。活动通过异域维秘天使开启的小蓝瓶之旅，结合艺人助阵和国际顶级舞团的精彩演艺，以及专业品鉴师定制的餐酒菜单，带领嘉宾们沉浸式探索勇闯天涯superX，解锁生活的新方式。

此外，活动现场设置了多个体验区域，包括品酒交流区和啤酒鉴赏区。氛围布置秉持“生而无畏”的品牌主张与品牌态度，旨在让参与者全方位感受勇闯天涯superX超越自我、勇往直前的品牌精神。

据悉，本次“勇闯天涯superX”全新升级品鉴会，以更年轻、更炫酷的形象，彰显了激情活力的热血精神，开启了酷爽冰感新体验。通过一系列精心设计的互动环节和精彩活动，不仅为嘉宾们带来了前所未有的品鉴体验，更激发了他们对生活的无限热情与向往。

(本报综合)



# 教育要回归儿童本真

## 教育部专家团队莅临市实幼指导

为了进一步深化校园文化建设，促进文化与课程的融合，推进幼儿园高质量发展，提升园所文化建设与办园品质，以促进幼儿的学习与发展。12月19日，乐山市实验幼儿园邀请教育部幼儿园园长培训中心主任、东北师范大学心理学院教授缴润凯及安徽师范大学副教授、安徽师范大学附属幼儿园园长王路曦莅临参观指导。

在市实幼相关负责人的陪同下，缴主任和王园长走进班级、去到户外，参观了市实幼总园“3S”课程理念下多元共生的园所环境，观摩了幼儿自由、自主、愉悦、创造的游戏现场。在参观过程中，两位专家对幼儿园办园理念、多元共生的环境、丰富趣味的自主游戏给予了肯定，并提出了一些指导性的宝贵建议。

随后，缴主任和王园长来到市实幼文星分园，参观了园区环境，并深入了解了文星分园“星生长”园本特色课程体系下的户外体能大循环的开展情况。

观摩结束后，老师们齐聚文星分园多功能厅，相关负责人向两位教授详细的介绍了幼儿园的办园理念、办园宗旨、园所文化等。在座谈中缴主任和王园长充分肯定了幼儿园的工作，并给出了建设性的指导意见。缴主任强调要大道至简，教育要

回归儿童本真。幼儿教育是奠基教育，是行为习惯、方式习惯的奠基。同时要将文化建设、师资队伍建设作为幼儿园高质量发展的核心。

紧接着，市实幼相关负责人就幼儿园的课题开展的情况提出了一些问题，两位教授耐心解答，并围绕课题的选题、研究目的和内容等方面给出了可操作的指导意见，为课题后续的推进理清思路，明确方向。  
(卢玉玲)



### 草堂高中： 举办2024年宣传培训会

12月20日，2024草堂高中宣传培训会举办，会议总结今年下半年宣传工作成果，表扬优秀部门和个人，并就如何提升学校宣传工作质量进行深入探讨。

会议对2024年下半年的宣传工作进行了全面总结，相关人员汇报了学校在宣传稿件发布、微信公众号数据、优秀部门与个人涌现等方面的成绩，并指出了宣传工作中存在的不足及改进措施。随后，会议对在宣传工作中表现突出的优秀宣传部门和优秀宣传教师进行了颁奖，以表扬他们对学校宣传工作的贡献。

本次培训会邀请专业媒体围绕“教育新闻报道采写与新闻摄影”进行专题分享。受邀记者结合实际案例，与学校教师交流探讨学校信息类新闻报道采写规范与写作结构、新闻摄影拍摄要求与实战技巧。

此次宣传工作会议的召开，不仅总结了经验，分析了问题，更明确了方向，凝聚了力量。相信在全校师生的共同努力下，学校的宣传工作定能跨越新境界，在冲刺打造“精品优质特色”高中的奋斗实践中展现新气象新作为。  
(曹轩)

### 乐山外小： 融进安全演练里的生命教育

地震应急疏散演练是乐山市外国语小学滟澜洲校区安全教育的重要组成部分。12月18日，该校开展食堂地震应急疏散演练，进一步强化师生安全意识和地震应急疏散能力，培养学生终身受益的地震应急行为习惯。

第一轮警报响起，老师及食堂工作人员马上引导靠近出口的班级首先撤离，其余班级在食堂就地应急避险。第二轮警报响起，学校应急指挥中心发布疏散广播，全校师生有条不紊地撤离至安全地带。

自然灾害的发生人力无法抗拒，假如我们面临着真正的灾难，我们希望所有人都能拥有更大的能力保护自己的生命，这正是乐山外小一直坚持演练的意义。  
(行雅)

### 市验小： 携手共筑教育梦

近日，乐山市实验小学到犍为新城小学开展专家现场引领活动，旨在促进校际教育资源共享与交流，提升教师教学水平与学校管理理念。

上午，乐山市实验小学语数英青年教师团队开展了一场精彩的示范课教学交流活动。吴慧老师执教《夏洛的网》导读课。课上，老师巧用多种方法开启学生阅读之门，带领大家探秘这部经典佳作。接着，张依老师执教《搭配》。用抽奖的实际情境串联整节课，激发学生对搭配的渴望。最后，由胡月老师执教五年级上册 M10U2 Don't shout, please! 语篇内容以 Ms Smart 带着 Sam 和 Amy 去动物园为故事背景，让孩子们认识到了自己的错误，为自己的行为道歉。

示范课结束后，两校教师进行了深入的教学研讨交流。犍为新城小学的老师对乐山市实验小学的示范课给予了高度评价，认为此次活动为他们提供了宝贵的教学经验与新思路。乐山市实验小学的教师团队也分享了课程设计理念与教学心得，双方就教学方法、课堂管理、学生评价等方面展开了热烈讨论，共同探索教育教学的创新与发展之路。

下午，乐山市实验小学校长赵清华作了题为《守土有责 守正创新》的专题讲座。之后，来自全县小学的校长代表作了交流发言。从学校实际到未来打算，校长们深入思考如何提升自身专业素养和管理能力。  
(施旋)

# 个人养老金全面实施 有何新变化？能否提前取？



人力资源社会保障部等五部门近日发布通知，自12月15日起，将个人养老金制度从36个先行城市（地区）推开至全国。

政策有哪些新变化？账户资金能否提前支取？针对百姓普遍关注的热点问题，“新华视点”记者多方采访。

■ 姜琳 李延霞

## 超7000万人参加 制度发展迈出重要一步

“此次发布《关于全面实施个人养老金制度的通知》，是对2022年印发的《国务院办公厅关于推动个人养老金发展的意见》的补充完善，进一步明确了相关支持政策。”人力资源社会保障部养老保险司二级巡视员李德宏表示。

个人养老金是政府支持、个人自愿参加、市场化运营的补充养老保险制度——个人自愿在特定账户存一笔钱，每年不超过12000元；在享受税收优惠的同时，还可通过购买相关金融产品获取收益。

2022年11月25日，个人养老金制度在北京、上海、广州、西安、成都等36个城市或地区先行落地。截至2024年11月末，已吸引了7279万人开户参加。

“先行工作的顺利推进，使得基本养老保险、企业及职业年金外的第三支柱养老保险，在中国真正‘立’起来了。”中国人民大学教授董克用说，这次全面推行，更是让个人养老金制度发展迈出重要一步。

据了解，目前个人养老金的参加者中，以30至40岁的居多，也有一些临近退休年龄来开户缴费的，已有数万人到达退休年龄开始领取待遇。

海南文昌34岁的黄女士，几个月前通过交通银行小程序预约了个人养老金开户。她算了一笔账：“我税前年收入约20万元，对应的个税边际税率为10%。考虑到最后领取要缴3%个税，每年如果存12000元，不算买产品的收益，大概能赚800多元。这既是投资，也是为自己攒点养老钱。”

“不少人开户是受到银行优惠活动的激励，但确实也有许多人已经接受在基本退休金外再为自己增加些养老储备的理念。”中国农业银行济南银河支行营业部主任孟吉说。

她告诉记者：“济南不属于先行城市，但不断有客户来咨询什么时候扩围。目前我们这个网点已有近2000人预约了15日全面实施后开户。”

“临近年末，近期来缴存2024年度个人养老金的人数有所增加。再加上即将全面放开的影响，能感受到大家积极性还是比较高的。”中国农业银行个人金融部特色客群处副处长明皓表示，农行全国2万多家网点均已做好准备，全面支持个人养老金资金账户开立、资金缴存和领取。

## 增加多款稳健收益产品 利好保值增值

随着制度的全面推开，如何提高收益、增强吸引力，是推动大家从多开户到多缴存、愿投资的关键。

“从我们接触的客户情况看，除了税收优惠，大家最关心的就是存进去的钱能购买哪些产品。这次政策提出要调整优化产品供给，可以推动个人养老金更好满足百姓对投资收益的需求。”明皓说。

在现有理财产品、储蓄存款、商业养老保险、公募基金等金融产品基础上，通知明确，将国债纳入个人养老金产品范围，将特定养老储蓄、指数基金纳入个人养老金产品目录。

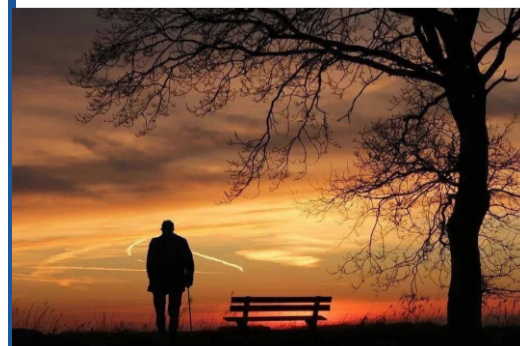
“新增的3类均为风险低、收益稳的产品，也比较简单透明，将有利于个人养老金保值增值，为广大参加人特别是风险偏好较弱群体提供了更多选择。”中国社科院世界社保研究中心副秘书长齐传钧分析。

通知还提出，鼓励金融机构研究开发符合长期养老需求的个人养老储蓄、中低波动型或绝对收益策略基金等产品。专家表示，这将为下一步提供更多有“利”产品打开空间。

按照通知要求，证监会12日已将首批85只权益类指数基金纳入个人养老金投资产品目录。截至目前，个人养老金产品目录增加至942只，其中储蓄产品466只、基金产品285只、保险产品165只、理财产品26只。

值得注意的是，通知要求金融机构开展投资咨询服务，根据个人投资风险偏好和年龄等特点，推荐适当的个人养老金产品，提出“探索开展默认投资服务”。

“这有利于破解一些参加人不知如何选择产品的难题。但注意‘探索’二字，意味着不会一下放开，将根据实际情况一步步走，守好百姓养老钱。”董克用表示，“养老产品期限长，百姓的收益预期较高，风险管理难度大，这对金融机构的





专业能力提出了考验。”

“大家开个人养老金账户主要为了存钱、投资，希望实现比银行存款更高的收益，为未来养老储备。”中国社会保障学会副会长兼养老金分会会长金维刚说，随着经济回稳向好，个人能明显感受到账户内的收益上去了，相信有更多人来存资金、买产品。



## 领取更灵活 患重大疾病等情形可提前取

除丰富产品品类、稳定产品收益，适度增强个人养老金制度的灵活性、便利性，也有利于提升大家参与的积极性。

针对先行实施中反映的购买程序复杂问题，通知要求，参加人在商业银行通过个人养老金资金账户线上购买商业养老保险产品的，取消“录音录像”。

此外，通知增加了提前领取的情形。除了有达到领取基本养老金年龄、完全丧失劳动能力、出国（境）定居等领取条件的情形外，“参加人患重大疾病”“领取失业保险金达到一定条件”“正在领取最低生活保障金”，也可以申请提前领取个人养老金。

在办理领取方面，在向个人养老金资金账户开户银行提出申请的基础上，增加各级社保经办机构、全国统一线上服务入口等申请渠道；同时允许领取方式发生变更。

“适度提高制度在领取阶段的灵活性和包容度，将有助于减少参加人的后顾之忧，也能让更多人有力参与，有信心长期投资。”信安金融集团中国区首席养老金融专家孙博说。

通知还要求加强个人养老金信息管理服务平台建设，依托电子社保卡建立个人养老金全链条服务体系，不断提高账户开立、资金缴存、产品交易、权益记录、个人养老金领取、享受税收优惠等便捷化水平。

“目前个人养老金信息管理服务平台已与金融监管总局确定的23家商业银行、3个金融行业平台以及国家税务平台实时对接，可支持每秒开立2万个账户，将有力支撑接下来的全国实施。”李德宏说。

## 要闻

## 我国将大力推动粮食大面积单产提升

2025年我国将大力推动粮食大面积单产提升，巩固大豆油料扩种成果，全力以赴抓好粮油生产。农业农村



村部相关负责人表示，坚持提高单产和品质并举，把大面积单产提升作为粮食生产的关键举措。

## 两部门联合公布 非法占用农用地犯罪典型案例

近年来，各级公安机关、自然资源主管部门落实最严格的耕地保护制度，依法严厉打击非法占用农用地等破坏耕地违法犯罪活动，切实守牢18亿亩耕地红线。公安部、自然资源部23日联合公布4起非法占用农用地违法犯罪典型案例。

## 最高检、中国侨联联合发布意见 完善检侨合作机制

最高人民检察院和中华全国归国华侨联合会日前联合发布《关于加强新时代涉侨检察工作的意见》，旨在积极回应侨胞需求和司法实践需要，依法维护归侨侨眷合法权益和海外侨胞正当权益。

## 长三角区域发展指数进一步提升



长三角一体化发展统计监测办公室23日发布数据显示，2023年长三角区域发展指数为132.6（以2015年为基期），比2022年提高3.3。自2018年长三角一体化发展上升为国家战略以来，长三角区域发展指数年均均提高3.3，强劲活跃增长极和高质量发展样板区的地位作用不断夯实。

## 整改超22亿元 节庆展会论坛“减负”见实效

节庆展会论坛加重基层负担问题整改取得实效：截至2024年9月底，21个部门和17省市已通过规范活动审批办法、从严控制活动规模、退回赞助费等方式整改问题涉及资金22.7亿元。

## 国家铁路日均装车创新高

记者从中国国家铁路集团有限公司获悉：11月份国家铁路完成货物发送量3.5亿吨，同比增长5.5%；11月份日均装车超19.4万车，同比增长5.1%，创历史新高。

（来源：新华网）



# 小柏杨

让每一个生命都充满活力与梦想

报名题写：六年级8班 孙雪珂

## 校园动态

### 送教促学 共越书山

为切实落行教育对口帮扶工作，推动乐山市柏杨小学、美姑县洛俄依甘乡小学两校间的帮扶共进工作，促进受扶学校教师的专业成长以及管理水平的提升。10月24日，柏杨小学詹兴强校长带领学校送教送培团队前往洛俄依甘乡小



学开展对口帮扶工作。

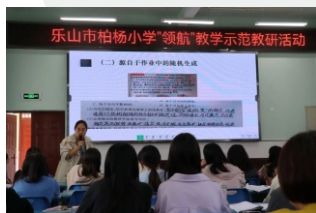
此次对口帮扶美姑县洛俄依甘乡小学的活动，两校间以“山海”为盟约，以帮扶为契机，帮助孩子们翻越“书山”，促进老师们的专业成长，助力教育奔赴更美好的未来。（张佳欣）

### 新教师“听名师的课”分享活动举行

“听名师的课”作为柏杨小学新教师培训课程中的重要环节，要求每位新老师利用暑假在网上认真学习名家名师示范课5节并做好听课记录，写1篇高质量听课心得，以此驱动新教师在假期能有目的、有方向的学习与思考。

在这一次的听课分享活动中，新进校的五位老师列席旁听并写下了自己对教学的思考。此次听课分享活动，不仅为新教师提供了展示自我的平台，也为新教师之间的互观互学、交流研讨创造了机会，同时拉开了学校新一期新教师培训课程的序幕，持续为新教师的成长提供支持。（赵腊梅 肖诗琦 肖爱佳）

### 向“新”向“质”深耕细研



为了更好地分析、诊断、整改，推动学校教学质量稳步提升。10月22日上午，柏杨小学语文教师齐聚一堂，参加主题为“聚焦提质增效，切实开展教学”的“领航”教学示范研讨活动。

本次教研活动不仅是对前一阶段学校语文教学工作的复盘和总结，更有对今后工作的思考。在今后的语文教育教学中，学校语文老师将足履实地，且行且思，扎实有效开展教学研究，全力书写柏杨小学高质量发展的新篇章。（许馨）

### 新教师培训沙龙活动举行

为探索高效课堂，促进教师的专业成长，同时也为新进教师提供学习交流的机会。10月30日，柏杨小学三周期新教师就“如何对课堂教学进行有效组织”，进行了一场别开生面的培训沙龙活动。

通过本次交流分享活动，更加深切体会，组织教学不是一门简单的学问。有效组织教学更需要做到，多看多问多学多思。教无止境，学有所益；学有所长，研有所得。（冯秋雨）



### 开题启新思 论证促深研

在金秋时节，硕果累累之际，乐山师范学院外国语学院院长江世勇教授，市教科所发改室王学涛主任一行莅临柏杨小学，参与市级课题的开题论证指导工作。

此次开题论证会不仅为学校课题的顺利开展奠定了坚实基础，更为学校教育科研工作指明了方向，学校将继续深化校本研究，将理论与实践相结合，确保每一项科研成果都能在教学中得到应用，真正实现科研与教育的双赢。（李文琪）

### 野趣 藏在秋日里



为全面贯彻党的教育方针，推进学校劳动教育常态化开展，培养学生良好的劳动习惯，提升劳动技能，感受劳动乐趣。近日，柏杨小学组织学生前往了校外劳动实践基地——“梦想田园”，开展了秋季劳动实践活动。

从课堂到田园，从书本到实践。柏杨娃娃们通过这次的亲身体验和实地探索，不仅学到了传统农耕文化知识，还切身感受到劳动的独特魅力，懂得了粮食的来之不易。未来，柏杨小学将继续开展劳动实践系列活动，秉承“以劳育德、以劳增智、以劳强体、以劳育美”的教育理念，不断探索和创新劳动教育的模式和方法，为培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人不懈努力。（王若维）

### 共鉴红色精神魂 续写时代新篇章

11月2日，乐山市柏杨小学全体思政课教师到宜宾市红色基地参观学习。活动中，教师们参观了位于翠屏山腰的赵一曼纪念馆，感受到了赵一曼烈士的革命精神和坚定信念。还参观了李庄文化抗战博物馆，了解了同济大学迁往李庄的艰辛历程，以及李庄人民如何以开阔的胸襟和气度接纳了这些饱受战乱流离漂泊的学者师生。



牢记初心使命，传承红色基因，奋斗新时代。乐山市柏杨小学的老师将以本次实践活动为契机，持续探索思政教学有效路径，以更饱满的热情、最昂扬的状态，继承和发扬党的光荣传统，更好地投入到教育教学工作中。（叶娅英）

### 安全用电 平安一生



为丰富学生的安全用电知识，营造更加安全的成长环境，进一步提高科学用电的安全意识。近期，柏杨小学五年级6班开展了“安全用电 平安一生”的主题活动。安全是生命的基石，本次用电安全教育活动的开展，提高了全体师生的安全用电意识，为冬季用电安全工作的开展打下了良好的基础。学校将继续做好、做实校园安全工作，为学生的健康成长保驾护航。（叶娅英）

# 小荷露角



三年级5班王阔蓓



三年级1班 黄淑谊



三年级1班 韦子乔



三年级6班 张韵雅



三年级8班 肖静姝



三年级8班 尹馨玥



五年级3班 李浩睿



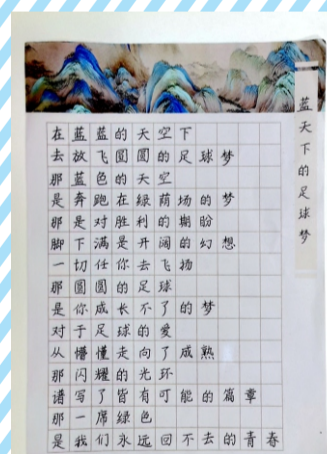
五年级1班 何恒丞



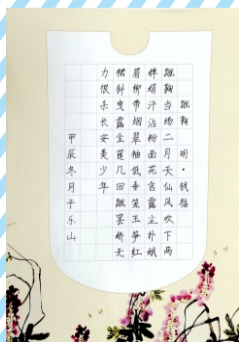
五年级2班 罗晨兮



五年级3班 郭一一



五年级3班 刘羽涵



五年级3班 彭俊锦



五年级3班 张芳语



五年级3班 王镜喆



五年级6班 杨敏悦

## 书香少年

## 我的足球梦

■ 三年级4班 张佳诺

足球是一种球类运动,如果你不是从小到大都在踢足球,那你一定不能理解踢它为什么很快乐?

我从幼儿园小班开始接触足球,每天都在幼儿园里参加训练。同学们都觉得很累,可我认为累是值得的。

幼儿园中班时,我加入了“雄鹰青训”,艰苦的训练让我获得了回报。在一次训练中,我被更高级别的彭教练看中了,进入了提高班。在那一刻,我的希望之火被点燃了。我下定决心:不管日晒雨淋,风吹雨打,我都要去实现我的足球梦。

在提高班的时间里,我刻苦训练,终于获得了参加比赛的机会。那天我穿上足球服,迈

着矫健的步子来到足球场。“嘟——”随着裁判的一声哨响,比赛开始了!我一边运球,一边在心里默念着:“足球梦,我的足球梦!加油!”我左冲右突,迅速避开敌方球员,将球传给了我方球员。那一刻我既紧张又兴奋。“球到敌方那边去了,快去抢啊!”一个坐在旁边观赛的同学向我喊道。我飞快地跑到球边,趁对方队友不备,用力一脚把球踢进了敌方球门。“进了,进了!”顿时,场外响起了热烈的掌声和欢呼声!

一份耕耘一份收获,参加足球训练和比赛的这些日子,我收获了很多,也进步了很多。未来,我会继续寻求突破,继续享受足球带来的快乐,争取早日完成我的足球梦!

(指导教师:韩丽霞)

## 绳之乐

■ 三年级3班 罗煜

阳光洒满校园操场,跳绳成了我最心爱的课间伙伴。

起初,我连摇绳都摇不利索,绳子软绵绵地耷拉在地上,试了几次都跳不起来,真有点灰心。

可我不愿放弃,课间一有空就跑去操场练习。双手稳稳地握住把柄,将跳绳在身后拉得笔直,轻轻往上一提,往前一甩,同时双脚快速跳起。一下、两下……慢慢地,我找到了节奏感,能连续跳上好一会儿,心里像灌了蜜一样甜。

后来,我开始尝试花样跳绳。双脚交换着跳,左一下、右一下,轻盈又灵活,仿佛脚下安了一对灵动的翅膀。单脚跳时,我努力稳住身体,把重心全压在一只脚上,高高

跃起,绳子呼呼生风,我感觉自己像个炫酷的杂技演员。还有开合跳,双腿并拢跳几下,再迅速打开又合拢,绳子乖乖地从脚下穿过。每完成一组,自豪就多一分。

跳绳时,身旁总有同学好奇围观。有人忍不住拍手叫好,夸我跳得棒;有人跃跃欲试,跟着学起来。于是,操场一角成了“跳绳小课堂”,大家相互分享技巧,欢笑声此起彼伏。

如今,跳绳是我每日课余必不可少的放松项目。它帮我赶走学习的疲惫,让我身体倍儿棒,还带来数不清的快乐。那些花样百出的跳跃,是独属于我的美好课间记忆,藏着简简单单却又实实在在的乐趣!

(指导教师:夏晓萍)

## 球之乐

■ 五年级2班 杨梓馨

“二班加油!二班加油!……”

悠然伸出手,轻轻一指,递了个眼神。馨洋快速跑过来,眼神坚定,伸出脚,轻轻一点。对手皱皱眉头,似乎在想,这是什么花招?没见过呀!

就在对手愣神的工夫,悠然深深地吸了一口气,缓缓吐出,双眼如鹰般锐利,紧盯着球门。她面色凝重,感受到比分二比二的压力。但她的目光中充满了自信,因为她有扎实的基础和强大的实力。阳光洒在她的脸上,仿佛在她加油,令她精神焕发。

她向我们点点头,似乎要告诉大家,她不会辜负大家的希望!大家鼓足了劲儿给她加油。“二班必胜!”其中几个还挥舞着拳头,用力跺脚。

突然,悠然退了几步,右脚在后,身子微微后仰,咬紧嘴唇,迈出右脚,跨了一大步,用力一踢。所有人都屏住呼吸,目不转睛地看她。球如同被装上了推进器,在空中

划出一道优美而有力的弧线。5米,3米,1米……全场的空气顿时凝固了,就在要进的时候,只听“嘭”一声巨响,如同空中响了一个炸雷。

我们不约而同地叉了叉气。唉!这下肯定没戏了,大家耷拉着脑袋。“进了”“进了”突然,一个声音叫了起来。我们一下来了精神,定睛一看,哇!原来球碰到柱子拐进了球门!全场一片沸腾,雷鸣般的掌声和欢呼声组成了一浪高过一浪动人的交响曲。悠然使劲挥两下拳头,汗水洒下来,每一滴都是拼搏,都是自豪。队员们脸上露出满意的笑容。

大家相互拥抱,击掌欢呼,跳跃着庆祝胜利。团结就是力量,队员们在场上不仅依靠实力,更需要观众们的鼓励与支持。这份力量让我们无往不胜!

足球让我们快乐。

(指导教师:邓芙蓉)

## 足球天下

■ 四年级4班 万佳林

清晨到达学校,即该开启了一场期待已久的足球争霸。

首场比赛是四年级4班和11班“打交道”,整装列阵,万众瞩目,翘首以待!伴随着现场观众的疯狂呐喊,一场注定在我们脑海里回荡已久的校园足球联赛正式拉开序幕。开场后,双方均是以严阵以待寸土必争之势,进行每一次球权的拼争,每一次的身体对抗渲染了剑拔弩张的气氛,俨然预示了风暴来临的前兆。想起22岁那年梅西的点球大战,5比2决胜,宛如一只沉睡的雄狮苏醒,吼声震惊世界!

球场上,我脚后跟回传,被队友黄腾依错过。刹那间,疾步赶到的本队左先锋刘奕宸一个致命斜塞截停,快速带球往前奔去。快到禁区时,在对方球员的夹击围堵下,说时迟那时快,我刚好在空档位置。彼此一个眼神交流,刘奕宸开球回传,我大力一脚脚射攻门,情急之下角度稍微偏离了打在球网侧面,太可惜了。

听见一声哨响,让我们重新调整好状态,立刻投入到中场比赛当中,一直被压制的1班“小宇宙”爆发了。刘奕宸一招“声东击西”传出,被对方号称“球霸大侠”的11号果断拦截。只见他展现出高超的带球晃球过人技术,快速突破了我层层防线,逼近球门区域。一招“大鹏展翅”的右脚弧线球踢出,脚尖瞬间刮起的青草泥土飞扬,球快速地旋转飞向球

门,就像一只老鹰俯冲时带起的风刃,惊得我冷汗直冒,后背发凉。此刻,我从“门神”周睿宸下意识地向球扑去,宛如一个命悬一线的人,正向自己的救命稻草奋勇扑去。可就差一点,只是一点点,周睿宸瘫软在地,我们全队目睹了“悲剧”发生,球进了。哎,还有“门神”防不了的球。

下半场,战火依然,一次次的施压进攻,可对方就像铜铁之躯般顽强,牢牢地守护着球门,任凭我队如何进攻,坚如磐石,牢不可破。持续许久,在裁判一声尖锐刺耳的口哨声中,结束了本场比赛,我队以0:1失败告终。

接下来,我们同5班、6班、7班进行了足球比赛,输赢参半,最终获得了柏杨校园球队第三名的成绩。我不由地想起:“天下谁人不识君,当蝴蝶飞越沧海,当金杯闪烁夜空,当岁月写尽峥嵘,四海翻腾云水怒,五洲震荡风雷激,何为中流砥柱?何为盖世英雄?”进行一番自我激励。

多场比赛让我知道了自己的不足之处,从中认识到踢球如同学习一样,都应该勤加苦练提高真本领,方可来日论英雄。

(指导教师:魏春丽)

## 足球履新记

■ 五年级3班 鲁显含

我原是一颗静静地呆在角落里的普通足球，现在是一颗要走马上任有特殊任务的足球。今天我好紧张！因为……

“告诉你个好消息，今天5年级的足球比赛轮到我们班和6班了！”

听到了吧？我就是足球场上那颗最耀眼的星！

我会不会在场上漏了气？会不会又成了替补球被人忘记了？会不会被踢伤……只想想就很可怕！我紧张得直想蹦出去！

5分钟过去了……10分钟过去了……半小时过去了……

我终于站在了足球场中央。我好奇地左看看，右瞧瞧。这时，一支火红的队伍向我跑来——她们是五（3）班的女球员。只见她们脚步轻快，蹦蹦跳跳地跑去报到，看起来一点儿也不紧张，真是奇怪！紧接着跟上的队伍是五（6）班的女球员，她们一个个昂头挺胸，像一群高傲的天鹅。听说她们可厉害了，我不由得吞了吞口水。

过了一会儿，球员们准备完毕，都围在我周围。好多好多只脚啊！只听一声哨声，比赛开始了。两队球员都向我冲过来。三班6号球员一马当先冲在最前面，六班4号球员迅速抢占先机，一只脚轻轻地垫在我头上，灵巧地向后一勾，我便快速地传到了7号队员脚下。红影一闪，三班2号球员一个虚晃，在对方7号传球途中把我截获了。而六班的同学也不甘示弱，她们配合默契，几个来回我又回到了六班球员脚下。她们防守严密，不给对手一丝机会，双方就这么僵持着。正当我在思考她们要干什么的时候，只听“砰”的一声，“哎哟！”我被重重地踢了一脚，直直地飞了出去。原来三班球员使用调虎离山计，趁对手一个不注意，我逃出了六班的包围圈。三班球员开始了全力进攻，我像一枚子弹擦着草地快速滚动着，“沙沙沙……”，我晕头转向地朝球门飞去。离球门越来越近了，说时迟那时快，红影一闪我就被踹进了球门。没想到女生能这么猛！真是巾帼不让须眉啊！

六班守门员气恼地将我抱出来，捧在手里，随即后退几步，十分嫌弃地将我抛了出去。我在空中划出一道美丽的弧线，优雅地落在草地上。两队齐齐向我奔来，眼花缭乱的足影让我不停地旋转着跳跃着，一瞬间感觉自己化身舞者跳起了探戈。

这次，六班先发起进攻，带着我飞速向三班球门奔跑过去，然后重重一踢。正当我向球门飞去时，守门员高高跳起，一把抱住了我。不是说六班很厉害吗？我看也不怎么样呀！

中场休息的时候，三班啦啦队热烈高呼，庆祝着球员们的优异表现。整个操场热闹如鼎沸一般，球员们抓紧时间补充水分，相互鼓励，却没人在意我这个遭人嫌弃的可怜小球。谁能给我一杯水呢？不对，我也不喝水，可就这样干站着还真尴尬，好在这会儿谁也不会注意到我这只孤单的小球！

今天的节奏可真快！下半场比赛紧接着开始了。六班调整了战术，进攻更加猛烈，守卫更加严密。三班球员感受到来自对手的压迫感，只见她们紧皱着眉头，集中注意力紧盯着六班球员的一举一动。而六班球员表情镇定，身体前倾，脸上没有一丝风云。她们突然向三班队员脚下的我发动了进攻。这情况太突然，三班队员还没反应过来，我就这样换到了六班球员脚下。只见她脚下猛一发力，我就像一支离弦的箭一样冲过了球门，和球网撞了个满怀。顿时，欢呼声、叫喊声震得我耳朵生疼。

就这样两支队伍谁也不服输，进攻、防守……可是六班球员是经过专业训练的，可谓久经沙场，跟三班的业余选手较量，简直是小菜一碟！很快，三班球员就落入了下风。啦啦队们在一旁捏着汗，个个小脸皱成了苦瓜样……

唉！不出所料，结果六班胜出。六班的球员们被她们班的同学众星拱月般地围在中间欢呼雀跃。而三班的球员们虽然输了比赛，但伤心、难过、生气这些情绪好像并没有写在脸上。球员们和教练围在一起总结、讨论。同学们送水、递毛巾、送衣服，连我也觉得特别温暖！我好奇她们难道不觉得气馁吗？我都替她们惋惜，就差那么一点儿。

这时，我听到了一个轻柔却有力的声音：“我们参加比赛不能只看结果，更重要的是体验过程，总结经验。还是那句话，友谊第一比赛第二。热爱运动，强身健体才是最重要的！”

我听了，陷入了沉思……

（指导教师：唐娟）

## 青春逐梦赛场 拼搏铸就辉煌

■ 六年级2班 谢羽彤

梦想是一条江水，滋润我的心灵；梦想是一缕阳光，温暖我的心窝；梦想也是一把火，点亮我前行的方向。

——题记

人因梦想而伟大，一个人有了梦想，就像追光者追寻它的影子，散发出属于自己的光彩。如果你问我，我的梦想是什么？我一定会斩钉截铁地告诉你：不是医生，不是当厨师，而是成为一名国家级的足球运动员。

每天两小时的训练，包括十二分钟长跑、举杠铃、跑楼梯……一堂训练课下来，感觉腿都要断成四截了。正因为这样的魔鬼训练，我的足球水平又上了一层楼。每一次日积月累的练习，每一次滴落在球场中的汗水，都是我成功的见证者。

每次刚一放假，足球训练就开始了。去年暑假，每天大约在40°左右，太阳炙烤着大地，把大地蒸得滚烫滚烫的，仿佛一颗鸡蛋掉在地上都能煮熟。面对这样的天气，我们的尹教练毫不留情，直接让我们先跑十圈。一开始，我们匀速快跑，才跑了一圈，脸红得像苹果，仿佛被烤焦了似的，火辣辣的。最痛苦的是跑到中段，这正是最耐力与体力的时候，大家的脚像被石头压住了似的，没有了一丝力气。一想到，如果没有在规定时间内跑完，还会加跑，我便全身一抖，咬紧牙关，握紧拳

头，用尽吃奶的力气，以平生最快的速度冲了起来。冲了一会儿，速度又慢了下来。到最后冲刺阶段，也是最考验人的时候。这时，尽管全身无力，都必须坚持下去，才有可能赢得胜利。我想，这也是足球传递给我的可贵精神吧！

上个寒假，我们去参加锦标赛。当时正直寒冬腊月，天空阴云密布，老板板起了脸，不一会儿，就嚎啕大哭起来。我们要与内江队作生死之战，只要赢了就能进四分之一决赛。草地上积满了一层水，不用说，雨天作战比晴天要难得多，稍不留意就会滑倒。在一个危急时刻，对方正要射门，依革直接冲上去，抢先一秒，把球铲飞了，不管衣服湿不湿，都要继续拼到底。球场上，单靠一个人的力量是不行的。俗话说：“众人拾柴火焰高。”团结就是力量。在对战内江时，我们通过精妙的配合，在比分落后的情况下，反超对手，最终赢得胜利。

足球运动，无疑成了我生活中最重要的一部分。它不仅是一项体育运动，更是一种生活态度，一种团队精神的体现，它带给我的，远远不止球场上的奔跑与汗水。

球场上的一株株小草挂着雨露，仿佛就像赛场的一群群“铿锵玫瑰”。我们挥洒汗水，努力拼搏，绽放出属于自己的光彩。

（指导教师：杨敏）





## 家校共育

### 篮球不只是一项运动

■ 二年级3班 文东航妈妈 马冽冽

作为父母，我们时刻关注着孩子的成长和发展，尤其是学习和运动方面，我们更是竭尽所能地给予支持和鼓励。

我家男孩，活泼开朗，从小喜欢球，对各种球类运动都特别感兴趣。记得有一次，幼儿园组织了一场篮球比赛，那是我孩子第一次参加比赛。虽然在比赛中他表现得并不出色，但还是拼尽全力地打完了比赛。比赛完后，孩子便对我说：“妈妈，篮球比赛好好有趣，我想和好朋友们一起学篮球。”我和他爸爸欣然同意，我俩都希望孩子在学会持之以恒去做一件事情的同时，还能与他从小一起长大的玩伴相互协助、共同进步，成为一生的好朋友。

孩子的篮球之路，由此开始。

一开始，孩子虽然十分认真，但进步却很慢，因为别人比他先学。训练一段时间后，我们明显感觉到了他的沮丧和灰心。孩子爸便问他：“儿子，你想变强吗？你想变成你们队的主力吗？”儿子看着我们，坚定地说：“我想，我想变得厉害！”

我们告诉他：“如果你想变得厉害，就得比别人更加努力。”

于是，除了在篮球馆训练，孩子每天放学回到家后也开始了日复一日的基本功训练。慢慢地，孩子从不会拍球到能够熟练的掌握球，从不会投篮到学会了低手上篮，他自己也从球队的替补打成了缺一不可的主力。我们让孩子明白了：如果没有很高的天赋，那只能加倍的努力。

2022年，他们球队参加了乐山市举办的小篮球比赛，赛事安排有一项是1v1的斗牛赛，孩子因为技不如人，输掉了个人赛。孩子哭了，哭得很委屈，他说自己明明已经很努力地训练了，为什么还会输。

我们对他说：打比赛有输有赢，再正常不过了。再说，输也是好事啊，因为只有你输了，你才能看到自己不足的地方。我们要学会接受失败，从失败中去吸取教训。开花和结果本就不在同一个季节，如果你想赢，就还得练，时间会证明一切。

接下来的训练，孩子更加努力了，从严寒到酷暑，从春秋到冬夏，一次次的摔倒，一次次的失败，一次次的汗水打湿了衣背，却从未放弃。

终于，在今年举办的青少年篮球比赛中，孩子以主力阵容出场获得了冠军。看到孩子欢呼雀跃的样子，我们也为他感到高兴。冠军不就是日复一日，年复一年艰苦训练出来的吗？没有人可以一夜成功。

曾经有朋友问我，为什么要让孩子学篮球？从小这样训练，是不是准备以后让孩子走专业路线？其实我们让孩子学篮球，并不只是为了学篮球，我们真的不在乎孩子以后的篮球要打到什么样的水平。

我们让孩子坚持打篮球，只是为了让孩子去感受每一次的失败和胜利，体会成功的来之不易；为了让孩子学会如何和他人合作，并成为一名合格的队友；为了让孩子学会遵守纪律和规则；为了让孩子学会自己去设定目标并完成目标；为了当他去打比赛，在赛场上比分落后的时候，却依然要精神昂扬更加努力地奔跑和拼搏……

有人说：体育是孩子代价最小的挫折教育。我想说：“篮球，不只是一项运动。”

投篮是目标，传球是配合，对抗是勇敢，防守是忍耐，进攻是机会，战术是智慧，训练是坚持……

篮球运动，就是教育！

## 小菜地里的“大学问”

■ 五年级3班 张芳语妈妈 宋瑾贤

爷爷有一块小菜地，一年四季充满着花满蹊、苗满圃、果满枝的盎然生机。面对四季琳琅满目的蔬菜，我们全家的喜爱之情溢于言表。当然，我们喜欢爷爷的小菜地还有一个不得不提的原因，那就是在这块菜地里收获了很多“学问”。

学问一：“扶正”幼苗，而非拔苗助长。

“你看辣椒苗为啥用小棍子撑住？哦！我知道了，原来是幼苗长歪了，不撑住就会倒。”女儿自言自语说道。是呀，幼苗歪了就需要扶正，正如孩子的成长也需要父母给予适当的支持和引导。

我的儿子正在上一年级，“望子成龙”这根深蒂固的思想，让我总是喜欢把他与别人家的孩子进行对比，一旦发现落后，我就焦虑地恨不得将所有的知识“灌”入他的脑袋里，渐渐萌生出急于求成、拔苗助长的想法。结果事与愿违，本来就还未适应小学生活的孩子变得更加无所适从，学不好学不会的无力感让他感受到了压力和挫折。我突然想起爷爷菜地里的辣椒苗，因为有了小树枝“扶正”的力量，加之顺应自然规律，结果长得挺拔笔直。我恍然大悟，何不给儿子更多的时间，让他在适应中慢慢成长！

学问二：适当“修枝”，而非野蛮生长。

“你们看爷爷把番茄苗的枝干掰下来了，这样不是会减少番茄的数量吗？可是为什么爷爷说这样番茄会结的更多嘛？”女儿摸着她的脑袋问。

好像是这么回事，修理掉疯长的侧枝，主枝上才能结出又多又好

的果。记得女儿三年级的时候，有一段时间总是心浮气躁，书写特别差，我忍不住提醒她，她总是用“作业多，好好写速度会变慢”等理由来搪塞我。起初火冒三丈的我，冷静下来后，用了“修理”、“陪伴”的办法，让她养成好好写字的习惯，改掉心浮气躁的毛病。经过这次，我深深明白，就好比修枝后的番茄会结出更多的果实，适当修理后的孩子会养成更好的习惯，这些好的习惯会让他们受益终生。

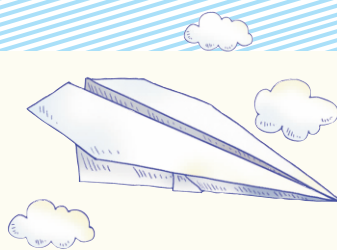
学问三：合理“滴灌”，而非漫灌溺爱。

“这几株萝卜苗明明每天都在浇水，为什么看上去奄奄一息了，会不会是我浇水浇多了呀？”女儿对菜地里的萝卜苗长势，正分析得头头是道。

还真是，这几株萝卜苗因为“离近水楼台先得水”的缘故天天精心浇灌，它们反倒没有远处浇水少的苗长得好。

我的思绪回到了六年前儿子刚出生那会，我生怕女儿心里产生落差，对于她的要求都一一满足，她不愿在幼儿园午休，不管是酷暑还是严寒，总是将她接回家。后来为了让她适应在幼儿园午休，我和她的“斗智斗勇”，直到我筋疲力尽，才算是勉强扭转局面。经过这件事，我意识到：对孩子的爱应该是恰到好处，而非补偿式的溺爱。背溺爱的孩子就如这漫灌的萝卜苗，反倒失去生机。

爷爷菜地里的新鲜蔬菜总是源源不断，爷爷菜地里的学问也是多不胜数。孩子们也成了菜园常客，经常到菜地里尽情撒欢儿。



## 爱我所爱 不忘初心

■ 柏杨小学教师 张莉

这是一条由爱与责任铺就的道路，没有辉煌的瞬间，没有显赫的名声，只有日复一日的坚守与耕耘。我的教师之路，简单而朴实，由一些平凡而微小的瞬间，汇聚而成。

2020年的秋天，满怀怀着对教书育人工作的憧憬，开始了我的职业生涯，成为了一名语文老师。时间如白驹过隙，我已经踏上教师岗位第五载，孩子们给予了我很多东西，伴随着他们的成长，我也逐渐变得成熟。

我的第一个挑战，便是那年得知学校让我担任一年级班主任，我既期待又焦虑，总在想：“我会遇见怎样的一群孩子？我又该如何与他们相处？我该让他们循规蹈矩还是张扬个性……”带着这样的疑问，我在忐忑不安中迎来了9月1日，个性十足的宝贝们在父母的陪伴下走进了校园，我终于见到了他们！看着那一张张稚嫩的脸庞，听着那奶声奶气的呢喃，我不禁思索：这就是我的学生？我要怎样才能让他们乖乖地进教室习惯小学学习生活呢？

开学后，稚嫩的声音总在耳边回响：“老师，我的水杯不见了。”“老师，他推了我一下。”“老师，可以帮我拧一下杯子吗？”“老师……老师……老师……”我感觉自己快要崩溃了，于是我无数次地调整自己的心态，希望能找到最优解决办法。

记得我教的第一个班里，有一个小女孩，初见时，她低头蜷缩在墙角，当开始自我介绍时，她紧张地不断搓着自己的衣角，双手甚至因为紧张而微微颤抖。她鼓起勇气介绍了自己，虽然语言有些不流畅，声音也很微弱，但我还是带领其他小朋友给她送上了热烈的掌声。

后来跟她妈妈沟通，我才知道她和其他孩子不一样。在后来的课堂上，她总是沉浸在自己的世界里，或讲故事或唱歌。面对这样的孩子，我常常提醒自己：“放慢脚步，俯下身，耐心倾听。”因为我深知，每个孩子都有他们独特的生长节奏，我们不能急于求成，更不能一概而论。我们需要用心去理解他们，用爱去守护他们，等待他们以自己的方式，悄然绽放。

针对她的情况，我总是努力寻找她的闪光点及时鼓励，让她有满足感和获得感。慢慢地，她开始期待老师的表扬和同学们的掌声，开始表现自己。她有了一些笑脸。

她的进步也成就了我的成长，使我理解了教育的真谛就是爱与责任，让我学会了育人如育树，以心育苗，以爱灌溉。

看着她的变化，我深感欣慰。

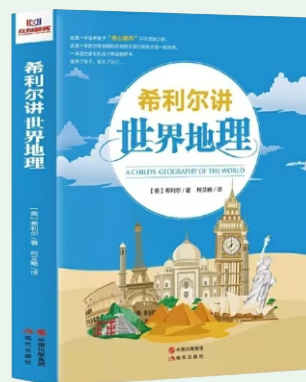
我知道，这就是爱的力量，也是教育的意义。



### 推荐书目：《希利尔讲世界地理》

推荐理由：

作者以资深旅行家独特的视角，将世界各地的有趣见闻、人文建筑、自然奇景和风土人情呈现在孩子们面前。书中，希利尔将和孩子们一起从整体上观察人类一直生活的地球，获得一个对地球和地理的整体感，随后就开始一场环游世界的旅行，展开一系列探索。和希利尔一起来一次非凡的发现之旅吧！



好书推荐

## 点燃科创梦想

# 第23届乐山市青少年科技创新大赛作品展示 第10届乐山市机器人大赛决赛圆满举行

■ 本报记者 金丹 文/图



12月20日，由乐山市科协、市教育局办共同主办的第23届乐山市青少年科技创新大赛作品展示第10届乐山市机器人大赛暨颁奖活动在乐山市通江小学举办。

第23届乐山市青少年科技创新大赛以“创新 责任 诚信 合作”为主题，于今年9月正式启动，共征集全市中小學生、教师科技创新作品960项。层层筛选后，经大赛组委会专家评审组对4个比赛项目 210件作品的专业评审，最终评选出获奖作品207项：青少年创新作品一等奖10项、二等奖18项、三等奖40项、优秀奖4项；科技辅导员创新

作品一等奖5项、二等奖11项、三等奖14项、优秀奖4项；科技实践活动一等奖8项、二等奖13项、三等奖25项、优秀奖2项；青少年科学影像作品一等奖10项、二等奖16项、三等奖17项、优秀奖10项。其中，青少年科技创新作品一等奖5项、科技辅导员创新作品一等奖2项，科技实践活动中的1项，共计8项作品拟申报“乐山市青少年科技创新市长奖”。

活动现场，23届乐山市青少年科技创新大赛辅导学生获得一等奖中的27名指导教师评为“优秀辅导员”，在23届乐山市青少年科技创新大赛组织工作中做出突出贡献的18个单位被授予“优秀组织单位”奖项。并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30项，辅导员创新成果10项。

与此同时，第10届乐山市青少年机器人大赛正在如火如荼进行中。经过各区县层层选拔的295支参赛队伍、640余名学生，分为小学组、初中组、高中组三个组别，在“强国之路”“嘉州之旅”“无人驾驶”“综合技能”等赛项中展开激烈角逐。

据了解，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乐山市科技教育改革，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。

### 科普在乐山

## 从一个人“领跑”到一群人的“奔赴” 市中区激活反邪教警示宣传教育一池春水

“我宣誓：我志愿成为反邪教小卫士，对邪教做到不看、不听、不传、不信……以实际行动，争当反邪先锋！”稚嫩而有力的声音在教室内回荡！近日，乐山市通江小学开展“崇尚科学 反对邪教”主题活动，邀请井研县公安局黄婉佳为师生带来了一堂《青春无邪 护航成长》的反邪教主题教育微课堂。黄婉佳以深入浅出的语言、形象直观的案例，通过现场互动、有奖问答等形式，向师生揭示了邪教的本质与危害，普及识别防范邪教的方法。市中区教育局组织30余名中小學校分管副校长、道德与法治教师现场观摩学习。

针对中小學生的反邪教宣讲不好讲、不生动、学生理解难，宣讲工作较为生硬等问题。近年来，市中区委政法委、区反邪教协会突出批量培育，培育了一批反邪教精品教师、精品教材、精品作品，营造了校园反邪教浓厚氛围，有效阻断了邪教代际相传，构筑起校园防范抵御邪教“防火墙”，全力护航青少年学生健康成长。



培育一批精品教师。在全区47所中小學校组建了以党建办主任、团支部书记、班主任教师、道德与法治教师为主体的反邪教警示宣传教育宣讲员队伍，实现“一校一员”全覆盖，举办全区教育系统反邪教工作培训会，不断提升宣讲员队伍能力水平。

培育一批精品教材。与课堂教育深度融合，采取集体会商、集中备课、公开讲授、专题研讨等方式，打造一批反邪教精品教材。通过思政课、科学课、心理课等开展反邪教警示宣传教育，教育引导學生认清邪教危害，避免误入歧途，全区5万余名师生人人接受教育。

培育一批精品作品。积极发动全区教育系统参与反邪教作品创作，充分挖掘师生潜力，连续三年参加全省反邪教优秀作品征集评选系列活动，4部作品获得5个奖项，其中一等奖1部、三等奖1部、优秀奖2部、网络人气奖1部，市中区教育局先后获评全省、全市优秀组织奖。

(来源：乐山市科协)





# 原来睡觉需要两个枕头？ 这么多年我们都睡错了

你一般在睡觉时使用几个枕头？你有没有发现在日常入住酒店时，许多酒店都会为客人提供两个枕头。难道一个人在睡觉时真的需要两个枕头吗？

## 为什么一个人睡觉需要两个枕头？

要知道，我们的腰椎是有曲度的，因此一个人睡觉需要两个枕头，一个垫在脖子下，另一个垫在腿下面。

### 1. 第一个枕头：枕脖子和头

枕头并不只是只用来枕头的。睡觉时只把后脑勺垫在枕头上的习惯，会让肩膀、颈椎与枕头之间出现悬空状态，不利于颈部肌肉的休息和放松，导致睡醒之后可能会感觉脖子疼痛。

解放军总医院第四医学中心骨科医生宋科冉在《是真的吗》节目中解释，人类的颈椎正常存在一个10~15度的生理前凸，这个前凸会随着低头消失，仰头会增加，这是一个生理的状态。在现代生活节奏下，低头族越来越多，在低头状态下，前凸是消失的，白天颈椎后部结构是很疲劳的，经常处于一种过于牵拉的状态。因此，晚上在睡觉的时候，应该让枕头为颈部和头部，都能提供一个良好的支撑，良好的休息作用，维持住它们相对的位置关系。

对于枕头的使用，四川大学华西医院康复医学中心杜金霞等人建议，平卧位枕头受压后的高度。以自己的一拳为宜，平躺时眼睛能够“正视”上方，颈椎不过伸，不反弓；侧卧位枕头受压后的高度。通常在8厘米-15厘米之间，因为体型的原因会出现选择上的个体差异，一般为自己一侧肩宽的高度。

### 2. 第二个枕头：枕在腿部

如果想更好地保护脊椎或者有腰部或腿部不适，可以通过另一个枕头获得更好的体验。广州医科大学附属第三医院中医科主任医师胥海斌介绍，防止脊柱侧弯侧卧时，则可以双腿间夹被子或者枕头，枕头应与肩同高，而且需要两边换着睡，避免长期单侧睡一边，否则容易出现脊柱侧弯。胥海斌医生介绍，缓解腰椎压力仰卧时，可以膝部下垫枕头，能帮助维持一个健康的脊柱曲线，缓解椎间盘压力。对于睡眠中翻身较多的朋友，可以用被子把自己裹起来，就可以一定程度上限制自己的活动。选择一个高度合适的枕头，同时在膝盖下方垫个软垫，这样的“微调”使整个身体有足够的支撑，全身肌肉才能充分放松休息。



## 枕头用错+睡姿不当，当心“睡废了”

除了合适的枕头，睡姿也很重要。每天用哪种姿势入睡？人在睡觉过程中，不大可能恒定采用一种姿势。常见的平卧位及侧卧位都是医生较多推荐的睡姿。不过，复旦大学附属中山医院骨科主治医师胡安南介绍，常见的投降式、俯卧式、侧卧高抬腿式、蜷缩式均是不推荐的睡姿。

### 1、投降式

双手上举会使部分肌肉和韧带处于紧张状态，时间长了就会引起肩部和颈部肌肉劳损。另外该动作会使胸廓出口变小，从颈部通向上肢的血管和神经受到压迫，可能会出现手部发麻、发胀。

### 2、俯卧式

头偏向一侧，使颈椎始终处于旋转状态，部分肌肉拉长得不到放松，长期会加速颈椎退变，肌肉劳损。俯卧时也容易遮挡口鼻，影响呼吸。

### 3、侧卧高抬腿式

一方面会有俯卧位的不足，另一方面脊柱受力较大、扭曲，可能会引起肌肉劳损、腰椎间盘突出、脊柱侧弯。

### 4、蜷缩式

弓着腰和背，会使腰背肌处在紧张状态，可能导致腰背部的软组织发生劳损，背痛及颈痛。

（来源：健康时报，有删节）

# 为什么周末时间过得那么快？

一提到假期，大家似乎都有一个共同的感知——放假啦，眼睛一闭一睁，上班啦！其实，这类“假期过得快”的迷之错觉在心理学和生物学上都是有依据的。心理学家普遍认为，在人们接触新事物或者短时间经历爆炸式的丰富活动时，都会觉得时间过得比平时快很多。因为在这个事件期间，比日常更密集的信息轰炸就会转变为更多的记忆。心理学者们把这种现象称之为“假期迷思”。研究发现，事件记忆点越多，时间过得越快。而神经生物学家有着这样一种观点——人们会通过奖赏和惩罚进行持续活动，它背后的机制与时间的感知存在联系。

在过去的研究中，我们发现多巴胺在感知时间上起到了至关



重要的作用，当收到意外的奖赏，或称之为出现预测误差时，多巴胺便会增加，引发人体的奖励机制。为此科学家团队进行了下面的一个实验——让受试者观察屏幕上的数字，绝大多数情况下是持续稳定的“0”，极个别情况下下一个出现的数字会是正整数，此时受试者就会得到额外的奖励。同时，第二个数字的显示时间会发生变化，受试者需要回答0和这个正整数之间哪个持续的时间更长。

当意外得到奖金时，受试者会觉得正整数持续的时间更长，这

是因为通过加快时间感来将短期记忆中储存该奖励记忆的持续时间放大，而且随着奖励金额的加大，受试者对时间的感知失真会更加明显。所以，时间就在对于快乐的感知中，不知不觉过去了。

## 怎样管理剖宫产术后切口？

■ 辜莉



剖宫产是产科常见的一种手术，通过切开腹部和子宫来娩出胎儿。术后切口是手术的重要部分，良好的伤口管理不仅有助于加速产妇恢复，还能有效防止感染和其他并发症。剖宫产需要切开皮肤、脂肪、筋膜、肌肉、腹膜、子宫等组织，术后切口一般需要1-2周的时间

来愈合皮肤切口，但因为剖宫产术中切开了多层次的组织结构，这些层次依次愈合才代表完全愈合，通常需要3-6个月的时间。

那么为了促进切口的愈合，应该怎样管理术后切口呢？首先，医生会使用可吸收线进行连续皮内缝合，切口美观，无需拆线；会在剖宫产术后第一天观察腹部伤口是否有渗血、渗液及红肿等不适；会在术后第二天更换伤口敷料，清洁伤口表面血痂、消毒伤口，同时产妇要保持下腹部伤口的透气、干燥。如为纵切口，建议始终绑上束腹带；如为横切口，建议卧床时可适当松开腹带，下床活动时需重新绑上束腹带。在喂奶时，尽量选择压迫腹部切口的姿势，如侧卧喂奶。

其次，出院回家后，继续保持伤口清洁干燥，避免水直接接触伤口，观察伤口状态，适当活动，有助于促进血液循环，预防下肢静脉血栓形成，避免提重物等。在术后10天左右移除切口敷料，若伤口外观无红肿、裂开等异常情况，可以使用抗疤痕药物或贴敷，有助于减少疤痕形成；也可以开始淋浴，淋浴避免伤口揉搓，淋浴后，及时用干净毛巾轻擦伤口周围，保持干燥，并穿着高腰内裤覆

盖伤口，避免摩擦。伤口愈合过程中轻微的疼痛或瘙痒是正常现象，但如果疼痛剧烈、瘙痒严重，或伤口出现红肿、发热、流脓、裂开等感染症状，需要及时就医，必要时需要通过手术将缝合的切口重新打开，清理化脓和感染组织后再进行缝合。

最后，术后须保持均衡的饮食，摄入足够的蛋白质、维生素和矿物质，多喝水，保持身体水分充足，术后一周内暂时不要大量饮用荤汤以免出现堵奶的情况。

总之，剖宫产术后伤口管理是新手妈妈术后恢复的重要环节。通过保持伤口清洁干燥、注意感染症状、适度运动和饮食调理，可以有效促进伤口愈合，减少并发症的发生。同时，保持积极的心态，及时与医生沟通，有助于顺利度过术后恢复期。

### 参考文献：

[1]王岚，杨小锋与漆洪波，2024年NICE《剖宫产手术指南》要点解读.中国实用妇科与产科杂志,2024.40(10):第1032-1035页.

[2]段涛等，剖宫产缝合技术及材料选择专家共识(2018).中国实用妇科与产科杂志，2018.34(04):第405-408页.



扫描下载天府科技云APP



# 焕新启航 市人民医院高新院区整体投用

■ 本报记者 高瞻 文/图

## 服务更贴心 就诊更加方便

经过前期的周密筹备和精心规划，12月23日，乐山市人民医院高新院区整体投用。作为乐山地区的重要医疗机构，市人民医院一直致力于提供高质量的医疗服务。高新院区的整体投用，标志着医院发展史上的一个重要里程碑。

当天早上8点30分，记者来到市人民医院高新院区，出现在眼中是一片集绿色、环保、智慧于一体的现代综合医院建筑集群。走进院区，宽敞明亮的大厅，干净整洁的病区，“一站式”学科诊疗服务，以及处处透露着以人为本的服务设计。

“请问儿科诊室在哪里？”“请问抽血检验怎么走？”“检查报告怎样领取？”……在门诊大厅内，由于是新院区开诊首日，针对患者不清楚、不熟悉的就医情况，市人民医院在院内各个区域均安排了身着志愿者服的工作人员，为患者们提供引导服务。

同时，由于院区面积较大，存在步行距离较远的情况。为此，市人民医院在大楼外还专门安排了爱心摆渡车辆，采用招手即停的方式，为患者提供便利。而这样的服务细节，在新院区接诊服务的过程中还很多。

据了解，市人民医院高新院区采用以患者为中心的第五代现代医院设计，按疾病系统性设立疾病中心，将一个中心的门诊和住院集中在一栋楼进行管理。每栋楼都设置了采血、辅助检查等窗口，设有清晰的标识指引，保证患者在一个区域内完成挂号缴费、就诊、检查、取药等多个环节，减少来回走动，提高了就诊效率。与此同时，各诊区还设置有自助挂号机、液晶电视、候诊叫号机等现代化设施，为患者及家属节约时间。

## 配置更合理 满足更多需求

急诊医学科是医院重症病人最集中、病种最多、抢救和管理任务最重的科室，是很多急危重症患者入院治疗的必经之路，备受关注。在新院区2号楼的急诊医学科内，医务人员正紧张有序地对收治病人进行诊疗。在与时间赛跑的过程中，他们忙而不乱，有信心为患者赢得生还的机会。

值得一提的是，在急诊抢救大厅内，医院专门设置了一间心肺复苏室，设备有自动心肺复苏仪、心电监护仪、除颤仪以及呼吸机等。心肺复苏室主要是对突发的心脏骤停患者进行急救的心脏复苏，由专业的团队和专业的设备来为重症患者保驾护航，有利于提高心脏复苏成功率。

据悉，高新院区整个急诊科分为急诊门诊、急诊抢救室、急诊重症监护室、急诊留观病区以及急诊输液大厅，按照急诊“三区四级”的流程进行诊疗。目前急诊科以“中心”建设为主，高新院区的胸痛中心、卒中中心以及创伤中心及相关的辅助科室均在急诊科抢救室旁边，可以更好地规范抢救流程，集中力量最大限度为患者节约抢救时间，为患者提供便捷的服务。

设施设备的“升级换代”正是高新院区高标准建设的一大亮点，除了急诊医学科外，儿科的“升级”也是有目共睹。据介绍，为给患儿提供医疗救治绿色通道和一体化综合救治服务，儿科门诊区域设置了儿科急诊、儿科门诊、儿童保健门诊、儿科辅助检查室、儿科门诊输液/雾化大厅、门诊药房，能够为患儿提供一站式的医疗服务。

住院区域设置了儿科病房、儿童重症病房、新生儿病房、新生儿重症病房，能够缩短各功能区域之间的空间距离，极大便利急危重患儿的观察、诊疗和转运。儿童重症病房的扩建，将扩容乐山新生儿救治空间，优化新生儿救治能力，大大降低新生儿的感染风险，为孩子成长保驾护航。

“随着移动互联网、5G、人工智能等数字化技术在医疗行业的广泛使用，智慧医院建设是大势所趋。”市人民医院相关负责人表示，高新院区目前在重点推进智慧物流、智慧药房，以及床旁工作的智能化进程，让新理念、新技术，为市民就医提供全新体验。



大瓦山雪景 金口河区融媒体中心供图