



# 乐山广播电视报



LESHAN BROADCAST TV WEEKLY

一份有温度的城市周报

32

总第1604期  
本期24版

2024年08月08日

乐山广播电视报社 出版 社长：刘 岚

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://szb.lswkly.com/ 主管：四川党报集团

## 守望 与 新生

嘉阳河川剧艺术的  
传承与创新

P03-07





SINCE 1993  
乐山广播电视台

乐山广播电视台

温度 风度 厚度

## 本期导读

乐山广播电视报  
2024.08.08

READING  
GUIDANCE



### 08

新闻周刊

面孔

李夏：“宿”造“诗和远方”



### 10

新闻周刊

观察

户外直播风潮



### 14

新闻周刊

专题

峨眉山推出  
“治愈系”大招



### 18

文旅周刊

乐途

在乐山仰望星空

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.lswEEKLY.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。

川剧,这一首批列入国家非物质文化遗产名录的艺术珍宝,已有300多年的历史,是巴蜀文化最具代表性和标志性的艺术样式。在7月29日召开的省十四届人大常委会第十四次会议第二次全体会议上,《四川省川剧保护传承条例》获表决通过,并将于9月1日起施行,标志着川剧保护传承工作迈入崭新的历史阶段。



# 守望与新生

## 嘉阳河川剧艺术的传承与创新



■本报记者 熊春鹰 刘岚 罗妍玲

中华文化的璀璨星河中，川剧艺术如一颗璞玉，历经岁月打磨，愈发光彩夺目。其中，“嘉阳河”这一独特流派，犹如一支悠扬的笛音，在四川盆地西南部的江河之畔婉转悠长，诉说着一段跨越历史的艺术传奇。2009年，“嘉阳河”川剧艺术被列入省级非物质文化遗产名录。

## 嘉阳河流派的百年传奇



### 川剧河道 流淌着艺术之美的水系地图

“川剧的艺术流派称‘河道’，简称‘河’，主要以江河水系流域状况和擅长演唱某一种‘声腔’来划分。”乐山文化发展研究中心川剧艺术研究院院长赵勇刚表示，这种划分方式不仅体现了川剧与自然地理的密切联系，更彰显了川剧艺术的多元化和地域特色。

在这幅川剧艺术的水系地图上，“川西河”以成都为中心，沿着岷江水系延伸开来，擅长声腔为胡琴。“资阳河”则以资阳为核心，沿沱江水系蔓延，以高亢激昂的高腔唱腔著称。向北望去，“川北河”以南充为中心，沿嘉陵江水系铺展开来，以擅长弹戏和灯调著称。而在东部，“川东河”以重庆为中心，涵盖长江、嘉陵江部分水系的川东地区，演唱声腔以高腔、胡琴和弹戏并重。在四川南部，“泸州河”以泸州为中心，沿着长江、沱江、赤水河、永宁河水系延伸，以高腔唱腔闻名遐迩。

而在四川盆地的西南部，一个名为“嘉阳河”的流派如一股清流，静静流淌。这个流派以乐山市为中心，活跃于岷江、青衣江、大渡河流域的广大城乡。作为川剧上坝河道的重要南路流派，“嘉阳河”川剧艺术影响深远，不仅在乐山市、眉山市盛行，还辐射至宜宾、雅安部分地区及民国时属乐山管辖的荣县、威远两地。因乐山古称嘉州，又名嘉阳，故有“嘉阳河”流派之美誉。

### 从古戏台到“嘉阳河” 锣鼓声声里的文化根脉

“嘉阳河”川剧艺术的孕育、形成与发展，源远流长，底蕴深厚。

在这座历史文化名城，文化的伟力如同滔滔江水，川剧艺术在此蓬勃生长，人才辈出。溯其源头，“嘉阳河”川剧艺术戏曲演出活动可以追溯到明清时期。当时，在犍为县龙孔镇，早在明代永乐年间（1403-1424年），川主庙古戏台便已建成。而大量酬神赛会的古戏楼——万年台，也在城乡各地如雨后春笋般崛起，为川剧演出提供了广阔的舞台。此时，便有“聚歌儿演戏剧”“作彩楼演梨园为神寿”的盛况频现。

顺治十六年（1659年），驻军乐山城的张献忠部将杨国明曾在军中“奏女乐演传奇”，这是四川戏曲史上首次关于女演员的记载。时间流转，至清同治二年（1863年），本地最早的川戏班社“子龙袍班”在犍为组建，演出了《目连传》《封神榜》等经典川戏，这一时期的川剧艺术百花齐放，魅力四射。

郭沫若在《少年时代》书中回忆，他光绪三十三年（1907年）读中学时，小小的乐山城内有“三座川戏班子”轮流上演，这无疑印证了川戏演出在当时的广受欢迎。而“好个嘉定府，遍街摆围鼓”的民谣，更是生动地描绘了当时川戏在乐山的繁荣景象。这一切，都为“嘉阳河”川剧艺术流派的孕育、形成与发展奠定了坚实的社会基础，创造了极为有利的历史条件。

始建于民国三十年（1941年）的“嘉乐戏院”是乐山川剧院的前身——“新又新科社”排练演出的专用剧场，至今已有83年历史。2008年正式定名为“新又新大戏院”，现在是乐山文化发展研究中心川剧艺术研究院（原乐山市川剧团）的办公场所，也是进行川剧保护传承发展的重要阵地，更是全市文化惠民及重大文旅活动的主要展示平台，2012年该剧场被列为国家级非物质文化遗产川剧传习展示基地。历年来，川剧艺术研究院围绕“嘉阳河”川剧艺术的保护传承普及，积极开展“百姓大戏台·周周有精彩”“乐风嘉韵”文艺精品惠民展演、“新跃嘉州”川剧折子戏传承展演等多形式的文化惠民展演活动达千余场次，极大的丰富了广大戏迷观众的精神文化生活。

## 博采众长 川剧百花园中的 一抹温润色彩

在川剧艺术的百花园中，“嘉阳河”流派以其独特的魅力吸引着戏曲爱好者的目光。这一流派在音乐唱腔上展现出与众不同的特征，其艺术风格的精髓主要体现在韵道的运用上。

如果将川剧流派比作一幅山水画卷，那么“成都河”流派的韵道如疾风骤雨，节奏明快；“资阳河”流派则如缓缓流淌的溪流，韵道舒缓悠长；“嘉阳河”流派恰似温润如玉的春雨，独树一帜。这种独特的韵道表现，全凭鼓师的巧手掌控，根据剧情的起承转合，灵活运用眼法、韵道和劲道，将音乐与情感完美融合。

在唱腔方面，“嘉阳河”流派更是展现出了广阔的艺术天地。它不仅传承了“浣派”唱腔的精髓，更在此基础上推陈出新，发展出独具特色的艺术风格。高腔与胡琴并重，尤其以胡琴戏见长，展现出了这一流派的独特魅力。其核心艺术理念是：背靠传统、立足当代、面向未来。

值得一提的是，“嘉阳河”流派并非固步自封，而是善于博采众长，吸收兄弟剧种的精华，不断丰富自身的唱腔艺术。“乐山自古以来就是南来北往的交通要道、商贾云集的水陆码头，作为岷江中下游政治、经济、文化中心，文化荟萃，思想包容。”赵勇刚表示，正是这种开放包容的态度，“嘉阳河”川剧艺术在兼收并蓄中形成了不墨守成规、勇于改革创新的特点，“剧目上除长于演出大量传统戏外，还能创作、演出大量时装戏、无锣鼓戏，上世纪30年代就享誉全川。”



大型廉洁川剧《假县令》



2017年创排川剧小戏《揭榜》  
获四川省第十六届戏剧小品小  
戏比赛一等奖



2018年创排折子戏《烛影摇红》



2017年创排川剧小戏  
《揭榜》获四川省第  
十六届戏剧小品小  
戏比赛一等奖

近年来，乐山川剧艺术研究院以传承创新为使命，秉承“守正创新”的理念，在这片文化沃土上辛勤耕耘，不仅致力于保护和传承川剧的经典剧目和表演技艺，更努力探索创新，使其焕发出新的光彩。9月1日起施行的《四川省川剧保护传承条例》，意味着川剧的发展即将迎来一个新的里程碑。在传统与创新的交织中，在法治的护航下，“嘉阳河”川剧艺术定会继续发扬光大，为中华文化的传承与发展贡献更多力量。

# 新时代下的 传承与创新

## 守正创新 “嘉阳河”流派大放异彩

川剧艺术作为中华优秀传统文化中的璀璨明珠，融合了诗词歌赋、口头文学、音乐舞蹈、书法美术、舞美服饰、武术杂技等传统艺术精华。

作为川剧的重要分支，2008年，“嘉阳河”川剧艺术被乐山市政府列入乐山市第二批非物质文化遗产名录；2009年，被四川省人民政府列为省级第一批非物质文化遗产扩展项目；2012年，原乐山市川剧团被四川省川剧艺术研究院授予国家级非物质文化遗产川剧传习展示基地。

传承与创新并重，“嘉阳河”川剧艺术在守正创新中焕发新生。2015年，川剧院创排的戏曲小品《审判》和话剧小品《路》，在首届四川艺术节上一鸣惊人，斩获多项大奖。同年创排的大型廉政川剧《假县令》，在四川省和乐山市巡演，引起强烈反响。

从《打瓜园》到《致青春》，从《伐子都》到《神秘的国宝》，一部部精品力作如雨后春笋，相继问世。这些作品不仅在省级、国家级比赛中摘金夺银，更是在观众心中留下了深刻印记。

2019年，川剧院参与创作的本土话剧《美味人生》在第二届四川艺术节上大放异彩，演员赵勇刚更是摘得“四川文华奖表演奖”的桂冠。2020年，现代川剧《神秘的国宝》不仅在四川省文旅发展大会上惊艳亮相，还获得了四川艺术基金的大力支持。

2021年，经过精心改版的《假县令》再度出征，成为四川省廉洁主题剧目巡演的重要剧目。同年，川剧小戏《偷青》在省级比赛中再创佳绩。2022年，川剧院的创作触角延伸至曲艺领域，《月下春风》应运而生；《正月十五月儿圆》更是跨越千里，在首届黄河流域戏曲演出季上绽放光彩。

2023年，《神秘的国宝》先后斩获第十届四川省巴蜀文艺奖和四川省第十六届精神文明建设“五个一工程”优秀作品奖。

《清风亭》和《伐子都》也在不同赛事中摘得桂冠，其中《伐子都》更是远赴广西南宁，在全国地方戏精粹展演中大放异彩，该剧主演牟显燕也荣获“表演艺术传承英才”的荣誉。

## 薪火相传

## 川剧艺术校园“萌春”



“嘉阳河”川剧委培班

“嘉阳河”川剧艺术的传承普及之路不仅局限于舞台，更延伸到了校园。

“好雨知时节，当春乃发生，随风潜入夜……”舞台上，伴随着优美的川剧唱腔，一群身着红色上衣、白色长裙的学生翩翩起舞，红色的水袖如行云流水，展现出女子的绝代风华。主唱悠扬婉转的声音，配上雍容华贵的服饰，尽显川剧的独特韵味足……这是乐山市实验中学川剧社团节目《春夜喜雨》表演。该节目曾获省第二届中小学生川剧传习普及展演二等奖。

据该校艺体处负责人介绍，市实验中学于2015年起与乐山文化发展研究中心合作，成为嘉州古艺萌春传承培训基地，并成立了川剧社团。乐山文化发展研究中心川剧院每周定期派专业演员到校开展川剧教学，从基本功练习，如程式声韵的团扇、手帕、水袖，到完整剧目的编排训练，不仅让学生充分感知“台上一分钟，台下十年功”的艰辛，也培养了大家对川剧传统文化艺术的浓厚兴趣。

与此同时，乐山市实验小学也于2015年3月成立了萌春传承川剧班，聘请多位川剧艺术家为川剧班授课。经过多年实践教育，该校的川剧校本课程已形成了一套由浅入深、从兴趣到爱好、从表演到普及的完整体系，特色鲜明，硕果累累。该校川剧班的作品《钟馗嫁妹》《花田写扇》《贵妃醉酒·百花亭》等相继斩获省中小学川剧传习普及展演活动一等奖的桂冠。

记者从乐山川剧艺术研究院获悉，自2015年起，乐山市启动“戏曲进校园”活动，在多所学校建立了“嘉州古艺萌春传承培训基地”和“省级非物质文化遗产嘉阳河川剧艺术普及展示基地”，开展川剧传习班教学工作。研究院组织精干师资队伍，定期在基地学校川剧传习班授课，从唱、做、念、打等方面进行全面训练，为学员们编排了多个精彩节目，培养了一批又一批川剧小明星。其中，乐山市实验小学川剧传习班的石昊文同学更是被评为全国“新时代好少年”，成为四川省唯一获此殊荣的学生，为川剧艺术的传承增添了一抹亮丽的青春色彩。



现代川剧《神秘的国宝》第一场剧照



大型廉洁川剧《假县令》

振兴“有戏”  
委培班再造“新血”

2023年8月31日，“嘉阳河”川剧委培班开班仪式在四川艺术职业学院武侯校区举行。从200余名报名者中脱颖而出，来自四川、云南、贵州、重庆的35位学员，将学习全面系统的川剧技能，传承传统戏曲。他们大多数年龄在14岁至22岁，是十足的“00后”，4年后将完成学业走上舞台。

“这个班，我们‘等’了32年。”赵勇刚感叹。在川剧的众多流派中，“嘉阳河”川剧在剧本、唱腔等方面独树一帜。“嘉阳河”艺术流派历经几十年的文化沉淀，先后涌现出国家一级导演、享受国务院政府特殊津贴专家、被誉为“中国戏曲导演第一人”的谢平安，川剧名家陈书舫，川剧作家刘怀叙，有“活关公”美誉的川剧名家刘云深，著名川剧丑角表演艺术家邱福新等一批在文化艺术领域享有声誉的戏曲名家。川剧艺术研究院现有川剧专业副高级职称15名、正高级职称3名。省级非遗代表性传承人王开华、刘五元、赵勇刚、黄伟4名，市级非遗代表性传承人荣国平、魏彪、陈力、戴棟、季亚平、蒋友谊、彭娟、胥明勇8名，是“嘉阳河”川剧艺术传承发展的中坚力量。

但近年来，川剧艺术的传承发展却一直面临着人才流失、“造血”能力不足等问题。剧团目前的中坚力量，基本上来自30多年前的上一届委培班。为帮助乐山川剧艺术研究院走出后继人才日益缺乏的境况，2023年5月16日，乐山文化发展研究中心与四川艺术职业学院合作发布《嘉阳河川剧委培班招生简章》，重开“嘉阳河”川剧委培班。乐山文化发展研究中心相关负责人表示，学员完成在校学习后，符合选拔条件的，可与乐山文化发展研究中心签订劳动合同，“这让我们有了一支可以长期培养的人才队伍。”



2019年创排川剧小戏《致青春》获四川省第十七届戏剧小品(小戏)比赛一等奖



2015年创排话剧小品《路》



川剧大幕戏《烙碗计》



2016年创排折子戏《赵云救主》



2015年创排戏曲小品《审判》

## 法规护航 川剧传承迈向新纪元

7月29日，四川省十四届人大常委会第十四次会议第二次全体会议上，《四川省川剧保护传承条例》经过表决获得通过。这部地方性法规将于今年9月1日正式施行，标志着川剧保护传承工作迈入了新的历史阶段。

据了解，条例以非遗法为主要依据，适用于川剧保护传承相关工作，明确川剧保护传承工作要贯彻“保护为主、抢救第一、合理利用、传承发展”的非遗保护传承工作方针。

条例着重构建了一个多层次、全方位的保护传承体系。在政府主导、社会参与的原则下，条例夯实了人才、院团、创作、科研、教育等保护传承基础，拓展了进校园、公共文化服务等保护传承渠道。这种集体、活态的保护传承模式，将为川剧的长远发展提供源源不断的动力。

为了让川剧这朵巴蜀文化的奇葩在新时代绽放更加绚丽的光彩，条例提出了一系列创新性的举措。它鼓励川剧艺术表演团体深入生活、扎根人民，创作面向群众、面向基层、面向市场的优秀剧目。同时，条例还鼓励川剧与科技融合、与文旅融合，推动川剧的创造性转化和创新性发展。

人才是川剧传承发展的关键。条例在这方面提出了多项具体措施，包括完善人才制度，加大对川剧领军人物、紧缺人才和后备人才的培育力度，以及建立健全川剧从业人员的收入分配激励机制和福利保障机制等。这些措施无疑将为川剧人才的培养和发展提供强有力的支持。

为了让川剧这一传统艺术形式与现代生活更好地融合，条例提出了多项创新举措。例如，鼓励川剧艺术表演团体结合现有剧场、历史建筑、旅游景区、公共文化服务场所，创新演出观念，打造演艺新空间。同时，条例还鼓励培育川剧旅游品牌，将川剧纳入旅游资源宣传推广，充分利用川剧的特技绝活等川剧文化，提升川剧的知名度和美誉度。

让川剧走进校园，走进年轻人的世界，是传承发展川剧的重要途径。条例规定，有条件的义务教育阶段学校要开展川剧研学等活动，同时支持川剧艺术表演团体以及从业人员到学校开展演出、讲座活动。这些措施将有助于培养新一代的川剧爱好者和传承者。

业内人士表示，《四川省川剧保护传承条例》的出台，为川剧的保护传承工作提供了坚实的法律基础。相信在这部法规的护航下，包括“嘉阳河”在内的川剧艺术必将在新时代绽放出更加绚丽的光彩，为中华文化的传承发展作出更大的贡献。

图片由受访单位提供



# 李夏·「宿」造「诗和远方」

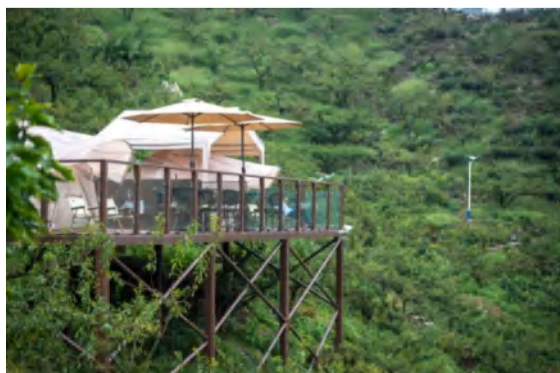
■ 本报记者 杨莹



杨莹/摄

## 人物档案

李夏，1978年生，成都人。现为峨眉山市荷叶濠梁垂天私汤民宿主理人。参与策划、设计、开发的项目有成都文殊坊历史文化保护区旅游文化商业街、泸州张坝桂圆林、京什文化旅游特色街等。



杨莹/摄

青山滴翠，碧水如黛，沿着川主大桥蜿蜒前行，来到绥山镇荷叶村9组，青郁起伏的山林里，一座独具川西韵味的现代美学风格民宿——濠梁垂天私汤民宿（以下简称“濠梁垂天”）错落于乡间。于李夏而言，这里的一砖一瓦都倾注了他对乡野生活的喜爱。

山林、溪水、古木、老宅，构成一种独属于乡村的静谧。走进濠梁垂天，青黑色的瓦片点缀着雪白的墙壁，岁月的气息弥散在木屋之间，墙上斑驳的竹影，砖窑改建的户外区……四周绿树环绕，岩间溪水潺潺，动景静景兼具，建构出一幅质朴的生活画面。“跳脱于城市樊笼之外，寻找内心深处的安宁。”在李夏看来，濠梁垂天作为情感的物化，寄托着现代人对于乡村的怀念、对于自然的向往。在这里既能回归田园生活，又能感受到古建筑的静谧之美。谈及名字的由来，李夏浅浅地吟出“子非鱼，安知鱼之乐……鹏之背，不知其几千里也，怒而飞，其翼若垂天之云……濠梁垂天以逍遥游为核心，又在峨眉山幽静的山谷之间，青山绿水相伴，自成一派田园牧歌，这是多少人向往的世外桃源。”

李夏的家在成都，从小喜欢画画的他，大学毕业后便开始从事设计工作。如今涉足民宿领域，只源于一次“荷叶记忆”。2019年，他到峨眉山市参与乡村规划设计，机缘巧合下邂逅荷叶村，村里的老木房、清新的空气及优美的原生环境深深吸引着他。“在半年的时间里，我在村子和周边走走逛逛，爬山到玉屏寺，驾车到朱界门，那时候川桃路修到了木瓜大桥，穿竹林、淌溪流、看日落、观群山，认识村里的刘队长、沈大爷，还有‘长不大’的邹三爷……”就这样，李夏与荷叶村的乡土人情越来越深入，入乡的念头在心里闪现。2020年，他找到了一处老宅，决定在荷叶村打造“诗和远方”。





## 还原“语境” 显本色

乡村民宿是诗意的化身，于山野之间独取一份闲情。但对李夏来说，要想从设施到环境再到人，彻彻底底地融入乡村，光有诗意和情怀远远不够。

“民宿的改造根据地形地貌，以融入自然环境为主，本土建筑风格为辅的设计而建。同时，以社交、轻奢为理念，打造出属于年轻人社交旅居的全新空间。”在设计与建造中，濠梁垂天更是多了一份原味与随意。整座民宿由木头、红砖、青瓦、石子等材料构建，根据定位的不同赋予不同的主题和特色。在李夏看来，有历史的老民居、老建筑是最能体现在地文化的作品。青石小径、古朴的门窗、老旧的水缸养满荷花……这些都是为了最大程度还原建筑当时的语境。修旧如旧不过简单一句，背后却是一套很大的工程。

“改造中注重室内空间与外部环境的联结互动，不知不觉就会与土地、自然打上交道。要根据季节、风向带来的影响将设计合理落地。”

在长达一年的建造后，一家集草坪团建、野趣温泉、地方文创等于一体的特色民宿在荷叶村落成。“开业后每个周末都是满房，游客大多是结伴而来的年轻人或家庭组团为主。2022年，客房入住率在95%左右。”为了进一步提升乡村旅游接待水平和品牌，李夏接着开始修建濠梁垂天二期。“二期结合乡村特点，增加了庭院和私汤温泉，让消费者在一年四季中感受舒适与放松。”

在老民居里居住是卖点，但丰富游客体验更为重要。这更考验民宿主理人如何在不寻常的建筑里带给客人不一样的体验。为此，李夏连接当地文化特色，打造“村潮民宿季”“苦笋节”“乡村艺术节”等文化活动，丰富多彩的活动让游客与乡野生活撞个满怀。



## 让风景 这边独好



“我想把心中的美好记忆，传递给从四方而来的游客。”看着置身于山水诗意里的游人，李夏心里很是欣喜，“跟天南地北的游客介绍荷叶村自然风光、历史文化和特色风物，一同体验村味文化是一件非常有意义的事情。”

情怀和市场既是矛盾体又是相互成就的条件，如何能在乡村生根发芽、开花结果，是李夏助力乡村振兴体现的价值评判。“远远的街灯明了，好像闪着无数的明星。天上的明星现了，好像点着无数的街灯。我想那缥缈的空中，定然有美丽的街市……”驶过一段盘山公路抵达位于绥山镇李子坪“天上的街市”。“李子坪海拔800—1100米，距离峨眉城区11公里，天气晴好时可以眺望峨眉、乐山和夹江城区风光，夜晚更是能够俯瞰万家灯火辉煌，仰视漫天星辰灿烂。”受到《天上的街市》诗歌意境启发，该村集体经济组织决定在李子坪打造“天上的街市”。2022年5月正式动工，李夏作为设计规划参与其中。经过半年多的打造和提档升级，“天上的街市”正式亮相。走进“天上的街市”，白天纵观峨眉全城、远眺乐山城区和夹江；晚上这里显得静谧与美好，皎洁的月光，街市和城市的灯光交相辉映，将郭沫若的《天上的街市》呈现得淋漓尽致。不止白天与黑夜，春赏花、夏避暑、秋品果、冬观雪的沉浸式体验也让市民游客一年四季都有新玩法。

留客始于“宿”而不止于“宿”。在李夏看来，荷叶村民宿注重个性化定制化服务，精致而随意，主题鲜明而体验特别，已成为乡村旅游发展的重要组成部分。但随着消费升级，消费者对民宿的需求也在日益细分。“消费者住民宿更加追求住得更好、体验更丰富。携家带口、朋友聚会，或以休闲放松、感受当地民俗风情等为目的旅游更偏好民宿。”在李夏看来，主人文化是民宿的灵魂，经营民宿，是生活方式的经营，更是乡风民俗的经营。与此同时，也要集合空间，通过经营主体跨空间整合、营销联合等，构建区域的内循环生态，形成连片带面辐射效应，从而更好地留住客源和人才。（除署名外，图片由受访者提供）



近几年，网络主播备受关注，越来越多人加入，使得行业竞争非常激烈。如何另辟蹊径，吸引更多关注？不少人选择走出直播间，在城市商圈或者街头做户外直播。

# 户外直播风潮

■ 本报实习记者 郭清源

## 年轻人成主力军

主播露露，一个对舞蹈充满无限热爱的95后女孩。不同于传统的表演形式，露露选择了户外直播作为自己展示舞姿的舞台。“最初我从事房地产销售工作，但近几年房地产行业不景气，所以想换一个赛道。”露露谈道，这条户外直播之路并非一帆风顺，起初，她面临着种种挑战：路人投来不解的目光、简陋的设备、变幻多端的天气……但这些都没有让露露退缩。她将这些困难视为成长的磨砺，每一次直播都是对自己梦想的坚持与追求。“为了在直播间呈现更好的舞蹈，花了2万块报名舞蹈班进行更专业性的学习，我认为这是一项必不可少的投资。”

在坚持户外直播一年后，露露的舞姿逐渐吸引了越来越多的观众。“我喜欢户外直播，因为它让我感受到了舞蹈最原始的魅力。在这里，我可以自由地表演，不受任何束缚。同时，我也希望通过我的唱跳给那些同样热爱音乐和舞蹈、热爱生活的人带来一些正能量和温暖。”露露表示，刚开始直播时收入并不那么

乐观，到目前月薪基本稳定在一万多元，未来想继续在这条赛道上闯出一条属于自己的路。

除了对梦想的热爱与不懈追求，直播带来的经济收益成为不少主播坚持梦想的重要支撑。在这个数字化时代，直播行业迅速崛起，为众多有才华、有梦想的人提供了前所未有的机遇。

“家人们点点关注。”“如果喜欢主播的歌声，可以送一个礼物哦，谢谢。”……在乐山中心城区檀木南街、高铁站、上中顺街道附近都能发现户外主播的身影，他们机枪似的一串串欢迎语，此起彼伏。据记者了解，这些主播大多都是90后和00后，不同于游戏、电商、秀场等主流形式，这些主播们走向城市街头，形成群聚，塑造了独特的夜间媒介实践。“目前公司的主播大多数还是年轻女性，公司规模也在逐步扩大。”某网络直播公司负责人高阳谈道，2023年开始在乐山规划户外直播，目前户外与室内主播人数约有60人。“此前会通过一些平台去招主播，现在大多都是自荐来的，说明参与直播的人越来越多了。”

据中商产业研究院整理数据显示，截至2023年，中国网络直播用户达7.65亿，真人秀直播的用户规模则为1.94亿。夜幕之下，精心布景的直播间和手机镜头前的主播，已构成互联网文化消费的一部分。



## 户外直播自带流量

咩咩是一位充满活力的00后唱歌主播，从事户外直播仅半年时间，咩咩已经深刻体会到户外直播的无限可能与独特优势。“在室内播，竞争确实太大了。在室内播的话可能观众就几十人，但在户外基本都能突破一千人次。”咩咩坦言，随着直播行业的蓬勃发展，越来越多的主播涌入这个领域，室内直播间往往面临着同质化严重、观众分流等挑战。而户外直播，则像是一片未被完全开发的蓝海，等待着有勇气、有创意的主播去探索。“户外直播的核心就是不确定性，户外直播一切都是未知，场景和人物也是随机，期间发生的事物是不可预测的，这个过程符合观众寻求刺激的心理。”咩咩说，户外直播让她能够更直接地与大自然接触，这种感受也自然而然地融入到了她的歌声中，让表演更加生动、自然，也会吸引更多的用户驻足观看。



另一位主播歪歪表示，户外直播还自带了天然的流量优势。“在户外直播感受到的就是自由，不局限于房间内。一个手机、一个支架就是一份事业，比较方便。”每当歪歪选择一个人流密集或风景优美的地点进行直播时，总能吸引不少路人的驻足观看。这些偶然路过的观众，往往会被她动听的歌声和独特的直播形式所吸引，从而成为她忠实的粉丝。随着社交媒体的传播，歪歪的户外直播也逐渐积累起了一定的知名度和影响力。“但户外直播也会遇到一些挑战，可能刚调试好设备就下雨了，还有可能选择的地点光线不够好，影响直播效果……但正是这些不确定因素，让户外直播充满了未知与惊喜，也让我更加珍惜每一次直播的机会，努力为观众带来最好的表演。”

## 不同声音的涌现

新现象必然引发大众的热烈讨论，对于户外直播有何看法，不少市民发表了自己的担忧：直播传达的内容是否积极向上？户外直播会不会扰民，是否会影响交通？2023年，一则#200多名网红因户外低俗直播被封的话题引发了大众的广泛关注。今年以来，抖音直播已发布多期户外直播乱象处罚公示，不少网友表示了支持，称这种户外低俗直播应当及时查杀封堵，各平台都应封禁。此外，也有部分市民认为，直播属于一份工作，不能完全否定所有主播的付出。

7月31日，人力资源和社会保障部会同国家市场监督管理总局、国家统计局发布了19个新职业、28个新工种信息，其中包括近年来广受关注的网络主播。他们通过镜头与观众建立联系，分享生活、展示才艺，同时也承担着一定的社会责任和影响力。因此，主播们在享受直播带来的关注与收益的同时，也难免会遇到各种不同的声音和评价。

不少户外主播表示，受到负面评价是非常正常的事情。“首先，直播作为一种公开的表演形式，本身就具有高度的互动性和即时性。观众可以通过弹幕、评论等方式实时反馈对主播的看法和意见，由于直播间的观众群体庞大且多元化，他们的观点和态度往往千差万别。这些反馈中既有正面的鼓励和支持，也不乏负面的批评和指责。”主播歪歪认为，在竞争激烈的直播行业中，也需要时刻保持对自我表现的反思和改进，而负面评价往往能够为他们提供宝贵的反馈和建议，发现自己在直播中的不足之处，并努力加以改进和提升。

业内人士王灿坦言，的确会有部分主播为吸引眼球与流量，直播低俗虚假内容。“这必然是不可取的。主播作为公众人物，应该以身作则，传递正能量，树立良好的社会形象。在直播过程中必须做到遵守法律法规，尊重他人，积极传播健康向上的内容，为观众尤其是青少年树立正面的榜样。此次网络主播正式成为国家新职业，为从业者提供了更加明确的职业定位和身份认同，也更有利于规范该行业发展，一定程度上抑制相关乱象。”

(图源网络)

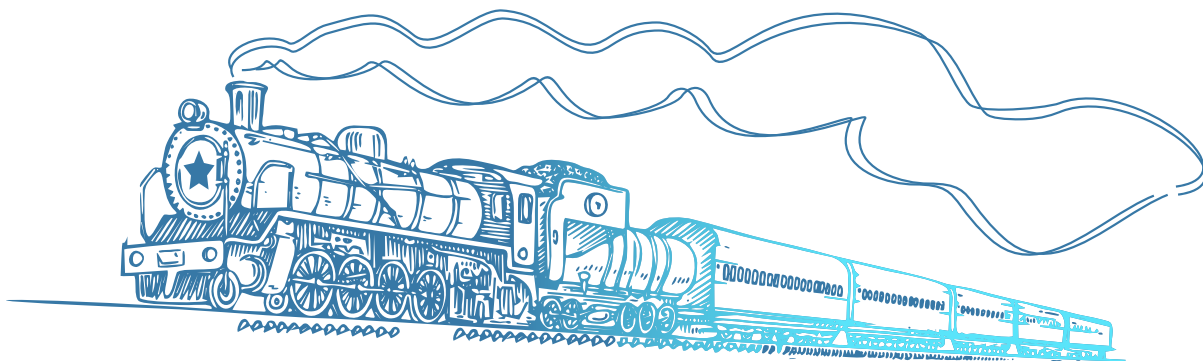
# 犍为县： 全力推进乐山市域副中心建设

刘忠俊/摄

8月5日，市政府新闻办举行乐山市推进高质量发展系列主题新闻发布会——犍为县专场，犍为县围绕“加快构建现代化产业体系，推动高质量发展”主题作情况介绍。

记者从会上获悉，近年来，犍为县紧扣市委、市政府赋予建设“市域副中心”的重大使命，坚持“工业强县、文旅兴县”发展战略，以项目为抓手、以产业为核心，加快构建现代化产业体系，经济发展、城乡建设和生态环保等各项事业取得新的成绩。今年上半年，犍为县地区生产总值同比增长6.5%，增速居全市第2位，县域经济高质量发展运行监测持续保持在全省区县前50位，今年一季度上升至第19位。

■ 本报记者 熊春鹰



## 坚持产业转型 提升高质量发展能级

坚定推进工业强县制造强县。通过这些年的发展，犍为工业已具备了一定基础，结合实际和当前要求，把构建以先进制造业为骨干的现代化产业体系作为主攻方向，以新型工业化引擎，围绕装备制造、绿色化工、新能源新材料和数字经济“3+1”产业定位，以园区建设为抓手，实施先进制造业发展倍增、优势产业科技攻关、传统产业转型升级、人工智能科技赋能、未来产业抢滩“五大行动”，大力培育新质生产力，做强制造业产业体系，推动工业能级持续提升，加快建设百亿级产业集群。

推动农业产业全链条升级。犍为县是农业大县、全国产粮大县、生猪调出大县、国家现代农业示范区，拥有茉莉花、茶叶、肉兔、道地姜黄等优势明显的特色产业，近年来坚持把现代农业作为县域经济发展的压舱石，围绕粮、猪、花、茶、姜、果、兔、竹和水产、油茶“8+2”特色优势农业，大力实施农产品精深加工提升行动，加快打造全国茉莉花茶产业优势区和新时代更高水平“天府粮仓”循环示范区。2024年该县被国际茶叶委员会授予“国际花茶高质量发展示范区”称号，肉兔产业入选国家级优势特色产业集群。

以文旅兴县引领现代服务业发展。聚焦文体旅游和医疗康养、现代物流、特色餐饮、新兴产业现代服务业“1+4”主导产业，犍为县大力推进“车、镇、花、庙、水”提质出新，加快世界茉莉花温泉综合开发等项目建设，升级打造“四季嘉年华”特色文旅活动，争创国家级旅游休闲街区、四川省促进消费和服务业发展先进县。以天府旅游名县建设为统揽，在文旅融合上深耕细作、提质增效，2023年该县创成四川省公共文化服务体系示范区，嘉阳·桫欏湖景区成功创成国家工业旅游示范基地。

全面深化改革开放加快融入“双圈”。全面融入成渝地区双城经济圈建设和成都平原经济区一体化发展，大力承接产业转移。加强与东部沿海地区深层次、多方位交流合作，持续扩大对外开放水平。坚持把招商引资作为推动全县发展的头等大事，抢抓新发展阶段产业升级转移浪潮，聚焦产业定位，细化产业招商政策，紧盯“553”和领军型企业，全面大招商、招大商，为县域经济注入新活力。



犍为茉莉花产业基地



浙江—四川东西部协作犍为产业园



岷江犍为航电枢纽

## 坚持创新驱动 激发高质量发展活力

突出企业主体地位。一方面深入实施创新型企业培育行动，支持企业采取自主建设、产学研合作等方式建立科技创新平台，引导川南减震、万华禾香、凤生股份等龙头企业牵头组建高水平创新联合体，努力形成科技创新体集群。另一方面加大市场主体培育力度，力争到2027年新增“个转企”400户，民营经济增加值达到240亿元以上。



建设高端创新平台。大力推进校院企地协同创新和产学研融通创新，充分发挥院士（专家）工作站、博士后科研流动站平台和“智兴天府专家行”智力服务基地等作用，鼓励企业联合高校、科研院所建设高能级创新平台和重点实验室。

厚植人才资源优势。健全“1+N”人才政策体系，建立“天府青城计划”“嘉才计划”人才储备库，健全人才专项资金投入机制，实施产教融合三年行动计划，加快建设四川职业教育高质量发展研究项目试验区。

提升园区承载能级。全力推进新型工业基地和飞地化工园区基础设施建设，争创国家级经济技术开发区和绿色化工产业园，加快建设千亿级工业园区；大力实施农业园区质效提升行动，力争到2027年创成国家级现代农业园区1个、省级2个、市级5个以上。

强化科技成果转化。做实做细科技项目包装、储备及管理，积极申报省、市级工程技术研究中心，大力推广“天府科创贷”及创新券，打造一批具有技术先进性、自主创新性、安全可靠性的标志性新产品，力争到2027年国家高新技术企业、国家科技型中小企业拥有量达到40户以上。

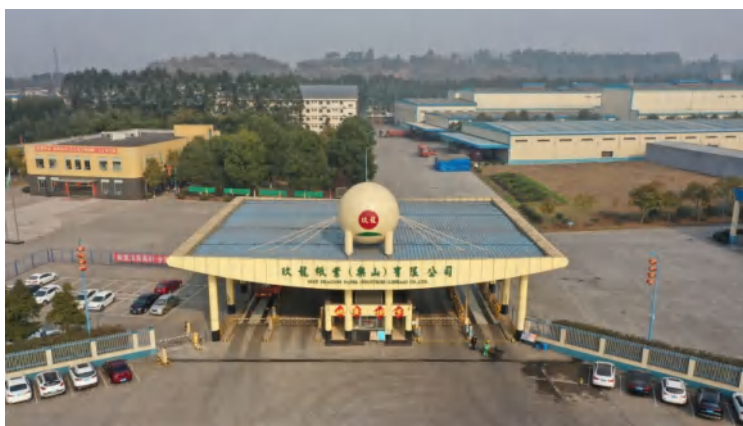
## 坚持共建共享 拓展高质量发展空间

推进城乡融合发展。按照“一核一副三重多点”城镇布局，犍为建设一批工业强镇、农业强镇、文旅强镇和高贸强镇。稳步推进城市有机更新行动，统筹推进老城改造和新区建设，不断改善城乡居住环境。

加快发展社会事业。突出教育优先发展，推广运用四川省教育评价改革试验区经验成果，加快建设成渝地区双城经济圈教育名县。推进健康犍为建设，加快市域医疗次中心建设，打造紧密型县域医共体，力争县人民医院创成三级甲等综合医院。

完善交通运输网络。抢抓协同建设长江上游航运中心机遇，加快推进岷江航电龙溪口枢纽建设，力争乐宜货运铁路、乐山港高石坝作业区、S45乐自犍高速延伸线等项目早日开工建设，全力打造成渝地区双城经济圈上游重要港口。

犍为县委常委、常务副县长彭波表示，近期，省市相继召开了省委十二届五次全会和市委八届九次全会，对以发展新质生产力为重要着力点扎实推进高质量发展作出了整体谋划，犍为县将紧跟省委、市委发展思路，围绕“一心一地一城”发展定位，全力推进新时代县域经济高质量发展。（图片除署名外由受访单位提供）



玖龙纸业（乐山）有限公司



# 峨眉山推出 “治愈系”大招

“峨meet福，治愈一夏”  
峨眉山夏日治愈系活动启幕

■ 本报记者 熊春鹰 文/图

炎炎夏日，你是否感到焦躁不安？别急，峨眉山景区推出的“峨meet福，治愈一夏”活动来了！不仅能让你体验到峨眉山的传统文化，还能帮你轻松甩掉焦虑烦恼。



8月1日，“峨meet福，治愈一夏”峨眉山夏日治愈系活动在峨眉山景区启幕。本次活动以漫游、夏趣、治愈为基调，精心设计了“解忧亭”“行愿墙”“与福结愿”“动观峨眉”四大治愈系活动，既包含峨眉山特色的静心理念，也有符合现代年轻人需求的解压吐槽互动。

在报国寺广场的活动现场，游客们对“行愿墙”敲木鱼许愿环节表现出了浓厚的兴趣，纷纷排起队，希望通过这一仪式为自己的生活增添好运。

而在黄湾游客中心的“解忧亭”里，游客将心中的烦恼与不快书写于纸上，并将其投入情绪回收站中。随着碎纸机轻轻转动，那些承载着负能量的纸张被一一粉碎。志愿者忙着收拾这些“前尘往事”，而巧手们又把这些纸屑变成一朵朵指间玫瑰。游客们还可以在这里品尝网红峨眉冷泡茶，刹那间，暑气全消。幸运游客还能领到主题扇子，并以手中的扇子为点缀，在游客中心的“峨眉山”牌坊前定格美好瞬间。

值得一提的是，游客可以在“与福结愿”活动中深入体验峨眉山的传统文化，品尝禅茶，享受素斋，还有机会探秘深山。华藏寺、万年寺和报国寺等文物古建筑处还有盲盒福袋、“福”字拓印以及套色印章等免费活动。

“动观峨眉”活动则为游客设计了徒步打卡环节，增加徒步的趣味性，吸引更多的游客前往峨眉山感受自然风光和历史人文。既为游客们提供了一场解压活动来放松身心，也用一片阴凉来化解夏季的焦躁。

8月8日起，“趣寻找那些叫‘峨眉’的生命”峨眉山动植物知识科普活动也将开启，幸运的游客将在景区研学导师的带领下，在清音阁片区探寻藏在峨眉山的珍稀动植物，切身感受峨眉山的生物多样性。此外，线上还推出了“峨meet福，治愈一夏”抖音挑战赛，欢迎游客记录下他们白天徒步峨眉山的线路以及所见所闻。

据悉，这场充满欢乐的“峨meet福，治愈一夏”活动将持续到8月31日。无论你是想要放松心情，还是想要消暑降温，峨眉山都将成为你这个夏天最佳的“解压神器”。快来峨眉山，让我们一起把烦恼变成欢笑，把压力变成动力吧！

## LINK 抖音话题挑战赛

### 一、活动时间：

2024年8月1日—2024年8月31日

### 二、参与方式：

1、用户拍摄短视频并发布在抖音平台，发布视频时需在视频文案上添加#峨meet福治愈一夏 #峨眉山的city新玩法 两个话题。

2、发布视频需带上峨眉山景区定位且关注并@峨眉山景区。

3、拍摄内容需围绕峨眉山白天徒步攻略，包括但不限于峨眉山景区白天徒步路线、风光、环境等。

4、作品拍摄时长需大于15秒。

### 三、评选标准

1、抖音话题挑战赛将先审核参赛作品是否符合参与要求，再按照参赛作品的点赞量和浏览量，进行评定。

2、点赞量和浏览量的统计截止日期为2024年9月1日0点，排名前16名的作品进入最终评审，根据作品点赞量、浏览量及内容规范评出一等奖1位，二等奖2位，三等奖3位，参与奖10位。若出现不符合要求的作品将即刻取消评定资格并依次递补。

### 四、注意事项：

1、一个抖音号只能参与一次抖音挑战赛评选。

2、挑战赛参与时间为2024年8月1日至8月31日，提前或延后参加均不具备评选资格。

3、发布内容不得含有除景区外的广告代言等商业性质内容。

4、禁止发布对景区造成不良影响的内容，以及任何违反法律法规和抖音规则等的负面内容。

5、违反上述原则而产生的任何突发情况及舆论，景区不承担任何连带责任，此活动最终解释权归景区所有。

### 五、奖品设置

第1名（1位）大疆DJI Air3双摄航拍无人机（价值8000元/台）。

第2名（2位）Naturehike挪客户外露营套装（帐篷X1、户外椅X2、户外桌X1、露营灯X1）（价值2000元/套）。

第3名（3位）TheNorthFace北面户外防水冲锋衣（价值1000元/件）。

参与奖（10位）迪卡侬徒步辅助套装（户外渔夫防晒帽X1、登山杖X1、斜挎战术包X1）（价值500元/套）。



# 成理工程获中国智能制造挑战赛佳绩

■ 初晓

近日，2024年教育部第十八届CIMC“西门子杯”中国智能制造挑战赛全国初赛顺利完赛。由成都理工大学工程技术学院“Campus-Hub”校园学习中心组织的12支队伍参与本次比赛中智能制造工程设计与应用类的4个赛项。经过2天的激烈比拼，该校队伍最终荣获特等奖2项、一等奖2项、二等奖6项、三等奖1项的优异成绩。其中，有3支队伍成功闯进全国总决赛。

据悉，CIMC“西门子杯”中国智能制造挑战赛当前已成为中国智能制造领域规模最大、规格最高的国家级A类竞赛。2024年教育部第十八届CIMC“西门子杯”中国智能制造挑战赛全国初赛共有756所学校5800多支队伍参赛，参赛师生共计



25000余人，参赛规模庞大，竞争异常激烈。在西部五赛区 and 西部八赛区上，成都理工大学工程技术学院与四川大学、电子科技大学、重庆大学、成都理工大学、重庆邮电大学等资深高校同台竞技，无所畏惧，最终赢得荣誉！

“Campus-Hub”校园学习中心是智能制造新工程师校企联盟在全国高校建立的学习中心，为热爱智能制造技术的教师和学生创建学习和交流的平台，提供智能制造技术分享，成理理工大学工程技术学院“Campus-Hub”校园学习中心成立于2021年，中心的成立及发展对该校学生的综合工程能力、创新实践能力的培养和提升有着巨大的推动作用，中心近三年参加比赛均取得了较好的成绩。

## 草堂高中教师参加省级课题开题论证会

近日，草堂高中教科室副主任林育霏携《基于高中化学学业质量标准的复习总结课课堂教学评价研究》课题研究小组全体成员，赴峨眉二中参加了四川省级课题《高中化学学业质量标准的应用研究》乐山地区的子课题开题会。乐山市高新区嘉祥外国语学校 and 五通桥中学的课题组成员及学校领导共同参与了此次会议。

课题总负责人、中国教育学会化学教学专业委员会常务理事、四川省教育学会化学教学专业委员会副主任委员兼秘书长、省教科院高中化学教研员马红艳老师，乐山市教科所副书记高远才，化学教研员周颖秀老师亲临现场，为课题研究提供了宝贵的指导。

会议期间，省教科院的马红艳老师宣读了各子课题的立项书，随后各课题组负责人依次进行了开题报告。草堂高中化学课题组的负责人殷窈婷老师就《基于高中化学学业质量标准的复习

总结课课堂教学评价研究》做了详尽而深入的报告，充分展示了草堂高中在此项研究中的积极探索和扎实工作。

报告结束后，乐山市教科所周颖秀、高远才以及省教科院的马红艳对报告进行了细致的点评，并提出了参考价值的建议：一是要将课题研究和教学有机结合，不能变成两张皮；二是要始终围绕总课题目标开展子课题的研究；三是对照好新课标学业水平层级设计情景化教学、课堂评价、试卷命制；四是语言表达要规范、符合逻辑。

草堂高中教科室副主任林育霏明确表示，学校将不遗余力地支持课题研究，并对课题组成员提出了具体而明确的工作要求，以期在后续的研究中取得更加丰硕的成果，为高中化学教学的发展贡献草堂力量。（曹轩）

## 乐山外小获省级艺术展演三等奖

近期，乐山外小管乐团排练的管乐曲“皇家加冕进行曲”“凤凰序曲”，经区、市、省层层选拔，在四川省教育厅主办的“四川省第十一届中小学生艺术展演活动暨全国第八届中小学生艺术展演活动四川现场展演”中脱颖而出，荣获省级三等奖的优异成绩。

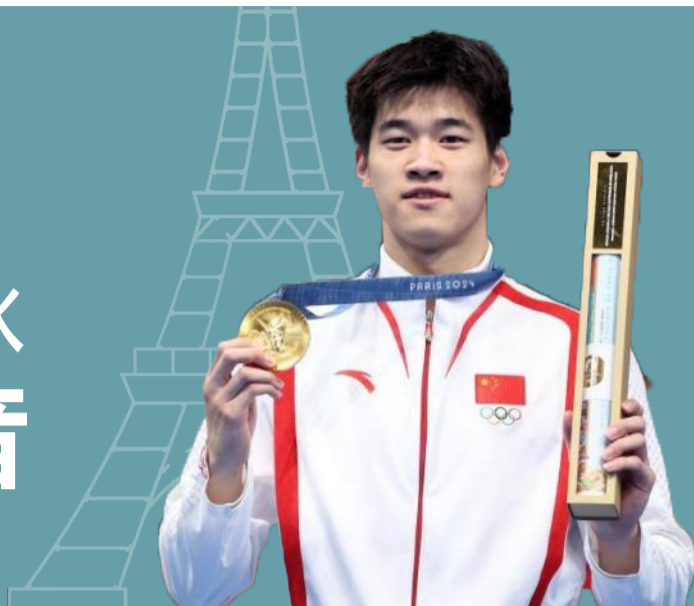


据悉，在“学广行雅 阳光通达”学校文化引领下，乐山外小一直以来高度重视美育工作。学校在部颁课程基础上，开发了丰富多彩的美育课程，满足了学生多元兴趣爱好。学校一直秉持“大美育、全浸润”美育理念，通过美育课程让学校文化落地落实，为学生卓越发展助力。（谢丽雅）



# 逆境中的中国游泳 发出奥运最强音

■ 记者 周欣 夏亮 刘旸



7月31日，中国选手潘展乐在颁奖仪式上。新华社记者 雒圆/摄



8月4日，中国队选手张雨霏在比赛中。新华社记者 王鹏/摄

## 强力反弹 “运气不行试试勇气”

巴黎奥运会期间，赛前就遭到攻击的中国游泳队积极配合频繁的兴奋剂检查，但仍被某些西方媒体揪住不放，运动员无形中背上了沉重的思想包袱，多位主力选手出现了身体不适等反应。开局不利、冲金点落空，但这没有压垮他们，“泳”士们逆流而上，愈挫愈勇。

“运气不行的时候，就试试勇气。”张雨霏和覃海洋的金牌教练崔登荣这样鼓励队员们。

带着这种“中国人骨子里”不服输、不认命的精神，张雨霏带病作战、潘展乐强势夺金、徐嘉余老而弥坚、覃海洋知耻后勇……全队在逆境中激发出超强斗志。

“为国征战、实现梦想，中国游泳队加油，中国游泳队必胜！”4日晚的男子4X100米混合泳接力决赛前，中国队的休息区传来震耳欲聋的加油声。比赛中，徐嘉余、覃海洋、孙佳俊和潘展乐四条“蛟龙”，果然以“最大的决心、最坚定的意志、最顽强的拼搏”赢得了胜利。

在男子混接夺金后，年轻的教练蔡力、郑坤良和资深金牌教练崔登荣、王爱民等人都是泪光闪闪。

“感谢教练和全队每一个人的鼓励和帮助，我又回来了。真正成为‘蛙王’的路还有很长，我会继续脚踏实地走下去。我相信，中国游泳一定会更好！”覃海洋赛后这样说。短短几天，从赛前踌躇满志、志在必得，到单项比

每晚山呼海啸的拉德芳斯体育馆重归平静，历时9天的巴黎奥运会游泳比赛终于落幕，中国游泳队以2金3银7铜和一个世界纪录，结束了这次充满故事的征程。由于种种原因，这支赛前被称为“历史最强中国泳军”的队伍，没能突破2012年伦敦奥运会夺得5金的历史最佳战绩，也没有超过东京奥运会的3金，但两枚金牌含金量极高，奖牌总数也为历史最多。

正如奥运“四朝元老”徐嘉余拿到个人奥运首金后所言：“比赛就像打仗，克服一切困难，这是刻在中国人骨子里的东西。”无视场外杂音，他们以实力和勇气，赢得对手的尊重和世界泳迷的支持，奏响了永不言弃的“奥运最强音”。而这，也正是对奥林匹克精神的生动诠释。

赛思想包袱重、发挥不佳，再到和队友一起征战接力赛创造历史，世锦赛“三冠王”经历了地狱难度的淬炼。

从最终成绩看，中国游泳队获得12枚奖牌，是历史上获得奥运奖牌最多的一次。特别是打破美国队长达40年的垄断，首次夺得男子4X100米混合泳接力金牌，证明了中国游泳近两年备战的正确思路——“以接力促团结，以团结促凝聚力，以凝聚力强训练，以训练强单项，以单项强接力”。

奥运会7个接力项目和世锦赛更多接力项目的设置，促进了国内更多地方队伍以人人参与的积极性去推动单项发展，国内游泳版图越来越广阔，青少年人才越来越多，提升了中国游泳整体实力。巴黎奥运会游泳31人名单中，浙江占据9个席位，7人登上领奖台；李冰洁领衔的河北泰华游泳队也涌现出一大批中长距离自由泳新生代力量；湖北、上海、广东等传统游泳强省都逐渐向外辐射，越来越多省份有选手崭露头角。

中国游泳队还提前定下接力选拔机制，4月的全国冠军赛后，精准确定预赛和决赛每个棒次的顺序和人选，让运动员提早练习交接棒出发、转身和到边技术，提高成功率和速度，避免以往交接棒出现犯规的失误。

“绽放巴黎”，中国队做到了。尽管有遗憾，但突破和惊喜更闪耀，那份逆境中奋起的勇气和自信，比金牌更珍贵。



## 虎口拔牙 用实力粉碎质疑

在巴黎，拉德芳斯泳池里的水并不平静。

奥运前后，部分外媒一直以三年前的食品污染事件为借口，持续攻击诋毁中国游泳队，受到外界干扰的中国泳军在开赛前几日一直未能见金。

7月31日，在男子100米自由泳高手如林的竞争中，“憋了一口气”的潘展乐突破重压，以46秒40打破由自己保持的世界纪录夺冠，为中国游泳队一扫阴霾。

他把世界纪录大幅提高了0.4秒，并领先亚军1.08秒，赢得酣畅淋漓。虽然某些酸溜溜的人又开始质疑“非人类”“不可能”，潘展乐却赢得了对手们的尊敬。亚军、澳大利亚名将查默斯和季军、罗马尼亚天才少年波波维奇，以及英国男子短距离自由泳选手普劳德都力挺潘展乐。波波维奇说：“我们应该祝贺他。人类总是突破极限，只是需要天时地利人和的合适机会而已。”

几天后，在游泳最后一个比赛日、潘展乐生日这天，他和队友徐嘉余、覃海洋、孙佳俊联手，再次放了个大招。在男子4X100米混合泳接力中，他们冲破美国队40年的垄断，为中国队首次拿下该项目的奥运金牌。

这个项目历来是美国队的“地盘”。自1960年该项目“入奥”以来，除了未参赛的1980年奥运会，美国队15次参赛全部夺冠。而中国队自1984年洛杉矶奥运会以来，历史最好成绩是在东京奥运会上名列第八。但决赛中，徐嘉余（仰泳）、覃海洋（蛙泳）、潘展乐（自由泳）都在各自的泳姿拼得最强棒，临时顶替蝶泳头号人选王长浩上场的是孙佳俊，他在第三棒顶住了压力，竭尽全力为潘展乐在最后一棒强力反超留下了余地。

这是见证中国游泳敢于突破、放手一搏的一天，又恰巧是首次参加奥运会的潘展乐20岁生日。在男子混接最后一棒自由泳中，他游出了45秒92的分段成绩，赛前“要游进46秒”的“吹牛”，又实现了！并且，加上出发反应用时，比他在单项100米自由泳夺冠的成绩还要快。“纪录就是用来打破的。”潘展乐赛后说。

在颁奖仪式合影时，输得口服心服的美国队主动示意冠军中国队“要站在上面”，并和法国队一块坐了下来。随后，队员们一一友好握手拥抱。当赛后有外媒试图再度挑起所谓“兴奋剂”话题时，美国队队员墨菲说：“向中国队致敬，他们游了一场伟大的比赛。”

冲破阴霾，奥运精神在这一刻迸发出最耀眼的光芒。



8月4日，中国队选手徐嘉余（中）在比赛中入水。新华社记者 黄宗治/摄



8月2日，季军中国选手汪顺在颁奖仪式后。新华社记者 王鹏/摄

## 金牌之外 有理有节赢得人心

30岁，四届奥运会，汪顺成为中国游泳史上唯一在同一个项目上连续三届获得奖牌的运动员。在男子200米混合泳项目中，他2016年里约奥运会摘铜，东京奥运会夺金，巴黎奥运会再次获得铜牌。

从菲尔普斯和罗切特主宰的“双核时代”，到如今由法国“飞鱼”马尔尚统治的时代，汪顺始终一路征战。他四届奥运会的1金2铜，足以载入中国游泳史册。

摘铜后，对外媒的又一次挑刺，他平静地说：“中国运动员坚持以拿干净的金牌、风格的金牌、道德的金牌为目标。我从5月份国内选拔赛结束到奥运会经历了28次的不定期检测。包括从7月5号到奥运会进村之前，两周多的时间内进行检测11次，这些足以证明我们（没问题）。”

1银5铜，结束全部6项赛事后的张雨霏有点不甘心。“奖牌多是多，但不是我想要的颜色。”但她已经创造了历史，将中国游泳运动员的个人奥运奖牌数纪录提升到10枚。而这个成绩，是这位“泳池劳模”克服生理期和发烧等身体不适，拼出来的。

6次登上领奖台的张雨霏或是戴着熊猫发饰、或是别着龙角发卡，总是流露出自信灿烂的笑容。她说：“生活是一面镜子，你对它笑，它就对你笑；你对它哭，它也对你哭。”

这个爱笑的江苏姑娘，面对新闻发布会上外媒对潘展乐成绩的质疑，给出了犀利而不失礼貌的反击：“他有没有用药，兴奋剂检测可以给出明白的结果。为什么中国运动员游得快的时候要被质疑？美国的运动员菲尔普斯拿到8块金牌的时候，为什么没有人敢去质疑他？”令人心折的风度、有理有据的反问，让中国姑娘迅速圈粉国际网友。

而那位自称“专家”的澳大利亚教练霍克，在发视频质疑潘展乐成绩“不可能”后，也遭到全球无数正义网民反驳和讽刺。有网友评论：“一个非英语国家的运动员击败澳大利亚游泳运动员，就与‘禁药’扯上了关系。”还有网友说：“世界纪录就是用来打破的。”

在广大外国泳迷的抨击下，这位澳洲“懂王”已经悄悄删除了那段视频。

（来源：新华网）

# 在乐山仰望星空

8月12日晚至13日凌晨，最浪漫的天象——英仙座流星雨即将来临。小编盘点了乐山最适合观看流星雨的地方，约上三五好友，将浪漫进行到底。

## 金顶 ✨

峨眉山市峨眉山景区

星空璀璨，银河浪漫。金顶海拔3079米，是峨眉观赏流星雨的绝佳点位。没有光污染，天气晴朗的夜晚，银河清晰可见，会让你有种“手可摘星辰”的错觉。斗转星移间，一颗颗流星坠落，美到让人失眠。



郭星/摄

## 绥山镇 ✨

峨眉山市绥山镇太阳村



这里海拔1000多米，是夏季观星的好去处。因交通便利、离城区较近，近年来受到年轻人的追捧，成为看日落、观星的新晋打卡地。深夜时，草场静谧，以宽阔草海为床，以滚烫星河为被，不亦快哉。

## 高桥镇 ✨

峨眉山市高桥镇寨子村

高桥镇寨子村的茶园视野开阔，空气中充满了清新的茶香。寨子村茶园璀璨银河，到了夜晚，茶园上空的璀璨银河让人沉醉，蓝的、紫的、黄的、粉的……万千繁星，像是走入了五彩斑斓的梦境。

## 龙池镇 ✨

峨眉山市龙池镇莲花村



只要是晴天的夜晚，就能感受万千星辰和浩瀚银河的洗礼。南山片区龙池镇的高山蔬菜基地、核桃坝……平均海拔有1000米以上，这里远离城市喧嚣，山清水秀、空气清新，夏日夜晚的星空闪烁神秘，让人仿佛置身在另一个时空。

## 太平坪 ✨

沙湾区沙湾镇二峨山村

绝美风景隐于山，离天近，离尘远。这里的星空让人无所虑无所思，身心放松，听着虫鸣和潺潺水声，仰头看满天点点繁星，感受夏夜的悠长，亦是一番别样的滋味。



郭星/摄

## 山水世界 ✨

沙湾区沙湾镇三峨山村

仰望星空，探索宇宙，我们的向往和遐想从未停止。繁星闪烁点缀着夜空，梦幻的星光洒向大地，仰望星空令人充满幻想！不用再跋涉其他地方了，就在“山水世界”也能看到灿烂星空。

## 五指山 ✨

沐川县永福镇

炎炎夏日，五指山是绝佳避暑之地，平均气温在25℃-26℃，仿佛大自然特设的空调房。这里也是观星的绝佳之地，迎着风，从夕阳西下到星辰熠熠，抬头即银河悬挂、星光漫天。（来源：乐山文旅）

# 逃离高温 浪起来!

## 大佛游船

市中区凌云路  
咨询电话：0833—6116666

雄伟壮观的乐山大佛，每天都吸引着无数游客前来。来到景区除了登上凌云山，还可以乘船游览，远观大佛的雄伟壮观，领略三江汇流的自然美景。大佛游船已经开通了白天水上旅游、丹青山水合游、夜游三江（乌尤寺航线）、巨型睡佛观光游线等多个游览方式。

## 灵秀温泉欢乐谷

峨眉山市峨眉山景区  
咨询电话：0833—5590370

灵秀温泉欢乐谷坐落于峨眉山山麓，紧挨报国寺，深受本地人喜爱。冲浪乐园、溪谷漂流、戏水乐园，保证给你一个好吃、好玩、好清凉的奇妙夏天。在冲浪乐园，体验前所未有的水上动感。不分年龄的欢乐场，让人忘记一切烦恼。

## 峨眉山海啸水世界

峨眉山市胜利镇  
咨询电话：19897793801

这是属于乐山人自己的水上乐园。不论什么时候，刺激的造浪池总能让你体验在大海中随波飘摇的感觉。海啸造浪池、六并列滑道、浪摆滑道、儿童水寨……高端大型水上娱乐设施、超多的网红游玩项目和各种精彩活动，承包你整个夏天的清凉。

## 沐川龙门大峡谷漂流

沐川县幸福乡  
咨询电话：0833—232555

漂流位于中国“天然氧吧”沐川，素有“华西第一漂”的美誉，是刺激且生态的竹海峡谷漂流。这里竹林婆娑，云雾缭绕，全长9.6公里，一眼望不到头的超长峡谷河道，沿途惊险连连。

## 嘉阳·科普水乐园

犍为县桫欏湖国家湿地公园  
咨询电话：18383399959

嘉阳·科普水乐园占地面积约15亩，以水上游乐为主题，集沙滩休闲、游乐、嬉水、科普一体。在这里可以体验多层次的滑翔乐趣与速度变化，还有岸边沙滩、嬉水池、螺旋滑梯、“大蜘蛛”、七彩水圈等项目，刺激又好玩。



太阳火辣辣照射下来的夏日午后，最佳消暑方式一定是玩水。小编搜集了乐山花式玩水指南，满足你尽情造浪的小心思。

## 嘉阳桫欏湖

犍为县嘉阳桫欏湖景区内  
咨询电话：0833—4092599

“桫欏湖”原本是马边河的一段水域，由于大坝的拦截，使原本湍急的流水变得平静，犹如一面硕大的银镜。高峡出平湖，造就了这25平方公里的独特景致。在马庙码头登船，跟着游船慢慢向着桫欏湖的深处行驶，感觉整个人都通透了起来。



## 雪口山漂流

马边彝族自治县雪口山镇  
咨询电话：15729713333

玩漂流怎么少得了让你尖叫的雪口山漂流？1秒解锁清凉快感，2秒刺激肾上腺素，3秒带你爽翻天，轻轻松松还你18℃的夏天。雪口山漂流依托于雪口山天然河床与充足水系资源建设而成，跌宕起伏的河床，沿途变幻的风景，既刺激又浪漫。



(来源：乐山文旅)

## 为什么 乒乓球 被称为性价比最高的“长寿运动”？

我国乒乓球在国际赛事中一直保持着不错的表现，也带动了很多人对乒乓球运动的热爱与参与。实际上，打乒乓球不仅非常健康，更是一项性价比最高的“长寿运动”。

### 挥拍运动是性价比最高的“长寿运动”

2018年，权威期刊《柳叶刀-精神病学》上发表了一项调查报告，研究人员分析了不同种类运动和全因死亡率的关系，发现性价比最高的运动中，排在第一位的就是挥拍类运动。对比不运动的人，进行了挥拍运动的人可以降低心血管疾病的发病风险约56%，如果能达到推荐的运动量，能够降低约47%的全因死亡率。

乒乓球、羽毛球、网球等挥拍类运动往往都需要调动身体多个肌肉群，眼睛看着球来进行手眼的协调，同时在击球一刹那，会有一个相对的爆发力发出。它强调了协调性、柔韧性，同时要有一定耐力，这样可以帮助我们来提高肌肉骨骼的力量，提高心肺功能以及协调性，可以让人的注意力更集中，使大脑处于活跃状态，起到帮助延缓大脑的衰老及保护心血管的作用。

### 挥拍运动的好处

#### 1. 控制血压

适度强度的挥拍运动可以降低收缩压和舒张压。通过运动，可以提高心脏的泵血效率，改善血管的弹性，促进血液循环，从而使血压得到控制。

#### 2. 减轻体重

挥拍运动可以帮助消耗多余热量，稳定好自身体重，有助于减少体内脂肪，降低心脏的负担，改善血管功能，并降低血压水平。

#### 3. 促进血管健康

挥拍运动可以扩张血管，改善血液流动，促进血管内皮细胞的功能，减少动脉硬化和血栓形成的风险，有利于降低发生心脑血管缺血性疾病的风险。

#### 4. 控制血脂血糖

挥拍运动有助降低血脂、血糖，是预防血脂异常和糖尿病的有效方法，长期坚持可以起到辅助降糖、降脂的效果。

#### 5. 锻炼肌肉力量

挥拍运动能够提高身体灵活性，通过刺激肩部肌肉及手臂肱二头与肱三头肌，有效增强肩部和手臂肌肉的力量。腿部肌肉会得到有效地锻炼。此外，还能预防颈椎病。

#### 6. 延缓大脑衰老

运动过程中，大脑需快速紧张思考球技和战术，需要动态记住双方的比分，有健脑功能，可以使大脑保持思维的敏捷性，提高反应力和记忆力，延缓老年人脑动脉硬化。

#### 7. 锻炼眼力眼神

眼睛盯球可以促进眼睛进行调节运动，还可加速眼球组织的血液供应和代谢。在快速进行中需要眼睛紧盯对手的动作和球的飞行方向，这时大脑得到高速运转，所以对眼

力和大脑也是一种锻炼。

#### 8. 缓解压力焦虑

挥拍运动至少需要2个人参与，有助于建立健康的社交关系，缓解压力和焦虑。

### 打球前注意这几件事

#### 1. 做好热身

任何运动前都需要有热身运动，挥拍类运动也不例外。把热身的重点放在关节、腰部等。注意活动关节，包括颈椎、肩关节、腰椎、髋关节、膝关节、踝关节。再进行腰背肌、腰腹肌等部位的拉伸。

#### 2. 选对器材

对于初学者来说，尽量选择重量较轻的球拍。比如，初学者的乒乓球拍建议选择重量适中的，以让自己在击球时感到舒适和自如。羽毛球或网球球拍的网线不宜调整得过紧，以在击球时没有过大的震感为宜。

#### 3. 控制运动时间和强度

一般来说，挥拍类运动不用每天都练，每周2-3天，每天1次对健康比较有益。每次锻炼的时长在60分钟为宜，青壮年可以打2小时，中间适当间歇休息一下。中老年群体，运动更倾向于健身为宜，挥拍的速度减慢为宜，进行挥拍类运动时以略微出汗为佳，运动后应感到轻松、舒畅。

#### 4. 这些人不宜挥拍运动

严重心血管疾病患者如冠心病心绞痛、心力衰竭患者，高血压未按规定服药血压未达标者，器质性心脏病出现心律失常者，瓣膜性心脏病者，均不宜进行挥拍类运动。

(来源：健康时报，有删节)



# 儿童腺病毒高发 如何防“毒王”？

最近，“腺病毒”一词频频出现在热搜上，这让不少家长忧心忡忡：是新一波病毒又来了吗？到底什么是腺病毒？中招会有哪些症状表现？又该如何治疗和预防呢？

## 6岁孩子发热咳嗽3天后 出现“白肺” 元凶是腺病毒

凌晨，一辆救护车开往浙江某医院，车里面是年仅6岁的小媛媛（化名）。此时，她呼吸困难，靠氧气面罩艰难地吸着氧，情况十分危急。据了解，小媛媛从活蹦乱跳到呼吸困难仅仅过了3天。

刚开始时，小媛媛就是有点发热、咳嗽、流涕等一般性症状，家长也就以为是普通的感冒，喂点感冒药就会好的。没想到，小媛媛很快就出现了严重的呼吸困难而且高热不退。

小媛媛父母赶紧送她到当地医院检查血常规和胸片，提示肺部出现了大面积的实变，也就是平常所说的“白肺”。当地医院紧急联系了儿科，派救护车第一时间送过来。

小媛媛入院后，在综合ICU进行机械通气呼吸支持治疗的同时，医生们给小媛媛进行了病原学的核酸检测，发现腺病毒为阳性，结合临床表现，导致小媛媛重症肺炎的“元凶”找到了——就是腺病毒感染。经过3天的对症治疗后，小媛媛终于脱离了呼吸机，转回普通病房。

## 女孩游泳回来发烧 感染腺病毒 当作“受凉”拖成肺炎

最近“中招”腺病毒的，还有5岁女孩普普。半个月前妈妈带普普去学游泳，还没学几天，普普就突然发起了烧。一开始，家人觉得可能是她游泳时受凉了，就找了些药给普普服下。但没想到，普普却高热不退，退烧药也只能压几小时，还出现了呕吐和腹泻。吃了几天药后，普普咳嗽越来越厉害，顽固高烧不退。

妈妈带普普来到了医院儿科。接诊的儿科医生为她安排了一系列检查，结果发现腺病毒呈阳性，而且已经发展成腺病毒肺炎。所幸，普普的肺炎并不算严重，之后在一系列对症治疗后，顺利康复出院，前前后后折腾了小半个月。

## 医生：泳池、水乐园等玩水地 腺病毒容易高发

像普普这样的患儿，当地儿科最近接诊了好几例，他们几乎都有共同的经历：去过泳池或者水乐园，或者是人群密集的公共场所。前年，媒体曾报道过一个病例，一游泳馆140多个孩子游泳后高烧，多名孩子被检测出腺病毒阳性，此事当时引起了不小的轰动。

“腺病毒一年四季都可感染，但在夏季，泳池、水乐园等玩水地，腺病毒容易高发。”儿科医生说，腺病毒的传播途径主要是飞沫传播，感染者的呼吸道分泌物可在空气中保持半小时。除了唾液传播外，腺病毒还可经消化道传播，比如被病原体污染的水和物品，都可能传播。泳池和水乐园人员密集，加上水中的人无意中会将带有病毒的排泄物或者体液等带入水中，就特别容易发生感染。

## 没有特效药 最有效的预防是别招惹

腺病毒目前没有相关疫苗也没有特效药，所以最有效的预防方式就是尽量避免去“招惹”。

首先要注意个人卫生，及时洗手，尽量不与他人共用杯子和餐具。另外尽量不要带2岁以下的宝宝去人多的公共泳池游泳；如果去公共泳池游泳一定要选择消毒严格的正规游泳场所；游泳时戴好泳帽和泳镜，不要吞咽泳池水，不与他人共用毛巾；游泳后要及时用流动的清水冲洗干净身体，并且漱口；如果有感冒症状或者身体不适应该及时停止游泳。

最后温馨提醒，由于腺病毒没有特效药，一旦发生高烧尽早到医院检查排除，孩子可能有咽痛、眼睛红等一些非特异性症状表现，不要自行盲目服药。而且，由于腺病毒传染性强，一旦身边有人确诊感染，要及时做好隔离工作。  
(来源：本报综合)

# 高温天“火”了防暑药品 医生提醒： 一定对症选用

近期，全国各地的高温此起彼伏。持续的高温催热了夏日防暑降温产品市场，连日来，全国各大药店的防暑药品随着气温的节节攀升销售火爆。市面上，防暑解暑类药物数十种，它们有什么区别呢？我们该如何选择呢？医生建议，大家一定要对症选用。



## 1. 风油精类（外用）

对于学生或上班族，将风油精涂抹于太阳穴、人中等处，就可达到提神的效果。但是，风油精含有樟脑等成分，因此孕妇、3岁以下儿童禁用；且在出汗时不宜使用，因为芳香剂这些成分会通过汗腺被人体吸收。

## 2. 十滴水类（内服）

十滴水有健胃，驱风的功效，主治因中暑所致的头晕恶心等症。但十滴水的主要成分之一樟脑，就具有一定的毒性作用，不适宜长时间服用，更不适合婴幼儿及孕妇等敏感人群。

## 3. 藿香正气口服液（内服及外用）

适用病症：中暑预防、解暑、暑湿感冒头晕、空调病、胃肠不适（腹痛、腹胀、腹泻）、痱子、蚊虫叮咬等。医生介绍，近期来就诊中暑和中暑先兆的患者每天都有，其中中青年较多，尤其是白领。白领一族长期坐办公室，在空调房里工作，对热的耐受能力下降了，人体就容易出现体温调节障碍。加上出门又突然一个冷热交替，从高温的室外突然进入较冷的空调房或空调车中，都容易发生中暑。

除此之外，高温天气，由于暑热湿盛，人们毛孔开张，腠理疏松，人们睡眠、午休和纳凉、出行之时，若过于避热趋凉，如夜间露宿室外，或运动劳作后立即用冷水浇头冲身，或立即快速饮进大量冷开水或冰镇饮料，或睡眠时被电扇强风对吹，均可导致风、寒、湿邪侵袭机体而引发“中暑”或感冒。

藿香正气液解暑驱寒，就是运用藿香、厚朴等具备挥发、升腾作用的药物，外去暑湿，内散寒气，让五脏六腑的运行功能恢复正常，让人体恢复正常排汗，中暑症状、感冒症状也就很快消失了。

特别提醒：头孢类药物遇到藿香正气水中的酒精，会发生双硫仑样反应，表现为气短多汗、头昏头痛、呕吐、心率加快、呼吸困难等，甚至出现休克和意识障碍。酒精过敏者也不要服用含酒精的藿香正气水；服藿香正气水后，不宜开车和操作精密仪器、进行高空工作。藿香正气类药物还有胶囊等剂型，也可适当选择；有高血压等慢性疾病患者，或正在接受其他治疗的患者，均应在医生或药师指导下服用。藿香正气水也不宜与滋补类中成药同时服用。老人、孕妇、幼儿等体质较弱者也尽量不要喝。

## 4. 仁丹

主要成分为肉桂、藿香、薄荷脑、冰片、朱砂、砂仁、丁香、豆蔻、檀香、木香等。清暑开窍。用于治疗因伤暑引起的恶心、胸闷、头昏、晕车晕船等。服用时需含化或用温开水送服，一次10~20粒，按需服用；孕妇慎用，儿童及年老体弱者须在医生指导下使用。

## 5. 苏合香丸

由苏合香、安息香、冰片、水牛角浓缩粉、人工麝香等制成的中成药，芳香开窍，行气止痛。用于痰迷心窍所致的痰厥昏迷、中风偏瘫、肢体不利，以及中暑、心胃气痛。苏合香丸属于芳香走串，醒脑开窍类中成药，易耗伤正气，不宜长期服用。孕妇禁用；中风患者不宜使用、运动员慎用；可引起过敏性皮疹，用药时需注意观察不良反应。

## 6. 金银花露

主药为金银花，辅料为蔗糖，口感微甜，适合儿童服用。具有清热解毒的功能，用于小儿痱毒（面、颈部及胸部红色丘疹），暑热口渴、头晕头痛、胸闷乏力等症状。服药时要多喝水，清淡饮食，忌食辛辣、鱼腥食物。金银花中含有绿原酸，具有致敏原作用，可引起过敏反应，表现为面色苍白、头晕、恶心、皮肤瘙痒等，需注意观察，与患者的原发病鉴别。

（来源：本报综合）



扫描下载天府科技云APP

# 市人民医院职工子女暑期托管营开营

■ 本报记者 文/图



解决职工实际困难的重要举措，切实把关心关爱职工工作落到实处。为确保本次托管服务的高品质 and 专业化，医院工会组织职工代表认真考察、综合评比，最终确定乐山师范学院具体承办本次暑期托管营服务。经前期对暑期托管营的需求征集，最终有148名职工子女进入本次暑期托管营。

开班仪式现场，乐山市人民医院党委书记陈佳向乐山师范学院体育学院副院长张爱平授予了托管营营旗，并亲自向学生代表赠送了学习用品，寄语孩子们在托管营中能够开心快乐、学有所获。

8月5日，经过前期的精心筹备，2024年乐山市人民医院职工子女暑期“小学生托管营”在乐山师范学院正式开营。乐山市总工会、乐山市人民医院、乐山师范学院有关领导参加开营仪式。

据了解，乐山市人民医院党委高度重视职工子女暑期“看护难”问题，将开办职工子女暑期托管营作为为职工办实事、

“这个项目在正式中标通知书下达后，我们立即成立了工作专班，组建了拥有16名老师的项目工作组。”托管营负责人赵磊介绍，托管营将提供包括“蝴蝶类科普课”“科学类探究课程”“国学课程”“攀岩课程”“丛林探索课程”“飞盘课程”“音乐课程”和“手工课程”在内的8大类课程，旨在通过丰富多样的活动促进孩子们在知识、技能、情感和体魄上的全面发展。

乐山市人民医院此次暑期托管营的设立，不仅解决了职工的后顾之忧，更为孩子们提供了一个充实和愉快的暑假生活，获得了职工家庭的广泛好评。在托管营，孩子们不仅将获得知识的汲取和身心的愉悦，更将在这个夏天留下难忘的回忆。



## 坚守纪律底线 永葆党员本色 新华保险乐山中支党支部主题党日活动

开展党纪学习教育，是加强党的纪律建设、推动全面从严治党向纵深发展的重要举措。为进一步增强党员干部对党忠诚的思想自觉，强化纪律规矩，培养一支忠诚干净担当的党员干部队伍。近日，新华保险乐山中支党支部组织全体党员前往夹江县红色西山革命教育基地开展“坚守纪律底线，永葆党员本色”主题党日活动。

活动中，大家逐一参观了教育基地展厅，聆听了革命斗争史，重温了入党誓词，重走了斗争路，观看了《“西山精神”在新时代熠熠生辉》纪录片；党员干部用心去感受，一件件红色文物、一幅幅珍贵照片、一个个感人故事，无不在向党员干部生动诉说着革命先辈内心坚定的信念、不惧困难、不怕牺牲、勇于斗争，为共产主义而奋斗终身的决心，这些内容令全体党员心潮澎湃。随后，大家就如何深化党纪学习教育、强化党性修养、增强纪律意识、加强党风廉政建设进行了深入的交流和讨论。

“青山脚下埋忠骨，英烈精神代代传”，英勇奋战的红色故事鼓舞人心，廉洁清正的纪律作风振奋人心，红色教育基地是深化党纪学习教育的生动教材。乐山中支党支部将持之以恒综合运用党性教育、纪律教育、警示教育和廉洁文化教育等形式，切实将党纪学习教育延伸到“神经末梢”。（陈翔文/图）



**小本买卖 大有可贷**  
个体工商户经营快贷

中国建设银行  
China Construction Bank

客户服务热线: 95533  
网址: www.ccb.com

个体工商户经营专属贷款; 纯信用无抵押, 支用方式灵活; 线上自助办理, 随借随还。

**懂你**

乐山城市生活“海底捞”

· 城市生活 · · 文化旅游 · · 城市休闲 ·

长得好看的都关注了呢  
乐山广播电视台官方微信公众号