

# 娄底广播电视台

第32期 (总第1457期)

2020年8月6日出版 本期20版 介绍2020年8月10日至8月16日电视节目



扫一扫,关注娄底广播电视台官方微信

12345市长热线:  
我市狂犬疫苗  
为何“一针难求”

» 5版

## 全员参与 全民共建 创文知识进万家

为了让文明理念更加深入人心,营造全员参与、全民共建的浓厚氛围,连日来,娄底城区社区干部、志愿者以及居民群众开展创文宣讲进社区活动,将创文知识送进千家万户。(张政)



## 娄底楚英2020年中考 喜报

仲夏时节桃李芬芳,欢呼胜利捷报频传。

今年,我校初三540余人参加中考,人均达822分,900分以上人数达57人,最高分940,占全校参考人数的10.3%(体育为考查,未计入总分),840分以上达275人,800分以上达385人(以上均为裸分,不含加分),占全校参考人数的70%。高中上线率高达99.1%。人均分、上线率、优秀率再次名列前茅!

三载耕耘不负望,赢得芬芳贺此时。在此,我们谨向长期关心和支持我校工作的各级领导和社会各界人士表示诚挚的感谢!

娄底楚英学校  
2020年8月1日

# 省文旅厅到涟源调研文旅产业发展

7月31日至8月1日,省文化和旅游厅副厅长高扬先带领文旅产业和媒体的专家、策划人,到龙山和湄江调研,为涟源文旅产业发展把脉问诊、出谋划策。

高扬先一行详细了解了龙山和湄江当前正在进行的文旅产业建设情况,并在座谈会上听取了市的情况汇报。大家认为,涟源旅游资源丰富、区位优势明显,但存在人气不足、内容单一、基础设施不完善、缺乏相关专业人才等问题。座谈会上,

相关专家结合当前文旅产业发展形势介绍成功经验,总结失败教训,传递业界新动态,积极建言献策,就景区提质升级、未来发展方向、体制机制建设、核心旅游人才引进等提出了具体建议。

高扬先表示,涟源是湘中文旅产业发展的关键节点,要用改革的方法和思路解决问题,摒弃陈旧观念,打破条条框框。景区的经营管理要坚持政府为主,同时面向全省乃至全国公开招聘营销团队,采取线

上线下相结合的方式加强营销,全力提高人气。要解放思想,突破传统,重视创新,舍得投入,抓住一切可利用的资源为己所用,通过“放水养鱼”“科学喂鱼”,激活涟源文旅市场的“一池春水”。要多出去走一走、看一看,认真研究市场需求,引进优质项目和人才。金杯银杯不如游客的口碑,要严格按照景区建设标准完善基础建设,在现有基础上开发新的文旅产品,加强与旅行社和媒体的沟通和衔接,提升游客吸引力和满

意度,练好“内功”。高扬先表示,将一如既往的关注和支持涟源的文旅产业发展。

市人大常委会副主任候选人、涟源市委书记谢学龙对各位专家来涟“传经送宝”表示感谢,她指出,涟源将认真吸收、消化专家提出的意见和建议,进一步统一思想,理清工作思路,列出工作清单,制定详细的任务书、路线图和时间表。希望省文旅厅继续支持涟源的文旅产业发展,帮助协调解决相关问题。(邓志文)

## 三联峒冰泉峡谷焕新升级 冰泉戏水清凉一夏



8月1日至2日,一群身着民族特色服饰的“梅山姑娘”和几个身穿汉服的美女出现在新化县三联峒景区冰泉峡谷内。她们时而站在7D玻璃桥上和声控喷泉前高歌,时而漫步在飘渺水雾之中,时而在冰泉中戏水,每位经过的游客都情不自禁拿出手机拍起来。

据了解,冰泉戏水是三联峒景区刚刚开发的又一个新项目,天然凉爽的冰泉从山间自然流下,流经从高到低数个层次分明的“小泳池”,使每个泳池都始终1米深左右的冰泉。与传统游泳池相比,冰泉戏

水项目的水拥有着得天独厚的天然优势,水质清凉干净,在其中戏水和游泳让人更加神清气爽。

三联峒是国家4A级旅游景区,位于新化县维山乡四都神象山内,距县城25公里,约30分钟车程。海拔780米—1560米左右,与新邵、隆回毗邻。原始生态覆盖率达61%,次森林生态占36%,负子含量每立方米达68000个。景区四周深山峻岭、前坪视野开阔,冰泉密集。景区内分布有:冰泉峡、文房谷、冰泉湖、天生百丈观音、古战场遗址。有华山道、黄山顶、天墨、天书等奇特景观。

近年来,三联峒景区加大投资,先后开发了亚洲第一声控喷泉、湖南首条镂空铁索桥、亚洲第一高空滑道、飞天魔毯、7D玻璃桥等特色项目,致力于为游客打造既好看、又好玩的旅游体验。2019年,“高空王子”阿迪力在新化县三联峒景区挑战极限,完成高空无保护走钢丝2036米和倒走1018米,创下两项世界纪录。随着冰泉戏水项目的开放,更增加了景区人气,让游客既能感受到更甚于黄山的惊险,还能体验像昆仑山一样的清凉,感受湘中“最后的秘境”的魅力。(新融)

### 游记

## 流连渠江源

周末,从俗务中挣脱,怀着一颗虔诚之心,爬山涉水,来到大山怀抱之中的渠江源,赶赴一场心仪已久的文学之约。

车在崎岖的山道上穿行,一个弯接着一个弯,一会儿将我抛到了峰顶,一会儿又跌落入了谷底。在短暂的行程中,我体验了大起大落的人生。

一道不知名的河欢快地跟随着,或曲或直,或缓或急,一路随行。河里的水流并不大,隐匿在大大小小的河石间,如果你不细看,几乎难以窥见她的行踪。

一路颠簸,终于到达了山顶。站在客舍的地坪里,放眼远眺。极远处,连绵起伏的群山,好像微生波澜的海面,乳白色的雾气如薄纱、如淡云,时聚时散,时卷时舒,变幻各种形态。稍近一些,几座峰峦如聚,摩肩接踵,层层叠叠,仿佛泼墨拖曳出来的暗影。

晚饭后,薄薄的夜色渐渐涂抹了群山,四周的一切慢慢地变得不真切起来。

古色古香的庭院里,已经燃起了熊熊的篝火,扑腾的火焰宛如一个妖娆的女子,扭动着婀娜的身躯,热情的舞蹈将你的身和心都变得滚烫。

有人放声而歌,渺渺的歌声与山风缠绵,融合在大自然的韵律里;有人在翩翩起舞,翩跹的身影与火光流连,光影交替,疑幻疑真。手与手牵在一起,脚和脚跳跃着,夜色如酒催人醉,山风满怀让人眠……

次日,天刚蒙蒙亮,树梢间的鸟和草丛间的虫将我唤醒。

从客舍只有二三里就到了茶溪谷。沿着依山而建的栈道拾级而上,满山浓郁的苍翠扑面而来。别处都已经是层林尽染,万山红遍,而这里好像不属于这个季节,依然满目碧绿,苍郁逼人。

溪流里引人注目的是形态各异的河石。有的像一座天然的棋盘,山和水对弈;有的仿佛一张宽敞的石床,天与地为穹庐。它们随意地散落,看似毫无章法,却又与这山、这水、这天地无限吻合。

曲折的栈道上时不时斜曳出一棵古树,或一条古藤,树皮苍老,枝叶却绿意盎然。突如其来横贯在登山木梯当中,野趣横生,由不得你屈尊弯下身子才能经过。

几道大小不一的瀑布,从十几丈高的悬崖上倾泻而下,薄薄的流水在悬崖上碰撞、激荡、跳跃,溅出水花,然后落到下面的浅潭里。潭水清冽,水底碎石粒粒清晰可见,却不见细鱼小虾游曳。

沿着斑驳的石径,浏览谷里的古树、奇石、水色,不一会儿,就到了半山腰,后背已渗出微汗。三三两两的人在路边歇息,或合影留念,或畅谈诗歌……

这时,几座翼然的小亭出其不意闯入眼帘,名月芽、寒然,而我更喜欢那座不知名的茶亭,藏在溪流的左侧,朴素、自然、清新,毫无痕迹地融合在这苍翠的山色中。

登到栈道的尽头,再无路可寻,只有一处狭小的梯台,仅可容四五个人站立。高耸的树木遮挡了视线,无法窥探山顶的风景。在这里,却可以将半山风景,一览无余,尽收眼底。人生有时亦是如此,无须追求完美和极致,不必为未到终点而心留遗憾。花看半开,酒喝微醉,乃大有佳趣。(周晓飞)

## 娄星区文旅广体局改造重启废弃游泳池

日前,位于娄底三中对面的碧波游泳池水上乐园开门营业,曾经的创文管卫“重灾区”得到彻底整治,死气沉沉的废墟瞬间恢复了活力,引来周边的群众啧啧称赞。

因历史原因,碧波游泳池年久失修,设施陈旧,原场内建筑属危房被拆除,加之因地势低洼,周边建筑的排污系统经常堵塞,处于无人管理状态,场内污水横流,杂草丛生,对周边

居民生活及环境造成严重影响,且安全隐患严重,给城市品质提升带来了巨大影响。这几年娄星区为创建全国文明城市,对碧波游泳池的卫生顽疾花费了大量的人力、物力、财力进行清理,但是根本问题一直得不到彻底解决。

今年是我市创建全国文明城市的关键年,娄星区文旅广体局主动作为,联合区青少年业余体校会同有关部门现场办公,集思广益、改变思路

寻找出路。在压力大、任务重、时间紧的情况下,形成了以区文旅广体局为主,区青少年业余体校具体负责的碧波游泳池改造工作组,斥资30多万元,发动党员干部志愿先行,日夜加班,历时一个月对碧波游泳池进行改造,将老大难的臭水沟摇身一变成为了大众喜爱的水上乐园,周边环境明显改善,也为城市的品质提升增加了一道优美的风景。(张政)

**娄底丽人妇产医院**  
·娄底市产科学术联盟·区妇幼保健医疗共同体·

参照国际JCI标准  
成就专业妇产医院

专家更强 高级职称专家近10位  
服务更优 全程化母婴医疗照护  
规模更大 10000平米专业妇产医院

# 更好丽人·更好女人

看妇科用微创·生宝宝选无痛·专家儿科护航·治不孕上万例·医疗产后康复·医养月子中心·女病智能四维彩超

健康热线 812 8888  
院址:娄底市金谷市场南门口  
公交线路:10/13路至(丽人妇产医院站)

娄底东方医院  
市、区两级医保定点医院  
城乡医保定点医院

## 顺产生宝宝 到东方医院

无痛分娩 轻松顺产

订房分娩尊享 产前检查免费 (价值1235元)

地址:娄底市娄星北路一大桥往西200米  
交通:市内乘坐1、5、12、16路公交车在东方医院下车

### ● 创文进行时

## 刘非:把群众积极性调动起来 推动创文工作常态化

**本报讯** 8月4日下午,市委书记、市人大常委会主任刘非深入娄底中心城区部分社区、农贸市场调研督导创文工作。他强调,要进一步夯实基础,把文明创建各项工作做得更实更细,同时把群众积极性调动起来,让他们更加自觉投身到文明创建活动中,共创共享文明城市,推动创文工作常态化、长效化。市领导吴建平、方建荣、梁立坚等参加调研。

刘非一行首先来到花山街道办事处神童湾社区,察看社区阵地建设和弃管小区改造情况。该社区位于娄星区城西丹阳路,辖区内老旧小区或村民自建房屋多,原有基础条件非常差。2015年以来,社区

以创文管卫工作为抓手,开展标准化建设和老旧小区改造,社区面貌焕然一新。在社区服务中心,刘非详细了解了基层公共服务“一门式”全覆盖工作以及社区改造相关情况。随后,刘非实地察看社区基础设施建设,并深入楼梯间检查环境卫生情况。刘非对该社区改造和创文工作给予充分肯定。他强调,开展创文工作,是对基层党组织战斗力和凝聚力的一次重大考验,要突出共谋、共建、共享的理念,把群众积极性充分调动起来,共同参与到创文工作中,建立健全长效机制,实现可持续、常态化管理。

娄星区是全国新时代文明实践中心

建设试点县市区。自试点工作开展以来,该区共投资2669万元,以区、乡镇(街道)、村(社区)三级为单元,成立了新时代文明实践中心、所、站,实现了“全区一张网”的全方位覆盖。刘非来到娄星区新时代文明实践中心,详细了解其基本组织架构、工作模式和主要成效。他强调,要充分运用好新时代文明实践中心这个平台载体,把新时代文明实践活动开展做细做活,让群众在多姿多彩、喜闻乐见的活动中,获得精神滋养,增强道德力量、提升科学素质,真正打通服务群众的“最后一公里”。随后,刘非还深入娄星区融媒体中心参观考察。

中兴农贸市场是娄底中心城区面积最大、销售品种最丰富的综合性农贸市场,但因产权复杂,管理难度极大。刘非来到该市场,就经营秩序、卫生状况以及市场周边环境综合整治等进行深入检查。他强调,农贸市场是城市文明形象的直观窗口,也是创文工作中的重点和难点。各相关部门要进一步强化责任意识,加大对农贸市场的监督管理,全力以赴补齐短板弱项,全面提升市场环境质量。同时要积极引导督促经营业主诚信经营,自觉践行“摊位三包”责任,共同创造干净卫生、规范有序的农贸市场环境。(刘婷 邹武雄)

## 娄星区长青社区:网格化管理 对标对表抓落实

**本报讯** 7月31日下午,娄星区委办、娄星区水利局的志愿者来到娄星区长青街道长青社区长乐花园进行创文管卫帮扶,记者在现场看到,尽管天气炎热,但志愿者却全然不顾,有的在绿化带清理菜地,有的在清除小区的牛皮癣,有的用拖车清运楼梯间的杂物,还有的在发放创文管卫宣传单,现场一片热火朝天的景象。

长乐花园是一个开放式小区,没有完善的物业管理,小区业主在绿化带种养蔬菜,在杂物间堆放废旧物品,特别是小区到处充斥着牛皮癣广告,在娄星区委办和娄星区水利局等单位的帮扶下,长青社区将对标对表,实行网格化管理,将用两到三天的时间,对长乐花园的各种“顽疾”进行彻底根治。

长青社区地处娄底城区中心,辖区总面积1.3平方公里,辖区常住人口21230人。辖区内共有283栋房屋732个单元。改制企业有13家,67栋房屋173个单元;开放式居



民小区15个,178栋房屋455个单元;单位物业院落8家,38栋房屋104个单元。

为落实创文管卫目标,确保社区创文管卫工作有条不紊地开展。长青社区将辖区区域以网格化形式将工作分解到人,确保创文管卫人尽其责,同时每月召开

创文管卫工作例会,汇报创文管卫工作进度,梳理存在的问题,安排下一步工作,还不断完善督查通报制度,创文管卫工作领导小组对各责任区域进行督促,对存在问题要求责任人立即整改,加强辖区各相关单位之间的协调配合,共同促进创建工作开展。

自6月15日,我市召开创文管卫工作动员会后,社区迅速安排人员进行清理,截止到7月30日“牛皮癣”清理和粉刷已完成70%,楼道杂物清理完成60%,楼道亮化完成60%,下水道清理维修完成70%,沉渣路面维修完成80%,雨棚清理完成90%,绿化带带违种植蔬菜清理完成90%。所有工作任务争取在8月5日之前全部完成。

“我们社区的创文管卫任务繁重而且牵涉面广,但我们有决心打一场创文管卫攻坚战,为我市创建全国文明城市作出我们社区最大的努力。”长青社区党总支书记、主任罗金文表示。(王友专)

### ● 新闻特写

## 高温烈日下的环卫工人

今年的高温天气,比往年来得迟,来得猛,从凌晨到晚上,地面气温很高,就是站在马路上整个身子都好像要融化,动一动就会大汗淋漓。

凌晨4时,天还没亮,环卫工人们就已开始了早班普扫,要赶在上班前把所有道路里外全部扫一遍,把地面干净的底色扫出来,主次干道、非机动车道、内外步行板、红绿灯处、安全岛上、十字路口、双黄线下、绿化带内……一点也不能马虎,一点也不能落下。

清晨的太阳已很灼人,保洁员刚完成早班普扫,来不及歇一口气,立马要投身早市地摊撤走后的“战场”。尽管上午10时的地面的温度相对低一点,但顶着烈日站几分钟还是会头晕眼花,他们以十几年的环卫工作经验,以不畏高温酷暑的精神,对道路中间的防护栏下的墩子做仔细的清理。

太阳荼毒,为了防止果皮箱内的垃圾发酵腐臭,保洁员把箱内的垃圾倒干净后,及时用干净的毛巾擦净外箱;烈日当空,垃圾收走后及时冲洗地面;为让市民一个洁净温馨的如厕环境,公厕管理员仔细擦洗清铲货运车上掉下来的泥巴。

汗水湿透衣背,湿了又干;皮肤脱了一层,脱了再长。面对高温酷暑,他们日复一日,他们已习惯烈日和地面的双重炙烤,只考虑着如何尽快把地面清理干净,让城市更清洁,让人居更舒适。(梁萍芳)

## 我市为2020年度廉洁征兵监督员颁发聘书

**本报讯** 7月31日上午,2020年度娄底市廉洁征兵监督员业务培训暨聘书颁发仪式在娄底军分区举行,娄底军分区司令员蔡德益出席会议,并为6名娄底市廉洁征兵监督员颁发聘书。

近年来,娄底军分区深入贯彻习近平强军思想,以对党和军队高度负责的态度抓好征兵工作落实,积极营造廉洁自律、风清气正的征兵氛围,从2017年开始建立廉洁征兵监督员制度,从人大代表、政协委员、高校教职人员、应征青年家长、退役军人等群体中遴选优秀代表担任廉洁征

兵监督员,监督征集部门和征兵工作人员是否擅自截留、挪用和私分征集名额;是否按规定要求确定预征对象;是否故意刁难应征青年及家长、违规收取费用;是否放宽、降低体格检查标准;是否按规定组织走访调查和政治考核;是否按规定公示;是否接受应征青年及家属请吃和收受钱物等。今年,我市继续坚持和落实廉洁征兵监督员制度,经过逐级遴选,从市、县、乡三级共选聘了341名廉洁征兵监督员,其中6名市级廉洁征兵监督员。

蔡德益指出,廉洁征兵事关群众切身利

益,事关党委政府和兵役机关形象。希望廉洁征兵监督员学习和掌握征兵工作的基本程序、条件标准、关键环节和应知应会知识,充分发挥身处基层一线的群众优势,了解一手情况的地域优势,积极巡查监督,及时发现问题,以良好的工作作风保证兵员质量,推动娄底征兵工作再上新台阶。(李琴 曹鹏)



# 湘雅专家入驻娄底市第一人民医院长期坐诊

入驻专家廖前德教授 专家门诊地点:门诊二楼湘雅骨科专家门诊 坐诊时间:周四、周五

# 民政与不动产登记部门实现信息共享

**本报讯** 为加快建立信息共享快速查询协作机制,进一步提升精准识别困难群众能力,8月4日,“精准识别困难群众兜住兜稳民生底线”——市民政事务中心与市不动产登记中心信息共享签约仪式在市民政局6楼会议室举行。

签约仪式上,娄底市民政事务中心主任毛东红和市不动产登记中心党支部书记、副主任彭武代表合作双方签署合作协议。本次信息共享合作依托湖南智慧政务区块链科技有限公司技术,通过区块链连接政务网络建设政务区块链数据交换平台,为政务系统提供基础的区块链服务,以平权共建的原则实现政务数据的全面共享。市民政事务中心也将以本次签约仪式为契机,积极对接市不动产登记中心,加快建立两两合作和多层次的信息共享快速查询协作机制,实现信息共享,高效助力脱贫攻坚,提升基本民生保障工作的科学性、准确性和权威性。

市民政局副局长谢国光说,市民政事务中心要积极配合市不动产登记中心的相关工作要求,加强沟通互动,实现信息安全、快速、便捷共享。同时,合作双方要合法使用相关信息数据,建立相应的保密机制,保障双方共享数据安全。在保障和改善民生、提供和强化社会治理与公共服务等方面发挥职能优势,确保救助对象认定公正、准确、高效,促进各项民政政策公平公开实施。



市民政事务中心和市不动产登记中心签署合作协议

市自然资源和规划局副局长、市不动产登记中心主任谢爱群表示,通过信息共享,打通了部门间的“信息孤岛”,为不动产登记提供数据支撑,有效推进我市不动产登记“最多跑一次”改革,提升不动产信息共享集成和流程集成水平,压缩不动产登记办理时间,真正实现了“信息多跑路 百姓少跑腿”,具有增

提速的里程碑意义。在今后的工作中,市不动产登记中心将与市民政事务中心共同发力,落实社会保障政策,维护公民基本权益,提高政策落实精准度,促进社会公平正义,把深化便民服务工作放在更加突出的位置,不断提高办事群众满意度和获得感。

(邱海红 袁晓婷)

## 市退役军人事务局 慰问自主择业军转干部

**本报讯** 7月30日,市退役军人事务局慰问全市20余名自主择业军转干部,向这些“最美退役军人”送去党和政府的温暖。并激励全市自主择业军转干部,守初心担使命,立足岗位建新功。期间,部分自主择业军转干部进行了无偿献血。

参加慰问活动的自主择业军转干部纷纷表示,一定会珍惜从军经历,保持军人本色,在今后的生活、工作中继续发扬部队的好作风,不忘初心、牢记使命、扎实工作,继续发扬部队的优良传统和优良作风,充分发挥军转干部支持参与地方建设的作用,用实际行动永葆军人本色和价值。

(王志军 陈泽宇)

## 市统计局专题研究 意识形态工作

**本报讯** 7月30日,市统计局召开党组会议,专题研究意识形态工作。党组书记、局长石峰就扎实做好全局意识形态工作作出了部署。

石峰表示,全局上半年意识形态工作取得了较好的成效。全局各部门均将意识形态工作纳入重要议事日程、年度工作重点和工作计划,意识形态工作责任制得以有效落实,意识形态阵地得以及时抢占,全局抓好意识形态工作的意识不断提升。全局上下要统一思想,提升认识,绷紧意识形态工作的弦,全面扎实地开展好下阶段意识形态工作。要进一步强化政治理论学习,进一步加强对意识形态工作的领导,进一步巩固巡察整改成果,坚持目标不变,标准不降,劲头不松,力度不减,持续做好意识形态工作。

(吴术阳)

## 市环卫处快速处置掉落空酒瓶

**本报讯** 8月2日上午11点左右,骄阳似火。市环卫处城北环管所环卫工人快速发现、处置路口掉落的三大袋空啤酒瓶,防止玻璃碎片危害过往车辆安全,维护市容市貌,受到过往市民好评。

当日上午11点左右,烈日炙烤下的路面热浪滚滚,城北环管所路段长胡飞跃巡

查到涟源东路与新星北路十字路口时发现路口斑马线上掉落三大袋空啤酒瓶及玻璃碎片,既影响市容,又存在安全隐患,会扎坏过往车辆轮胎,扎伤行人。胡飞跃试图将两瓶子拖至路边,可袋子太重,又破损了。胡飞跃立即向所领导蒋志文报告,请求支援。由于玻璃瓶渣不能倒

入板车混入生活垃圾中,闻讯驱车赶来的北所谢敏等人,配合胡飞跃铲的铲,扫的扫,将地面玻璃碎渣全部清理干净装入编织袋和空瓶子一起放入皮卡车运走。短短10多分钟内,就快速消除一起交通安全隐患,确保行人平安,恢复路口洁净,受到过往行人称赞。

(张伟)

## 娄底水文中心做好 水文基础设施设备维护

为进一步确保水文测报系统正常运行,雨水情信息传输畅通,实时掌握各类水文数据,汛期利用有利时间,娄底水文中心根据安全生产“查隐患、查漏洞、查全面、查落实”的工作要求,组织技术骨干力量对水文基础设施设备进行检查和维护。

检查人员严格按照水文测验设施设备使用的技术要求对中小河流站点、山洪站点、视频监控站、墒情站的自动监测设备进行了全面检查和维护,清洗了雨量计筒内滤网及干簧管的测试,矫正了水位计偏差,维修更换了损坏的RTU、太阳能板、蓄电池等,确保设备的可靠稳定。对自记井进行清淤,完成缆道上油维护确保水文缆道设施安全运行、对流速仪进行重新检定工作,对铅鱼进行保养更新,复测大断面、接测水尺工作,对发现的问题进行了详细的记录,并及时进行了维护工作,全面解决可能存在的安全隐患问题。

(唐潇宇)



## 市园林处退役军人劳动庆“八一”

**本报讯** 8月1日清晨,市风景园林管理处120余名退役军人投身于城区的大街小巷,对街道绿化带进行地毯式清理,开展绿化带垃圾、杂物清理专项整治,为打造整洁干净的市容环境持续发力,用辛勤的劳动和汗水庆祝建军93周年。

该处退役军人作为创文管卫工作的

主力军,坚决服从安排,自觉取消休假,全力投入到城区绿化养护管理工作中。7月以来,虽然酷暑高温,但丝毫没有影响他们的劳动热情,大家都铆足精神,撸起袖子加油干,绿化带清杂、苗木补栽补植、抗旱浇水等各项工作按照创文工作要求,对标对表逐项完成,力争达到城市园林绿化

精细化作业。劳动中,退役军人脸上滚落的汗珠、身上湿透的衣服、话语里的豪迈气概,那种“当兵就是一辈子”的自豪感溢于言表。

劳动过后,该处还举行了庆“八一”退役军人、现役军人家属座谈会,共庆建军佳节,共话战友深情,共商园林发展。(邹强)

## “法润三湘”志愿者在行动

**本报讯** 8月1日,市司法局、市法律援助中心的工作人员及法律援助志愿者们进入娄星区铁西社区、大井村开展“法援惠民‘法润三湘’志愿者在行动”专项活动。


活动现场,工作人员及“法润三湘”志愿者,向在场的居民宣讲法律援助关于民生方面的有关政策,并结合困难群众的法律需求,提出针对性的法律帮助,面对群

众提出的法律咨询问题当场答疑解惑。本次活动共向群众发放了《湖南省法律援助条例》、《妇女法律援助服务手册》、《农民工法律援助服务手册》等各类宣传资料500余份,解答各类法律咨询80余条。

从6月开始,市司法局通过组织法律援助机构、公共法律服务中心工作人员、律师、基层法律服务工作者、“法润三湘”公共法律服务志愿者等广大法律援助人

员,通过搭建活动平台,制作宣传产品,创新宣传形式从助力复工复产、助推脱贫攻坚、完善法律援助便民机制、提升人民群众满意度等方面向农民工、老人、未成年人等特殊人群开展专项宣传活动,创新法律援助服务方式,深化便民利民惠民措施,扩大法律援助影响,提高法律援助质量。

(洪卫 李毅)




### 福生堂中医馆

看好中医 买好中药 就到福生堂

地址:乐坪东街与吉星路交叉路口湾田和悦公园 电话:0738-8216222

湖南中医学院临床教研基地——福生堂中医馆,由省中医附一、中医学院名老中医长期坐诊。专业治疗西医疗效不理想的慢性病,如儿科(反复感冒、低烧不退、尿床),妇科(盆腔炎、宫颈炎、习惯性流产),皮肤科(脂溢性皮炎、荨麻疹)等



# 我市狂犬疫苗为何“一针难求”



## 市民诉求

近期,多位市民向12345市长热线来电反映娄底城区及各个县市区疾控中心均出现人用狂犬疫苗供应紧张和断供的现象,导致市民被动物抓、咬伤后无法及时在当地接种狂犬疫苗,只能去到其他城市接种,造成极大不便,请有关部门认真调查、妥善处理。

## 记者调查

“星期三我到双峰去找人用狂犬疫苗,双峰有个医生他说这几天来自娄底的市民挺多,仅一天就接了七十多例。”“我昨天到我小区旁边的诊所去打人用狂犬疫苗,他说他们那里没有疫苗,娄底、双峰、涟源、冷水江都没有,要我们马上去长沙,我们昨天去长沙打的。为什么其他地方都有,就只有娄底紧缺,娄底不是缺一两天,缺一个多月了。”连日来,记者在街头进行随机采访时,有市民向记者倾诉。

那么,到底是什么原因导致我市的接种狂犬疫苗供不应求,造成货源紧张的呢?相关职能部门又是怎样进行调剂的呢?记者就此进行了调查。

## 天气炎热 接种狂犬疫苗需求大增

记者从市疾控中心了解到,进入夏季后,由于天气炎热,动物烦躁易伤人,被猫、狗咬伤的就诊人数明显上升,接种狂犬疫苗的需求量短时间之内大幅度增加,而我市多地出现的狂犬疫苗供不应求现象成为广大市民当下的燃眉之急。

据了解,狂犬病是由狂犬病毒导致的一种急性脑炎,潜伏期通常为1-3个月,极少数短至2周以内或长至1年以上,是迄今为止人类病死率最高的急性传染病,一旦发病,病死率高达100%。若不慎被猫、狗等动物抓咬伤,应立即用肥皂水和一定压力的流动清水交替彻底冲洗伤口,并在24小时内到疾病预防控制中心注射狂犬疫苗,诱导机体产生抗体,从而降低病毒进入周围神经的风险。

## 疾控部门: 多方争取疫苗采购份额和调剂

据了解,目前全国具有狂犬疫苗生产资质的公司只有7家,在今年新冠疫情的影响下,生产企业都受到人员流动、原材料运输、防疫防控等因素限制,未能及时复工复产,导致供给不足,疫苗生产量少,疾控中心疫苗采购工作因此受到影响。而狂犬疫苗的有效期只有一年,疫苗从生产、批发检验、上市、输送整个环节中就要耗费许多时间,并不利于应急储备。

6月29日,市疾控中心组织市纪委监委分管领导、各县市区疾控中心主任及相关科室负责人召开了娄底市人用狂犬疫苗采购与供应商研讨会,就目前狂犬疫苗短缺态势制定应对策略。娄底市及各县市区疾控中心将积极与省疾控中心、生产企业沟通协调,多方争取狂犬疫苗采购份额,并做好

县内调剂工作,切实缓解部分地区紧张状况。同时积极与城市管理部门汇报,加强对流浪猫犬的管理工作,多措并举开展狂犬病防治知识宣传,切实提高市民饲养宠物安全防范意识。为进一步加强疫苗管理,7月23日,我市召开了疫苗国家监管体系评估工作推进会。会议通报疫苗评估基本情况和前期准备情况,部署全市疫苗评估工作主要任务,印发了《娄底市疫苗国家监管体系评估工作实施方案》,明确疫苗评估的工作目标任务和要求。据了解,此次评估以市县两级为评估检查重点,涵盖省、市、县3级市场(药品)监管部门、卫生健康部门、疾病预防控制中心以及各类接种单位,疫苗研发、生产、储存运输、接种使用、不良事件监测等各个环节。

同时,记者从娄底市卫生健康委员会了解到,我市狂犬疫苗确实存在短缺的现象。狂犬疫苗属于非免疫规划疫苗,目前全省非免疫规划疫苗都是由各县级疾控中心在公开采购平台进行采购,并配送到各个接种点,程序较为严格。受疫情影响,疫苗生产厂家生产供应不足,不仅我市狂犬疫苗出现供不应求的现象,全国各地均出现了疫苗短缺现象。在发现疫苗短缺现象后,市卫健委积极行动,召开相关单位会议商讨解决方案,向省里提交援助报告,同时要求各狂犬疫苗接种点在出现狂犬疫苗断货的第一时间,以公告方式告知所有就诊患者,暂时不能接诊动物咬伤患者,并且建议转上级部门接种。

## 吁请市民不要挑逗宠物

8月5日,记者也走访了部分市民,市民一方面希望有关部门要加强狂犬疫苗的采购,多渠道地去采购;另一方面也倡议广大市民加强自我防范意识。“被狗咬了之后,哪怕当时觉得当时没受伤,或者

是当时没出血,但是它有潜伏期的,一定要去接种狂犬疫苗。”还有市民认为,现在夏天来了,有些市民不牵绳子遛狗,尤其是很多小朋友喜欢去逗、喜欢去摸。“建议那些路过的人看到流浪狗,还是远离一点,不要去打或者碰,以免它会咬伤人,因为不知道有没有打疫苗,跑开点还是比较安全点。”“我们如果不小心被猫、狗抓伤或者咬伤,我们应该及时用肥皂水清理伤口,或者直接碘酒、酒精清理伤口,前期做一个处理,再及时到疾控中心打疫苗。”

当前,人用狂犬疫苗供应紧张和断供的现象还在延续,为此,娄底市疾病预防控制中心提醒广大市民:夏季天气炎热,猫、狗等动物进入烦躁易怒期,市民穿着比较单薄,大部分皮肤暴露在外面,容易被动物抓伤、咬伤,呼吁广大市民朋友加强自我防范意识,家里有宠物的加强监护,尽量不要挑逗宠物,有条件的要给宠物提供阴凉的环境,同时呼吁广大市民外出时要给狗装上安全的绳索,避免出门的时候伤害他人。

## 记者手记

### 创建文明城市 做文明养犬人

人类健康是社会文明进步的基础。每年我国狂犬疫苗的使用量达1500万人份,夏季更是疫苗接种高峰期。在当前我市疫苗供应紧张的形势下,除了有关部门协调联动、积极应对之外,我们也希望广大市民朋友提高安全防范意识,与动物的接触要注意适度,保持一定距离,不要随意逗玩动物。养犬人士应加强对饲养宠物的管理,每年定期给宠物进行兽用狂犬病疫苗接种,户外遛犬时主动使用牵引绳牵领,创建文明城市,做文明养犬人。

(王友专 朱茜)

## ● 热线动态

# 市民政局:上半年发放农村低保、特困资金2.06亿元

8月4日上午9点至10点,市民政局党组书记、局长陈伟志做客娄底综合广播全媒体直播间接听“12345”市长热线,就我市的市社会救助、养老服务、城乡基层政权建设、老区建设、婚姻登记、儿童关爱、社会组织管理、慈善事业、志愿服务、殡葬服务、福彩公益、烈士陵园管理等相关工作和听众进行直播交流。

陈伟志介绍:今年以来,在市委、市政府的坚强领导下,民政系统坚持以脱贫攻坚统揽民政工作,聚焦特殊困难群体,精准施策,充分发挥了民政兜底保障的职能作用。从2020年1月1日起,全市农村低保标准由2019年每人每年3720元提高至4020元。上半年,全市保障农村低保对象10.4万人,农村特困供养对象2.1万人,足额发放农村低保、特困资金2.06亿元。强化对未脱贫户、脱贫监测户、边缘户、无健康劳动力贫困户四类对象的信息比对和排查预警,做到应保尽保。上半年,全市累计新纳入农村低保6665人、农村特困588人、重病残“单人保”160人。重点对兜底保障对象“三保障”问题进行了摸排,发现存在教育问



题的44人、医保问题的552人、饮水安全问题的48户、住房问题的235户,相关问题已全部实现动态清零。全市200多家社会组织采取“一对一”“多对一”方式对全市137个脱贫攻坚重点村进行了帮扶,共帮扶困难群众3000多户,投入帮扶物资140多万元,为助力全市脱贫攻坚大局做出了积极贡献。

今年,全市122个民政服务机构,1000

余名工作人员、3000余名服务对象,没有发生一例确诊和疑似病例。4月2日,我市联合湖南省民政厅主办的“弘扬家国情怀·致敬抗疫英烈·文明节俭殡葬‘云上清明文明祭扫’公益倡议发布会暨2020娄底市第二届生命文化节”活动取得圆满成功。活动线上直播在线观看超过10万人次,清明期间主要殡葬服务机构现场祭扫群众同比减少超过40%,未发生一例影响安全

稳定的事件,实现了清明祭扫安全、文明、有序。

出台了《关于进一步加强和改进全市农村留守儿童关爱保护、困境儿童和事实无人抚养儿童保障工作的意见》。将农村留守儿童工作纳入党委政府考核范围,落实了全市90余名乡镇儿童督导员和2000余名村(居)儿童主任的实名登记,形成“家庭、学校、社会、政府”四位一体的保护工作格局。投入2300余万元,建成了5家集心理咨询、医疗、保护等功能的综合性未成年人保护中心。建设村级儿童之家1600余家。开展了“关爱保护主题月”“做好服刑人员未成年子女关爱保护”“安全教育月”等十多项各类活动150余场次,关爱保护未成年人近10万人次。建立求助人员数据库。实现救助工作信息系统网络化、透明化,每年的救助量达8000人次以上。

一个小时的热线接听活动中,热线不断。市民从低保救助、代理补办结婚证、老年补贴等几个方面进行了咨询,陈伟志仔细倾听,并一一进行了答复。

(康行佳 王友专)



建设新时代全球一流银行

## 决战决胜脱贫攻坚

## 邹玖霖:柔中带刚的90后第一书记

邹玖霖,现任共青团新化县委副书记,兼炉观镇党委挂职副书记。出生于1990年的她,父母给她取了一个有双重意义的名字:“玖霖”,这位90后的姑娘凭借着“不服输、有闯劲”的精气神,和一颗爱折腾的心在扶贫路上闯出了别样的天地。

2018年初,按照新化县委统一安排,团县委派邹玖霖到边远山区奉家镇秦人社区担任驻村扶贫队员兼第一书记,这也是全县唯一一名90后女第一书记。因为是第一次到基层工作,直面的是脱贫攻坚的艰巨任务,接到任务后,尽管心中忐忑,有顾虑,但她坚信只要自己用心用情去做,就能把工作干好。她说,扶贫就像是一场新时代的长征路,我想去当具体的参与者和建设者,想为老百姓解决实际问题,帮老百姓把生活越过越好。

由于历史原因,奉家镇秦人社区一二组一直没有通公路,村民去镇上购物、办事来回步行需要近四个小时,购买的物品也只能靠肩挑手提,山里的物资也运不出去。所以要想富先修路,邹玖霖与社区干部、扶贫队员一道,在没有任何项目资金支持的情况下,多次到村民家做工作,发动村民自筹资金、义务出力、无偿提供自留地共同修路。在社区和扶贫队的发动下,有的贫困户主动捐款,有的村民卖了猪牛捐款,还有的村民拆掉了自家半边厨房为修路让地。如今一条5.85公里的毛坏公路已经拉通,硬化路建设已上报立项,结束了当地村民祖祖辈辈交通闭塞的面貌。

奉家山地处高海拔地区,但盛产高山红心薯,可就是这种城里人稀罕得狠的绿色食品,在当地农户那里,却除了少部分做红薯干自家吃外,几乎家家户都拿来喂猪,甚至烂在地里没人收。在一次走访贫困户奉大姐家时,她被这种炭火烘烤而成的高山红薯干的美味深深吸引住了,香甜糯口、不加任何添加剂,就是记忆中儿时的味道。为了帮助村民们把这些美味营养的绿色食品带出大山,她立即和村支两



邹玖霖现场查看扶贫村毛坏路施工进度

委在湖南省电商扶贫平台上注册了一家“奉家山原味土特产”扶贫小店,把各类红薯干、猪血粑、坛子菜等精美食品挂上,同时利用自己的微信朋友圈和亲朋好友群全火力开推。有了平台,货品质量好,一时订单如潮,有买几斤的,有一次性买一百斤的,有新化本地的,还有需要寄往外地甚至还有香港的。邹玖霖当上了免费店小二,一边联系农户,一边联系买家,还成了城区免费快递员。那段时间,她天天捧着个手机,生怕回复慢了,订单跑了,虽然常常工作到深夜,甚至还要自掏腰包添油费和邮费,但是看到乡亲们干劲十足充满希望的笑脸,心里是满满的欢乐与成就感。此外,她还分片教上了年纪村民用微信收付款、发朋友圈宣传产品,教在家的年轻人开通扶贫小店和淘宝店,并与相邻镇的一家红薯粉厂签订了保底收购协议,彻底解决了后顾之忧。那一年,通过工作队整整卖出了红薯干3000余斤,为老百姓增收6万余元,最重要的是通过扶贫工作队们的辛勤努力,提高了贫困地区和贫困人口的自我发展能力,以产业扶贫增强了持续造血功能。因为送货频繁,她的电



用自己的私家车为农户销售土特产品,运到新化县城去送货

话都被别人标记为了“快递来电”。但她说这些都是扶贫路上留下的快乐标记!

作为两个孩子的妈妈,邹玖霖对家庭有着深深的愧疚。因为公婆和自己妈妈身体不是很好,所以她在扶贫的时候,白天公婆和妈妈帮忙带孩子,晚上都是她老公带孩子,说起这些邹玖霖的眼里满是泪水。“我老公也是一位国家工作人员,也才30出头,但我老公这两年老得特别快,长了好多白头发,还经常耳鸣,因为晚上我不在家的时候都是我老公带两个孩子洗澡睡觉,他也很不容易。”

每位母亲都想家庭、工作一起兼顾,但在邹玖霖的眼里,工作永远是排在第一位的,也是一位年轻的党员干部必须承担的责任。“其实我也想跟别的母亲一样,每天可以照顾好孩子们,但是工作关系的原因也没有办法,以前我要出门,我小女儿很不舍,经常哭,有分离焦虑症,毕竟才两岁多,我就告诉她们妈妈要去山上看望那些没有漂亮衣服穿,没有饭吃的哥哥姐姐。”久而久之女儿们在妈妈的影响之下,好像也长大了,只要邹玖霖出门上班,她们都会把书本和好吃的零食要妈妈带上去给他们一起分享。

2019年6月,邹玖霖凭着驻村扶贫工作的出色表现,被县委任命为炉观镇挂职副书记,并分管全镇脱贫攻坚工作。

炉观镇位于新化县中西部,下辖39个行政村(居委会),总人口8.6万人,是一个集矿区、库区、林区于一体的新兴工业和农业大镇,社情复杂,贫困程度深,扶贫任务艰巨,脱贫难度大。在推进脱贫攻坚工作中,邹玖霖始终把打赢打好脱贫攻坚战作为重大政治任务和最大民生工程,在分管扶贫同时,主动请缨担任脱贫任务最重的云溪片区当片长(该片8个村有6个贫困村)。她坚持开拓创新,求真务实,全力推进精准扶贫、精准脱贫,脱贫攻坚取得了重大成果,探索出一批优秀经验做法,被誉为“炉观经验”,得到省、市、县各级领导一致称赞。

2018年,在湖南卫视新春走基层节目中,她担任十六名外国嘉宾的接待工作,出色地完成了工作,将美丽湖南、小康湖南、幸福湖南的良好形象展示给了外国嘉宾,并通过他们将幸福的声音传至海外。

2019年,邹玖霖作为基层扶贫干部代表参加省市“脱贫攻坚”主题演讲比赛,获得了全市一等奖、全省三等奖的荣誉,并评为“最佳扶贫故事奖”。2020年通过层层选拔,她已确定作为全国基层一线扶贫干部典型参加联合国成立75周年青年大会,向世界宣讲中国脱贫攻坚的好故事和好成绩。(李赛妮)

## ● 走向我们的小康生活

## 娄星区新仕村:着力补齐贫困户的“精神短板”

“我老婆在2017年的时候,先后做了两次手术,而且我母亲身体也一直不好,那段时间我感觉天都塌了……在驻村帮扶队和镇、村的关心下,给我发放免费种苗和鸡鸭,我现在就靠养些鸡鸭基本上实现了生活的自给自足,每年还能有一些盈余,我也不要再到外面打零工了,现在我的日子也越来越好了……”7月29日,在水洞底镇新仕村村部,建档立卡户邓军辉神情并茂地讲述着自己的脱贫故事,台下不时响起阵阵掌声。

这是娄星区税务局、水洞底镇、新仕村组织全村67户贫困户召开的一场别开生面的“感恩奋进”故事分享会,也是娄星区税务局扎实开展脱贫攻坚“进村入户巩固月”活动的一个缩影。

为激发贫困户脱贫奔小康的思想自觉和行动自觉,形成知党恩、感党恩、跟党走浓厚社会风尚,娄星区税务局驻村帮扶工作队积极开展精神扶贫活动,着力补齐贫困户的“精神短板”,全面激发他们脱贫致富的内生动力。

和邓军辉一样,今年56岁的“猪倌”邓国平在分享他的故事后,笑容时时刻刻浮现在脸上,他也是该村的建档立卡户,也因病致贫,娄星区税务局驻村帮扶队了解



新仕村“感恩奋进”座谈会

到他的实际情况后,帮他千方百计想办法、出主意,通过协调金融部门,为他申请了免息贷款,并为他送来了免费的猪苗、鸡苗和果苗,同时帮扶队员还帮他销售。“我现在过得很开心,也很充实,目前,我已经出栏了10来头猪,存栏还有20余头,别人都叫‘猪倌’,我也乐意别人这么叫我,我脱贫致富的信心更足了。”

娄星区水洞底镇新仕村是省级深度贫

困村。娄星区税务局从2017年3月开始入驻帮扶,已累计投入资金50万元以上,协调资金累计110万元以上。在工作队和水洞底镇的帮扶指导下,该村按照一业为主、多元开发的特色产业扶贫模式,已经形成了以果林为主,种养殖业多元发展的特色产业优势。

为了解决市场销售瓶颈,全村成立了由经济能人、致富带头人组建的农民专业合作社,带动农户67户参加,实现销售收入10万

元,农民人均增收近300元。他们还以会员入股形式发展岱岳橙140亩,统一技术指导、分散规模生产,由驻村帮扶队协调,将农产品销往市区各单位食堂,既保证了农产品的销路,又提高了群众发展产业的积极性。

同时,该村坚持把旅游业作为该村经济新的增长点和第三产业的龙头来培育,以杨才山紫云峰旅游景区为重点,大力实施“旅游活村”战略,旅游产业呈现出快速发展的良好态势。

在驻村帮扶队和镇、村的努力下,该村走出了一条以特色产业扶贫为主,以旅游产业扶贫和打工经济扶贫为辅的“一机两翼”的扶贫格局。目前,经动态调整后建档立卡贫困人口67户160人,已全部脱贫,2018年经省检验收,贫困村摘帽,贫困发生率为零。该村还正在推动美丽乡村、厕所革命的建设,让村民充分感受到乡村美丽和温馨、和谐的精神生活。

白天闲暇时,村民们会三三两两到村部打打篮球,聊聊天;入夜,村民也会在村部广场翩翩起舞,欣赏美丽的夜景,“现在我们的精神生活已经完全大不一样了,打牌的少了,锻炼身体的多了,村民的幸福指数提高了,巩固扶贫成果的动力也更足了。”村支书邓仲明如是说。(王友专)

## 决战决胜脱贫攻坚

在我市决胜脱贫攻坚的关键时期,有一支力量不容忽视,那就是活跃在湘中大地的1000余家社会组织。

去年以来,市民政局围绕市委市政府打赢脱贫攻坚战总体部署,积极引导社会组织发挥行业优势,以丰富有效的形式助力脱贫攻坚,形成了“政府主导、社会参与、同心协力决胜脱贫攻坚”的良好机制。

如今,这支力量正在扶贫、助学、助老、助医、助困等社会关注、群众急盼的领域,蓬勃涌现,有力有为。

去年以来,全市177家社会组织开展精准扶贫活动,共帮扶资金140余万元,帮扶3012户,义诊13483人次,在我市脱贫攻坚战役中起到了帮忙助力作用。

7月13日起,本报就我市社会组织助力扶贫攻坚展开了采访,亲眼见证了社会组织在产业、就业、医疗健康、消费、教育、社工、捐赠等扶贫领域所做出的卓有成效的贡献,特刊发“社会组织助力脱贫攻坚系列报道”。

## 新化:扶贫车间笑意浓

7月31日,尽管天气十分炎热,但在新化县上渡街道兴岭村兴林彩印包装有限公司扶贫车间内,处处透着清凉。几位包装村民一边忙碌一边笑着说:“在家门口就能打工挣钱,既不耽误农活,又不耽误家务活,多亏了袁老板的关爱与帮忙!”

村民们嘴里念叨的袁老板,说的是上渡街道兴岭村内的兴林彩印包装有限公司负责人袁寿林。现年37岁的袁寿林,是土生土长的兴岭村人。13岁那年,因家境贫寒,刚刚小学毕业的他,为了减轻家里的经济负担,不得不过早的辍学,跟随成年人的脚步,相继走进广东、江苏等沿海城市的一些彩印包装公司打工。

当时,进厂打工的条件非常辛苦,但报酬丰厚。作为一名穷怕了的农村人,袁寿林深知,想要改变家里的贫穷面貌,让家人过上幸福的生活,就得有一股狠劲和干劲才行。因此,在长达20年的打工生涯中,袁寿林除了每年春节回家与家人团聚之外,一年到头,几乎都是在加班加点中度过,很少有时间顾及他。

今年春节,跟往年一样,袁寿林原本打算过完春节之后,早点返回沿海继续进厂打工的,但让他始料未及的是,一场突如其来的新冠肺炎疫情彻底打乱了他的计划。这时,兴岭村党支部书记袁名斌来到家中,向他提出了在家乡创业的建议,希望他多多支持政府扶贫,通过办厂安排贫困人口就业,带动地方经济发展。而且村里出面,协调厂房及相关事宜。对支书提出的合理建议,袁寿林很快采纳。随后,袁寿林将毕生的积蓄在兴岭村沿河路段注册成立了新化县上渡街道首家扶贫车间——兴林彩印包装有限公司。目前,扶贫车间已解决了当地20余名贫困村民的就业问题。

“我是首批招进车间工作的贫困户,每个月不但有2000元以上的工资,车间还管一顿中饭,真的很不错。”一位袁姓村民笑呵呵地说,今后,他会珍惜这份来之不易的工作,力争让家里的生活过得更好一些,积蓄更多一些。对袁寿林变“输血”为“造血”,通过建立扶贫车间吸纳有劳动能力的贫困户就业,帮助贫困户通过自己的双手稳定脱贫,真正让群众在家门口就业的做法,副县长邹谊翔和街道党工委书记段智洪、办事处主任陈望林均给予高度评价并表示全力支持。“扶贫车间建在村里,大伙儿在家门口就能打工挣钱,而且务工务农顾家‘三不误’,确实是件大好事!”该村党支部书记袁名斌如是说。(阳家友 卿跃飞)

## 捐赠扶贫:“凉风”吹送暖心窝

“我们又来看你了,给你送来一台电风扇,还有医生来给你义诊。”7月13日,顶着炎炎烈日,在涟源城区,一群身着蓝色衣服的志愿者看望在床上已经躺了12年的谭炎鹏,为他送去了电风扇、凉席、油米等物资,随行的一名医生还进行了义诊……2016年以来,这样的场景无数次出现在涟源市的孤寡老人和贫困户的家里,为他们在夏日送去了凉爽,更温暖着他们的心,这就是由涟源市爱心志愿者协会志愿服务活动的“凉风行动”。

“凉风行动的名字也是当时协会几个人你一言,我一语定下来的,想着就是在炎炎夏日,能让那些孤寡老人和贫困的家庭有一台电风扇,也就是我们的一份心意了。”涟源市爱心志愿者协会会长刘湘平告诉记者。

送上一台电风扇和油米等生活物资,换上一床新凉席和蚊帐,为老人理发、剪指甲、打扫卫生……涟源市爱心志愿者协会自2016年启动“凉风行动”以来,1000余名协会会员主动参与,组成了10支小分队,深入涟源市各乡镇、社区、村组收集孤寡老人和贫困家庭的信息,了解他们的生活状况,并组成“一对一”结对对志愿者帮扶,让精准帮扶落实到人。

“这是我的联络卡,以后你有什么困难就可以拨打我的电话。”涟源市爱心志愿者协会会员刘灿将一张爱心联络卡交到了谭炎鹏的手里。7月13日当天,“凉风行动”走访了5家孤寡老人和贫困家庭,每户都确定了一名帮扶爱心志愿者。

家住安平镇的吴氏老人,左腿残疾,无儿无孙,还患有肝癌。当看到志愿者们不顾酷暑天气,帮他家里进行卫生大扫除,添置生活用品,累得汗流浹背时,他深受感动。从来没有体会到亲情的他感受到了家一般的



温暖,当志愿者拿着“一对一”志愿服务花名册,跟他说以后要常来看他时,他扶着拐杖站到门口:“太感谢你们了,你们给我的这个慰问金我不能要,政府每个月给了我500元,每月基本生活也够了,希望你们把钱用到更苦更困难的老人身上。”

献上一份爱心,捐赠一份善意。涟源市爱心志愿者协会的“凉风行动”已经成为一张爱心名片,而这个行动的由来还不得不说起一个人——涟源市爱心志愿者协会会长刘湘平。

2018年,一场大火让做服装生意的刘湘平几乎一无所有。困境下,众多爱心人士为期捐款,让他感受到了社会的温暖,也坚定了他做爱心事业的决心。在刘湘平的带领

下,涟源市爱心志愿者协会先后发起“暖冬行动”“凉风行动”,资助涟源孤老和贫困家庭200余户,捐赠资金32万余元。

如今,涟源市爱心志愿者协会的爱心行动得到了社会各界的广泛认可,曾经一名网名“一休”的爱心人士,主动捐赠5万元。同时,还有许许多多涟源市民在得知“凉风行动”和刘湘平的事迹后,主动加入,自发捐款捐物。

涟源市民政局社管科科长吕永根说:“凉风行动是涟源市社会组织助力脱贫攻坚的品牌,许多贫困户得到了刘湘平等爱心志愿者的服务和捐赠,不仅生活上帮助到了他们,更重要的是给了他们主动脱贫的信心。”(肖鹤)

## 教育扶贫:暖心助学点亮希望

6月18日,市民办教育协会培训教育分会组织的“公益从心出发”培训送教暨爱心捐赠活动在新化县石冲口镇明德小学举行,活动中为明德小学送去了10堂精心打磨的优质好课,为全体学生捐赠了校服、书籍、学习用品、绘画材料等,开展了“如何建立高效课堂”“如何培养农村留守儿童学习兴趣”等主题教研。来自全市培训学校的近40名校长和骨干教师参与捐赠和送教送研活动。活动还为21家爱心捐赠单位和10名优质课送教教师颁发了证书。

“这次活动能够去给农村的老师带去一些好的教育方法,同时给农村的孩子们带去新颖的教学方式。”娄底市民办教育协会培训教育分会会长李琳琳说。

“现在有许多老师来到我们学校,也传授了我们许多有用的知识,让我们在快乐中学习。经过这次学习,我收获很大。”新化县石冲口镇明德小学六年级学生李雅萱高兴地说。

本次送教下乡、爱心捐赠和关爱留守儿童“三位一体”的公益活动,是娄底市民办教

育协会积极响应党和国家参与教育脱贫攻坚战的号召,充分发挥培训教育机构课程优势,整合优质教育资源,打造优质好课走进乡村课堂,助力脱贫攻坚的实际举措,也是一次为城乡校际间相互交流、教学研讨搭建桥梁和平台的有益尝试。此次捐赠受益学生157名,捐赠物品价值共20920元。

扶贫必扶智,让贫困地区的孩子们接受良好教育,是扶贫开发的重要任务,也是阻断贫困代际传递的重要途径。“治愚”和“扶智”,根本就是发展教育。近年来,娄底市民办教育协会先后组织了多期幼教“送教送陪下县”活动,帮扶薄弱学校提高教育教学水平。此外,还支持和指导各县市区行业协会开展送教下乡和关爱留守儿童,“娄底校长去哪儿”等公益活动10余次,多次邀请骨干专家开展教育专题讲座和组织教研辅导,如自2017年开始,娄底区民办学前教育行业协会连续三年开展“情系幼儿 爱满娄底”公益助学行动和贫困家庭专项资助“暖冬”活动等。

同时,娄底市民办教育协会组织发动广

大民办学校参与国家扶贫工作,开展多种形式的“防辍保学”和扶贫助学活动,让很多贫困学子得以完成学业,来自娄底楚英学校的初一男生成宇涛就是其中一名。

据娄底楚英学校校长肖鹏介绍,成宇涛的父母都是盲人,家境贫寒,娄底经开区工作人员偶然得知其情况后,与学习进行了联系。肖鹏获知成宇涛的家庭情况后,一方面自己掏钱资助,另外一方面则让学校免除了孩子的所有学杂费。“成宇涛的学习成绩很优秀,在学校学习不仅不要花钱,每年还能拿一笔奖学金回家。”明年,成宇涛即将步入高中阶段,相信这名阳光男孩可以有一个光明的未来。

娄底楚英学校的“侨心工程助学基地”“同心·助学圆梦行动”;双峰县文正学校的“爱心助学基金”“爱心全托班”;涟源市行知中学为贫困学子免除学杂费,发放生活补助……截至目前,全市200余所民办学校积极参与扶贫行动,帮扶农村薄弱学校培训教师近千人次,资助贫困学子上百人,为一个个贫困家庭点亮了希望。(肖鹤)

# 点赞！涟源驻村辅警开挖掘机救出14人

本报讯 7月30日，湖南涟源市一辆由同兴村开往涟源的“中巴车”经过附近涟水河河坝时因突发水流湍急，车内14人被困。

14个人，无奈而又无助；14颗心，揪着紧紧的；14双眼睛，望着窗外水流湍急的河水，有点惊慌失措。

生死时刻，命悬一线！他来了！他是涟源市公安局六亩塘派出所同兴村的驻村辅警张宗南。没有身披金甲圣衣，也没有脚踏七彩祥云，他是开着近20吨重的挖掘机来了……

挖掘机车速很慢，张宗南恨不得将他开得飞起来，200多米的路程足足开了10多分钟，他说那段路程仿佛走了半个世纪那么久。一路上，他的心里重复着六个字：“千万别掉下去”！

终于，张宗南及时赶到，而此时中巴车的后车轮已经悬空，他赶紧用挖掘机的吊臂对中巴车进行固定，防止它坠落。

有勇有谋的张宗南在出发时带了一根很长的牵引绳，他将牵引绳绑在挖掘机上，用来拖住小客车。

然而现场情况不容乐观，中巴车还在

慢慢向水坝边移动。于是，中巴车每移动一次，张宗南就用吊臂将它堵回来一次。

随后，消防员也赶到了现场，经过消防员约15分钟的紧急救援，被困人员终于全部平安上岸。接着，张宗南驾着挖掘机将中巴车拉了回来。

张宗南是最后一个离开现场的。

有人问他，你有没有想过，如果当时你的挖掘机吊臂没有挡住，中巴车掉下去了；或者你自己看不清路，开着挖掘机掉下去了怎么办？他笑着说，那个时候哪还有时间想那么多，只想着急救人！

现场有同事要为他拍张照片，他腼腆地笑了笑，说：“别拍啦，我是驻村辅警，这是我应该做的！”

张宗南是涟源市“一村一辅警”队伍中普通的一员，自开展县域警务风险摸排防控以来，无论是新冠肺炎疫情阻击战，还是防汛抗险的保卫战，涟源市全体驻村辅警充分发挥人熟、地熟、情况熟的优势，严格落实“一村一辅警”包村制度，形成了群防群治、防治结合的工作格局，有力化解了各类突出风险矛盾，保障了人民群众生命健康安全。（王丽娜）



## 娄星警方 开展打击非法 捕捞专项行动

本报讯 7月23日起，娄星公安分局开展为期一年的集中打击非法捕捞违法犯罪专项行动，近年来，随着宣传力度的不断加大，双江辖区电动捕鱼的情况逐年减少，但仍有少数人以此为乐，顶风作案。

7月27日晚8时许，娄星公安分局双江派出所值班人员在驾驶警车巡逻的过程中，发现辖区清桥水库岸边有灯光移动，值班人员断定有人在打鱼，遂悄悄靠近水库，将正在使用便携式电动捕鱼机捕鱼的肖某细和肖某中两人抓获。民警将2人带至派出所，后了解：肖某细为清桥村人，在家务农为生，两人因晚饭后无事可做，想着晚上水库边凉爽舒适，还能顺便寻开心弄些鱼吃吃，于是带着作案工具来到水库边捕鱼。两人万万没想到到民警会巡逻至偏远的清桥村，被当场抓获。

民警向两人讲述了电捕鱼对鱼类生长繁殖的危害，以及对河流水库生态系统构成的威胁，明确告知两人其电动捕捞行为已经构成了违法。肖某细和肖某中随即连连表示悔意，认错认罪，且保证今后绝不再使用电动捕鱼机。鉴于两人认错态度良好，该所收缴了电子捕鱼工具，对两人作出所内警告并罚款两百元的治安处罚。（谭山桦）

## 一件小事 拉近警民心

本报讯 7月28日，胡女士专程来到钢城公安分局青山派出所，为民警龙国华送上一面写有“真心为民办事，倾心为民解忧”的大红锦旗。

事情还得从前几天说起。胡女士是外省人，近年来娄底钢城辖区带孙子。她是外来人员，没有办居住证，感到生活存在诸多不便。为此，她便想着申请给自己办个居住证。几天前的一个上午，胡女士去社区办理相关手续，正好碰上社区搬迁，由于语言不通，她没有找到社区完成相关信息登记，于是就抱着试一试的心态来到青山派出所。社区民警龙国华热情接待了胡女士，耐心细致地告诉胡女士办理居住证需要的申请材料及相关办理流程，核实胡女士的相关材料情况后，立即为她办理了居住证信息登记。接下来，胡女士只要等到信息录入期满六个月，即可办理居住证。一件小事，让胡女士充分感受到了钢城民警的热情耐心和贴心服务。她感动不已，于是就出现了文章开头温馨的一幕。

群众利益无小事。一直以来，青山派出所始终坚持“全心全意为人民服务”的根本宗旨，积极主动地把为民服务落实到具体日常工作之中。（匡洁 刘吉恒）

## 高温下的 “焦”警



8月以来，娄底进入烧烤模式，连日的高温考验着出行的人们。娄底交警为了保障路面畅通，确保我市创文管卫工作的有序开展，不畏炎热，不畏炙烤，默默守护在娄底的各个路口和重要道路上。（段卓君）



## ● 新闻故事

# 三轮车撞死行人 驾驶员被刑拘

7月26日凌晨5时许，郭某驾驶一辆三轮摩托车在途经娄底市娄星区万宝镇砂罐铺村路段将一名72岁的老人撞死后驾车离开了现场。娄底交警经过两天的缜密侦查，7月28日凌晨3点破案，肇事嫌疑人郭某被抓获。7月30日，郭某因涉嫌交通肇事罪依法刑事拘留。

事故发生当天，娄底交警支队直属一大队民警第一时间赶到了事故现场开展事故勘察取证工作。除了在现场发现有大量的玻璃碎片后，一道深浅不一、长约9米的刹车痕迹引起了民警的注意。

据娄底市公安局交警支队直属一大队事故中队民警胡培根介绍：嫌疑车辆右轮在草地里有一条长长的压痕，但是在撞击的这一段没有刹车的痕迹，转向主公路的

时候，在水泥地上留下了一条9米长的刹车痕迹，左侧和右侧的刹车痕迹的轮距大约是1米03—1米07，结合车辆的刹车痕迹，初步断定这是一辆三轮摩托车留下的。

在确定嫌疑车辆后，民警兵分多路开展侦查，一路通过视频追踪，查处车辆的行驶轨迹，另一路以现场为中心，开展走访调查。

视频追踪组结合三轮车行驶的时间，通过倒查监控，初步确定该三轮车是一辆贩卖水果的车辆，并在事发前1个多小时曾在水果批发市场进货，随后车辆沿涟滨街、娄星路、乐坪大道、新星路、高铁南站进入县道。

在现场勘察的民警徒步搜寻，在现场南边约两公里的鲤鱼塘卡点处，发现水泥路面上有一堆散落规则的钢化玻璃颗粒，

其中部分颗粒上粘附有大小不一的纸片。纸片经民警拼装后，为两张宗申摩托车标签所分离，通过调取监控，发现五点三十分有一辆蓝色的三轮摩托车在这里有两分钟的短暂停留。据娄底市公安局交警支队直属一大队事故中队中队长颜继红介绍：肇事者郭某某在行车过程中破碎的玻璃吹到脸上，影响驾驶，即在该处停下车来，从里向外将破碎的玻璃扫落在路面上。

随后经过大量的走访摸排，最终锁定牌号尾数为300的宗申牌三轮摩托车，在接到报警后的第45个小时，民警连夜在郭某老家将其抓获。目前，郭某因涉嫌交通肇事被依法刑事拘留，案件还在进一步侦办之中。（段卓君）



# 我市表彰2020年“新时代好少年”

培养担当民族复兴大任的时代新人,展示文明娄底“新时代好少年”的风采。8月1日,由娄底市文明办、娄底市教育局、娄底市广播电视台联合主办的2020年娄底市“新时代好少年”颁奖典礼在娄星广场隆重举行。市人民政府副市长李有才参加颁奖活动。

活动现场,与会嘉宾为2名“新时代湖南好少年”以及10名“新时代娄底好少年”荣誉获得者颁发证书,这些新时代好少年,有刻苦学习、同学们心中的“学霸”,有热爱公益活动、乐于助人的“小雷锋”,有勤学好问、爱读书、爱写作的“小作家”,有勇于担当、投身抗疫阻击战的小男子汉,有少年老成、一边上学一边照顾奶奶的贴心“小棉袄”,他们从不同侧面展现了娄底新时代少年爱党爱国、自立自强、朝气蓬勃、奋发向上的精神风貌。

据了解,近年来,娄底市全面落实立德树人根本任务,大力实施素质教育,召开了



全市德育工作大会,成功举办全市中小学生运动会,积极推进“四项课程”建设,每年开展中小學生“三独”比赛、中华经典诵读、“扣

好人生第一粒扣子”、文明校园创建等活动,全力参与全国文明城市创建,未成年人思想道德建设工作取得优异成绩。(陈泽宇)

## ● 校园简讯

### 娄底三中蝉联全市高中足球锦标赛十连冠

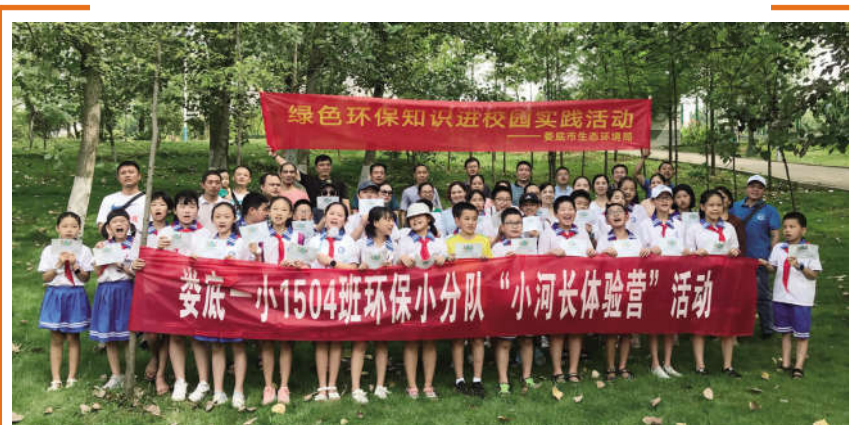
8月2日晚,2020年娄底市青少年足球锦标赛(省青少年足球锦标赛预选赛)落下帷幕,娄底三中高中足球队以四战全胜进18球仅失1球的战绩傲视群雄,再次问鼎冠军,实现了该赛事的“十连冠”。

为了准备此次足球赛,娄底三中高中足球队刻苦训练,潜心备战,比赛过程中,该校队员们团结一心、众志成城、全力以赴、节节胜利,成功蝉联娄底市青少年足球锦标赛“十连冠”,同时也获得代表娄底市参加8月15日在长沙举行的2020年湖南省青少年足球锦标赛资格。(谢志宏 谢武)

### 娄底一中召开 退役军人座谈会

8月1日,在第93个建军节来临之际,娄底一中在学校正心楼七楼会议室召开退役军人座谈会。

座谈会上,校领导和大家亲切交谈,了解大家的服役情况和工作生活情况,与会同志们在轻松愉快的氛围中畅所欲言。退休老兵罗建雄在发言中说,他人生中最自豪的一件事就是曾经是一名军人,不管什么时候都不会忘记自己的身份,现在虽然年龄大了,但是只要国家需要,还是会毫不犹豫冲上前去,他的话语充分展现了一名退役军人“若有战,召必回”的使命担当,令人肃然起敬。退役女兵吴妮在发言中说,军人和教师是她人生最向往的两个职业,感谢部队和娄底一中让她如愿以偿,并表示在今后的工作中将不忘初心、牢记使命,退伍不褪色,努力工作,为学校的发展贡献自己的力量。其余同志在发言中也纷纷表示,将团结一心、共同奋斗,继续发扬军队的优良传统和作风,在工作上,敢于亮剑,当好标杆、做好表率,为学校的建设和发展作出更多的贡献。(刘星燎 周松华 胡方良)



### 小学生体验“小河长”

近日,娄底一小1504班的28名同学参加了由娄底市环保志愿者协会组织的“小河长”体验活动。志愿者先启发同学们饮水思源,了解河水变自来水的过程。然后带领同学们徒步沿水河河岸,实地探秘母亲河。通过沿

河的标牌,同学们学习了饮用水源地保护条例以及河长制、河流保护等知识。最后同学们动手做了水质检测小实验。此次实践活动使珍惜、保护水资源,节约用水的环保理念深入同学们的心中。(刘苏玲)

### 娄底九小开展 暑假社会实践活动

近日,娄底九小大队部组织四十名少先队员走进娄星高速支队营地,开展“警营体验零距离 安全教育伴我行”暑假社会实践活动,与高速交警面对面学习交通安全知识,提高学生的交通安全意识。

在交警引导下,同学们在警营通过现场参观、观看监控大屏幕、交通安全教育视频资料,观看现场演示用北斗和对讲机调度路面执勤民警,对娄底高速智能交通管理系统和基本的交通安全常识有了详细的了解。在装备讲解区,同学们饶有兴趣地听取了高速交警对酒精测试仪、移动测速仪、警用腰带、执法记录仪、防暴枪及警用盾牌等警用设备的使用介绍。活动最后,娄底九小学生还向高速交警叔叔送上自己制作的卡片和慰问品。(肖涛)

## 楚英学校：打造娄底高质量的平民教育 昂首阔步进入建校第二十五年新征程

### 高标准办学条件下的“平民教育”

“今年学校投入重金新建体育馆(含游泳池)、多功能大厅、师生餐厅、教师公寓、学生公寓等……”,娄底楚英学校校长肖鹏对记者说道。

工欲善其事,必先利其器。在各级党委、政府的悉心关怀下,学校近年来先后投资上亿元用于硬件设施建设。

2015年,在原娄底卫校旧址建设了一所高标准、高质量、高起点的楚英娄星分校。分校拥有空调、多功能书柜、高清多媒体、实物投影仪、直饮水设备、书法室、舞蹈室、各类实验室等一流的教育配套设施;2016年5月,楚英学校启动第一期原址扩建工程,投入4000万元,新建三栋高标准教学大楼、综合楼,2017年5月,顺利完成建设任务并投入使用;2020年,学校加快建设步伐,办学条件持续升级。

楚英总校第二期扩建项目,通过竞拍7亩商业用地,主楼为教师公寓,裙楼2层为学生体育馆,地下1层为食堂,地下2层为设备用房和停车场,项目总投资5000万元,计划2020年底竣工。项目的建设,将为学生创造良好的体育、艺术等活动场地,

今年,楚英学校初三540余人参加中考,人均达822分,900分以上人数达57人,最高分940,占全校参考人数的10.3%(体育为考查,未计入总分),840分以上达275人,800分以上达385人(以上均为裸分,不含加分),占全校参考人数的70%。高中上线率高达99.1%。人均分、上线率、优秀率再次名列前茅!

更好地改善学校办学条件,为“精品小学优质初中”的品牌建设提供更加优越的硬件条件。

### “平民教育”孕育高水平的教育质量

“玉在山而草木润,渊生珠而涯不枯”,楚英学校的优秀是一种传统,更是“传承”。连续五年,三次全市中考状元花落楚英。

今年中考,楚英学校高分学生,远超同



类学校,让每一个学生都学有所成,让普通家庭的孩子都能“高配”高质量的教育。

“目前,社会上出现了教育“怪圈”,许多家庭需要承担额外的,课外辅导费、兴趣班培训费、资料费等,让一般家庭的家长叫苦连连,楚英学校想家长所想,急家长所急,不同于一般的私立学校采取高收费造“贵族学校”的思路,楚英学校是面向工人阶层、普通家庭的“平民教育”,致

力让每位孩子都能享受优质教育。”楚英学校董事长肖晓龙说道。

学校秉承“建设品牌学校离不开品牌教师”的理念,大力倡导精致管理,高效课堂。学校通过“引进来”和内部培养造就了一批高素质的年富力强的优秀教师。例如,从教二十载的班主任兼语文老师谭老师,谭老师是一名“智慧型”的班主任,创新教学在班里分了多个学习小组,采取结对子、优劣衔接的方法,充分调动全班学生的积极性、竞争性,不论优生、差生都能朝一个方向努力,劲往一处使,凝聚力、向心力牵引着每一位班里的同学。

“2020年的中考,我们班的孩子取得了特别优异的成绩,在没有任何附加分的情况下,900分以上的8人,890人以上的有16人,880分以上的有23人,870分以上28人,能进娄底城区重点高中的小班甚至小小班的人数超过了一半,这是多么可喜的成绩呀!”谭老师自豪的说道。

白驹过隙,毕业班里几名多愁善感的同学,都拥簇着老师,泪眼婆娑,此刻,平时的成绩高低与否都显的不是那么重要,更多的情绪是依恋是不舍这些陪伴了三年的“亲人”。(陈泽宇)

# 吴公平来娄检查食品安全大排查大整治百日行动

7月27日-28日,省市场监管局一级巡视员吴公平率队到娄底督查食品安全大排查大整治“百日行动”,娄底市人民政府副市长李有才参加反馈会,市市场监管局局长邓志洪、党组书记王汪参加检查和反馈会。

检查组通过“四查四看”的方式重点开展考试答题、查阅资料、查看现场、座谈交流,采取随机抽查的方式实地检查食品生产经营单位和市、县、区市场监管部门,对市、县两级政府相关负责人、市场监管部门及部分食品企业负责人进行了食品安全知识考试。

27日,检查组在娄底市市场监管局召开简短的见面会,随机抽查参会领导干部食品安全知识政策,并查阅有关台账资料。当天下午,吴公平一行深入娄星区,先后检查娄星区百年吉祥饺子白塘店、沃尔玛春园分店、城南一中食堂以及娄底金广源休闲食品厂等食品生产经营单位。并分别在城南一中、金广源食品厂抽查1人进行了食品安全知识测试。

28日上午,检查组深入冷水江市,先后督查调研冷水江市场监管局、布溪市场监管所、冷水江农贸市场,抽查领导干部,查阅台账资料,重点检查市场内冷库、食杂、餐饮等食品经营户。

28日下午,在娄底市局召开的情况反馈会上,检查组听取娄底市开展大排查大整治百日行动的情况汇报,并同市纪委监委有关负责同志开展座谈交流。



检查组认为,娄底市局深入推进民生领域食品安全问题整治,整体工作扎实,专项整治行动富有成效。检查组强调,要提高政治站位,以高度的政治自觉、思想自觉和行动自觉,全力推进大排查大整治百日行动;要强化企业主体责任,切实加强从业人员的培训教育,逐步提升食品安全管理水平;要多措并举落实食品安全“四个最严”要求,加大食品安全风险隐患排查整治力度,通过举一反三,规范一批、整治一批、查处

一批,确保“百日行动”落到实处、取得实效。

李有才表示,娄底将以此次检查为契机,进一步提高政治站位,全面落实食品安全党政同责和“四个最严”的工作要求,总结前期工作中的经验及不足,举一反三,对照问题清单,迅速整改到位,持续推进“十二大攻坚行动”,补齐工作短板,守住安全底线,全面提升娄底市的食品安全治理能力和治理水平。(罗达意 张弛)

## 娄底经开区 开展食品经营 负责人大培训

近日,娄底经开区举办多期食品生产经营单位食品安全知识培训班,区内食品生产经营单位从业人员共958人分批接受培训。

培训课上,授课人员紧紧围绕当前食品安全工作重点和突出问题,从法律法规条款、证照办理、从业人员操作规范、环境卫生、食品采购、贮存、索票索证等多个方面进行了详细讲解,重点讲解了创文管卫测评要点、常态化疫情防控知识和预防野生蘑菇中毒知识,督促食品生产经营单位严禁采购和加工野生动物及其制品、长江流域重点水域非法捕捞渔获物。培训中,参训人员就日常生产经营过程中遇到的问题和疑惑与主讲人进行了互动交流。会后发放了《食品安全法》和《食品安全常识》共1000余册。

据悉,此次培训是分局按照娄底市市场监督管理局“开展万名食品生产经营单位负责人大培训”要求,结合创文管卫工作,采取“统一部署,上下联动,分片组织”方法,共分8期举行。通过培训,进一步提升了食品生产经营者的安全生产意识,强化了其依法经营观念,对确保“舌尖上的安全”起到了积极的作用。(罗尚海 李姝)

## 华菱涟钢举行液氧槽车泄漏事故应急演练

7月31日,由娄底市市场监督管理局举办,湖南华菱涟源钢铁有限公司承办的液氧槽车泄漏事故应急演练综合演练举行。市政府副秘书长刘绍业观摩并讲话,市市场监管局党组书记王汪任总指挥,全市18家涉危化品特种设备使用单位、气瓶充装单位负责人共计一百多人现场观摩了演练。

此次应急演练模拟涟钢能源总厂液氧储罐卸装液氧过程中,罐内突然发生大量液体泄漏,现场巡检人员发现险情后立即采取紧急处置并报告,车间经过切断电源,组织抢险自救处置不成功,出现人员冻伤,险情蔓延,便立即报告总厂。总厂立即启动制氧低温液体贮槽泄漏事故应急响应程序,请求公司保卫部消防救援和医院增援,专家技术组



现场制订处置方案,抢险救援组切断贮槽阀门搜寻关闭源头,环保监测组开展区域监测,疏散警戒组设置安全警戒线,经过消防队员采用消防水进行冲洗、稀释,最终氧气浓度恢复正常水平,泄漏险情得到控制。

同时,轻度冻伤人员得到妥善救治。至此,应急演练各项程序圆满结束。

此次模拟演练,时间跨度长、演练区域广、参与人员多,采取提前预演、后期制作、现场讲评的方式举行,活动期间,市市场监管局副局长李赛鸿率特种设备科负责人多次到现场组织协调指导和预演,省特检院娄底分院和涟钢公司多个部门联合参与。

通过演练和观摩,有效提高企业应急救援能力和实战水平,规范安全生产事故应急处置流程。涟钢副总经理周鉴演练讲评时表示,涟钢员工要进一步认识危险化学品液体泄漏事故带来的危害性,加强日常应急演练、应急处理、协调作战能力,切实保障公司安全生产。(罗达意 曾达)

## 双峰“双管齐下” 管控“非标车辆”

近日,双峰县市场监督管理局将非标车辆源头管控作为开展交通问题顽瘴痼疾集中整治行动的重要抓手,加大隐患排查整治力度,坚持严管重罚,有效打击震慑违法行为,取得明显效应。

整治行动以来,该局及时召开工作推进会,组织相关股室、队、所对全县内的车辆生产企业、车辆销售店、电动车及电动自行车销售门店、车辆修理店等经营场所开展大检查、大整治,重点检查经营者主体资格是否合法,在售车辆是否符合国家标准,是否取得3C认证,是否存在非法改(拼)装、“大吨小标”等非标机动车辆等违法行为。

截至目前,该局已开展车辆生产、销售、改装环节监管巡查155次,对车辆检测企业立案2起,处罚款1.8万元;车辆生产企业现已移送县科技和工业信息化局1起,立案1起,现场整改1起;马路市场专项整治行动出动执法人员102人次、车辆25台次。(粟卫平 宋超伟)

## 凝聚你我力量 让消费更温暖 娄底政企联合开展社会公益活动

8月3日,由市市场监督管理局、市消费者委员会、市汽车行业商会共同举办的2020年“凝聚你我力量让消费更温暖”社会公益活动在娄底中南汽车城正式启动。

启动仪式上,主办方相关负责人分别就开展此次社会公益活动发出号召、提出要求,各汽车经销商代表递交消费维权承诺书。随后,市市场监管局广告科开展“诚信服务知识进企业”专题讲座,针对汽车广告和促销活动需要注意的一些问题,结合具体案例进行深入分析,进一步提升汽车行业从业人员对诚信宣传的关注度,倡导大家重视广告导向功能,注重传递正



能量,树立良好社会形象,为创建全国文明城市贡献一份力量。

据了解,为深入开展“凝聚你我力量”

2020年消费维权年主题活动,市场监管部门积极推出“诚信经营、履行责任”“积极履职、勇于担当”等倡议书,全力支持市场主体复工复产,动员广大消费者和经营者践行社会责任,强化消费教育引导,倡导科学性消费,增强消费信心,在特殊时期营造温暖的消费氛围。

我市汽车行业进一步加强行业自律,健全管理机制,积极落实消费者权益保护工作,发挥消费维权服务站的作用,快速处理、化解会员单位之间和消费者之间的各类投诉,促进消费者满意度不断提升。

(罗江 李建新)

# 吴建平到市第二人民医院指导创文管卫工作

8月4日,娄底市委常委、宣传部长、市创管办主任吴建平一行到娄底市第二人民医院指导创文管卫工作,娄底市第二人民医院党委书记刘宏军及相关领导、娄星区、花山街道办事处、铁西委员会相关负责人陪同。吴建平一行来到娄底市第二人民医

院儿科综合楼视察了门诊部、急诊科大厅的创文管卫工作,对该院母婴关爱室、志愿者服务工作提出了表扬,要求该院以新楼启用为契机加强业务拓展,为患者提供更优质服务。同时,他还对花山办事处铁西社区垃圾车摆放、娄底市第六中学与市

第二人民医院结合部残墙整理、地面硬化等创文管卫工作提出了改进意见。自开展文明城市创建工作以来,娄底市第二人民医院按照市委、市政府的要求,在市卫生健康委创管办的指导下,加强了创文工作常态化管理,结合实际,把宣传工作

作为切入点,引导医院职工、患者及其家属积极主动参与创文管卫工作,重点加强了院区禁烟、“牛皮癣”整治、卫生保洁、疫情防控、安全生产、志愿者服务和扫黑除恶整治黑救护车等工作,逐项抓好整改落实,有力地推进创管工作。(刘楚怡)

## 市妇幼开展“湘阅读·工力量”主题党日活动

为加强干部职工思想政治建设,丰富党员主题党日活动内容,增强党支部的凝聚力,近日,娄底市妇幼保健院门诊党支部结合娄底市总工会“湘阅读·工力量”阅读活动开展主题党日活动。

活动在集体诵读白居易的名诗《你的孩子,其实并不是你的孩子》中拉开序幕,优美的诗句蕴含深刻的哲理,如何做好父母,如何与孩子沟通,发人深省。参加读书会的同志们纷纷推荐了自己喜爱的好书,比如《毛泽东选集》《习近平讲故事》《孩子,我想让你幸福》《活在当下》等等,相互交流,现场气氛活跃。

随后,娄底市妇幼保健院门诊支部党员举行了诵读比赛,比赛从内容、普通话、表达方式、情感及台风五个方面对各参赛选手进行现场评分,经过评选超声科杨启希获得一等奖,产房彭薇、儿保科吴响军获得二等奖,遗传实验室杨娟、急诊科彭甜、新生儿科肖燕飞获得三等奖。



此次活动除了院在职党员及入党积极分子参加外还吸引了共青团员及群众的参加,通过组织诵读经典比赛、拍摄诵读快闪以及好书推荐等活动,以党建促工建、带团

建,以点带面引领带动干部职工掀起“读好书、读书好、好读书”的活动热潮,不断提升干部职工文化素养和政治觉悟,弘扬积极向上、奋发有为的时代精神。(杨启希)

## 小手术助她告别32年的“歪脖子”生活

“我从小就有‘歪脖子’的毛病,看人总是斜的,右边脖子扯着两根‘筋’,脸也变形了。没想到今天一个小手术,医生就给我扶正了。”近日,患有先天性斜颈的魏女士在娄底市中心医院耳鼻喉咽喉头颈外科接受手术后,终于告别了32年的“歪脖子”生活。

来自娄底市娄星区的魏女士今年32岁,从小便有“歪脖子”的毛病,因未意识到此病产生的危害,最终导致左侧颈部肌肉挛缩,右侧脸颊增大并向右侧倾斜,视力下降并伴有斜视。长大成人后,这些都让爱美的魏女士受到极大的困扰,辗转多家医院咨询就诊,均被告知即使做了手术,也未必能取得满意的美容效果,魏女士很是失望。后经朋友介绍,得知娄底市中心医院耳鼻喉咽喉头颈外科主任彭福森博士在颈部手术方面有娴熟的技巧和丰富的临床经验,便抱着试试看的态度来寻求医治。

彭福森面诊后,将其诊断为先天性肌源性斜颈,是由于先天一侧胸锁乳突肌挛缩所致,便决定通过腔镜下松解胸锁乳突肌来矫正倾斜的颈部,这样做的好处是仅会在腋窝处留下一个小伤口,颈部不会留疤痕,能达到治疗和美观的双重效果。

得知自己的斜颈能通过手术得以改善,魏女士激动不已,立即办理了住院,顺利接受了手术,术后颈部活动功能正常,曾经的“歪脖子”也回到了正常状态。术后第3天,魏女士康复出院。

据悉,先天性斜颈是很多孩子都容易出现的问题,可分为先天性肌源性斜颈和先天性骨性斜颈。前者是由于一组胸锁乳突肌挛缩引起的头颈歪斜,后者是因颈椎骨质发育畸形导致的先天性颈部畸形。临床上以肌源性斜颈多见,患者常会出现颜面部及颈部畸形、颈部活动受限,甚至影响视力等症状。一般情况下,小孩出现先天性斜颈之后,通过一年的观察期或采取局部热敷、按摩、卧床固定和手术牵引等保守治疗便可恢复。如果保守治疗无效,则会对人体的面部轮廓以及颈部外观产生较大的影响,如颈部畸形严重,应尽快到正规医院进行手术治疗。

(刘素凤 谢盼)

## 娄星区人民医院为空巢老人送医药上门

为进一步弘扬尊老、敬老、爱老、助老的中华传统美德,切实关注老年人身体健康,近日,娄星区人民医院(娄星区妇幼保健院)组织行政后勤党支部、妇幼保健医技党支部和健康快车党支部的党员志愿者联合大科社区服务中心,到娄底市福康家和老年服务中心开展新时代文明实践——关爱空巢老人,送医送药上门。

当天,医院志愿者10余人在医院党总支委员、副院长刘碧微的带领下,为老年服务中心的空巢老人们送去了常用药品、保健书籍等。到达老年服务中心后,志愿者们分



合作,医护人员为老人们测血压、义诊、健康咨询、用药指导等,与他们拉家常,从中了解他们的生活习惯和健康状况。

志愿者们为这些儿女不在身边、感到孤寂的老人,表演节目、陪他们聊天,倾听他们的内心世界,进行心理疏导,送去精神慰藉。对于年龄大,行动不便的老人,志愿者们自带洗发、剪发工具,严格实行一人一盆一毛巾的良好卫生习惯,为他们剪发、洗发,鼓励他们保持乐观向上的生态度,让老人们真正感受到了“家的温暖”。

(刘雪芬 刘福芝)

## 东方医院开展过敏性休克的处理和预防培训

近日,由娄底东方医院党支部牵头,在院长和护理部主任的组织下,“护理部过敏性休克的处理和预防”培训在东方医院六楼会议室顺利举行,除值班人员外其他护士人员均到场,参会学习。

据了解,过敏性休克的处理和预防是临床护理工作中非常重要的一项技术,过敏性休克是外界某些抗原性物质进入已致敏的机体后,通过免疫机制在短时间内触发的一种严重的全身性过敏反应,可

累计多个脏器,多突然发生且严重程度剧烈,若不及时处理,常可危及生命。所以,护理团队熟练掌握这项技术,对于抢救病患生命健康至关重要!

本次培训内容共有五个项目:第一项过敏性休克产生的原因以及危害。第二项过敏性休克的临床表现(皮肤粘膜、循环系统、呼吸系统、消化系统、神经系统)和过敏性休克的征象。第三项过敏性休克的诊断是根据询问病人过敏史以及生理表现

来判断的,过敏性休克与晕针和输液反应的鉴别。第四项治疗与护理(就地抢救、肾上腺素、氧供、维持循环稳定);第五项怎样预防过敏性休克(详细询问患者的“三史”和严格执行“三查八对一注意”等)。

据悉,娄底东方医院每月将定期开展技术学习和培训,通过培训学习,提升医务人员的技术素质和医德医风,同时增强了医护团队的责任意识,势必促进医护人员更好地服务客户,从而提升病患满意度。(陈泽宇 易艳华)



**娄底市妇幼保健院**  
**娄底市儿童医院**  
LOUDI HEALTH CENTER FOR WOMEN AND CHILDREN

急救及24小时免费接送孕产妇电话: 8760106  
妇科热线: 8762618 新生儿科热线: 8762669  
网址: <http://www.ldfybjy.com>

### 妇科专家诊室

龙志贤:周一、二、四、六全天  
陈旭清:周三、四、五、日全天  
李良华:周三、五全天  
谢媛:周一、二、六全天  
胡良燕:周一、三全天  
成英:周五全天  
曾素贞:周二全天  
王新珍:周日全天  
**妇女保健专家门诊**  
李大莉:周一至周五全天  
周六上午  
**不孕不育专家门诊、产后专家门诊**  
郭晓良:周一、四全天,周二、三、五上午  
成英:周一至周五全天

### 产前专家诊室

郭屹:周一、三全天  
李敏:周二、四、日全天  
段炼:周一、二、三、五、六全天  
周日上午  
谢建平:周四全天  
卢加红:周二全天  
郭晓良:周四全天  
龙志贤:周五全天  
唐莉:周一、三、五全天  
张湘萍:周二、四全天  
**更年期保健专家门诊**  
成英:周一至周五全天  
**儿科专家门诊**  
刘成贤:周一至周四上午

邹纪青:周一、三、五、六上午,周二、四下午  
贺元锋:周一、三、五下午,周日上午  
江红:周二、四上午,周日下午  
刘霞文:周五上午  
**儿科发热门诊**  
龚伟:周一、四、五、六全天  
刘霞文:周三全天,周日上午  
刘娟:周二全天  
**儿童保健专家门诊**  
彭向阳:周一至周六上午  
**外科专家门诊**  
龚伯雄:周一、三全天  
肖锋:周二、四上午  
**乳腺专家门诊**  
苏健:周一、二、三、五全天



## “百花”商贸的慈善情怀

### 娄底市召开2020年福彩工作年中分析会



7月30日,娄底市福彩中心召开2020年全市福彩工作年中分析会议,会议由市福彩中心主任谭银光主持,总结了上半年工作,分析了当前市场形势,对下半年的工作进行安排部署。市民政局党组成员、副局长谢国光参会并讲话,各县市区民政局分管领导、募委办主任及市福彩中心全体人员参加会议。

会上,传达了湖南省福彩工作年中分析会议精神,电脑票部、即开票部、视频票部、营销培训部进行市场形势分析,双峰县作典型发言,各县市区就上半年工作、存在的问题及下半年工作安排进行发言。2020年上半年,面对疫情影响,彩票休市长达49天,政策调整的严峻形势,娄底福彩扎实有效开展各项工作,全市福彩销售工作呈现出良好态势。截止6月30日,我市共销售福利彩票9206万元,全省增幅排名第3位。

会议指出,在接下来的工作中,娄底福彩要聚焦市场,构筑销售矩阵,着力拓展福彩销售渠道,加大投注站规范化建设,加快推进新建销售亭建设等工作,做好本土票“大美湘中”上市发行,强化责任担当;要聚焦队伍,狠抓素质提升,不断加强培训,完善绩效考核机制,改进管理方式,激发队伍活力,提升福彩队伍管理服务质量;要聚焦品牌,打造本土特色,充分利用现有宣传渠道,做好公益活动,不断拓展福彩文化建设的广度和深度;要聚焦管理,确保安全运营,进一步筑牢防疫、安全、廉政三条防线,完善财务制度,严格执行纪律及操作流程,形成长效监督机制。

谢国光充分肯定了娄底福彩工作,并提出三点要求:一要坚定信心,增强工作责任感与紧迫感;二要深入调研,创新方法,寻找突破口;三要科学管理,做好各方面工作,确保完成全年任务。(袁晓婷 彭思思)

### 志愿者们 致敬最可爱的人

8月1日是建军93周年,娄底市怡然乐居社会工作服务中心联合和悦家园业委会、和悦家园物业管理处举办了一场以欢庆双节为主题的大型文艺演出,演出节目内容丰富,各具特色,不仅表达了对人民子弟兵的崇高敬意,精彩的表演也给现场200多名观众呈现了一场难忘的视觉盛宴。同时,娄底慈善志愿者协会民生医院、娄底爱牙邦口腔医院分会多名志愿者积极参与,并为居民进行义诊及保健宣传。

娄底市民政局社会组织科科长李济民、娄底市民政局慈社科科长李瑛出席活动并为志愿者颁发证书,同时对志愿者们在抗疫期间不畏病毒、勇于担当、无私奉献的志愿者精神表示高度赞扬和衷心感谢。(钟志敏 欧阳惠玲)

### 两个湖南湖北人的巧遇

要说百花超市,先说他的董事长彭自如。彭自如1966年生于涟源杨市镇一个贫困农民家庭,九岁丧父,母子相依为命。在亲友乡邻的帮助下,彭自如勉强读完了初中,从此挑起生活的重担,但因年轻又没专业技能,只好在当地小煤窑里打工。小煤窑的劳动又脏又累又不安全,还不能及时发工资,彭自如辞去了小煤窑的工作,收过废品,开过小三轮车,当过养殖户。有一次,他送牲猪到广东返湘途中,货车油箱被另一辆货车撞坏起火,车辆全毁。不得不另起炉灶,到涟钢生活小区租了个小铁棚做起了小买卖,不久又开起了自选商场。在商场中摸爬滚打多年,有盈利的喜悦,有亏损的自责,他反思了经营的酸甜苦辣,得出一个真理:“诚信做事,友善为人。”通过多年“社会大学”的锻炼他成长起来了,2001年10月,彭自如接手国营百花商厦,2011年5月成立湖南百花商贸有限公司,任董事长。

“天上九头鸟,地下湖北佬。”百花商贸公司总经理陈再兴,湖北黄石人。陈再兴刚过不惑之年,经历却丰富,湖北大学毕业后,教过书,但对商业很有兴趣,先后在山东、甘肃、江苏等地经过商。2015年,他在长沙高桥大市场,经小商品批发商肖老板的推荐与彭自如相识。两人交谈融洽,经营理念等方面想法一致,经双方相互了解,2015年陈再兴正式成为百花商贸公司总经理。陈再兴的加入,让百花商贸锦上添花。陈再兴把彭自如“诚信”“务实”“拼搏”的经营理念制度化、规范化;彭自如关心职工、回报社会的想法得到弘扬和创新。现在娄底城区有百花连锁超市15家,营业面积达3万多平方米,有员工近千人,顾客口碑越来越好,先后获得“质量信得过单位”“百

“老贺你手里提的什么?”一位朋友问。

“百花超市刚买的牛奶。”老贺回答。

“你楼下就是商店,还走老远去百花买呢?”朋友再问。

“百花超市购物环境好,它的商品还价廉物美哩。听说百花超市在娄底开了十多家连锁店,生意都红火。”老贺高兴地回答。

俗话说,金杯银杯不如老百姓的口碑,百花超市在市民中的口碑是如何建立起来的呢?

城万店无假货示范单位”“创业带动就业示范典型优质初创企业”等荣誉;彭自如连续多次评为娄星区优秀政协委员。

### 诚信经营是百花商贸的根本

对顾客要讲诚信。以诚信为本,商店才开得长久,回头客才多。当初开小卖部时,曾经经销一个奶粉品牌,因销售不好,商品临近过期,有人主张改变生产日期,有人主张降价销售,彭自如毅然决然当众销毁了这一万多元的过期奶粉。营业员贴错了标价签,就按低价销售,这是百花给门店员工上的最好营销课。

对合作伙伴要诚信。百花商贸对商品供应商货款制定了付款日期,从不拖欠货款。经过长期的合作,这些单位对百花的供货从不计较货款是否到账,一个电话就发货,这是诚信的回报。

对员工要诚信。对员工奖罚分明,坚决兑

现公司承诺的每年七月份按效益提高福利待遇,年均薪资涨幅超过10%。公司对员工小孩考上大学的分等级奖励,对在校前几名的优秀学生也进行奖励,鼓励读书学习,培养国家有用人才。百花对因病因灾受困的员工家庭多次进行资金和物资援助,员工们形成了“公司是我家,生意靠大家”的思想。对员工进行分级培训,是百花的一项硬性制度,百花的员工普遍年龄偏大,文化程度较低,下岗失业者多,公司请专家培训,再分级分层上课,采用师傅带徒弟的办法,不达标不上岗。百花每年对员工有培训计划,还有组织旅游、考察活动,既放松了员工的心情,又学习了外地部门管理经营的好经验。彭自如说:“我们公司不求最大,但求信誉一定要是最好的。”

### 尽力而为回报社会

致富思源,回报社会。百花在不断发展的过程中,也不断以多种形式回报社会。

首先提高员工的待遇,奖励职工子弟读书,帮助困难家庭。2020年继续资助贫困家庭学生,如帮助湖南科技大学学生邓菲、广州商学院学生杨毅完成学业;前两年对员工张珊珊捐款3万元为其丈夫治病;员工肖细桃患慢性白血病,彭自如带头捐款2万元,公司共捐款6万多元。彭自如还资助家乡修路,捐款捐物看望万宝敬老院老人。2017年为灾区捐一卡车生活物资,为万宝镇大树村贫困户捐款捐物,多次得到娄星区统战部等部门的表彰。新冠肺炎疫情期间,百花各生活超市坚持不涨价,不断供,公司投入10多万元进行疫情防控,做到了疫情防控和商品供应两不误。

百花商贸公司在董事长彭自如带领下,落实制度创新,注重诚信建设,乐于回报社会,打造了娄底商贸的本土品牌。(陈海洲)

## 双峰县蓝天救援队八勇士赴皖救援归来

“蓝天救援中华美,国色天香英雄花。”8月2日,娄底市美术家协会会员陈复查特意来到双峰县蓝天救援队总部,给从安徽庐江抗洪凯旋而归的8位勇士每人赠送一幅“牡丹花篮”。

7月24日晚上8时,双峰县蓝天救援队接到湖南省蓝天协调中心指令:安徽庐江遭遇洪灾,需要蓝天救援队支援。

险情就是命令。蓝天救援队立即启动应急预案,紧急发布出队通知。

晚上9时,由秦永科、聂济南、龚晓林、王安明、王银茂、李双文、阳敦红、胡江平等8名队员组成的队伍紧急集合,准备冲锋舟、动力、担架、水下声呐、生命探测仪、救生衣、救生圈、抛投枪等设备。待县应急管理局办好相关手续后,11时,马上开拔,驰援庐江。

经过13小时颠簸,25日12时,队伍赶到庐江县,下午2时,赶到临时指挥部——大同镇修德小学待命。如期赶到庐江的第一梯队还有来自7省(含安徽)的57队103船427人。

“在这几天里,我们蓝天人以天为被、以地为床。在短暂的休息时间里,我们甚至会累得盒饭还没吃完,人却已经睡着。但号令一响,我们又得马不停蹄立即投入到下一场战斗……”在队员王安明的朋友圈里,我们看到的是一个蓝天人的艰辛。双峰县蓝天救援队负责油料分放、营房管理、转运群众物资、搜救人员,先后转战大同镇和白湖镇。

“在庐江,我们的感受只有3个字:饿、苦、累,但队员们从来没有一句怨言。”带队的副大队长秦永科介绍:在庐江,因停电停水,人员又多,大家要24小时随时待命,整天穿着汗

湿的队服,都是和衣睡在学校走廊里,吃的是自带的水和方便面。一上冲锋舟,面对疯狂的水浪,大家还得小心,防止遭遇危险。

“我们依然像一群傻子/坚守着共同的信念/少说多做,默默奉献/灾难面前竭尽所能的挽救生命/坚守本心,践行善行改变人心……”一位队员在朋友圈发自内心地写出蓝天人的初心。他们为了光荣的使命,不顾生死,不畏艰辛。“队员们有的的士司机,有的是项目经理,有的做生意,有的是公务员……为了赴庐江救援,又怕家人担心,好几个都是瞒着家人走的。一直到圆满完成任

务,于29日返回双峰。”救援队队长贺掘说。“我们转战异地和离庐返双时,当地群众都是夹道欢送,我们感觉:我们的付出很值得!”队员龚晓林动情地说。(谢展南)

# 八部门规范直播带货 账号将分级分类

中国国家互联网信息办公室8月4日在官方网站表示,国家网信办等八部门近期联合召开工作部署会,对深入推进网络直播行业专项整治和规范管理工作进行再部署。其中提及,将着力推动研究制定主播账号分级分类管理规范,提升直播平台文化品位,引导用户理性打赏,规范直播带货行为。

## 明确直播行业打赏规则

国家网信办、全国“扫黄打非”工作小组办公室等八部门3日联合召开工作部署会。国家网信办负责人表示,将研究制定主播账号分级分类管理规范,明确直播行业打赏行为管理规则,将内容供给导向、打赏金额标准、主播带货资格与直播账号分级分类紧密关联,建构激励高质量信息内容供给的直播账号信用评价体系。

此外,国家网信办负责人还表示,要压紧压实属地管理责任和平台主体责任。要强化备案准入管理。全面排查清理未持有准入资质或未履行ICP备案,以及违规开展互联网新闻信息服务的直播平台。要强化内容治理。全面清理各类违法违规内容,净化“网课”直播生态,保护青少年健康成长。

另外,还要全链条打击网络直播违法犯罪行为,挂牌督办一批违法犯罪案件,查办一批网络直播营销活动违法案件,审理审结公布一批典型案例。



## 专项整治行动为期半年

今年6月,国家网信办、全国“扫黄打非”办会同最高人民法院、工业和信息化部、公安部、文化和旅游部、市场监管总局、广电总局等部门启动为期半年的网络直播行业专项整治和规范管理行动。

当月,国家网信办公布,根据群众举报线索并经核查取证,首批依法依规对“皇冠直播”“嗨够直播”“UP直播”“月爱直播”等44款传播淫秽色情、严重低俗庸俗内容的违法违规网络直播平台,分别采取约谈、下架、关停服务等阶梯

处罚;部署查办了一批利用色情低俗直播内容诱导打赏案例,对“幺妹直播”“触手直播”“9158美女视频”“咄咄”“么么直播”“蜜桃直播”“破比直播”等平台传播网络低俗直播内容作出行政处罚。

国家网信办、全国“扫黄打非”办当时承诺,将会同有关部门,在进行专项整治的同时,科学制定推动网络直播行业高质量发展的管理规则和政策导向,探索实施网络直播分级分类规范,以及网络直播打赏、网络直播带货管理规则。

## 两个月处置158款直播平台

7月7日,全国“扫黄打非”办公室又通报7起网络直播平台传播淫秽色情低俗有害信息典型案例:辽宁丹东“小哥哥”网络直播平台涉嫌传播淫秽物品牟利案、江西上饶蒋某某等人涉嫌传播淫秽物品牟利案、浙江台州“金鱼”网络直播平台涉嫌组织淫秽表演案等。

在3日的会议上,国家网信办负责人介绍,专项整治开展两个月来,各部门依法处置158款违法违规直播平台,挂牌督办38起涉直播重点案件。督促平台清理有害账号及信息,封禁一批违法违规网络主播,明确直播打赏作为平台和主播履行服务合同的法律性质,规范管理工作稳步推进。

国家网信办表示,直播行业诸多痼疾顽症并未彻底消除。高额充值打赏冲击主流价值观,“网课”直播间推送低俗内容危害青少年健康成长,违规直播带货侵犯消费者合法权益,色情低俗和网络赌博诈骗屡禁不止等突出问题,一直是网络直播行业饱受诟病的根源所在,必须彻底加以解决。(熊颖琪)

## 湖南16批次食品样品抽检不合格

8月4日,湖南省市场监管局最新公布的安全监督抽检结果显示,全省抽检食用油、调味品、饮料等12大类食品268批次样品,其中16批次样品不合格。

根据抽检,标称长沙市野庄食品有限公司生产的乐甜乳味饮品(草莓味);益阳市大通湖区润湖纯净水厂生产的润湖牌包装饮用水;常德市石门县宝峰街道曹家棚社区石门新艳商店销售的,标称石门夹山灵泉饮业有限责任公司生产的十九峰富硒水包装饮用水,大肠菌群项目不符合食品安全国家标准规定。

标称桃江县向阳花禹之泉纯净水厂生产的禹之泉纯净水;标称株洲市益寿源水厂生产的炎帝神饮用天然山泉水;安化县东坪镇石清纯净水店销售的,标称安化县珠木峰饮用水有限公司生产的珠木峰包装饮用水,铜绿假单胞菌项目不符合食品安全国家标准规定。

长沙市天心区家润多超市熙山园店销售的,标称湖南省扭扭食品科技有限公司生产的辣脆萝卜;标称益阳市蓝天食品有限公司生产的呷好姜,苯甲酸及其钠盐(以苯甲酸计)、甜蜜素(以环己基氨基磺酸计)和防腐剂混合使用时各自用量占其最大使用量的比例之和项目,不符合食品安全国家标准规定。

不合格产品还包括:株洲市天元区神农福商行销售的,标称炎陵县紫峰粮油开发有限责任公司生产的菜籽油;攸县好多生鲜店销售的,标称株洲市湘域缘食品有限公司生产的脆辣萝卜条(酱腌菜);益阳市赫山区沧水铺镇大润惠超市销售的,标称湖南省香华调味食品有限公司生产的剁辣椒。

对抽检中发现的不合格食品,省市场监管局已责成相关市场监管部门开展核查处置,查清产品流向,采取下架召回不合格产品等措施控制风险,对违法违规行为,依法从严处理。

(刘永涛 贺正鑫 廖凌霄)

## 营养师提醒:

# 青少年肥胖危害多 10岁男孩患上脂肪肝

家有小胖墩,好多家长都不太当回事,甚至认为“孩子正在长身体,胖一点底子好”,殊不知,青少年肥胖对孩子的影响远比想象中要大。几个月前,广州医科大学附属第三医院临床营养科医生就接诊了一个10岁便患上脂肪肝的小男孩。不仅是他家人,很多人听说他这么小就患上脂肪肝都觉得不可思议。好在营养医师的科学指导及时干预,三个月后他便减重11斤,成功摆脱了脂肪肝。

## 10岁男孩患脂肪肝 减重11斤恢复健康

小叶今年10岁,三四个个月前,身高145厘米的他体重有54.7公斤。其实,在去年11月,他曾因肥胖问题到医院检查,发现骨龄超前,甘油三酯和胆固醇偏高,医生建议他减肥,这才引起父母对他体重的关注。

为了将小叶的体重控制在合理的范围内,妈妈想方设法帮他减肥。但10岁的孩子正在发育期,让他控制饮食不容易,摸索了几个月仍未见效,最后只好作罢。

由于今年上半年在家上网课,日常少运动,小叶非但没瘦下来,到儿科一检查,胰岛素、尿酸仍然偏高,并出现轻度脂肪肝。这让爸妈又吓了一跳:脂肪肝不是中老年人多发吗?孩子才10岁,竟也患上脂肪肝!

爸妈担心再这么发展下去后果更严重,才把小叶送到广医三院临床营养科就诊。营养科医生帮他进行体重管理,经过三个月的科学饮食,小叶的体重降至49.4公斤,总胆固醇从5.98(标准为5.18以下)降低到3.87,甘油三酯从3.04(标准为0-1.7)降低到0.49,常规身体指标都在标准范围内。

“我按照营养师给的食谱给孩子做饭,他每天的营养都很丰富,每周末坚持游泳,也不用超负荷运动,只是下课后尽量走路回家,三

个月后体重降到49.4公斤,脂肪肝没有了,身体轻松了!”小叶的妈妈很开心。

这三个月里,小叶并没有像她想象的那样需要饿肚子节食,但体重成功减下来了,还长高了两厘米!

## 科学饮食+运动 预防青少年肥胖

小叶的体重是怎么减下来,并成功“甩掉”脂肪肝的呢?广医三院临床营养科主管曾青山介绍,关键在于科学饮食+运动:

1、按需吃饭,培养健康的饮食习惯。  
吃太多发胖,吃太少营养不均衡还是胖。处在小叶这个生长发育年龄段的孩子,更要保证每天“按需吃饭”,食物粗细均衡,杜绝过度烹饪。

营养过剩或不均衡是导致青少年肥胖的最为重要的因素。提倡科学饮食,少在外就餐,家庭烹饪少油少盐;少吃垃圾食品;多吃果蔬,少吃肥肉;多喝白开水,少喝饮料;多吃粗粮,少吃精粮。

2、加强体育锻炼,养成爱运动的好习惯。  
不少青少年的肥胖主要是因为缺乏运动,适当增加运动量和运动时间,能消耗体内多余的脂肪。家长在课余时间应多陪同孩子参与室外活动,比如跑步、爬山、骑自行车等,让孩子从小养成爱运动的好习惯。

曾青山指出,不少青少年肥胖后,容易尝试不健康的减肥方法,比如节食或服用减肥药,这样可能导致过度饥饿后暴饮暴食,陷入恶性循环。她建议,父母应引导孩子遵循“营养干预+规律运动+定期检测体成分”,从小养成良好的饮食和运动习惯,为后续的健康成长发育打下良好的基础。

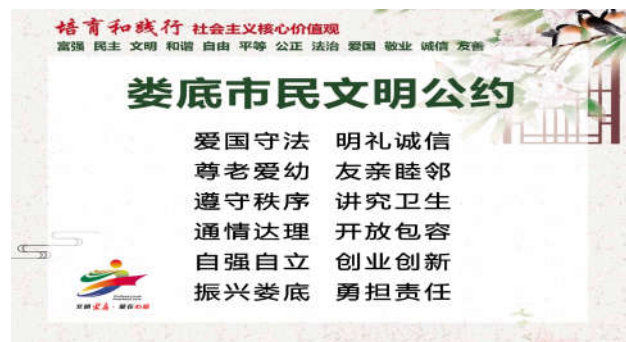
## 肥胖危害多 发现这些异常需警惕

爷爷奶奶们可能会觉得,孩子养得白白胖胖虎头虎脑的才健康、可爱,胖一点才有福气。所以,家有小胖墩,好多家长都不太当回事,甚至认为“孩子正在长身体,胖一点底子好”,殊不知,青少年肥胖对孩子的影响远比想象中要大!曾青山介绍说,肥胖可给孩子带来以下五类隐患:

- 1、肥胖影响身高  
肥胖可使脑垂体分泌生长因子减少,肥胖的青少年最终身高可能会赶不上正常的同龄人身高。
  - 2、肥胖影响体型和心理健康  
肥胖的孩子体重过重,可对下肢造成负荷压力,易致O形腿、外八脚等,进一步可能导致肥胖青少年自卑、不合群,影响心理健康。
  - 3、肥胖易诱发呼吸道疾病  
肥胖的孩子咽部和胸腹部脂肪增多,可影响正常呼吸,易患呼吸道疾病。
  - 4、肥胖影响心肺功能  
肥胖的孩子心肺要相对增加循环和呼吸才能满足身体的需要,相当于给心肺增加了负担。
  - 5、肥胖增加慢病风险  
脂肪组织功能的改变与BMI的增加是同时发生的,而青少年时期过多脂肪会造成代谢和心血管的临床前改变,提高糖尿病及动脉硬化的风险。
- 曾青山提醒,当孩子出现以下异常情况,需要及时就医:  
体重过重有肥胖引起的指标异常,代谢疾病等问题,并伴有焦虑、自卑等心理问题;  
体重增长异常,如果每年增长超过4公斤,一般正常青少年2岁至青春前期每年增加2公斤。  
怀疑有胰岛素抵抗,如孩子颈部、腋下出现黑棘皮状的色素沉着等情况,更需及时就医。

(翁淑贤 王慧 白恬)

珍惜一生血汗 远离非法集资



# 女兵谢冰莹故居——守园

● 作家随笔

## 野外教育

□ 游宇明

谢冰莹故居位于“世界锑都”冷水江市铨山镇龙潭村，2011年1月湖南省人民政府公布为第九批省级文物保护单位，并已进入国务院第七批“国保”单位候选名单，是娄底唯一的涉侨与涉台文化旅游资源。

谢冰莹故居分为新栋“守园”和旧栋“花灼堂”两部分。“守园”是谢冰莹四次逃婚前的住所，整体基本完好，屋内精美的雕窗和彩绘的飞檐都极具湘中民俗特色。“花灼堂”是谢冰莹的出生地。两栋宅子是紧挨着的。

### 守园

守园为民间藏书楼式的建筑，曾藏有数万册典籍，是新化县当时有名的“三书厢”之一的谢玉芝老先生所营建，这里就是谢冰莹四次逃婚前的住所。古朴的院落、高大的廊柱、精美的雕窗和彩绘的飞檐充分展示了湘中大户人家的景观，具有深厚的湘中民居特色。

守园占地1200多平方米，有两层，共48间房，呈长方形小四合院结构，前后两栋中间有天井，砖木结构，整体基本完好。廊柱石座和大门石墩雕刻精美，左侧横屋与正房有门道相通，墙垛飞檐翘角，檐下壁画栩栩如生。前后幢及中间天井均保持原貌，后栋神龛上的雕花窗格除外表涂层有些剥落，其原样保存完好；横屋因无人居住打理，屋内整体有部分损毁。1943年，谢冰莹还将“湖南妇女战地服务团”团旗、日记等藏于“守园”楼



谢冰莹  
(1906-2000)



谢冰莹故居一角

上，解放后，土改时将房子分给其亲人及当地村民居住。现在设有谢冰莹展览馆，室内陈列谢冰莹的一些遗物、照片、手稿、信函、笔记等相关资料。

### 花灼堂

花灼堂由谢冰莹老曾祖父上杏公于1736年建造。现今保存极不完整，除框架尚存外，基本结构已遭破坏，三进院落只剩一进。留给世人的只能从那些残垣断壁中，任你去想象了。

谢冰莹(1906-2000年)，是我国现代著名女兵作家，妇女解放运动的先驱，是

一位成就卓著的多产作家，在中国现代文学史上与冰心、苏雪林并称为“三棵常青树”、与丁玲、白薇誉为“女性作家三杰”，是中国现代报告文学和纪实文学的先驱者和开拓者，被誉为“女兵文学的祖母”，是二十世纪中国具有巨大影响的女作家之一。

被称为“中国女性的精神之光”与“湖南人的精神代表”的谢冰莹女士，她的传奇人生以及她的作品在台湾、马来西亚及美国半个多世纪的教学与创作形成的国际知名度与影响力，是我国弥足珍贵的文化资源与人文品牌。(娄史志)



## 梅山野茶

紫鹊界的对面，隐藏着一片高山，云雾缭绕里，千万株茶树生长得旺盛。茶是需要仙气润泽的，吸日月之光，纳雨露甘霖，走入人间烟火，就沁人心脾。这里叫长石村，山高路远，但空气与土壤，适合各种植被自由生长。

尤其茶树，此间海拔在八百米左右，属最佳高度。五六十年前，公家在长石村种了上千亩茶园，自八十年代后，慢慢荒废了。然而那些茶树生命力蛮顽强，生生不灭，大多活了下来。几十年间，几乎无人来管它们的事，即便本地山民，也无非是自家采一点粗粗制成，供自家喝。

这几年，上梅镇这边有一个名叫陈颖的年轻人，许是心有灵犀，或那片仙山对他冥冥中有召唤，他来到了长石村。他将长石村的茶山承包了下来，开始经营。他试着制作了第一批红茶，一试，口感蛮好。好的红茶，品起来溢出一股花香，真乃沁人心脾。这红茶便有此花香。另外，此红茶暖身很快，几杯下去，浑身每一个毛孔扩张，暖意绵

绵，微汗出来了。

如果遇上一点感冒伤风之类，喝了就有效。当然，他又请了专家来指导，进行了多次改进，使这红茶泡出来，色香俱备，味道绵长，身心合一。饮此上品，不妨长做长石人了。

长石村这地方，真有些世外桃源的感觉。此处有白旗峰，与紫鹊界的双林岗遥相呼应。也许是山路崎岖，地势陡峭，以前，除了本地人，来此的人很少。但这些年，湖南人文科技学院，在这里定点扶贫，带领群众修路、致富等，全心全意，与群众融于一体，不在话下。政府把扶贫工作放在重中之重。水车镇的纪检书记曾学军，常驻长石村，将群众的每一丝疾苦装在心里。长石村的老茶树不少，有的快成树精了。把茶这篇文章做好，扶贫工作队费了许多心思。

据史料记载，此间在明清两朝，也产贡茶。这里的土壤干净，阳光充足，空气一尘不染，是茶树的天堂。那些老茶树，修炼着自己的枝枝叶叶，将氤氲

之气吐纳。每回，陈颖只要来到茶树身边，茶香洗尘，舒服得很。

这些荒山野茶，远古就飘香于此。生生不灭，亦不知几生几世。茶缘近乎人缘，你欢喜她，她亦欢喜你。陈颖的茶缘重。他于梅山野茶，苦心经营。他在红茶上，做出了多个品种：荒山红茶，香型花香，果香等。这荒山红茶，既可供上等茶客入仙，又可供市井百姓养身。

茶其实永远属于大众，油盐柴米酱醋茶，平常生活缺一不可，茶可消食、清心。酒肉朋友不牢靠，茶交友，绵绵长长，耐久矣。梅山野茶，请君一品，清香入喉，君子之交，尽在茶中。

茶是现代社会最健康的饮料。梅山野茶，深藏长石村久矣。如今，它的茶香飘入了尘世。那天夜里，在一茶室，几杯下去，唇齿间茶香四溢，浑身通透。

这世上，三五好友能长久不散，乃福份。而在一起又可品尝梅山野茶，岂不美哉！（曾晨辉）

在我的童年时代，野外教育真的成不了一个概念。那时虽然也有家庭作业，但数量很少，40分钟到一个小时足以完成。我们的生活流程是：周一到周六，上午在学校上学，下午就不用去了，或者给家里放放牛、打打猪草，或者跟小伙伴疯玩，周日，倘若不是吃饭时间，父母根本找不到人。我很小的时候就会爬树，就敢在石砌、田埂跳上跳下，还喜欢捉萤火虫、蝗虫，如果不是父母害怕我淹死，严格管制，游泳本来也可学会。一句话，那个时候，我们跟“野外”是完全打通的，说我们自己是原野、田野的一部分，也不过分。

如今的孩子与“野外”非常隔膜了。还没上小学，父母就叫他们识字、背诗词、唱歌、跳舞、拉手提琴、练钢琴，先怕借失了学前教育的大好时机。正式上学，白天固然要专心听老师讲学，下了课，必须进五花八门的辅导班。在一些家长的逻辑里，考试分数永远是第一的，小学成绩不好，读初中会没有自信；初中学业落后，上高中就进不了重点班；高中得不到“优质教育”，想考理想的大学，就可能成为遥不可及的幻影。这其中的每一步都非常关键。至于是否了解大自然，懂不懂得外面的世界，并不怎样要紧。

当下一些家长如此行事，并非完全没有道理。进入二十一世纪之后，国家之间的竞争越来越激烈，曾经先进的想保住优势，曾经落后的想后发赶超，而国家的竞争必然会演化为国家内部的人与人的竞争，在孩子对世事缺少足够了解的情况下，督促他们多读书、提升知识水准，以便在激烈的竞争中获得一席之地，其心情完全可以理解。问题是任何事情都不能绝对化，督促孩子认真读书没错，但让他们把所有的时间都用到学习上，两耳不闻窗外事，绝非明智。

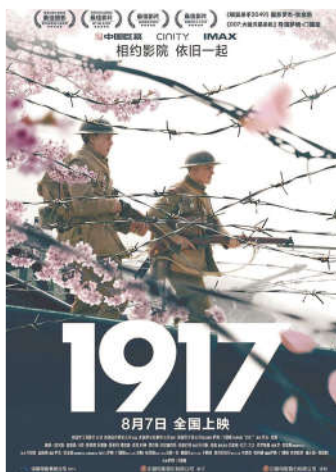
野外也是一个课堂，里面有许多教室里学不到的东西。前面说过，我小时候活得很野，天天在外面疯玩。就在这疯玩里，我认识了大量的野草、树木、花朵、动物，知道哪些野外植物可吃，哪些有毒；腿上沾了蚂蟥，晓得第一时要将其扯掉、弄死；身上沾了毒气，知道用生大蒜反复涂擦；意外受伤流点小血也知道如何止住。我们不会看到一条毛毛虫吓得不知所措，更不会为不小心吃了某个野果惶恐不安。

人与自然是—个共同体，没有美好大自然，人类将无法生存，野外教育会在无形中强化这种共同体意识。很小的时候，我与伙伴们就懂得要善待周围的自然事物，比如不要乱砍森林，砍了，那些流失的土层就可能摧毁道路、农田；不要随便在池塘清洗有毒容器，否则，塘里的鱼就会死亡；不要让猪牛接近水井，不然，水里有怪味……一句话，小时候的我们并不知道环境保护、生态安全这样的概念，但因为天天与大自然相处，脑子里根深蒂固地植入了人与环境相友好的理念。

野外教育也会使人情感更加温润。大自然非常美好，绿草红花可以愉悦我们的眼睛，高山、大川可以丰富我们的见闻。人一旦置身于自然中，你就会有梦想，就会有想要给这个世界做点什么的冲动，我们的心灵就会无形中变得纯粹。梭罗的《瓦尔登湖》之所以深受读者欢迎，不是因为它的思想如何高深博大，也不是因为它的文采怎样精妙绝伦，而是因为它有意无意地提到了大自然可以过滤人过多的欲望，正是这种主题赢得了世界各地的读者广泛的共鸣。

在一个浮躁的世界里，野外教育无疑是一剂人心的清醒药。

# 近30部电影将在8月上映 你选谁



影院复工半个月全国票房收入超3.3亿元,进入8月,据不完全统计,在本月将有近30部电影上映,其中包括《八佰》《哈利·波特与魔法石》等备受期待的影片。



## 走进大美科尔沁 《枫叶红了》 8月5日开播

风吹稻花正香,秋来枫叶正红!34集连续剧《枫叶红了》8月5日登陆央视综合频道黄金档。该剧由哈斯朝鲁任总导演,孟浩强、孙茜领衔主演,王卓、吴连生、巴音、苏丽、左二龙等联袂主演,讲述了年轻的第一书记韩立带领群众脱贫摘帽、改变村庄面貌的故事。

2017年春夏之交,因病被调离刑侦干警岗位的韩立一心想回警队。在他看来,乡村的清新空气和看似“轻松”的工作环境对身体尽快恢复有好处,于是便主动请缨,到科尔沁旗巴图查干嘎查(村)任第一书记,开展精准扶贫工作。

巴图查干嘎查(村)位于大兴安岭南麓、科尔沁沙地北端,是自然条件差、经济基础弱的深度贫困地区之一。来到这里的第二天,韩立就发现,扶贫工作远非想象的那么简单轻松。刚进村,他就遇到了各种令人头疼的问题和事件。

韩立没有被眼前的困难吓倒,他充分调动基层党员的工作积极性,与嘎查书记(村书记)、嘎查达(村长)密切配合,在狠抓集体经济建设的同时,针对每个贫困户的特点,细致入微地从一点一滴做起,带领大家走完了脱贫攻坚的最后一公里!

总导演哈斯朝鲁坦言:“通过拍摄《枫叶红了》,剧组所有成员真切地感受到了扶贫政策脚踏实地地落到实处,也亲眼看到了贫困地区人民生活发生的实实在在的变化,感受到了党和国家的关爱。”

全剧坚持实地实景拍摄,平坦而又柔软的天然绿茵场,就像大自然谱写的一首交响乐。跟随着接地气的剧情,丰润辽阔的科尔沁草原美景都将为您一一呈现。

(央广)



### 经典重映 《误杀》单日票房破百万

老片重映依旧可以获得高票房,《误杀》就是一个例子:全国影院于7月20日开始有序复工,《误杀》当日复映,第二日就成为单日票房冠军,以162万票房成为单日唯一一部破百万的影片。目前《误杀》仍排在票房榜第三。

诺兰导演的经典科幻电影《星际穿越》同样取得不俗票房,影片8月2日重映,单日票房突破1970万元,创影院复工以来单日票房最高纪录。

《哈利·波特与魔法石》将于8月14日以4K修复3D版上映。此前,“哈利·波特”系列电影全球票房已突破77亿美元,成为全世界最卖座的系列电影之一。

### 商业大片 《八佰》《1917》最受期待

管虎导演新作《八佰》原本是2019年最受期待的电影之一,影片原定于去年7月5日暑期档上映,但在上映前取消上映。8月2日,影片宣布定档于8月21日上映。消息传出,影迷反响热烈。

《八佰》取材于1937年10月淞沪会战最悲壮一役,谢晋元奉命率领中国军队第88师524团一营坚守闸北四行仓库,掩护

主力部队撤退。为了迷惑敌人,他对外宣称有八百人,史称“八百壮士”。

四个昼夜里,日军发动了十几轮疯狂的进攻,付出了阵亡两百余人的代价也没有推进一步。“八百壮士”无惧生死,用血肉筑成了上海沦陷前最后一道堡垒,也为彼时弱乱的民族留下一个有关血性和尊严的传说。

酝酿筹备十年间,管虎遍览史料典籍走访亲历者,剧本反复打磨了40稿。此外,《八佰》全片使用业内最顶尖的ALEXA 1-MAX摄影机拍摄,这也是非好莱坞地区的首次尝试。

另外,斩获今年奥斯卡最佳摄影、最佳音响效果、最佳视觉效果3项大奖的《1917》定档8月7日上映,成为复工后首部上映的奥斯卡影片。该片讲述两名士兵坚守一个信念,奔赴死亡前线,生死传讯的故事,由萨姆·门德斯执导。为呈现给观众无间断单镜头影像奇观,该片采用一镜到底的拍摄方式展示战争的无情与残酷,“现场直播”一战战场,为观众带来沉浸式观影体验。

### 国产新片 讲述小人物的故事

由万玛才旦监制,拉华加执导的电影

《旺扎的雨靴》定档8月7日。电影改编自才朗东主的同名小说,以一双雨靴为引子,讲述一个藏区孩子的成长:温柔的母亲、不苟言笑的父亲和善良纯真的小伙伴,每个人物都鲜活生动,勾勒出了这个老少皆宜的治愈故事。影片曾获第68届柏林国际电影节水晶熊奖提名。

李岷城、任素汐、何巍然主演的《通往春天的列车》定档8月14日,影片曾在第24届釜山国际电影节中荣获了新浪潮奖项的提名。影片讲述了小镇中一个即将被火车配件厂买断工龄的普通青年李大川,因为一次意外被配件厂的保安当成了窃贼在现场抓获。这一变故不仅让李大川失去了领取4万块买断补偿金的资格,同时还导致其名誉受到了极大的损害,李大川开始了艰难的自证清白之路。

8月25日,农历七夕这天,有《荞麦疯长》和《我在时间尽头等你》两部新片上映。《荞麦疯长》由马思纯、钟楚曦、黄景瑜主演,讲述了三个年轻人背井离乡来到大城市,追逐爱与理想,并为之疯狂的过程中产生的命运纠葛。《我在时间尽头等你》由李鸿其、李一桐、范伟主演,影片中男主角因时空重置,和女主角一次次相遇、相爱却被遗忘。

(肖扬)

<p><b>公司减少注册资本公告</b></p> <p>根据2020年8月3日湖南省森浪贸易有限公司(统一社会信用代码:91431321MA4Q8KDJ4X)股东会决议,本公司拟将注册资金从伍仟万元人民币减至壹仟万元整,现予以公告。为保护公司债权人的合法权益,自本公告见报之日起45天内,债权人有权要求公司清偿债务或者提供相应的担保。本公司联系人:胡常飞,电话:13607387247。</p> <p>湖南省森浪贸易有限公司 2020年8月3日</p>	<p><b>公司减少注册资本公告</b></p> <p>根据2020年8月3日娄底市新思盛自动化科技有限公司(统一社会信用代码:91431321MA4R4DC10J)股东会决议,本公司拟将注册资金从壹仟万元人民币减至伍佰捌拾捌万玖仟玖佰元整,现予以公告。为保护公司债权人的合法权益,自本公告见报之日起45天内,债权人有权要求公司清偿债务或者提供相应的担保。本公司联系人:王亮贤,电话:18857359288。</p> <p>娄底市新思盛自动化科技有限公司 2020年8月3日</p>	<p><b>遗失声明</b></p> <p>谢孟良、易松格夫妇不慎遗失新生儿(性别:男)姓名:易煜琪的出生医学证明一份,出生证编号:K430537676,出生地点:娄星区妇幼保健院,特此声明作废。</p>	<p><b>遗失公告</b></p> <p>双峰县公路段遗失国有土地使用证壹份,证号:双国用(1994)字第1660302号(该宗地位于永丰镇和塘居委会)特声明作废。如有异议者,应于登报公告之日起15个工作日内告知双峰县不动产登记中心并提交相关资料,公告期满无异议,我中心依法将以上证书予以注销作废。</p>	<p><b>遗失声明</b></p> <p>娄底市娄星区双江教育助学基金会不慎遗失公章一枚,统一社会信用代码:53431302MJK377014Q,特此声明作废。</p>
		<p><b>遗失声明</b></p> <p>谢孟良、易松格夫妇不慎遗失新生儿(性别:女)姓名:易馨琪的出生医学证明一份,出生证编号:H430987654,特此声明作废。</p>	<p>双峰县公路段遗失国有土地使用证壹份,证号:双国用(1994)字第1660055号(该宗地位于永丰镇和塘居委会)特声明作废。如有异议者,应于登报公告之日起15个工作日内告知双峰县不动产登记中心并提交相关资料,公告期满无异议,我中心依法将以上证书予以注销作废。</p> <p>双峰不动产登记中心 2020年8月6日</p>	<p><b>遗失声明</b></p> <p>娄底市建新矿业有限公司不慎遗失湖南省非税收入一般缴款书一份,发票编号:湘财通字(2008)0492800530,发票金额:110400元,发票日期:2008年3月24日,特此声明作废。</p>

# 16 节目预告

2020年8月6日 星期四  
本版责编:胡爱娟

娄底广播电视报 文化周刊

敬告读者:节目如有变动,请以各频道当天播出为准。

	8月10日 星期一	8月11日 星期二	8月12日 星期三	8月13日 星期四	8月14日 星期五	8月15日 星期六	8月16日 星期日
<b>中央一台</b>	08:34 生活圈 09:24 45集连续剧: 大侠霍元甲 13:15 情感剧场: 冰糖炖雪梨 16:30 第一动画乐园 20:06 特约剧场:枫叶红了	08:34 生活圈 09:24 45集连续剧: 大侠霍元甲 13:15 情感剧场: 冰糖炖雪梨 16:30 第一动画乐园 20:06 特约剧场:枫叶红了 22:38 等着我	08:34 生活圈 09:24 45集连续剧: 大侠霍元甲 13:15 情感剧场: 冰糖炖雪梨 16:30 第一动画乐园 19:38 焦点访谈 20:06 特约剧场:枫叶红了	08:34 生活圈 09:24 45集连续剧: 大侠霍元甲 13:15 情感剧场: 冰糖炖雪梨 16:30 第一动画乐园 20:06 特约剧场:枫叶红了 22:38 军工记忆(第二季)	08:34 生活圈 09:24 45集连续剧: 大侠霍元甲 13:15 情感剧场: 冰糖炖雪梨 19:38 焦点访谈 20:06 特约剧场:枫叶红了 22:38 星光大道	08:34 生活圈 09:24 45集连续剧: 大侠霍元甲 13:15 情感剧场: 冰糖炖雪梨 16:30 第一动画乐园 20:06 特约剧场:枫叶红了 22:38 开讲啦	08:34 生活圈 09:24 45集连续剧: 大侠霍元甲 13:15 情感剧场: 冰糖炖雪梨 18:00 正大综艺·动物来啦 20:06 勇攀巅峰之挑战不可能(第五季)
<b>中央三台</b>	09:14 艺览天下 11:44 文化十分 11:59 越战越勇 13:29 全球中文音乐榜上榜 14:39 综艺喜乐汇 17:33 天天把歌唱 19:30 开门大吉 20:58 非常6+1 21:55 综艺喜乐汇 03:24 非常6+1	09:12 全球中文音乐榜上榜 10:24 越战越勇 11:54 文化十分 13:39 非常6+1 14:39 综艺喜乐汇 17:33 天天把歌唱 19:30 向幸福出发 20:58 幸福账单:为你买单 21:55 艺览天下 22:55 综艺喜乐汇	09:22 非常6+1 10:24 开门大吉 11:54 文化十分 12:09 向幸福出发 13:39 幸福账单:为你买单 18:07 综艺喜乐汇 19:30 越战越勇 20:58 回声嘹亮 21:55 全球中文音乐榜上榜 23:05 综艺喜乐汇	07:57 综艺喜乐汇 09:22 幸福账单:为你买单 10:24 向幸福出发 11:54 文化十分 13:39 回声嘹亮 17:33 天天把歌唱 19:30 星光大道 20:58 我的艺术清单 21:55 非常6+1 2:55 综艺喜乐汇	07:46 文化十分 9:22 回声嘹亮 11:54 文化十分 13:39 我的艺术清单 14:39 综艺喜乐汇 17:33 天天把歌唱 19:30 喜上加喜 20:58 黄金100秒 22:22 幸福账单:为你买单 23:22 综艺喜乐汇	09:06 我的艺术清单 10:08 星光大道 11:42 喜上加喜 13:12 黄金100秒 14:39 综艺喜乐汇 17:33 动物传奇特别节目 18:07 综艺喜乐汇 19:30 全球中文音乐榜上榜 21:10 艺览天下 23:07 综艺喜乐汇	08:52 黄金100秒 11:56 全球中文音乐榜上榜 13:38 艺览天下 14:39 综艺喜乐汇 17:33 舞蹈世界 18:07 综艺喜乐汇 19:30 越战越勇 22:07 我的艺术清单 23:06 综艺喜乐汇
<b>中央四台</b>	08:00 今日环球 11:03 中国绿 11:30 海峡两岸 13:35 长征大会师 17:15 远方的家 19:00 中国新闻 20:30 海峡两岸 21:00 中国新闻 22:00 美食中国 23:02 剧场	09:00 今日亚洲 11:30 海峡两岸 13:03 美食中国 13:30 长征大会师 14:14 彝海结盟 17:15 远方的家 18:30 中国文艺 20:00 国家记忆 20:30 海峡两岸 19:30 今日亚洲 22:00 美食中国 23:02 剧场	09:32 国家记忆 13:03 美食中国 13:30 剧场:彝海结盟 17:15 远方的家 18:30 中国文艺 20:00 国家记忆 20:30 海峡两岸 21:30 今日关注 22:00 美食中国 23:02 剧场	09:00 今日亚洲 11:30 海峡两岸 13:30 彝海结盟 17:15 远方的家 18:30 中国文艺 20:00 国家记忆 21:30 今日关注 22:00 美食中国 23:02 剧场	09:32 国家记忆 11:30 海峡两岸 13:03 美食中国 13:33 记住乡愁(第六季) 14:03 彝海结盟 17:45 平凡匠心 20:00 深度国际 21:30 今日关注 22:00 国家记忆 23:02 剧场	11:30 海峡两岸 13:00 华人故事 13:33 记住乡愁(第六季) 14:03 彝海结盟 17:45 平凡匠心 20:00 深度国际 21:30 今日关注 22:00 国家记忆 23:02 剧场	09:02 国家记忆 11:30 海峡两岸 13:29 记住乡愁(第六季) 14:00 彝海结盟 17:45 平凡匠心 19:30 中国舆论场 20:30 海峡两岸 21:30 今日关注 23:02 剧场
<b>东方卫视</b>	07:00 看东方 09:05 潮童天下 09:20 妈妈咪呀精编 10:40 这就是中国 12:00 午间30分 12:35 电视连续剧:三十而已(38-43) 17:00 文娱新天地 17:20 名医话养生 17:45 诗书画 19:30 电视连续剧:生活像阳光一样灿烂(1-2) 21:00 东方看大剧 21:20 今晚 22:00 这就是中国 23:00 《大城无小事---派出所的故事2019》精编	07:00 看东方 09:05 潮童天下 09:20 妈妈咪呀精编 10:40 这就是中国 12:35 电视连续剧:生活像阳光一样灿烂(1-2) 14:20 电视连续剧:小欢喜(1-4) 17:00 文娱新天地 17:20 名医话养生 17:45 诗书画 19:30 电视连续剧:生活像阳光一样灿烂(3-4) 21:00 东方看大剧 22:00 第二季忘不了餐厅(3) 23:00 《大城无小事---派出所的故事2019》精编	07:00 看东方 09:05 潮童天下 09:20 妈妈咪呀精编 10:40 这就是中国 12:35 电视连续剧:生活像阳光一样灿烂(3-4) 14:20 电视连续剧:小欢喜(5-8) 17:00 文娱新天地 17:20 名医话养生 17:45 诗书画 19:30 电视连续剧:生活像阳光一样灿烂(5-6) 21:00 东方看大剧 22:00 第二季一席之地(3) 23:00 《大城无小事---派出所的故事2019》精编	07:00 看东方 09:05 潮童天下 09:20 妈妈咪呀精编 10:40 这就是中国 12:35 电视连续剧:生活像阳光一样灿烂(5-6) 14:20 电视连续剧:小欢喜(9-12) 17:00 文娱新天地 17:20 名医话养生 17:45 诗书画 19:30 电视连续剧:生活像阳光一样灿烂(7-8) 21:00 东方看大剧 22:00 第五季我们在行动 23:00 《大城无小事---派出所的故事2019》精编	07:00 看东方 09:05 潮童天下 09:20 妈妈咪呀精编 10:40 这就是中国 12:35 电视连续剧:三十而已(23-26) 14:20 电视连续剧:小欢喜(13-16) 17:00 文娱新天地 17:20 名医话养生 17:45 诗书画 19:30 电视连续剧:生活像阳光一样灿烂(9-10) 21:00 东方看大剧 22:00 花样实习生(5) 23:00 《大城无小事---派出所的故事2019》精编	07:00 看东方 08:15 双城记 09:05 妈妈咪呀精编 10:40 这就是中国 11:30 潮童天下 12:00 午间30分 12:35 电视连续剧:生活像阳光一样灿烂(9-10) 14:20 电视连续剧:小欢喜(17-19) 16:20 舞者(12) 17:45 诗书画 19:30 电视连续剧:生活像阳光一样灿烂(11) 20:20 完美的夏天(1) 22:00 做家务的男人第二季3	07:00 看东方 08:15 环球交叉点 09:05 未来邀请函 09:20 妈妈咪呀精编 11:30 潮童天下 12:35 电视连续剧:生活像阳光一样灿烂(11) 13:30 电视连续剧:小欢喜(20-22) 16:00 极限挑战宝藏行三区三州公益季2 19:30 电视连续剧:生活像阳光一样灿烂(12) 21:00 极限挑战宝藏行三区三州公益季3 23:00 极限挑战宝藏行三区三州公益季3
<b>浙江卫视</b>	07:00 浙江新闻联播 07:30 白天剧场 12:00 正午播报 12:30 白天剧场 18:53 好看中国蓝 19:30 中国蓝剧场 爱之初 21:30 今日评说 21:45 好看中国蓝 23:30 综艺精选 02:00 深夜剧场	07:00 浙江新闻联播 07:30 白天剧场 12:00 正午播报 12:30 白天剧场 18:00 新闻深一度 18:30 浙江新闻联播 18:53 好看中国蓝 19:30 中国蓝剧场 爱之初 21:30 今日评说 21:45 好看中国蓝 23:30 综艺精选 02:00 深夜剧场	07:00 浙江新闻联播 07:30 白天剧场 12:00 正午播报 12:30 白天剧场 18:00 新闻深一度 18:30 浙江新闻联播 18:53 好看中国蓝 19:30 中国蓝剧场 21:30 今日评说 21:45 好看中国蓝 23:30 综艺精选 02:00 深夜剧场	07:00 浙江新闻联播 07:30 白天剧场 12:00 正午播报 12:30 白天剧场 18:00 新闻深一度 18:30 浙江新闻联播 18:53 好看中国蓝 19:30 中国蓝剧场 21:30 今日评说 21:45 好看中国蓝 23:30 综艺精选 02:00 深夜剧场	07:00 浙江新闻联播 07:30 白天剧场 12:00 正午播报 12:30 白天剧场 18:00 新闻深一度 18:30 浙江新闻联播 18:53 好看中国蓝 19:30 中国蓝剧场 21:20 奔跑吧 23:20 综艺精选 02:00 深夜剧场	06:38 浙江新闻联播 07:00 假日剧场 18:30 浙江新闻联播 18:53 好看中国蓝 19:00 转播中央电视台新闻联播 19:30 中国蓝剧场 20:30 青春环游记 22:00 综艺 02:00 深夜剧场	06:38 浙江新闻联播 07:00 假日剧场 18:30 浙江新闻联播 18:53 好看中国蓝 19:00 转播中央电视台新闻联播 19:30 中国蓝剧场 21:30 诗和远方 22:30 综艺精选 02:00 深夜剧场
<b>中央八台</b>	07:59 魅力剧场:41集连续剧:锻刀之绝地重生 12:43 佳人剧场:女医明妃传(13-16) 16:33 热播剧场:有你才有家(24-26) 19:30 黄金强档剧场: 大侠霍元甲 21:30 剧说很好看 22:19 经典剧场: 人间正道是沧桑	07:59 魅力剧场: 12:43 佳人剧场:女医明妃传(17-20) 16:33 热播剧场:有你才有家(27-29) 19:30 黄金强档剧场: 大侠霍元甲 21:30 剧说很好看 22:19 经典剧场: 人间正道是沧桑 00:00 深夜剧场	07:59 魅力剧场: 12:43 佳人剧场:女医明妃传(21-24) 16:33 热播剧场:有你才有家(30-32) 19:30 黄金强档剧场: 大侠霍元甲 21:30 剧说很好看 22:19 经典剧场: 人间正道是沧桑 00:00 深夜剧场	07:59 魅力剧场: 12:43 佳人剧场:女医明妃传(25-27) 16:33 热播剧场:有你才有家(33-35) 19:30 黄金强档剧场: 大侠霍元甲 21:30 剧说很好看 22:19 经典剧场: 人间正道是沧桑 00:00 深夜剧场	07:59 魅力剧场: 12:43 佳人剧场:女医明妃传(28-30) 16:33 热播剧场:有你才有家(36-38) 19:30 黄金强档剧场: 大侠霍元甲 21:30 剧说很好看 22:19 经典剧场: 人间正道是沧桑 00:00 深夜剧场	07:59 魅力剧场: 12:43 佳人剧场:女医明妃传(31-33) 16:33 热播剧场:有你才有家(39-41) 19:30 黄金强档剧场: 大侠霍元甲 21:30 剧说很好看 22:19 经典剧场: 人间正道是沧桑 00:00 深夜剧场	07:59 魅力剧场: 12:43 佳人剧场:女医明妃传(34-36) 16:33 热播剧场:有你才有家(42-44) 19:30 黄金强档剧场: 大侠霍元甲 21:30 剧说很好看 22:19 经典剧场: 人间正道是沧桑 00:00 深夜剧场
<b>湖南卫视</b>	07:30 白发(22) 08:00 中华文明之美 08:30 白发(23-26) 12:30 摇啊笑啊桥第三季 13:30 白发(27-28) 15:30 二十不惑(28-30) 20:00 金鹰独播剧场 22:00 青春进行时 哪咤降妖记(43-44) 23:50 战旗美如画(6)	07:30 白发(28) 08:30 白发(29-32) 12:30 摇啊笑啊桥第三季 13:30 白发(33-34) 15:30 二十不惑(31-33) 19:30 叮咚上线!老师好 20:00 金鹰独播剧场 22:00 青春进行时哪咤降妖记(45-46) 23:50 战旗美如画(7)	07:30 家和万事兴(22) 08:30 白发(35-38) 12:30 摇啊笑啊桥第三季 13:30 白发(39-40) 15:30 二十不惑(33-35) 20:00 金鹰独播剧场 22:00 青春进行时哪咤降妖记(47-48) 00:00 我是大美人	07:30 家和万事兴(24) 08:30 白发(41-44) 12:30 摇啊笑啊桥第三季(9/2020) 13:30 白发(45-46) 15:30 二十不惑(36-38) 19:30 叮咚上线!老师好 20:00 金鹰独播剧场 22:00 新手驾到(1/2020) 00:00 嗨,我的新家(30)	07:30 家和万事兴(26) 08:00 中华文明之美 08:30 白发(47-50) 12:30 摇啊笑啊桥第三季 13:30 白发(51-52) 15:30 二十不惑(大结局) 19:30 金鹰独播剧场 20:10 元气满满的哥哥 22:00 中餐厅第四季 00:00 元气满满的哥哥	07:30 家和万事兴(28) 08:30 白发(51-53) 11:00 摇啊笑啊桥第三季 12:20 元气满满的哥哥 14:30 中餐厅第四季 16:00 妻子的浪漫旅行 19:30 金鹰独播剧场 20:20 快乐大本营 22:00 运动吧少年 (6/2020)	07:30 家和万事兴(30) 08:30 白发(54-57) 12:20 摇啊笑啊桥第三季 13:20 白发(58) 14:30 快乐大本营(重播) 16:00 运动吧少年 19:30 叮咚上线!老师好 20:00 金鹰独播剧场 22:00 天天向上 00:00 中餐厅第四季
<b>娄底综合频道</b>	固定节目: 娄底新闻联播(周一至周日晚19:35首播,22:30、07:00重播) 娄底午间新闻(周一至周五12:30) 经开区新闻(每周一、三、五20:10首播,每周二、四、六20:10重播) 清风娄底(周一20:30首播,周二12:15、周四12:15、周五20:25重播) 人大之窗(周二20:30、周三12:15) 医生面对面(周三20:30、周四20:20) 武陵纵横(周四20:30、周五12:15、周六20:25) 党建时空/市长热线(周日20:10首播,周一12:15重播) 幸福剧场 20:45 子夜剧场 23:00 阳光剧场 07:40 青春剧场 13:20						
<b>娄底公共频道</b>	固定节目: 天天电影(每日07:00重播) 历史剧场(每日08:40) 生活大参考(每日12:15重播) 娄底新闻(周一至周五13:00重播,每日12:25重播) 生活剧场(6集)(每日13:30、周六至周日13:00) 少儿剧场(每日17:50) 生活大参考(每日18:10) 知音人间(每日18:20) 人文中国(每日19:00) 娄星政法(周三19:35首播,周一、周四06:30重播) 娄底政法(周一、周四19:35首播,周二、周五06:30重播,周一、周四22:00重播) 娄底教育(周二、周五19:35首播,周三、周六06:30重播,周二、周五22:00重播) 武陵揽胜·纵横(周六19:30首播,周六22:00重播,周日06:30重播) 天天电影(每日23:00)						
<b>娄底教育频道</b>	固定节目: 都市播报(每周一、四19:30首播,每周二、三、五、六、日7:00、14:25重播) 娄星新闻(一、二、三、四、五、六、日20:00、22:20首播,次日7:25、12:00重播) 文明娄星(每周二12:30首播,每周一、三、四、五、六、日20:25重播) 娄星政法(一、二、三、四、五、六、日12:40、19:15) 娄底教育(一、二、三、四、五、六、日10:50、18:50) 都市剧场(一、二、三、四、五、六、日07:45、11:20、15:00、20:40、22:45)						





娄底小偏方

## 健脾开胃陈皮饮

□ 献方人:何晓平

一两陈皮一两金,百年陈皮赛黄金。北京中医药大学主任医师傅延龄教您妙用陈皮,巧养生。

陈皮存放时间长短会影响陈皮的的味道和药性:3年的陈皮有橘子皮果香味,10年的陈皮会散发出一种淡淡的陈香,30年的陈皮有一种浓郁的药香味。

专家提醒:陈皮含有黄酮、挥发油、多糖,放置时间越长,品质和药效越好。

陈皮药食同源,李时珍在《本草纲目》中有陈皮“同补药则补、同泻药则泻、同升药则升、同降药则降”的记载。

脾胃气滞会影响消化道的正常运作,引发食欲不振、恶心呕吐、腹部胀满、排便不畅等状况,专家推荐喝陈皮饮,消气滞益脾胃。

这个方子是这样的:陈皮3-6克、山楂3-6克、生麦芽6-10克、茶叶3克、白糖适量。坚持泡茶饮用。食欲不振、恶心呕吐时,喝健脾开胃陈皮饮,可帮助开胃。陈皮、山楂、麦芽助胃部消化,荷叶健胃祛湿、助消化。



## 产后收腹练好腹直肌

分娩是一件美好的事情,随着新生命的诞生,我们的生命得到了延续。但在高兴之余,新妈妈为松弛的肚皮迟迟不能恢复到原来的形态和位置而忧心焦虑。为什么产后会出现这样的情况呢?这都是腹直肌分离惹的祸。

### 一、什么是腹直肌分离

女性怀孕后,子宫不断增大,腹部原本平行且连接的左右两条腹直肌逐渐分离,其交叉纤维被不断地拉长。当纤维被拉长超过一定限度时,皮肤弹性纤维会发生断裂,最后导致腹直肌健发生不同程度的分离。有研究统计,产后腹直肌分离在初产妇中发生率约30%,在二次妊娠中的发生率则高达50%以上。

现在,有越来越多的产后妈妈开始重视产后康复,但却不知如何专业地进行康复治疗和恢复,有些人想当然地做了很多错误的动作,肚子反而越练越大。

### 二、腹直肌分离,不能做的动作

1、仰卧起坐。仰卧起坐虽然是一个很好的收腹瘦身动作,但是绝对不适合腹直肌分离的妈妈。由于腹直肌分离,两侧的腹直肌会从腹中线的位置向两侧分离,导致腹部肌肉力量变弱,腹部控制力差,频繁进行这个动作之后,腹直肌分离的情况可能会更严重。

2、平板支撑。和仰卧起坐一样,由于腹直肌分离,腹部肌肉太弱,很多人做平板支撑根本撑不起来,反而做成错误的平板支撑。频繁进行错误动作之后,腹直肌分离的情况会越来越严重。

3、卷腹运动。会扭曲脊柱的动作也坚决不能做,比如常见的卷腹系列。

### 三、腹直肌分离,建议做的动作

要处理好产后腹直肌分离的问题,需要做改善腹直肌分离的训练。训练的核心是内收腹部,而不是挤压腹壁,使腹部外凸。改善腹直肌分离,可以采取以下这些训练方法。

1、腹式呼吸。平躺或端坐,双手交叠,手心捂住肚脐下。用鼻子缓缓吸气,一直到不能再吸为止,感到腹部慢慢隆起,然后再缓慢地吐气,感受到腹部慢慢变平。一组10次,每天2-3组。

2、抬头训练。屈膝仰卧,吐气将头抬离地面,同时双手温和地将腹直肌推向中线,然后缓慢降低头部并放松。连做3次。

3、跪姿收腹。用四点跪姿,髋关节和膝关节垂直,肩关节和腕关节垂直,脊柱在中立位。先吸气,小腹自然放松;再呼气,用力将小腹向内收缩。每组重复10-15次,做2-3组。整个过程不要改变脊柱的中立位,只有腹部在活动,想象将肚脐拉向腰椎的感觉。

一旦发生腹直肌分离,妈妈们可以先到医院进行专业的康复评估,检查腹直肌分离几指,检查骨盆附近肌肉力量是否失调等,医生会根据腹直肌分离的程度来进行个性化的康复治疗。如果是产后1年,腹直肌分离的宽度<3指,通过腹部肌肉的正确锻炼,有可能达到恢复的效果。如果腹直肌分离>3指,而且是产后1-2年仍不能恢复的女性患者,还可以考虑进行手术,以缩小腹直肌之间的分离距离。(市计生协 肖升红)



<p><b>清算组公告</b></p> <p>湖南娄底市丽源科技有限公司(注册号:4313002001516)股东会于2020年8月6日决议注销公司,并于同日成立了公司清算组。为保护本公司债权人的合法权益,自本公告发布之日起45日内,债权人应当向本公司清算组申报债权。清算组联系人:李铁军,电话:13307380081。湖南娄底市丽源科技有限公司</p>	<p><b>遗失声明</b></p> <p>湖南省娄底市娄星区睿麟烟酒商行遗失营业执照正副本原件,注册号:431302600565829,特此声明作废。</p>	<p><b>遗失声明</b></p> <p>娄底市娄星区冰洁服装天虹店不慎遗失个体工商户营业执照正副本,业主:张豪,统一社会信用代码:92431302MA4PAGRJ2F,特声明作废。</p>
<p><b>遗失声明</b></p> <p>湖南娄底市丽源科技有限公司营业执照正本、副本原件,注册号:4313002001516,特此声明作废。</p>	<p><b>遗失声明</b></p> <p>湖南省金森机械设备租赁有限公司不慎遗失单位公章一枚,编码4313000173076,特声明作废。</p>	<p><b>遗失声明</b></p> <p>娄底市娄星区伊美雅美容会所不慎遗失营业执照正本,统一社会信用代码:92431302MA4QJ9D33W,经营者:龙丽,特此声明作废。</p>
<p><b>遗失声明</b></p> <p>娄底市爱鑫珠宝有限公司不慎遗失单位专用印章,印章编码:4301050130500,特此声明作废。</p>	<p><b>遗失声明</b></p> <p>湖南圆梦体育文化产业发展有限公司不慎遗失营业执照正本、副本,注册号:431300000046792,特声明作废。</p>	<p><b>遗失声明</b></p> <p>娄底市娄星区李海龙食品店不慎遗失营业执照正、副本,统一社会信用代码:92431302MA4Q5CFP8D,特此声明作废。</p>
<p><b>遗失声明</b></p> <p>湖南省北泰实业有限公司不慎遗失营业执照正本、副本原件,注册号:43130000000885,特此声明作废。</p>	<p><b>清算组公告</b></p> <p>湖南圆梦体育文化产业发展有限公司(注册号:431300000046792)股东会于2020年8月4日决议注销公司,并于同日成立清算组。为保护本公司债权人的合法权益,自本公告发布之日起45日内,债权人应当向本公司清算组申请债权。联系人:刘清华,电话:18173891730。</p>	<p><b>遗失声明</b></p> <p>彭记鲜蛋经营店不慎遗失营业执照正、副本,注册号:431302600020851(1-1),经营者姓名:彭双春,特此声明作废。</p>
<p><b>遗失声明</b></p> <p>娄底市本尚电子商务有限公司不慎遗失单位专用印章,印章编码:4313000157865,特此声明作废。</p>	<p><b>遗失声明</b></p> <p>娄底市娄星区玖香炒货店不慎遗失个体工商户营业执照正副本,业主:曾松清,统一社会信用代码:92431302MA4PHCRG50,特声明作废。</p>	<p><b>遗失声明</b></p> <p>娄底市娄星区台铃电动车销售维修店不慎遗失营业执照正、副本,统一社会信用代码:92431302MA4PKGC81X,经营者:刘波涛,特此声明作废。</p>
<p><b>清算组公告</b></p> <p>娄底市惠高电脑有限公司(注册号:4313002001670)股东会于2020年8月3日决议注销公司,并于同日成立了公司清算组。为保护本公司债权人的合法权益,自本公告发布之日起45日内,债权人应当向本公司清算组申报债权。清算组联系人:刘坚,电话:13607389663。娄底市惠高电脑有限公司</p>	<p><b>公司增加注册资本公告</b></p> <p>根据2020年8月6日,娄底市腾达农机制造有限责任公司(统一社会信用代码:91431321MA4RD8QG8G),本公司拟将注册资本从100万元增加至500万元,现予以公告。为保护公司债权人的合法权益,自本公告见报之日起45天内,债权人有权要求公司清偿债务或者提供相应的担保。本公司联系人:孙羨萍,电话:15073855819。娄底市腾达农机制造有限责任公司 2020年8月6日</p>	<p><b>遗失声明</b></p> <p>娄底市马鞍山煤矿(马鞍山井、建新井)不慎遗失湖南省非税收入一般缴款书一份,发票编号:湘财通字(2005)0089569850,发票金额:2040200元,发票日期:2006年3月8日,特此声明作废。</p>

为什么怎么跑都瘦不了?

## 想跑步减肥 关键要跑对

跑步是一项简单易行的运动,也是许多人减肥的优先选择,可有不少朋友表示,跑了一段时间却发现没有任何效果。同样是跑步,为什么你就瘦不下去呢?以下是跑步减肥的几大误区。

## 误区一:跑步速度越快越好

“跑步速度越快越好”这个说法并不对,这样跑步的时间持续不长,更重要的是并没有消耗什么脂肪。

要知道,脂肪燃烧只能是有氧的方式,快速跑氧供应不足,机体只能进行无氧供能,因而脂肪是无法参与供能的,还会使跑步者出现运动性低血糖以及运动能力降低等症状。所以,持续性的有氧运动才能达到减脂的效果。

## 误区二:只要跑步就会燃脂

很多初跑者认为只要跑步就会燃脂,每天跑20分钟就不跑了,实际上,这并不能达到燃脂的效果。跑步开始时,消耗的并不是脂肪,而是体内的“糖”,“糖”消耗的差不多之后才是真正的燃脂,跑步时间过短根本起不到任何减肥的作用。每个人根据不同的体质以及食物的摄入量,燃脂开始的时间不同,一般来说,每次跑1个小时以上才能达到燃脂的目的。

所以要达到燃脂目的,可以在跑步前适量地做一些力量训练,等能量消耗得差不多了再开始跑步。

## 误区三:只专注跑步,不做其他训练

身体是一个适应性很强的机器,你刚刚开始跑步时可能一公里就能消耗60-70大卡热量,长时间跑步后,你的身体已经成了一个完美的跑步机器,同样的速度和距离你可能只消耗40多大卡。所以,运动应是多元化的,跑步是塑形最好的运动之一,可以适当搭配做些上肢和腰部训练。



## 误区四:跑步时间越长越好

有人认为既然是在能量消耗差不多时才会燃脂,那就多跑,跑的时间越长越好,这种观点也是错的。

首先,每天高强度的运动会让你更容易饥饿,你可能会摄入较多的食物来补充损耗的热量,从而得不偿失。其次,每天有有氧运动过度,但饮食却无法保证正常所需的营养,新陈代谢会急剧下降,身体本能将尽可能地降低能量的消耗。所以建议,每周持续3-5次1小时以上的慢跑即可,建议走跑结合,适当调整呼吸。

## 误区五:跑步后狂吃或不吃

燃烧大量卡路里后会产生饥饿感,这时如果你大量进食不仅不能减肥,可能还会产生增重的结果。

当然,运动后不吃东西也是错的,跑步后

人体需要补充必要的电解质和能量,而且这时候摄入的能量会立即补充“糖”和蛋白质,而不是平时那样让身体把它们转成脂肪储存。另外长期得不到应有的能量补充会造成肌肉流失,导致新陈代谢降低,减脂的速度变慢。所以,运动后可适量补充一些蛋白质含量高的食物、水果和蔬菜等,但切忌暴饮暴食。

## 误区六:体重计数代表减肥成效

需要注意的一点是减脂≠减重,因为在燃烧脂肪的同时可以重组肌肉,而肌肉组织比脂肪组织更紧密,尽管你在称体重时发现并未减掉多少斤,但是腰围、臀围、胸部大小却会有明显的改善,照样可以从外形上达到视觉瘦身的效果。所以不能单一地通过体重的增减来评价减肥效果。可以通过测量皮下脂肪含量、肌肉和脂肪比重等指标来综合评价减肥效果。(据《大众卫生报》)

## 延缓衰老 不妨压压腿

对于那些年岁较大而不便参加慢跑、爬山、打球等剧烈或用力较多运动的老年朋友来说,多做一些压腿锻炼,也能改善身体状况,延缓器官机能的衰老,起到健身的效果。

压腿锻炼方法简单易行,只要将一条腿抬起,搁在栏杆、矮墙或板凳上,随着手的按压、躯体的弯曲,做压腿运动即可。

据运动医学家观察,压腿锻炼首先使大腿背侧肌群得到牵伸,其次使臀部组织也受到牵拉。一般在膝关节伸直的情况下髋关节的最大屈曲度为90°,再屈曲必须伴有下腰部和骨盆的活动。因此,将腿搁到一高物上,再继续做上下有节律性的按压,就可进一步牵伸下腰部肌群和软组织。当这些紧缩的肌群得到牵伸,恢复到原先的肌张力时,就会使腰部不适的症状得到缓解和消除,腰部也因此而感到放松和舒服。

当然,压腿锻炼也要注意安全。

1、搁腿的高度要由低到高,循序渐进,不要操之过急,一般可先从45°左右开始,感觉并无不适后再逐渐提高,最高在70°-80°左右即可。

2、锻炼时要先站稳。压腿不可用力过猛,以免发生意外。

3、每次压腿时间不宜过长,要左右交替,5~15分钟即可。(王同翠)

## 如何改善手脚冰冷

据了解,夏季手脚冰冷,不少人都是因为空调房内温度低,使自身血管收缩,血液回流能力减弱,手脚尤其是指尖、脚尖,人体末梢部位的血液循环不畅,再加上天气炎热不愿运动,加重这种情况的发生。下面就介绍几种能改善手脚冰冷的方法。

**摄入足量蛋白质** 要在定时定量的三餐中摄入足够的蛋白质,因为蛋白质能够为肌肉和血液提供营养,提高身体的保温能力。鱼、鸡肉、牛肉、虾、大豆、海藻等都含有丰富的蛋白质。

**谨防“空调病”** 许多体弱者都是“空调

病”的高发人群。例如,脾胃偏寒的人受到冷气刺激容易不适,在空调房可穿一件小背心或小马甲,喝红糖水、姜汤暖暖胃。

**热水泡脚** 夏季因为天气炎热,许多人光着脚丫子,穿着凉鞋或者拖鞋,很容易使脚受寒,而这会影响内脏,引起胃疼、腰腿疼等。每天坚持泡脚半小时,保持水温在45度左右,能使血液畅通,又能有助睡眠,同时可以改善手脚冰凉。

**多吃黑色食物** 黑色食物可以促进血液循环,调节胃肠功能,改善怕冷状况,具有较强的抗氧化作用,消除体内的活性氧,减少细胞受到破坏。不仅可以平衡内分泌及防

止衰老,最重要的具有补肾暖身的功效。如黑米,黑枣,黑木耳等等。

**多补充维生素E** 维生素E可以打通人体远端的末梢神经血管,使体内血液循环更加通畅,在饮食上可每天吃点坚果类。如果长期手脚冰凉的服用些维生素E补充剂,对末梢血液循环通畅很有帮助。

**多做运动增强体质** 多做些有氧运动,如慢跑、跳绳等。有氧运动能让全身各个部位活动起来,使血液循环畅通,促进新陈代谢,缓解末梢循环差的情况,有助于减轻手脚冰凉。(据家庭医药)

## 阳光强烈 防头发晒伤脱落

夏季阳光强烈,紫外线直射头部,热辐射对人体头部皮肤产生很强的刺激,易造成头发的损伤,导致头发脱落过多。因此,我们平常应像保护皮肤一样,保护头发免受日晒的伤害。外出时,最好戴遮阳帽或撑遮阳伞。

头皮如果发生毛囊炎、黄癣或其他疖、痈等,使毛发根基不稳,也容易造成头发的脱落。夏季炎热,人体易出汗,再加上灰尘多、病菌繁殖快,使头发的清洁工作难以彻底,头部一旦发生皮肤病,便会出现严重的脱发现象,应注意头发的清洁而勤洗头。

此外,夏季不要过多食用冰淇淋、冷饮等,可以多喝些白开水,多吃些含铁、钙、维生素A等对头发有滋补作用的食物,如牛奶、鸡蛋、瘦肉、鱼类、豆制品、芝麻等。(泽川)

## 肠造口患儿术后饮食宜忌

肠造口手术是抢救绞窄性肠梗阻、肠坏死合并休克、腹腔广泛感染等危重急腹症的常见手术方式。接受肠造口手术的患儿病情稳定后即可回家休养,3-6个月后返回医院行造口关闭手术。患儿在家要特别重视合理膳食。以下是注意事项。

**注意饮食卫生** 每餐喂奶及进食前,家长和孩子需洗手。食具要进行清洗并煮沸消毒。食物现配现用,剩余食物保存于4℃冰箱内,最多不能超过24小时,以防腹泻。

**饮食种类安排** 根据孩子年龄,于术后1个月确定饮食:1岁以内的患儿以混合奶为主,食谱包括牛奶、米汤、豆浆、米粉、鸡蛋、植物油等。

经试餐2-3天后,患儿消化道能耐受,再适当增加蛋白质、脂肪、糖类和营养素;1-3岁的孩子,根据其吸收和排泄情况,可从混合奶、半流质逐渐过渡到软食;3岁以上的患儿以软食为主。

**膳食营养丰富** 包括水、无机盐、碳水化合物、糖、维生素、微量元素、脂肪和蛋白质,每日分为5餐。也可同时选用浓缩食品、奶粉、蛋粉、鱼粉、肉粉、鸡粉或骨粉。尽量补充碳水化合物(如面粉、米粉、藕粉或浓米汤)。可食用多种维生素咀嚼片或口服鲜果汁(如蕃茄汁、菠萝汁、青菜汁等)。每天补充植物油(如豆油、菜油),以预防必需脂肪酸的缺乏。因食盐含有钠离子,每餐需适当补充,而钙、镁离

子主要通过进食骨头汤和鸡蛋来补充。

**注意饮食禁忌** ①因不易被胃肠道消化,故术后1月内尽量不吃煮鸡蛋或卤鸡蛋,可改为蒸鸡蛋羹或冲蛋花汤;②煲制各种汤类时忌用猪油,以免引起腹泻。用猪肉煲制的汤可先在冰箱内冷冻,撇去表层油脂后再食用。③青菜要切成碎末后再烹制,禁止食用粗纤维食物,如芹菜、笋、桔子、甘蔗、韭菜等,以免堵塞造口。④忌食洋葱、大蒜、山芋、红薯、土豆等刺激性或产气的食物,以免肠胀气导致造口梗阻。⑤忌食不易消化的硬米饭、玉米或花生等。⑥如果没有脱水征,夜间可减少水分摄入,以免影响患儿睡眠。(孙璞)

## ● 乡村幸福之家

## 杨庆长:乡风文明的“守护神”

今年76岁的老党员杨庆长曾担任过新化县槎溪乡林业站的站长,退休回到杨家边村后,发挥余热,致力于乡村的精神文明建设,现担任村红白喜事理事会会长、村议事会会长、村老年协会副会长,是一位德高望重的长者。

新杨家边村是2017年5月由原杨家边村、田凶院村、新群村合并而成,总人口4329人。离沪昆高铁新化高铁站2公里,境内有千亩荷花园、杨氏祠堂、800亩杨梅基地、500亩黄桃基地、桐凤山生态休闲农庄。走进杨家边村,你看到路面拓宽了,路边两旁小水沟也修起来了,路旁栽了各种好看的花草和常绿的树木,路面干净整洁,院落小巷绿树成荫。2017年被新化县评为文明标兵村。

当年的杨家边村可不是这个样子。大部分村民生活垃圾乱扔,洗过的衣服随手晾在路边的铁丝上,“脏乱差”比较严重。后来,村里聘请了保洁员来搞公共环境卫生,村里开支很大。杨庆长就向村里建议,从转变村民观念入手,号召党员干部带头搞好环境卫生,并把细化后的环卫要求写入村规民约。村支两委采纳了杨庆长的建议,决定把现有的18个村民小组分为7个片区,由村民推选产生片区区长,负责片区的环卫工作。



杨庆长主动请缨担任了新街片区长,虽然片区长只是义务工。杨庆长干事很认真,每天清早带头把自家房前屋后打扫干净后,还要绕着新街片走上两圈,检查片区环境卫生情况,督促村民及时查漏补缺,风雨无阻。经过杨庆长等一批老同志的努力,村民都养成了良好的卫生习惯,

凡是发现路上有什么塑料东西的都自觉捡起来丢到垃圾桶里面。杨家边村通过模范党员引领,村组干部、党员的义务出工带动,节约了大量的环卫开支。环卫工作经费前几年单村20多万元,三村合一后为40万元,2018年全年包括13000元年终奖补资金在内只要63000元。杨庆长对记者

说:“看到村里面卫生工作搞得好,我感觉很高兴,自己到晚年能够做些力所能及的事情,感到心情很舒畅!”

槎溪镇像洋溪镇一样有许多人在全国各地从事打印复印业,大老板不少。前些年,这里攀比之风盛行,办个红白喜事花几十万很正常;每年春节放烟花鞭炮一家更比一家强,噪音扰民,空气也弄得乌烟瘴气。杨庆长担任村红白喜事理事会会长后,建议村里出台了约束性规定:村民办白喜事不发香烟,少放鞭炮,正餐在20桌以下,全部花销控制在3-4万元;红喜事婚车控制在6辆以内,婚宴男女双方一起办不超过30桌,单方不超过20桌,每桌上10个菜;办酒的桌椅碗筷统一购置,禁止使用一次性碗筷;春节、清明禁止燃放鞭炮。村民办红白喜事都要向理事会报告,杨庆长会带人到现场监督。2018年8月,杨庆长的哥哥过80岁生日,主动提出不办寿宴,只办了两桌家宴。87岁的杨润吾老人过世,后人已是七代同堂,完全有能力大操大办,但丧事只办了四天,花费六七万元。

杨庆长老人是一名50年党龄的老党员,家庭和睦,婆媳融洽,夫妻几十年没有红过脸,妯娌、邻居从没吵过架,他家是一个远近闻名的文明家庭。(罗铨远)

## 梦回校园

□ 娄底星星实验学校 阳方云

一晃,大学毕业走上工作岗位已经五年了。从一个莘莘学子到一个为人师者,角色早已完成转换,但大学生活的往事,仍然历历在目;校园那个快乐大家庭里的一栋栋校舍乃至一草一木,以及老师们的言传身教,仍时常在梦里重现。

最难忘的是可敬的伍辉教授。这位哲学大师在我的梦里依旧是那么严厉、动人。枯燥的哲学,总是被她讲得浅显易懂,虽然愚笨的我需要更多时间慢慢咀嚼,但仍然被伍教授讲授的赫拉克里特“人不能两次踏入同一条河”和莱布尼茨“世界上没有两片完全相同的树叶”所吸引,课后,

又去图书馆借了柏拉图的书籍,还记住了柏拉图的爱情观——“有些失去是注定的,有些缘分是永远不会有结果的。爱一个人不一定会拥有,若是拥有了一个人就一定要好好的爱他。”虽然在大学时没谈过恋爱,但是关于爱情的理论,我确实从哲学大师那里学到了不少。

梦里还经常遇到可爱的宋建丽教授。宋教授给人第一印象就是知性,气质优雅,可动可静,是所有女人都渴望成为的那种。大学毕业后,我再没见过像她那样让人印象深刻的女人。宋老师讲西方经济法中的“边际效用递减”规

律,本是晦涩难懂的理论知识,若是强行记忆,很难记住,但是宋老师用“黄亚吃烧卖”的故事,将晦涩的理论变成了活生生的例子,让我们秒懂!宋老师不仅课上的好,跟学生关系处理得简直也是让人羡慕、嫉妒,完全就是羞涩大学生的知心姐姐,但是又很让人敬畏。

大学里怎么可能少了年轻气盛的凌云志博士的课呢!双峰的凌博士,给我们上课还是带着一点双峰腔。梦里竟然没有社会学知识,只是凌博士在教我们怎么用office2010做吸人眼球的课件。因为我的联想电脑配置太低,装不了2010的软件,看着

其他同学学得热火朝天,我急得不行……

虽然这些零零碎碎的片段,被梦醒打断过几次,难能可贵的是竟然能接上,换作平时,一睁开眼就不记得梦到了什么。

大学四年时光,有太多的人和事值得我去回忆。我能在梦里回味的远不止这几位老师,他们只是我四年寒窗苦读时的老师代表。廖书记、廖主任、马老师、魏老师……他们一个个都让我记忆深刻。

我只是老师们众多学生中普通的一个,但他们在我的记忆中却无可替代。或许,他们教给我的理论知识,在现在的工作中,有的还一时用不上,但他们对学生的严格管理,对学问的深入研究,对人生的豁达,对梦想的追求,都将激励我:不忘初心,砥砺前行!做个合格的好老师!

讲文明树新风·公益广告

# 践行社会主义核心价值观 做通情达理、文明有礼的娄底人



中共娄底市委宣传部 娄底市文明办 宣

# 娄底“小小志愿者”8月7日晚 首演大型普法舞台剧《猴哥让我再想想》

日前,由娄底市文化旅游广电体育局主办,娄底市艺术馆、娄底市第一小学、娄底市第六小学承办,深圳市会心文化传播有限公司执行的,创文主题宣传“小小志愿者”选拔活动落下帷幕。

本次活动共吸引了三百多名学生踊跃参与。孩子们个个多才多艺,十八般武艺陆续登场亮相。无论是唱歌、跳舞,还是朗诵、演讲亦或器乐、武术,都在舞台上表现得自信、大方、活泼且技艺高超。

尤其在与评委问答环节,更是表现得精彩绝伦。虽是现场即兴考题,但是孩子们回答得头头是道。对于如何做好一个讲文明、知守法,会宣传的创文宣传志愿者都有自己独到见解。有的说首先要严于律己,然后尽力影响他人,有的说要从细节着手做好创文宣传,有的说要积极参与到各项创文宣传中,将责任落到实处。别看大家年纪小,可是个个志气高!

据会心艺舍艺术总监钟姝丹介绍,本次活动最终选出的优秀小小志愿者们,除了参与由有关部门主办的创文宣传活动外,更重要的是会参演原创儿童舞台剧《猴哥让我再想想》的演出,用艺术的方式宣传未成年人道德与法治教育,传播做好守法小公民的价值理念。

本次选拔后,一共有56名娄底本地的学生入选到这个剧组,经过半个月的排练,将于本周末登陆娄底群星剧场,演出时间是8月7日晚上8点,接下来将在8月8日下午3点和晚上8点,8月9日下午3点和晚上8点等几个时间段一共进行五场演出,由不同的娄底本地学生与剧组



的专业演员搭档。

据了解,儿童舞台剧《猴哥让我再想想》创作于2018年年底。迄今为止,已经巡演50场。曾经获邀参加英国爱丁堡国际艺术节,并获得广东省优秀法治文艺精品十强。本剧由真实案例改编,由律师

事务所节选了20个真实案例,由国家一级编剧老师改编成舞台剧艺术作品。用轻松诙谐幽默的方式融入中国优秀传统文化经典形象,讲述未成年人道德与法治教育故事。(本报综合)

## 《勇攀巅峰之挑战不可能》： 在传承使用中守护文字之美

从不断旋转的魔方中识别散乱的汉字,从被打乱的偏旁部首中还原拼凑出互不关联的两联诗,近期央视播出的《勇攀巅峰之挑战不可能》节目里,20名对文字有着浓厚兴趣的少年进行了一场巅峰对决,向观众展现了中华文字的特殊魅力。

节目围绕汉字形体结构巧妙设置了多个环节,难度确实超乎想象。“九宫格汉字”将成语中的每一个汉字隐藏在九宫格内,仅任选两个揭开,挑战者要通过局部闪烁展现的方块快速识别和书写出隐藏其后的成语;“汉字魔方”把成语的偏旁部首分散到魔方各个角落,短时间内以旋转的方式供挑战者辨别;“笔画辨诗”则把任意两联诗句的汉字拆分打乱,挑战者需要通过零碎的偏旁部首辨别出汉字,再组合成正确的诗句。答题时间短,挑战难度大,现场的挑战者却凭借丰富的汉字知识储备和快速反应能力,把不可能变成了可能。

挑战节目的精彩之处不仅在于环节设置得巧妙“烧脑”,还在于每个观众都能找到参与感,从中领略文字之美。汉字是中华文化的“活化石”,承载着丰富的历史印记。同时,汉字博大精深,不仅汉字数量成千上万,意义丰富,笔画也繁简不一,字形变化多端。即便在笔画、偏旁、部首一致的情况下,也能拼出截然不同的汉字。节目正是围绕汉字形体做文章,寓趣其中,有利于传承和巩固传统文化。

互联网时代,人们对文字的使用越来越有距离感。不再是一笔一划、横平竖直在白纸上写下黑字,静下心来在篆草隶行楷的笔走龙蛇中感受汉字形体之美更是少有,取而代之的是键盘上的飞速敲击。这一方面固然提高了我们日常沟通交流、学习工作的效率,却也让不少人对汉字感到陌生。曾有社会调查机构通过抽样调查发现,9成以上的人都曾遭遇提笔忘字的情况。解决之道仍然是靠敲击键盘打出遗忘的字词,不少人由此患上了“键盘依赖症”,一旦离开了熟悉的键盘,让文字流于笔尖时就艰涩了起来。

近年来,守护文字之美的努力和尝试从未中断。《中国汉字听写大会》《中国成语大会》《中国诗词大会》等多档电视节目陆续热播,让观众在摩拳擦掌、跃跃欲试的同时把目光重新聚焦于文字本身,有力带动了汉语热、成语热和诗词热;有的大学10余年来坚持寄送散发着墨香的手写录取通知书,在一撇一捺中传递热爱文字、传承文字的人文情怀;还有专门的文字博物馆讲述文字起源,回溯历史上不同时期文字的发展历程。今天,当我们走近文字起源、演变的发展历程,激活脑海里对文字的沉睡记忆,重新体会它们的美感,我们不仅在守护文字之美,也在守护我们的传统文化。

今天,我们尽可以享受互联网信息技术带来的便捷高效,但也不能任由文字书写能力弱化、退化。守护文字之美,一档电视节目、一个个体的能力都有限,需要全社会积极参与。认真学习、规范使用文字是每个人的责任,要从日常点滴做起,在笔尖流淌中感受文字形态的魅力,在传承使用中守护文字之美。(华睿)

在别样的舞台唱响精彩  
这是属于爸妈的高光时刻

# 合唱团招募啦 给爸妈报个名

娄底分赛区首场海选赛**8月8日**隆重开唱  
不分男女老少 两人就可组团参赛  
省总冠军奖金**50000元**  
复赛冠军奖金**10000元** 周冠军奖金**1000元**

7月17日 震撼开启  
103市县联动 全民娱乐 电视亮相

报名时间:7月17日-9月10日  
1.长按/扫码下载APP“蜗牛电视”进入报名  
2.营业厅/地推/海报宣传报名  
3.拨打96531客服热线报名

主办单位:中共娄底市委宣传部 娄底市文明办 娄底市委老干部局  
娄底市文化旅游广电体育局 娄底市农业农村局  
娄底市扶贫开发办公室 娄底市广播电视台  
承办单位:湖南有线娄底网络有限公司 娄底电视台公共频道 娄底市福彩中心

娄底分赛区

报名热线:96531 8330015 8330016 8330019