

湖南城市广播电视报

# 娄底广播电视

第23期 总第1548期 2022年6月9日出版

湖南省新闻出版局主管 | 娄底广播电视中心主办



本期20版 介绍2022年6月13日至6月19日电视节目

国内统一连续出版物号:CN 43-0043/07 | 邮发代号:41-124



## 高考学子 为梦想冲刺

钟志敏/摄



# 端午假期娄底接待游客8.938万人次

端午节小长假三天,娄底各地天气阴雨,部分地区暴雨,潮湿闷热。旅游市场井然有序,整个“端午”小长假期间未接到重大旅游投诉和安全事故报告,全市旅游工作实现了“安全、有序、质量、效益”四统一的目标。

娄底市纳入监测的21家A级景区累计接待游客8.938万人次,实现营业收入1043.06万元,接待情况居前三的景区分别是三联峒冰泉景区、归古国际乡村旅游度假区、紫鹊界景区。纳入监测的4家红色旅游区共接待游客0.551万人次,同比增长10.31%。纳入监测的1家新业态单位接待游客0.0222万人次,同比增长14.43%。纳入监测的6家乡村旅游区接待游客2.67万人次,实现营业收入342.38万元,同比增长0.28%。纳入监测的20家住宿单位接待住宿游客0.9614万人,同比增长5.51%,实现营业收入213.92万元,同比增长4.65%,纳入监测的住宿单

位床位出租率为79.31%,其中民宿客栈床位出租率达72.78%。纳入监测的17家文化服务单位接待总人数2.648万人次,同比增长45.13%;其中:4家博物馆和纪念馆接待游客0.8452万人次,同比增长5.57%;7家图书馆接待读者1.015万人次,同比增长244.02%;6家文化馆服务0.788万人次,同比增长8.06%。

## 端午风俗和风物受追捧

游客青睐的出游主题更是丰富多样,民俗游、非遗游、红色游、文博游“百花齐放”。端午节作为中华民族的重要传统节日,与民俗文化相结合的旅游也是一大亮点,古色古香的民俗游、非遗体验游成为游客的热门选择。各地景区推出的端午特色民俗体验活动让“赛龙舟、包粽子、制香囊、缅怀屈原、饮雄黄酒、艾草祛病”等端午的风俗和风物深入人心,受到游客热情追捧。

## 乡村休闲游、红色旅游成为重头戏

假日期间市内游客纷纷选择农家乐一日休闲游。各地农家乐生意火爆,以露天烧烤、赏花垂钓、果蔬采摘、农



家饭等为主题的乡村旅游景区持续升温,乡村旅游成为促进假日旅游经济增长的重头戏。蔡和森纪念馆、红二军团长征司令部旧址、罗盛教纪念馆等

地红色旅游景区接待人次大幅增长,游客在体验红色旅游过程中,净化了心灵,陶冶了情操,充分感受到红色旅游的内涵。

绿色旅游,美好生活。多样性和多层次的绿色资源,美好生活的前提,紫鹊界梯田的秧苗绿,渠江源景区的茶山绿,新化大熊山、涟源龙山、娄星洪家山和双峰九峰山的古树绿,水府庙景区的水绿,湄江景区的山水绿等等,是上天给的一道道绝佳的绿色禀赋和坚实的绿色屏障,为游客提供充裕的绿色场地选择和丰富的绿色旅游活动体验。端午节期间,绿色景区游人如织,车流如梭,多元化的绿色产品更是让游客在玩中尽情地饱口福,感受美好的生活。渠江源的红茶、雅天门的寒茶、涟源的白茶、正龙古村的绿叶肉粽、娄星农家乐的杨梅等,皆是绿色产品,让游客放心,小老板攒钱开心。

夜色旅游,别样激情。新化和冷水江资江风光带、娄星区孙水河和涟水河风光带、双峰归古景区、涟源博盛景区、新化油溪桥景区等,均实施了亮化美化工程,完善了夜间基础设施,特别是新化向东街打造夜食一条街,让游客流连忘返。端午节期间,娄底市各大广场灯火通明,流光溢彩,给游客广场舞、红歌比赛和体育健身提供了实实在在的便利,让夜游成了新时尚。(王友专 刘江锋)

## 娄底健儿积极备战第十四届省运会

湖南省第十四届运动会将于9月在岳阳举行,娄底运动健儿精神饱满、斗志昂扬,为了取得优异成绩,他们战高温斗酷暑,在教练的组织下,有条不紊

地进行冲刺备战。

第十四届省运会,娄底市代表团约1000人组成,其中青少年组运动员498人,成年组运动员266人,他们将参加青少年组22

个大项,成年组11个大项的比赛。足、篮、排三大球,羽毛球、跆拳道、田径等项目作为娄底传统强项,依然是娄底市在本届省运会上夺金的重点项目。(李赛妮 曾天海)

## 市文执支队开展境外电视传播秩序专项整治执法行动

近日,娄底市文化市场综合行政执法支队重拳出击,深入开展排查、打击非法销售、安装和使用卫星电视广播地面接收设施专项整治行动。

据悉,支队从2022年5月25日开始对娄底三大运营商(中国移动、中国电信、中国联通)及娄底有线网络公司在娄底城区的各宾馆、酒店及足浴城等场所传输的电视节目信号进行了检查。在检查过程中未发现运营商向酒店、宾馆提供境外电视节目信号,也未发现酒店、宾馆擅自安装卫星电视广播地面接收设施,但发现有个别运营商未将娄底综合频道、娄底公共频道、娄底都市频道信号整合进来,使部分群众不能收看娄底新闻,当地党政领导讲话精神、关心群众的心声不能及时传送到人民群众的心中;也有运营商未将传输信号送至用户终端,娄底文化执法部门当即责令其整改,确保在党的二十大召开之前将这些违规情况整改到位,坚决维护国家意识形态安全和社会和谐稳定大局,确保我市境外电视传输安全有序,为党的二十大召开营造良好的社会氛围。

下一步,娄底市文化市场综合行政执法支队将继续加强日常监管和加大普法宣传力度,联合相关部门对非法销售、安装、使用卫星电视广播地面接收设施等违规行为加大打击力度,发现一处,查处一处,绝不姑息。(刘忠明)

## 娄底组团参加湖南非遗宣传展示主场活动

6月1日晚,2022年“文化和自然遗产日”湖南省非物质文化遗产宣传展示主场活动暨第三届湖南非遗购物节在长沙市雨花非遗馆启动。本次活动以“连接现代生活,绽放迷人光彩”为主题,由省文化和旅游厅主办,省非物质文化遗产保护中心、长沙市文化旅游广电局以及长沙市雨花区委、区政府承办。市政协副主席、市文旅广电局副局长傅小松、市文旅广电局非遗科负责人、部分文旅企业负责人、非遗传承人等参加活动。

启动仪式上发布了以“芙蓉国里·湘

遇非遗”为主题的湖南非遗宣传片,表演了情景朗诵《拾遗》、常德丝弦《爱在潇湘》、传统技艺展示《箭阵》等丰富多彩的与非遗相关的节目,随后举行了我省第五批国家级非物质文化遗产代表性项目授牌仪式,我市非遗项目湘剧(涟源湘剧)入选此批国家级非遗代表性项目名录。

现场,永丰辣酱、火宫殿臭豆腐、平江香干、汉寿米糕、宝庆猪血丸子、东安鸡、芷江酸萝卜等美食深受追捧,吸引了众多市民品尝。浏阳夏布、蓝印花布、岳州扇、土家织锦、龙须草席、中方斗笠、凤凰蜡染等手工艺品制作精

巧,格外引人注目。湘绣、江永女书、木艺、汉服发簪等文创产品琳琅满目,备受青睐。

启动仪式结束后,省委宣传部副部长、文旅厅党组书记、厅长李爱武,省文旅厅二级巡视员王鹏等领导对参加第三届非遗购物节的参展项目进行巡展,当来到我市参展项目“永丰辣酱”制作技艺展位前时,饶有兴致地进行观看,并询问了有关情况。

据悉,此次非遗购物节活动持续到6月5日,将进一步提高我市非遗项目的影响力和知名度,增强人民群众对非物质文化遗产的保护意识。(王友专 李晓容)

## 市文旅投全面启动全域旅游卡升级行动

日前,娄底市文旅投资有限公司组织全体员工深入学习贯彻市委市政府关于进一步加强文旅事业发展的文件精神,全面谋划文旅体产业融合发展的新举措、新路径。

通过学习交流,大家一致认为,作为市委市政府在全域旅游背景下设立的市属国有企业和全市文旅体产业融合发展的市场主体,一定要以此为契机,发挥文旅企业“排头兵”“先锋队”的作用,忠诚担当,攻坚克难,奋发有为,在娄底文旅产业高质量发展和全省争先创优活动中体

现国企担当,发挥国企优势。由公司发行的“大美娄底”全域旅游卡一定程度上促进了全域旅游发展,为景区应对疫情起到了纾难解困的作用,为游客提供了便捷优惠的服务,但还没有充分发挥旅游卡产品优势、资源优势、平台优势,离公司目标和游客期待还有很大差距。会上,公司决定启动“大美娄底”全域旅游卡的升级行动,提本领、强服务、丰业态、赋内涵,紧跟消费复苏态势,紧抓相关政策红利,结合“大美娄底”品牌,精心打造旅游卡及关联产品,不断增强公司核心竞争

力,为全市文旅产业争先创优和高质量发展贡献力量。

会上,大家还围绕“大美娄底”全域旅游消费卡“是什么,怎么做”两个核心问题,应用4P、4C、4R等营销理论进行了交流探讨。公司要求相关部门提前布局后疫情时代区域乡村休闲旅游爆发式增长时期的到来,按照“一切出发点和落脚点,都是为了让游客在娄底‘吃得放心、住得安心、行得舒心、游得称心、购得顺心、玩得开心’”的要求,通过旅游卡整合优化业态,做好资源与服务的新平台。(孙洪波)



# 新闻周刊



娄底东方医院  
市、区两级医院定点医院  
城步县定点医院  
顺产生宝宝  
到东方医院  
无痛分娩  
轻松顺产  
8628888  
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

娄底广播电视报

3

新闻热线:8328300 行风与廉政建设监督电话:8762009  
2022年6月9日 本版责编:王友专 邮箱:ldgdb@163.com

## 娄底30859名考生参加高考

**本报讯** 又是一年高考时。6月7日,娄底30859名考生走进考场,迎接他们人生的一次大考。娄底各部门密切配合,切实做到考试组织和疫情防控两手抓、两手硬,保障好考生安全,做到考生一个不落、应考尽考,确保“平安高考”“健康高考”“温馨高考”。

全市共设6个考区19个考点、1154个考室。其中市直设娄底一中、娄底一中附属实验学校2个考点;娄星区设娄底二中、娄底三中、娄底四中3个考点;冷水江设冷水江一中、冷水江六中2个考点;涟源设涟源一中、涟源二中、行知中学、蓝田中学4

个考点;双峰设双峰一中、双峰三中、曾国藩学校、双峰职业中专4个考点;新化设新化一中、新化三中、上梅中学、楚怡工业学校4个考点。

考前,为全面了解、掌握各考区考试组织实施情况,市教育局共向各考区考点派驻驻点巡考人员25名。市、县两级分级制定高考安全和组考工作方案、职能部门工作职责、突发偶发事件应急处置预案等方案,将职责明确到部门,细化到岗位。

各考区严格落实疫情防控措施。所有考试工作人员疫苗接种做到应接尽接,所有考生和考试工作

人员提供48小时内核酸检测阴性证明,报名点对所有考生按要求进行健康监测登记;考试场所全面消毒通风,防疫物资准备到位;每个考区设置备用考点和医院考点,考点配备防疫副主考和疾控人员,并设置隔离考室。

全市6个考区对手机信号屏蔽设备进行更换,全面强化基础设施改造升级和检查督查。自5月21日起,由相关职能部门联合开展“净化涉考网络环境”“净化考点周边环境”等7个专项整治行动,净化考试环境,确保考试公平公正。

(陆泽华 杨中奇)

## 让青春的光谱更广阔

习总书记在庆祝中国共产主义青年团成立100周年大会上强调指出:“只有当青春同党和人民事业高度契合时,青春的光谱才会更广阔,青春的能量才能充分迸发。”党和人民的事业无比崇高,新时代的舞台无比宽阔。新时代中国青年要胸怀“国之大者”,自觉听从党和人民召唤,到新时代新天地中去施展抱负、建功立业,争当伟大理想的追梦人,争做伟大事业的生力军,让青春的光谱更加广阔。

“以青春之我,创建青春之家庭,青春之国家,青春之民族”,这是革命先驱李大钊当年挥笔写下的壮志豪言,其中饱含着对青春志向的殷切期盼,对青春价值的精彩诠释,对青春力量的无比自信。革命战争年代,广大青年心怀大义、前赴后继,“紧跟着中国共产党打破一个旧世界”;新中国成立之初,广大青年心怀祖国、赤诚奉献,竞相“把青春献给祖国”;改革开放时期,广大青年开拓创新、勇于担当,“争做改革开放的弄潮儿”;新时代,广大青年踔厉奋发、中流击水,誓言“青春向党、不负人民”。

历史和现实表明:当我们把青春融入祖国大我、人民大我之中,坚持与时代同频共振、与党和人民同心同德,俯首甘当孺子牛、为民甘洒血和汗,必能迸发最蓬勃的青春力量,生成最广阔青春光谱。正如马克思在他的高中毕业论文《青年在选择职业时的考虑》中写道:“如果我们选择了最能为人类而工作的职业,那么,重担就不能把我们压倒,因为这是为大家作出的牺牲;那时我们所享受的就不是可怜的、有限的、自私的乐趣,我们的幸福将属于千百万人。”相反,离开了祖国需要、人民利益,任何孤芳自赏都会陷入越走越窄的狭小天地,青春的光谱也会暗淡无光。

鲁迅先生说,青年“所多的是生力,遇见深林,可以辟成平地的,遇见旷野,可以栽种树木的,遇见沙漠,可以开掘井泉的”。新时代中国青年应坚决摒弃一切思想和行为,保持初生牛犊不怕虎、越是艰险越向前的刚健勇毅,勇挑重担、勇克难关、勇斗风险,经受严格的淬炼、政治历练、实践锻炼,铸就折不断、打不烂、压不垮、扭不弯的精神之脊,让青春的光谱永不褪色、永放光芒。

风雨多经志弥坚,策马扬鞭勇奋进。当前,我军正聚焦实现建军一百年奋斗目标,加快建设巩固国防和强大军队,任务艰巨、责任重大、使命光荣。广大青年官兵要自觉把最美好的青春献给祖国和人民,在火热军事实践中经风雨、见世面、壮筋骨、长才干,不断砥砺打赢本领、锤炼血性胆魄,努力为强军事业贡献青春、智慧和力量,让青春的光谱更广阔,照亮强国强军的壮丽征程。(据《中国国防报》)

## 娄底“爱心送考”连续18年为高考学子保驾护航

**本报讯** 6月5日上午,2022年娄底市第十八届“爱心送考”大型公益活动启动仪式在娄底市高新汽车集团比亚迪瑞迪4S店举行,娄底再次组织爱心送考车队,为各位高考学子保驾护航。

活动现场除了湘运、凯旋、远大、旅游、嘉年华五大出租车公司的爱心车队和私家车主以外,“满城都开文明车”的部分爱心车主以及“星连心”新时代文明实践志愿服务队伍也参与到活动中来,为广大莘莘学子服务,传递出城市的文明之风。

本次“爱心送考”公益活动由市创管办、市文明办指导,市广播

电视台和市交通运输局联合主办,市公安局交警支队、市道路运输服务中心协办,娄底广播电视台广播交通频道承办,娄底市高新汽车集团比亚迪瑞迪4S店冠名。

2004年,娄底交通广播第一届“爱心送考”启到,到今年已经18年了。18年来,爱心车队已免费接送考生数万人次,为特困生、残疾生以及偏远地区的学生们提供了义务送考服务。

今年的“爱心送考”主题为“爱心让考,绿色出行”,将继续采取流动接送、定点接送和“一对一”接送三种方式;流动接送,即高考考生凭准考证随时免费乘坐

贴有“爱心送考”标志的出租车,即停即走。定点接送,是为方便考生乘车,在城区各考场附近安排“爱心送考”车辆定点接送考生。“一对一”送考服务,是帮助居住在城区偏僻地段的考生乘车,由主办方组织爱心驾驶员提前预约进行专车接送。

“爱心送考”出租车驾驶员代表吴伟雄表示,连续18年参加爱心送考已成为他自觉自愿的一项承诺,他将继续延续“爱心送考”志愿服务精神,不负众望,圆满完成此次送考任务,让考生舒心、让家长放心,助力考生金榜题名。

(彭瑞玉)

## 娄底加大执法力度 杜绝燃气安全隐患

**本报讯** 近日,在接到市住建局移送的关于餐饮场所未安装燃气泄漏报警装置违法案件的函后,为保障餐饮场所生产经营安全,杜绝燃气安全隐患,市城管支队住建执法大队立即对存在有燃气使用安全问题的29家中心城区餐饮场

所进行督查。根据《中华人民共和国安全生产法》及《全国城镇燃气安全排查整治工作方案》《湖南省燃气安全排查整治工作方案》的相关规定和要求,执法人员自5月17日开始,依法对29家中心城区餐饮场所的金属软管更换、燃气泄

漏报警器安装和燃气气瓶安全期限的问题进行了督促整改。经执法人员多次上门走访,耐心指导,各商家积极配合整改。至5月26日,已有28家对燃气报警装置全部整改到位,1家已停止营业。

(肖瑾)

## 小螺丝小螺帽年创产值超16亿元

**本报讯** 小螺丝、小螺帽等小产品做出大市场,年创产值超16亿元,说的是冷水江市紧固件产业。近日,专攻紧固件研发生产的冷水江天宝实业,通过政府牵线帮扶,与中联重科、三一重工、华菱湘钢等10余家省内企业签约,实现协同发展、供需双赢。

依托冷钢的钢铁原材料优势,冷水江大力发展紧固件生产制造

业。目前,已培育全国最大的8.8级及以上高强度紧固件生产制造企业,生产的高性能紧固件广泛应用于29个省份的装备制造、工程基建、汽车船舶等领域。天宝实业产销量在全国紧固件行业排名第一。去年,冷水江市紧固件销量突破21万吨,产值超16亿元。

冷水江经开区为助力紧固件产业高质量发展,加快实施创新驱动战

略,建立平台引进科技领军人才,提升科研能力激发产业活力,并鼓励相关企业成立技术中心。天宝实业申报专利23项、参与制订国家标准1项,其自主研发的10.9级高强度紧固件产品,通过工业和信息化部审核考评验收已全面投产,填补国内该项技术空白,现已应用于港珠澳大桥、武汉鹦鹉洲长江大桥、乌鲁木齐国际机场等重大工程项目。

(谢立松)





# 邹文辉到市退役军人事务局调研

本报讯 6月1日下午,市委书记、市委退役军人事务工作领导小组组长邹文辉到市退役军人事务局调研并主持召开市委退役军人事务工作领导小组2022年第一次全体会议。他强调,要深入学习贯彻习近平总书记关于退役军人工作的重要论述,落实“四必”要求,立足“两个服务”,推动全市退役军人事务工作高质量发展。市委副书记、市长曾超群出席。

市领导尹华凯、蒋天海、麻新法、谢君毅、黄江民、禹敏等出席。

会议传达学习了中央、省委有关会议精神,听取了全市退役军人事务工作情况汇报,审议了《中共娄底市委退役军人事务工作领导小组2022年工作要点》《娄底市退役军人工作政策制度改革实施方案》。

会议充分肯定了过去一年全市退役军人事务工作成效。会议指出,退役军人服务保障工作一

头连着强军备战,一头连着群众,事关国防建设和国家安全。各级党委政府要深刻认识退役军人事务工作的重要意义,对标对表中央决策部署和省委工作要求,自觉把退役军人事务工作放在全局工作谋划部署,不折不扣抓好贯彻落实。

会议强调,要强化思想政治引领,引导退役军人始终听党话、跟党走。广大退役军人必须始终旗帜鲜明地坚持党的领导,弘扬光荣传统,做到离军不离党、退伍不褪色;各级党委必须强化组织领导,健全完善退役军人有关的组织建设,充分运用“领导+骨干+群众”工作模式,广泛开展先进性教育,建立退役军人事务工作与群众之间的桥梁纽带。要落实“四必”要求,让服务保障成为双拥工作的能量之源和社会稳定的正能量。退役军人事务工作法律性、政策性都很强,必须坚持“有法律必执行、有政策必落实、有困难必帮

扶、有规矩必坚守”;市县乡村四级要主动办、精准办、有针对性办,统筹推进现役及退役军人服务保障体系建设,真正办成暖心工程。要立足“两个服务”,开辟退役军人发挥作用的“第二战场”。积极搭建平台,让退役军人在服务经济社会发展上建功立业、服务备战打仗上奋勇争先有广阔的舞台、成长的渠道、上升的通道。要持续推进双拥共建,不断巩固军政军民团结的良好局面,筑牢平安稳定的基础,建设更高水平平安娄底。要加强退役军人事务系统干部队伍建设,进一步强素质、提水平、优服务,打造专业化工作队伍。

会前,邹文辉一行还实地察看了市退役军人服务中心政务大厅、信访接待室、法律援助和心理咨询室,看望慰问工作人员,详细了解办事流程、窗口工作情况。

(赵晓晖 常彬)

## 娄底水文中心 推动党建与业务融合聚力

近年来,娄底水文中心坚持党建引领,聚焦主责主业,以“融合聚力,争先创优”为目标引领,以党建带团建促业务为重点,下好“先手棋”,打好“组合拳”,聚焦“三个融合”,在业务学习上抓实“三个一”工作机制,扎实推进各项工作迈上新台阶,形成了“起步就提速、开局即争先”的生动局面。

**融合党建带团建,强化党建引领,让基层组织建设“活”起来**

娄底水文中心注重发挥党建、团建引领作用,组织开展形式丰富、生动活泼的党、团活动。开展“党团共建争朝夕、情系江河开新局”等主题党、团日活动;开展筑牢初心使命、党、团建与业务知识抢答赛。通过系列活动延伸“活动触角”,筑牢党建阵地,形成以“党建带团建,抓团建促党建,党团共建”工作格局。树牢以“人民为中心”理念,深化志愿服务,大力弘扬志愿服务精神。设立党员示范岗,针对疫情防控,组织到所在街道办事处、社区多次开展核酸检测志愿服务,党(团)员主动请缨,积极奋战在抗疫服务一线,充分发挥“突击队”和“生力军”作用,以志愿“红”守护人民群众生命健康“绿”。

**融合“三个一”建设,抓实业务学习,推动基层业务能力“实”起来**

抓好能力建设,搭建专业提升“练兵台”,近年来,娄底水文中心开展了为期三个月业务“练兵”活动。以“打基础、强技能、促服务”为目标,以中心40岁以下职工、团员为重点,以“三个一”为机制,按月分阶段开展“一日一河”“一日一词”“一日一站”业务学习。

一月份对娄底市境内50平方公里以上的河流水系(66条)以流域为单元,结合上下游、左右岸、支流,识记每条河流特性,做到举一反三,融会贯通;二月份,重点对水文、气象相关专业名词进行强理解记忆;组织学员赴市气象局交流学习、取经。做到双管齐下、齐头并进促学习;三月份,熟知娄底市境内水文(位)站、雨量站基本情况、各站点周边站网及水利工程分布,做到心中有底、脑中有图。

整个业务“练兵”着力在四个方面下功夫,即:“建”,第一时间搭建线上学习平台;“定”,制定科学详细的学习计划和目标;“带”,由娄底水文中心分管领导周升健、水情科长曾嵘负责搞好传、帮、带;“考”,定期组织阶段性考试,检验学习成效。通过“建、定、带、考”多措并举,做足传道授业“绣花”功夫,把业务学习落到实处、见到实效,着力打造一支业务精干、服务高效的主力军,锻造一支招之即来、来之能战、战之必胜的水文“铁军”。

**融合“服”字为要,强化责任担当,推动娄底水文服务支撑“强”起来**

筑牢防汛抗旱安全防线,架起服务群众“连心桥”。及时修订洪水预报方案,不断提高预报精度;强化业务培训应急演练;加快建设市县两级水情提升工程,推进水情预报预警向基层延伸;实现境内50平方公里中小河流预测预警全覆盖,打通预警预报最后一公里;精心研发打造水情信息服务系统,目前已开始试运行,让水文服务成果更好惠及人民群众。

今年以来,娄底市域平均降雨量达819.5毫米,比历年同期平均降雨量偏多33.7%。入汛以来,娄底境内先后出现三次强降雨过程,截至目前,全市启动水文测报IV级应急响应1次,发布洪水蓝色预警7次,黄色预警1次,共发布14个河段的洪水预警,向一线值守干部发送水情信息万余条,编制《水情分析与预测》共57期。及时发挥水文在政府及社会防汛抗旱中的“参谋”与“耳目”作用,为人民群众生命财产安全保驾护航。(周升健)



## 涟滨西街铁路桥涵洞亮灯啦

本报讯 6月6日,娄星区思塘社区相关领导来到市城市照明服务中心送上“为民排忧解难、情系百姓送光明”的锦旗,感谢该中心为涟滨西街铁路桥涵洞安装隧道灯,消除交通安全隐患。

今年5月,市城市照明服务中心收到“关于涟滨西街涵洞路段亮化”的人大建议,涟滨西街铁路桥涵洞全长约60米,因

长期未配套架设路灯,影响周边群众夜间出行。中心本着为民办实事的理念,迅速行动,与当地社区对接,制定了科学合理的安装方案。5月31日,中心组织专业人员和作业车辆,为涵洞内安装了16盏隧道灯并全部调试亮灯,涵洞内瞬间灯火通明,周边群众夜间出行安全有了保障。

市城市照明服务中心主任

李延长表示,感谢市人大对城市照明工作的关注和支持,中心将深入践行党史学习教育,持续开展“我为群众办实事”实践活动,继续关注民生实事,让城市照明温暖民心。(邹强)



### 图片新闻

6月7日至6月8日,赫柏喜悦酒店(关家脑店)组织员工到娄底四中高考考点,为这里护航高考的工作人员、陪考家长送去矿泉水、湿巾纸等物品,总价值达到2000余元。(王园园)



## 农发行涟源市支行:政银企签约11.7亿元

本报讯 近日,在涟源市委、市政府举办的“稳住经济大盘·促进高质量发展”政银企洽谈会上,农发行涟源市支行分别与4家企业签订4个项目共计11.7亿元贷款金额的《合作协议》,占本次签约总金额的16.64%。

该行紧紧围绕涟源市地方经济社会发展,自2019年以来,在服务脱贫攻坚、乡村振兴、基础设施建设、水利建设等领域精准支持7个项目,累计投放项目贷款15.99亿元。

下一步,该行将进一步提升金融服务水平,加强政、银、企三

方协同合作,加大支农力度,全力跟进对接地方重点项目,鼓足干劲,以更实的举措、更大的力度加大信贷资金投入,切实加大业务营销力度,做大规模体量,为稳定涟源市经济增长注入更多农业政策金融动能。

(李佳臻 泽宇)



# 涟源市举行政银企洽谈会暨首批知识产权质押贷款签约仪式

本报讯 6月2日,涟源市政银企洽谈会暨首批知识产权质押贷款签约仪式在涟商总部举行。近年来,涟源市深入贯彻“三高四新”战略和“涟商回归”战略,全面优化金融环境,大力发展实体经济,较好发挥了金融“源头活水”效应。2021年,涉农、普惠小微、绿色金融、项目建设等信贷融资多点开花,增长率从15.3%至39.5%不等;今年来,各金融机构勇于承压、主动担当,累计放贷近70亿元,为稳投资、稳增长作出了积极贡献。

据悉,本次政银企洽谈会上,共有112个项目达成签约或签约意向,总金额为70.3亿元。签约仪式上,6个专题51个项目现场签约金额达42.07亿元,其中知识产权质押贷款项目10个签约金额2000万元,重点项目10个签约金额19.15亿元,工业企业项目签约金额10个13.05亿元,农业企业项目10个签约金额1.187亿元,普惠金融项目10个签约金额4780万元,乡村振兴“共享贷”签约金额8亿元。

涟源市委书记刘杰表示,涟源市委市政府认真贯彻落实全国稳住经济大盘电视电话会议、湖南省委省政府优化营商环境推进会、娄底市委常委会会议等精神,闻令而动,政银企三方联动,致力在稳企纾困上“用功”,在利用知识产权质押融资上“破冰”,在打造市场化、法治化、国际化营商环境的七大平台上“动真”,在解决企业融资难、融资贵上“碰硬”,全力推动涟源经济高质量发展。

(陈梅)

## 中国石化娄底石油：“五进五帮”助推优质服务走深走实

本报讯 自“加油站服务提升百日竞赛”启动以来,中国石化娄底石油分公司聚焦服务、品牌、效率和执行力提升,积极推广实施新服务、新标准、新形象,落实“把服务做到客户心坎里”的工作要求深入开展“五进五帮”,推动加油站服务水平持续提升。

进基层帮解难。成立以公司经理为组长、班子成员为副组长、各部门负责人为成员的“五进五帮”专项工作领导小组,制定工作方案分5个帮促督导组,对口县(直属)公司、合资公司及大站要站、经营管理相对落后站的专项帮促工作。帮促人员定期下沉深入加油站一线,充分调研加油站服务提升活动中存在的各类问题,了解员工工作生活存在的困难,全方位帮助破解难题,确保活动有活力有实效。

找短板帮分析。按照“抓两头带中间”的原则,指导帮扶各单位、各站点找准“百日竞赛”活动的短板和弱项,按照“后进看平均、平均看先进、先进更先进”的提升方向,确定整改提升目标。开展“小站提质增效”大会战,精准政策倾斜,对同比减量加油站、易捷门店开展“一站一策”“一店一策”创新营销、提量改造,并实施考核激励,努力消灭负增长,助力攻坚创效。

对目标帮措施。召开“加油站百日服务竞赛”活动再推进会,从“细严实恒”四个方面对推进加油站服务提升百日竞赛活动进行再强调、再安排;印发《娄底石油“加油站服务提升百日竞赛”工作清单》,明确61项工作目标,层层分解责任,明确负责人及办结时间,各县公司、各部门负责人拿出具体措施并签订“军令状”;指导各单位做好薪酬考核分配方案,创造最大的经营利润与员工收入,最大限度地激励员工工作积极性,强势推进“百日服务竞赛活动”走深走实。

抓干部帮提升。牢牢抓住领导班子这个“关键少数”,切实强化领导干部聚焦基层、服务一线的作用,开展“领导换位体验”活动。领导班子成员及中层以上干部分批至全市各个加油站进行“换位体验”,穿着工装,佩戴口罩,沉下心,俯下身去服务一线、实践一线、帮扶一线、融合一线,参与加油站交接班会议和排班加油、销售等服务工作,带头使用加油六步法、收银五步法为客户提供服务,为员工树立良好的榜样形象,落地落实“我为群众办实事”,助力打造最美窗口。

鼓人心帮激励。出台五小建设管理办法,对全市加油站五小建设情况进行摸排,着力推进“家”文化建设,解决员工生活不便的难题,提升员工归属感、幸福感,凝聚企业发展合力。落实“双关心”要求,组织举办加油站服务技能比武竞赛活动,来自各县(片区)公司、联营公司的35名“尖子”选手同台竞技,通过以练促训、以赛促练、以赛促干,树标杆、找差距、挖潜力,营造互学互促的良好氛围,激发广大员工劳动热情和创造潜能。(张慧怡)

## 娄底城西执法大队全力护考

本报讯 为给广大考生创造良好的复习迎考和生活休息环境,娄底市城管支队城西执法大队从5月20日起至6月20日开展为期一个月的“绿色护考”专项行动,辖区全面推行“静音”式执法管理工作,以实际行动为考生“护航”。

“绿色护考”专项行动期间,大队结合辖区实际提前谋划、合理部署、细

化各项保障措施,以学校、住宅小区为中心,全方位、多角度开展城市环境综合治理。大队执法人员提前对重点地段周边的商户进行入店宣传,尤其要求五金机械加工门店,以及可能产生噪声的各类维修点,在专项行动期间不得进行高噪声污染作业,为“绿色护考”营造良好社会氛围。此外,大队还

结合网格化管理模式,通过采取定点固守、机动巡查、错时管理相结合的方式,全面加强辖区大型居住区、学生相对集中生活区等执法巡查工作,及时发现、查处流动摊贩、门店促销、夜宵摊点和广场舞音响扰民等违法违规行为,进一步为考生营造一个良好的休息、备考环境。(林琳)

## 乡村振兴 向“艾”前行

本报讯 近日,双峰县井字镇紫云峰脚下的约溪村5000亩艾叶种植基地,药香弥漫,沟壑叠翠,让人心旷神怡。

艾叶为一味中国传统中药,也是端午时节民间传统用品,其制成品香型独特、富药用功能,健康生态,广受百姓喜爱。井字镇敏锐察觉到了这一商机,以艾产业发展为主导,引进成立了“湖南思慕生物科技发展有限公司”,助力乡村振兴。

井字镇约溪村党总支书记陈冠男对此充满憧憬。该项目将建10000亩生态艾草园、艾药谷、蒋琬艾药馆,设立艾叶养生课堂、艾疗体验馆,包括可体验制作艾叶香包等艾药产品。以种植艾草为抓手,产业通过新旧动能转换进行定点、聚焦乡村振兴。以“企业+合作社+农户”为运营模式,调整全村农业和农村结构,全面带动全村向新型农业转变。切实构建起“奇妙艾草药,把艾带回家”的艾旅融合发展形态。

“湖南蒋琬艾文化产业基地旨在弘扬传统中草药文化、凝聚艾叶精华、实现基地与基层党组织、农村群众、中药产业、艾旅研学与特产销售的共享共



赢,打造成集产、展、商、研、旅、养、学、住一体化的产业综合体。最终实现小艾草托起乡村振兴大产业。”湖南思慕生物科技有限公司董事长肖程辉表示。

现基地现场一片繁忙,正抓紧抢建艾叶基地办公楼和加工厂房,以对

产品进行深加工,拓展销售渠道,打响艾叶品牌。基地建成后,预计需投资5000万元,争取年艾产品销售破1亿元,文旅超10万人次;有望实现每户家庭增收3000元、增加300个就业岗位。(简畅)

## 娄星区农村公路建设养护中心:织密防汛“安全网”

本报讯 端午节前后,因受连续几天强降雨的影响,娄星区6个乡镇农村公路受损,多处塌方……娄星区农村公路建设养护中心启动防汛Ⅲ级应急响应,全员行动,力保道路畅通。

5月29日以来,接气象部门通知,全市范围将普降暴雨。娄星区农村公路建设养护中心严阵待命,严格落实“三个一律”和“五个到位”,全员取消休假,下沉一线做好防汛应急值班。

“前面山体塌方了,请注意安全!”6月3日,在双江乡c090村道,养护工人张师傅和队友们正努力清理着淤泥,沿线巡路的路政人员看到这种情况,也加入了抢险的队伍。清塌方、捡树枝、排积水……一抹抹橘黄色身影,带给过往群众的是安心和放心!

6月4日,路政人员在蛇形山镇x057县道巡路时发现部分路基塌陷,娄星区农村公路建设养护中心立刻采取临时交

通管制措施,设置提示牌、警戒线,半幅通行,同时按照预案迅速安排两台挖机进行抢险。目前,该路段已恢复交通。

娄星区农村公路建设养护中心相关负责人表示,截至目前,全区农村公路共计受损25处,受损类型主要为路基沉陷、路基塌陷、交通设施(钢护栏)受损三类,目前除双江c090村道暂时未达到通行条件外,其余农村公路保持交通畅通。(刘建安 刘永彬)



# 娄底检察“XYZ”新媒体 荣获湖南省检察机关十佳文化品牌

6月6日,湖南省检察院组织开展的全省检察机关第二届文化品牌选树展示活动圆满结束。经市州院初审、省院复选,评选出10个十佳品牌和5个优秀品牌。娄底市检察院“XYZ”新媒体宣传品牌被评为全省十佳品牌。

娄底市检察机关“XYZ”新媒体团队有不少标签。他们是习近平法治思想的坚定信仰者、积极传播者、模范践行者,柳勇和谢特波等两名成员是全国检察系统新闻宣传知名撰稿人,连续多年荣获全国检察宣传先进个人,入选全国检察新闻宣传文化人才库,被最高检《检察新闻宣传工作情况》一线风采栏目推介。自“XYZ”新媒体团队成立以来,他们以打造品牌、提升影响力和美誉度为己任,在中央、省、市等各级媒体发表文章1500余篇,策划过《检察版·三生三世》《孩子,有一个未检侠在默默守护你》《检察院的姑娘,今年你多大了》《如果我不是检察官》《世界那么大,来检察院看看》等爆款作品,先后获评全国检察机关十佳新媒体作品、全国检察新媒体作品二十强、第三届全国检察新媒体创意大赛图文类金奖、视频类金奖,第四届全国检察新媒体创意大赛图文类金奖等,《中国梦·检察魂》全国检察机关摄影作品展一等奖、全国首届预防职务犯罪摄影大赛二等奖,多次荣获全省政法系统、检察系统摄影比赛一等奖。

“XYZ”新媒体宣传始终坚持以人民为中心,践行习近平法治思想,讲好娄底检察故事,传播娄底检察声音,实现了检察办案政治、社会、法律三个效果的有机统一。同时,立足品牌建设,充分发挥各人特长,最大限度团结和凝聚了全市检察干警人心和力量,营造了人人都是法治宣传参与者的良好氛围。”娄底市检察院党组书记、检察长李太平给予高度肯定。

## 守正有为 传递检察正能量

“XYZ”新媒体团队以娄底市检察院3名干警为主体。“X”是文案策划谢特波的代称,常在微博、知乎等平台普法,系知乎法律版块优秀答主;“Y”是摄影制作柳勇的代称,中国摄影家协会会员,新媒体后期技术精湛;“Z”是编辑曾叶等所有参与检察宣传的同事的代号。如何更好地讲好检察故事、传播检察声音,让检察工作走出“检察圈”“法律圈”,融入老百姓的“朋友圈”一直是“XYZ”新媒体团队思考的课题。

《检察长的一天》是“XYZ”新媒体团队创作的第一个新媒体作品,被“湖南检察”官方微信转发,随后检察日报正义网、法律读库等全国60多家网络媒体迅速转发。这次成功触“微”,给了他们很大的鼓舞和力量。2015年,团队接续创作了《三行情书——检察官版》,把检察业务工作融入到情书当中,经正义网微信平台转发后,全国80多家检察新媒体转发和点赞,阅读量超过30万。2016



年创作的《史上最简单粗暴解读反家暴法》被中央电视台《今日说法》栏目、检察日报正义网等全国100多家媒体和网络媒体转发。此后,团队越战越勇,连续创作了《谁说检察官没有诗和远方?这家检察院的回答亮了!》《这组检察官照片,70后看到曾经,80后看到自己,至于90后……》等多个优秀作品,被全国数十家媒体转发。

2018年,“XYZ”新媒体团队成员谢特波和成员柳勇,先后被最高检新闻办和湖南省检察院新闻办抽调,协助参与全国、全省两会宣传工作。团队完成了“检察官讲述最高检工作报告中的故事”系列视频4个故事文案撰写工作,参与策划《@企业家,三枚法治定心丸,助你征战新时代》《纯干货,不到900字,轻松掌握最高检工作报告重点》等新媒体作品,让法治好声音传入了老百姓的“朋友圈”,赢得广泛好评。

## 争先创优 打造法治宣传品牌

“XYZ”新媒体团队中,柳勇和谢特波等成员自加入检察系统后,秉持着干一行、爱一行、钻一行,迅速从检察新兵成长为检察业务行家,从一开始的一年只能发表文章20多篇到每年能在国家、省、市级媒体上发表文章100多篇。这悄然变化的背后,是团队以“求极致”的态度钻研检察新闻宣传规律。正是这种热爱和奉献精神,让娄底检察“XYZ”新媒体宣传品牌成为全省乃至全国都小有名气的品牌。他们为主运营的“娄底检察”官方微信阅读量曾排名全国检察机关第一,新媒体作品曾连续13周登上检察日报正义网《正点巡检》原创栏目全国优秀原创榜。检察日报正义网在头条刊发《正义网头条访谈:“非传统检察宣传

路线”是什么东东?》一文,全国推广娄底市检察机关新媒体宣传工作经验。

娄底检察“XYZ”新媒体团队现已成为全省政法系统新媒体宣传的典型,省内外检察系统多家单位纷纷前来学习交流,省、市主要领导多次实地调研,并高度肯定。

## 深耕细作 谱好法治宣传协奏曲

在娄底检察“XYZ”新媒体团队看来,在法治中国的道路上,执法办案、捍卫公平正义是一种战斗,而让更多人民群众了解、知晓、支持检察工作,不断提高法治意识则是另外一种战斗。为此,“XYZ”新媒体团队积极投身法治宣传志愿服务,践行网络群众路线,通过各大网络平台,传播法治精神,普及法律常识,回应网民法律咨询、解疑释惑,是融普法于日常,和蔼可亲的检察官叔叔。

团队成员柳勇是摄影爱好者,热衷于家乡娄底的宣传。他利用周末及节假日,冒着严寒酷暑,起早摸黑,爬遍了娄底每一座高楼大厦,往返于娄底各个景区和山头,行车数万公里,拍摄数十万张图片。拍摄的娄底城区、紫鹊界、大熊山、龙山等《大美娄底》系列作品,现已成为娄底对外宣传的主要形象展示图片,娄底文明城市创建的主要图片,在城区各种公益广告橱窗内随处可见。《大美娄底》系列在湖南日报新湖南客户端发布后,点击率超过200万。中央电视台、湖南卫视、检察日报、娄底日报等主流媒体纷纷推荐。《紫鹊界晨韵》入选北京国际摄影展,《紫鹊界早耕》入选全球华人摄影展览。

团队成员谢特波在知乎、微博开设专栏,单月阅读量超1000万,是知乎法律话题优秀答主,获得点赞超过27万,个人粉丝累计近20万,个人公众号《菠菜笔记》获全国检察机关自媒体二十强。他还积极发挥自身优势,毫无保留地把自己的“技艺”传给更多人。在“导师带新人”模式培训中,认真做好“传帮带”,通过自身经验分享和资源共享,推动全市两级检察宣传工作同频共振、形成合力,其结对的学员在半年之内创作出《十二岁?我“未”自己代言》《青春检察?我们二三十岁》等多个新媒体作品,并入选检察日报正义网《正点巡检》原创栏目全国优秀原创榜,拍摄制作的《背着宪法上梯田》等作品获最高检采用。因成效突出,受到省检察院通报表扬,谢特波被评为全省优秀导师,所带学员被评为全省优秀学员。

有人曾问过“XYZ”新媒体团队的成员们,这么多年一直在幕后从事检察宣传工作,有没有感觉枯燥?

“XYZ”新媒体团队给出了一个很时髦的回答:他们说生活除了眼前的苟且,还有诗和远方。那么对检察官而言,诗在哪里?让人民群众感受到公平正义就在身边的每一个案件,就是检察官献给新时代最美的诗篇。远方在哪里?脚下这块土地就是远方,我们坚守的让国家走向法治的这块热土就是远方。“XYZ”新媒体团队所做的工作就是用最真实的镜头,最直白的文字,最质朴的情感,最时尚的方式,努力让习近平法治思想入脑入心,让公平正义看得见,摸得着,听得见,这就是他们的诗和远方。(姜检君)



# 娄底公安为莘莘学子圆梦护航

十年磨一剑，今朝试锋芒，2022年高考如期而至，又有一群莘莘学子奔赴考场，书写他们人生的重要答卷。娄底公安全程护航高考，助力每位学子旗开得胜，奏响凯歌！



## 市公安局

为保障全市高考安全、有序、顺利进行，娄底市公安局党委提前谋划、周密部署，结合实际制定工作方案。高考前夕，副市长、市公安局局长黄江民在市公安局高考安保维稳工作部署会议上强调，全体参战民警要定点、定人、定责，提高政治站位，严明工作纪律，认真履职，细之又细，慎之又慎，全力以赴，落实安保措施，确保万无一失。6月6日，黄江民陪同市委书记邹文辉等市委主要领导深入娄底三中督导检查高考准备工作。受黄江民副市长委托，6月7日市局党委副书记、副局长卢韶华带领相关部门主要负责人先后来到娄底市第一中学、娄底市第一中学附属实验学校等考点，对试卷保密室、监控室等重点部位进行督导检查，详细听取各考点安保执勤负责同志的工作汇报和应急安排，实地查看各项安保措施落实情况，提出工作要求。

市局各警种、部门严格按照方案要求，齐抓共管，通力协作，全面落实各项安保措施。高考前夕，市公安局国保支队牵头，配合考试主管部门做好试卷的押运、保管等安全保卫工作。治安支队严抓考点及周边治安，对重点部位和场所开展安全检查，及时消除安全隐患。巡特警支队在各考点及周边地段部署足够力量，全力维护好考场周边秩序。交警支队加强对送考车辆在送考过程中的牵引和护卫，强化考点周边交通秩序维护，随时提供紧急护考等求助服务。入境支队

启动高考考生办证“绿色通道”，及时办理身份证或临时身份证。高考期间，全体参战民警精神饱满，警容严整，按时到岗到位，尽心履职尽责，为广大考生营造了一个良好的考试环境。

## 娄星分局

为确保2022年高考安全顺利进行，娄底市公安局娄星分局超前谋划、周密部署，切实抓好各项安保措施落实，全力护航高考，为莘莘学子们创造一个安全、安静的考试环境。

高考前期，娄星分局组织国保、治安、刑侦、网安、人口、派出所等多警种力量，按照职责分工，强化联防联控，全力以赴做好疫情防控常态化下高考安保工作，筑牢高考安全防护网。国保大队牵头局属各相关单位，联合教育部门，深入全市高考保密室和考点学校开展隐患排查，对考点周边治安环境进行清理清查，切实从源头做好稳控工作。与此同时，派出所积极排查化解学校周边矛盾，强化重点管控，科学应对、高效处置不利因素。

高考首日，分局稳妥安排部署试卷接送、保密室及考点的安全保卫。考点内，安排充足警力定点值守，扎实做好安全防范和应急处突准备工作。考点外，辖区派出所加派警力高密度开展学校周边安全检查，24小时不间断巡逻并及时记录，确保高考工作的绝对安全。另外，校园警务室积极受理考生及家长

的报警求助，为考生排忧解难，确保每名考生能顺利参加高考。

## 冷水江市公安局

6月7日，冷水江一中、六中两处考点，数千名学生参加高考。为全面做好2022年高考冷水江考点安保工作，给考生营造一个安全、畅通、和谐、有序的考试环境，冷水江公安深入践行政治建警，交警、巡特警、人口等警种通力协作，克服高温酷暑天气的持续考验，全力以赴开展高考安全保卫工作任务。高考首日出动警力100余人次，警车10余台，设置考生服务点4个，为考生提供安全顺畅的考试环境。

## 涟源市公安局

为确保涟源高考考生有一个良好的考试环境，涟源市公安局各警种、各部门全勤联动，全力护航高考，助力学子圆梦。集中开展考试环境综合治理。从5月7日开始，由国保大队、治安大队、网监大队牵头，联合各城区派出所，集中开展系列专项行动，净化考试环境。二是武装开展试卷接送押运与保卫。考试期间，由国保大队、治安大队、巡特警大队负责高考试卷的接送、押运，与保密室的安全保卫。各参与安保人员在执行任务期间，由负责人带队，携带武器与警械，确保试卷运送安全与保密，维护考试公平。三是联合执勤护航高考当

天安全有序。高考期间，全局各部门、城区派出所全勤联动进行安保执勤。从交通疏导、考区管制、考点值守、考生证件办理绿色通道等多个方面开展工作。

## 双峰县公安局

双峰县公安局以维护高考考试安全秩序为核心，全警参勤，各警种密切配合，协同作战，坚决确保双峰一中、职业中专、国藩学校、双峰三中四个考点高考安全顺利进行。双峰公安推出考生身份证加急办理等六项举措，通过这些举措，已为12名考生办理临时身份证或户籍证明。6月7日，距离高考开考只剩15个小时，政委伍大勇，党委委员、副局长余恺艳指示指挥中心、人口与出入境管理大队民警接力，成功帮助一名考生办理相关证件，解决了考生的燃眉之急。做好考点、食宿点保卫，组织警力在考点、食宿点等开展安保工作，确保治安安全。会同教育等部门负责高考试卷的押运工作，及时处置突发事件、确保师生人身和财产安全。组织警力对考点周边网吧、KTV、宾馆等重点场所，集中开展安全检查和清理整治工作，及时消除可能影响高考安全的隐患苗头和不稳定因素。四是交通保畅，组织警力在考生进出考点高峰时段，对各考点门前沿线道路实行交通管制，确保交通畅通和考试期间考点安静。

## 新化县公安局

高考首日，为全力创造安全有序的治安环境，新化公安提前谋划，创新举措，落实落细安保服务工作。考前开展安全大检查。针对校园及考点周边开展安全检查和清理整治，全面排查整改各类安全隐患，净化社会治安环境。开辟了考生办证“绿色通道”。在政务中心、派出所户籍窗口开辟高考考生办理临时身份证“绿色通道”，对考生的办证需求优先受理、优先制证。在每个考点均设立临时执勤点，配备足够警力，及时受理各类报警求助，维护考点及周边治安秩序，开展交通分流疏导。还增设了高考服务车。在各考点配备巡逻警车或警用摩托车作为高考服务车，为考生和家长提供紧急救助服务。五是加强考点周边巡逻防控。落实考点高峰勤务机制，加大社会面巡逻防控，加大重点路段、重点部位的巡逻密度和力度。（娄公轩）

## 所有考生及家长，警惕涉高考类诈骗

一年高考季，鲤跃龙门时，高考是一场战斗，考生披荆斩棘，乘风破浪只为在这人生大考中，实现求知的梦想。然而大家也不能放松警惕，诈骗分子又开始蠢蠢欲动，时刻变换手法实施诈骗。

娄底市反诈中心汇总了5种常见的涉高考诈骗类型，希望考生和家长，能够增加防骗知识，提高识骗能力。

### 网络诈骗要辨别，高考答案不可购

每年高考时，都会有不法分子在网络平台或微信群中兜售所谓的“高考真题”“绝密答案”等诱惑信息，骗子会信誓旦旦地保证，已经通过内部渠道“搞定”了出题老师，便已高价出售真题。

警方提醒：广大考生和家长切勿轻

信虚假广告宣传，高考试题属于国家绝密级材料，其保管和运输都有极其严格的管理措施，不可能外泄！考生和家长不应存有侥幸心理，以免被诈骗。

### 高考“提前查考分”，是骗局

高考分数是考生和家长关心的重点，不法分子利用家长、考生查分心切的心情，通过短信、发送带有木马链接的虚假提前查分网址，一旦点击，木马程序便植入手机，获取关联银行卡等信息，通过拦截获取支付验证码的方式将钱款转走。

警方提醒：考生和家长查分时认准教育部门指定的查询方式及查分网址，不轻易点击手机短信里来历不明的链接。

### 谎称有“高考补助金”

骗子利用一些考生家中经济困难，上大学需要通过助学金交齐学费的情况，冒称高校工作人员、教育部门工作人员，声称可以为考生申请大学助学金，要求家长先交报名费，考生及家长信以为真，等汇款给对方后发现就是一个骗局。

警方提醒：当你接到自称高校、教育等工作人员的电话、信息，要发放“国家助学金”“返还义务教育费”时，考生及家长一定要主动与当地教育部门或学校联系求证。

### 谎称可花钱获取补录名额

“补录”骗局往往出现在高考志愿填报结束后，骗子对考生、家长谎称某

高校名额未招满，通过后门“打点”可让考生获得补录名额，骗子还会谎称通过内部关系可以购买“内部指标”，只要家长、考生到指定的网站进行操作就极有可能诱导转账被骗。

警方提醒：正规的招生录取是不会产生任何附加费用，凡是需要收取保证金、录取费、指标费的“招生指标”，一律不能信。

### 伪造录取通知书诈骗

骗子向考生寄送伪造的录取通知书，让考生将学杂费打入指定的银行账号，以骗取钱财。类似此类骗局的手法还有制造虚假的钓鱼网站，骗子的目的就是骗取学生的生活费、学杂费。

警方提醒：考生和家长可以电话咨询被录取的院校。切勿相信自身没有报考的院校所投递来的录取通知书，转账汇款时要通过多途径核实账号真伪。（娄公轩）



# 娄底职院教师入选湘中青年英才、娄底工匠之星

5月31晚,“才聚娄底梦飞扬”2022年娄底市高层次人才“湘中英才卡”首发暨湘中青年英才、工匠之星颁奖仪式在娄底群星剧场举行。市委书记邹文辉出席并为高层次人才颁发证书,市领导谢君毅、胡忠威、谢忠阳、禹敏出席仪式并为获奖者颁奖。

经过多轮评审、考察,娄底职院推选的聂进、阳娟两位老师入选2022年“湘中青年英才”支持计划,祝青老师入

选2022年“娄底青年工匠之星”。

根据《娄底市高层次人才认定办法》等有关规定,经个人申报、资格审查、专家评审、实地考察和公示,报市委人才工作领导小组审定,确定12名同志入选2022年“湘中青年英才”支持计划,10人获评“娄底青年工匠之星”。

这次两名老师入选“湘中青年英才”支持计划,1名老师入选“娄底青年工匠之星”,是娄底职院党委、校行政高

度重视青年人才队伍建设的具体体现。近年来娄底职院紧扣立德树人根本任务,深化提质培优行动,强化人才服务保障,加强青年教师培养,促进青年教师成长,扎实推进学校教师队伍建设和高质量发展新台阶。

颁奖仪式现场还表演了精彩的文艺节目,娄底职院选送的舞蹈《一路向前》成为开场曲目。

(石磊)

## 星星中学教职工子女“六一”儿童节大联欢

为充分体现学校工会组织对教职工子女、家庭的关爱,切实关心孩子的健康成长,6月1日,娄底市第一中学附属星星中学举办了“童心向党,幸福成长,强国复兴有我,欢度六一”慰问活动。学校德育副校长兼工会主席徐湘诚参加活动并致辞。

徐湘诚代表学校及工会给孩子们送上了节日的祝福,希望他们度过一个愉快的节日,还鼓励他们努力学习,茁壮成长。

儿童是祖国的未来、民族的希望,关爱儿童是全社会不容辞的责任。在活动现场,小朋友们宛如置身于天真烂漫的童话世界里,踊跃上台表演节目,一首首动听的儿歌传唱着幸福,传唱着欢乐。一张张朝气蓬勃、活泼天真的笑脸,洋溢着节日的喜庆气氛,一场别样的演唱会把大家带入了美妙的童话世界中。

学校老师们为孩子们送上了节日礼物,大家合唱《少先队队歌》和《听我说谢谢你》,嘹亮的歌声在校园里久久回荡。

(龙洪波)

## 娄星区双江中学开展“六一”儿童节慰问活动

为进一步关爱贫困学生和留守儿童的成长,传递爱心,树立他们自信、自立、自强的观念,让孩子们在爱心的哺育下茁壮成长。5月31日,在“六一”儿童节来临之际,娄星区双江中学开展“六一”儿童节走访慰问活动,为乡内各校困境儿童及留守儿童提前送上节日的美好祝愿与关怀。

活动当天一大早,学校支委成员分头行动,分别走访了双江中心小学、新庄小学、万新小学、义坪小学、坪底小学和中心幼儿园,亲切慰问了21名留守儿童,向学生们赠送了书包、食用油及大米等关爱物资。还详细了解了孩子们平时的学习、生活等方面的情况,勉励孩子们要树立对生活、对未来的强大信心,勇于战胜眼前的困难,同时努力刻苦学习,将来成为一个对国家、对社会有用的人才。

据悉,双江位于娄星区最北端,地处偏远,学生家长出于生计常年在外出务工,因此各校留守儿童居多。近年来,学校也格外重视留守儿童关爱工作,尤其关注贫困留守儿童的健康发展,下一步,该校将继续整合社会资源帮助贫困、留守等弱势儿童群体,并积极营造利于儿童全面、健康、快乐成长的良好环境和社会氛围,引导更多的人参与到关爱弱势儿童群体的行动中。

此次走访慰问,学校为贫困留守儿童送去了物质上的帮助和精神上的鼓励,使孩子们感受到学校大家庭的温暖。受访学生家长感激学校领导的亲自到访,纷纷表示会努力克服眼前的困难,帮助孩子顺利完成学业,不辜负学校的期望,把孩子培养成才早日回报社会。

(张碧强 黄巨源)

## 蓝圃学校举行庆“六一”晚会

6月1日晚,娄底市蓝圃学校操场上人声鼎沸,全校师生齐聚一堂,欢度“六一”国际儿童节,校长梁敦出席晚会并讲话。

晚会在舞蹈《醉春风》中拉开帷幕,曼妙多姿的舞步,梦幻多彩的灯光,给同学们带来了一场极致的视听盛宴;“挥洒汗水,不负青春,只有把时间花到学习上,才能实现梦想,成就自己。”男教师们的情景剧《如果再来一次》,通过惟妙惟肖的生动演绎,把部分同学叛逆、厌学、早恋等问题体现,再通过穿越回学生时代的男主角,带领同学们摒弃坏习惯,不负韶华,珍惜学习时光,最终圆梦的故事,剧情高潮迭起,迎来了台下阵阵掌声。2008班的经典朗诵《我的自白书》,重现了革命烈士李大钊、夏明翰、刘胡兰等英勇就义的画面,红色精神世代流芳;激起了现场师生们的共鸣,倍感如今的新时来代之不易,无数革命先辈们抛头颅洒热血,才铸就了崭新的中国。中国戏曲文化历史悠久,初42班的戏曲《梦回梨园》,通过服装造型,展示武生、花旦、官家等人物特征,演绎国粹。晚会在初41班的舞蹈《我心中的红》落下帷幕,大红色的绸缎,随着激昂的音乐起伏,牵动着每一位观众的心,这是革命先辈们不畏艰苦,吹响勇敢战斗的号角,如果信仰有颜色,那一定是中国红;现场同学们表示,将努力学习、掌握本领,才能为新中国的崛起富强贡献自己的力量。

二十三个节目,通过3个多小时的激烈角逐,最终小学组小41班、中学组初41班夺得此次晚会的一等奖。

(廖晖 王琳)



## 娄底一中附属实验学校开展全校公开课教学活动

5月27日,随着最后一堂公开课的结束,娄底一中附属实验学校持续6周的全员公开课活动圆满落幕。不积跬步,无以至千里,不积小流,无以成江海。此次活动进一步落实了“双减”政策,促进教师的专业成长,达到“轻负担高质量”的教学目标。

学校老师以专业知识为底色,熟练运用多种媒介教学,以饱满的感情激励学生,带动他们的求知欲,深耕三尺讲台,用心创设问题情境,让40分钟的课堂焕发出了与众不同的生机活力。

深度教研是娄底一中附属实验学校教学精神的传承,它深化了教学质

量,提升教学效果。全员公开课活动期间,学校的教研氛围无比浓厚,教师们以生为本,以学定教,凝聚着教育智慧,携手打造智慧课堂,也让“双减”愈发落地生根,助推着娄底一中附属实验学校教学质量再上新台阶。

(彭志文 龚秀丽 杨兴湘)

## 市第六中学开展红领巾爱心义卖活动

为了让孩子们度过一个难忘而有意义的“六一”儿童节。日前,娄底六中工会、团委、少先队联合在大操场举办了“与爱同行,情暖六一”红领巾爱心义卖活动。孩子们在活动中不仅感受到节日的浓浓氛围,丰富了角色体验,提升了社会交往能力,培养了乐于助人的品质,师生共同参与,活动精彩纷呈,气氛热烈,浓浓的爱心在校园的每一个角落传递。

活动伊始,孩子们在老师、家长的

引领下,兴致勃勃地摆好摊位。琳琅满目的商品整齐地摆放着,有家长和孩子亲手制作的飘香食品、闲置的文化用品和图书,也有新奇的玩具、自制的手工作品等。孩子们奔走于各个摊位之间,挑选、问价、买卖,个个兴致盎然,乐在其中。学生们个个变身“小掌柜”“小买主”:“清仓大甩卖咯”“买一送一啊”“幸运大抽奖”……叫卖声虽青涩却也显灵动。

“小老板”们的热情也吸引了学校领

导、老师和在场的家长,他们也纷纷驻足选购,为爱心活动奉献力量,涓涓细流汇聚成爱的海洋,整个义卖活动高潮迭起。

义卖有价,爱心无价。看着孩子们脸上的快乐笑容,老师和家长纷纷表示,这样的活动既丰富了孩子们的生活体验,更增强了他们的社会责任感。据了解,本次义卖所得善款将全部用于爱心事业,如资助学校困难学生、慰问孤寡老人等。

(朱艳 梁新姣)



# 娄底:市场监管部门强化价格监管为高考“护航”

近日,娄底城区某机构面向群众提供核酸检测过程中,混检采样按单人单检收费,被处以没收全部违法所得和罚款的行政处罚。

2022年高考前夕,连日来,娄底市市场监督管理局突出重点行业和重点领域,综合运用政策宣传、提醒告诫、指导规范、行政约谈、处罚惩戒等手段,着力规范端午节和高考期间市场价格秩序,为广大考生“金榜题名”保驾护航。

针对同“考生”紧密相关的交通运输和核酸检测价格,该局着重加强公共客运、出租车、高铁站、客运站等运输领域的监督检查,提醒告诫相关经营单位做好价格公示,重点查处不执行客运票价、价外加价等违法行为;针对疫情防控商品和服务,除了强化防护口罩、消毒药剂、预防类药品、新冠病毒抗原检测试剂等防疫物资价格监督外,还着重加强公立医院、疾控机构、第三方检测机构的核酸检测收费监督检查,确保经营者严格执行政府定价、落实优惠政策。



此外,该局密切关注消费量大的粮油肉蛋菜奶等民生商品和旅游服务市场价格波动情况,发现苗头性异常波动,及时作出预警和应对,依法严肃查处虚假折扣、串通涨价、强制搭售等扰乱节日市场价格秩序的违法行为,督促相关市场主体及行业协会加强价格自律,规范促销行为。

截至6月2日,已出动执法人员1300余人次,检查各类市场主体600余家次,发放价格行为提醒告诫书1000份,现场整改不规范价格行为12起。该局相关负责人表示,下步将密切关注群众投诉举报情况,及时有效回应群众关切,切实维护好广大考生和消费者合法权益。(陈红艳 邹思坤)

## 市市场监管部门开展知识产权联合执法行动

为严格知识产权保护,营造一流营商环境,近日,娄底市和娄星区市场监督管理局组织开展知识产权联合执法维权行动,采取边检查、边普法的方式,提升公众的知识产权保护意识。

执法人员先后来到娄底通程九龙店和五江碧桂园,现场查验家电、婴幼儿用品等商品的专利标识、专利号、生产厂家等信息,并对专利标识标注不规范的产品进行拍照取证。检查过程中,执法人员坚持执法与宣传教育相结合,向广大经营户宣传普及知识产权基本知识、专利产品标识的辨别办法和专利标识规范正确标注的方法,指导经营户对标明不规范的专利标识及时进行调整,并向经营户宣传自觉尊重他人知识产权,不虚假宣传的重要性。

此次联合执法行动,共查处专利标识标注不规范案件12起,严厉打击了侵犯知识产权的违法行为,有效提升了市场主体知识产权维权意识,更好地维护了市场秩序和消费者的合法权益。(梁荣)

## 涟源市知识产权质押贷款“破冰”行动一举融资2000万

6月2日,在涟源市委、市政府组织下,湖南德晟电子有限公司等10家企业通过知识产权质押贷款方式,获得中国农业银行涟源市支行等10余家金融机构合计2000万贷款的支持。“在企业建设周期最需要流动资金支持的时候,拿到了这笔质押贷款,真的是一场金融及时雨。”德晟电子有限公司负责人杨小波说。

为切实解决企业融资难、融资贵的问题,有效盘活涟源实体经济,推动稳企纾困取得实效,日前,涟源市委、市政府决定在全市范围内开展知识产权质

押融资“破冰”专项行动。成立知识产权质押融资“破冰”专项行动工作领导小组,出台《涟源市知识产权质押融资专项行动实施方案》,对企业应支付知识产权质押贷款予以贴息50%,并制定相应的制度、政策和工作流程,组织推动有序开展知识产权质押融资试点。

涟源市市场监管局和境内金融机构积极践行“四破四立”发展理念,加速转型创新,深入园区开展实地调研。组建业务攻坚团队,强化上下联动,加强政企、部门对接,根据企业需求和经营

实际,制定专属金融服务方案,快速高效打通了无准入资产评估机构、知识产权暂未完成更名等流程堵点,成功帮助10家企业办理质押登记和授信。

以往,“轻资产”的创新型中小微企业普遍“家底薄”,土地、房产等抵押物不足,研发投入时间长,在传统信贷模式下,往往难以受到银行青睐。知识产权质押融资很好地缓解资金紧张、加速知识产权的市场转化、提升企业竞争力,赋能中小微企业高质量发展。(肖星群 陈立文 邱光华)

## 娄底授牌并培训全市2022年新立项标准化试点项目

5月20日至25日,娄底市市场监督管理局党组成员、副局长刘勇带队,深入2022年全市6个新立项标准化试点项目开展授牌和培训活动,受到项目承担单位及各类市场主体一致好评。

根据湖南省市场监管局《关于开展“标准助企纾困 促进‘小个专’健康发展”专项活动的通知》要求,刘勇一行到每一个项目授牌后,详细了解项目单位具体情况和困难需求,介绍市场监管局推出的系列优化营商环境助企纾困的具



体举措。标准科工作人员认真开展标准化业务知识培训,对各项目承担单位进行标准诊断、标准宣传、标准咨询等服

务,帮助“小个专”市场主体理解解标准、应用标准。

此次培训的新立项标准化试点项目包含3个服务业标准、3个工业标准,由全市6家企业承担,其中新化县3家、娄底经开区2家、双峰县1家。活动还结合市市场监管局正在开展的知识产权和质量基础大走访、大调研、大服务专项行动,发放调研登记表,力求彻底摸清企业知识产权和质量基础状况和需求,为各级党委、政府及职能部门精准施策提供有效参考。(刘安 李琼)

## 市市场监管局用法律为荷叶片区乡村振兴添砖加瓦

“民族要复兴,乡村必振兴”。5月30日,娄底市市场监管局用送法下乡的方式,开展了一场别开生面的“美丽乡村建设”主题党日活动。

当天,局党组成员副局长吴新建、二级调研员曾永平和机关第五支部全体党员,带着《食品安全法》《民法典进农村》《野生动物保护法》等12种2000多册图

书,来到双峰县荷叶镇石林村、富托村、荷塘村,点对点开展送法下乡,通过现场法制讲座,用发生在身边的案例宣讲法律知识,现场开展法律法规咨询,解答有关食品生产、食品药品安全、执照办理等问题上百次,村民们纷纷称赞给力、及时。

此次送法下乡活动,是深入学习宣传贯彻习近平法治思想,围绕全面推

进乡村振兴重点工作,推进农村普法工作的重要举措。旨在通过坚持不懈推进和深化农村法治建设,教育和引导广大农村群众办事依法、遇事找法、解决问题用法、化解矛盾靠法,不断推进乡村治理体系和治理能力现代化,全面落实“三高四新”战略定位和使命任务、建设现代化新娄底。(刘中全)

### 新闻速递

▲近日,市市场监管局等5部门联合下发《关于清理歧视性和不公平市场待遇政策措施的通知》,从5月下旬至6月底,对全市范围内2021年12月31日前制定的现行有效的涉及市场主体经济活动的政策措施,开展歧视性和不公平市场待遇专项清理。(刘建雄)

▲端午佳节前夕,为保障节日期间食品安全,市市场监管局组织在全市开展了食品专项监督抽检,共抽检124批次,合格123批次,合格率99.2%。其中检出产自外地市不合格样品1批次(粽子),市市场监管局已根据相关规定开展核查处置工作,确保人民群众“舌尖上的安全”。(罗绍永)

▲4月中旬以来,市市场监管局组织开展知识产权和质量基础设施“大走访、大调研、大服务”专项活动,截至5月底,共走访调研全市100余家企业,下阶段将梳理问题,为企业提供知识产权和品牌培育、质量培训等“一揽子”综合服务,通过打通堵点、解决难点、消除痛点,为企业纾困增效,激发企业活力。(梁荣)



# 市中心医院进校园开展全国爱眼日系列活动

为扎实推进青少年视力健康和近视防控工作,增强学生的爱眼护眼意识,普及科学用眼知识,在今年6月6日第27个全国爱眼日,娄底市疾控中心联合娄底市中心医院组织医务人员赴星星实验学校开展全国爱眼日系列活动,今年活动主题为:“有远见,不近视”。

当天上午,娄底市中心医院医务人员早早来到了星星实验学校文化活动中心,受到了同学们的热烈欢迎。在简短的升旗仪式后,医务人员为该级五年级同学表演了动感的护眼操,娄底市中心医院眼科副主任医师罗朝晖向同学们科普全国爱眼日的意义及爱眼护眼的重要性,拉开活动序幕。

下午,全国爱眼日系列活动分别在学校多媒体教室和田径场同时开展,多媒体教室里娄底市中心医院眼科副主任、主任医师邹捷敏,副主任、副主任医师王桂芳为三年级的同学们送去了一场生动有趣的爱眼护眼知识讲座。讲座过程中,专家们寓教于乐,通过有奖问答等方式充分调动孩子们的积极性,让同学们知道了眼睛的构造,了解到爱眼护眼的重要性。课后,医务人员通过视力筛查仪为同学们一一进行检查,对视力异常的学生,逐一嘱咐并给予登记,建立档案。

在田径场,娄底市中心医院眼科副主任医师周治中、主治医师龚灿、康盈,娄底市中心医院儿保中心主治医师刘冰雪等专家带领三年级四个班

的同学进行“爱眼护眼”宣誓并学习护眼操和正确读写坐姿,随后,同学们分为三组进入科普长廊通过宣传展板分区学习护眼知识,专家们从用眼习惯、日常保健、运动饮食等方面向同学们传授了在日常生活和学习中如何科学用眼、卫生用眼、保护视力,加强孩子们从小爱眼、护眼、预防近视的意识。活动后,医务人员还为分别为同学们进行视力测试、眼底检查、电脑验光并做好详细记录,对存在视力问题的学生及时反馈学校通知家长,做到早发现、早发现、早矫正、早治疗。参加活动的同学们纷纷表示,要从现在开始,养成良好的用眼习惯,通过今天学习到的防控方法,有效预防近视的发生。(李良杰)

## 市第二人民医院 关爱乡村儿童

近日,娄底市第二人民医院组织青年团干4人来到娄底市水洞底镇白晃村新建小学,与孩子们共庆“六一”儿童节。

新建小学目前共有学生32名,分成5个年级,最多的年级9人,最少的5人。为了让孩子们过上一个快乐又有意义的儿童节,娄底市第二人民医院团总支书记、医务科副科长邓映艳提前与学校取得联系,详细了解每个在校学生的情况,并结合孩子们的兴趣、特点为他们准备了文具、书籍和儿童玩具等益智益趣用品,作为节日礼物。

当天,娄底市第二人民医院团干们通过现场游戏形式为该校师生讲解和演示了七步洗手法,告诉他们基本要点以及为什么要洗手、什么时候洗手等相关知识,进一步强化了同学们特别是低年级同学们的卫生意识。(刘楚怡)

## 市中医院开展中医药文化进校园活动

为进一步弘扬传统中医药文化,更好地发挥中医药特色与优势,营造浓郁的中医药文化氛围,6月2日,娄底市中医院深入娄底市第七小学开展“端午艾草香·关注眼健康”2022年校园中医药文化主题日活动。此次活动,由国家中医药管理局指导,中国中医药报社有限公司主办,娄底市卫健委、娄底市中医院承办。

“同学们,你们知道端午节为什么要挂艾叶、做香囊吗?”“艾叶有什么作用呢?”当日下午,娄底七小的小朋友们

在“端午艾草香·关注眼健康”主题活动中通过“零距离”“沉浸式”体验,感受到中医药文化的博大精深。

在“端午艾草香——中医药文化主题课”环节,娄底市中医院专家带领同学们从中医的角度了解端午节民俗文化传统,认识艾草、艾绒、艾条等常见的中药材;在“中医药文化科普”环节,专家结合爱眼日主题,讲解教授青少年保护视力健康常识,同时讲解和传授眼保健操的按压穴位和手法等;在“主题日互动体验”环节,数十位“刘畊宏少

年”申请出战,与专家一起跳起了《本草纲目》健身操,动感十足的律动加深了同学们对中医药文化的认识,感受到了中医药文化的魅力。

课后,娄底市中医院专家还为听课的学生们精心准备了该院自制的香囊等纪念品,并邀请同学们一起前往该校中医药文化墙,用通俗易懂的语言讲解孩子们熟知的经典论著、成语故事,鼓励他们在日常生活中要学会讲好“中医药故事”,要善于观察、认识并保护好身边的中草药,养成良好的生活习惯。(谢嘉)

## 娄底博爱新生儿科: 用爱守护每一个小天使

第72个国际六一儿童节,对于娄底博爱医院新生儿科里的小天使们来说,是他们人生中第一个儿童节。为了让这个儿童节更加有意义,科室主任、护士长及全体医护人员都进行了细致的准备工作,并为在产科病房的新生宝宝们人生中第一个“六一”儿童节送来了关爱和礼物,祝他们“六一”儿童节快乐。

该科的医护人员还特意今天出院的小宝贝们都精心准备了小礼物,为他们送出美好的祝福寄语:希望每一位小宝贝都能在爱的呵护下健康茁壮成长,希望世间美好皆能与之永久相伴!

温馨的环境、整洁的病房、干净的病床、真诚的笑脸、贴心的服务……让人感到忙而不乱、优质高效,用微笑善待每一位病人、用爱心相助每一位病人、用细心抚慰每一位病人、用耐心感化每一位病人。

科室送去的小礼物虽微不足道,但传递着真情、关爱,为激情的六月再添一抹亮丽的色彩。在每一个平凡的日子里,娄底博爱医院新生儿科所有医护人员一直兢兢业业坚守岗位,每一位新生儿科医护人员的日常工作都是细致且繁重的,但是他们都在用爱守护每一个小天使!(胡莎)

## 市妇幼为完全性前置胎盘孕妇平安剖宫产

近日,一例“完全性前置胎盘”剖宫产术在娄底市妇幼保健院手术室进行。主刀张湘萍主任医师凭借丰富的临床经验,在多学科团队的配合下,1小时便完成了整个手术,无产后出血,母婴平安。


6月3日早上,刚好37周的李女士(化名)因无痛性阴道流血入住产科,值班医生在询问病史的过程中了解到:李女士孕早中期一直在外院产检,从孕中期开始产检,超声一直提示胎盘前置状态,孕晚期的多次超声均提示胎盘位于前壁、左侧壁及后壁,其下缘完全覆盖宫颈内口,属于完全性前置胎盘。

副主任医师颜碧翠在了解了李女士的病情后,考虑到孕周已经足月、胎儿发育基本成熟且已出现阴道流血,如果继续妊娠随时可能发生产前后大出血危及母婴生命,建议及

时剖宫产终止妊娠。颜医生与孕妇及家属充分沟通相关风险及利弊后,孕妇及家属同意当天手术。

完全性前置胎盘剖宫产术中容易发生子宫切口血窦开放、宫缩乏力、胎盘植入造成术中大出血、凝血功能障碍、羊水栓塞等风险,且易并发产褥期感染、血栓性疾病、围产儿预后不佳等,须由极有经验的优秀医护组成团队,并要求在具备新生儿抢救能力的医疗单位内开展手术。为了确保手术的顺利进行,产科张湘萍主任组织院内专家进行了术前讨论,制定术中可能出现难以控制的大出血急救方案。手术当天,产科团队、麻醉医生、手术室团队、新生儿科医生全部就位,经产科、麻醉手术科、新生儿科等多方通力合作,这例胎盘高风险手术顺利完成,李女士术后恢复良好。(申文)





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

24小时急救电话:8299120  
妇科热线:8762618 新生儿科热线:8762669  
网址: <http://www.ldfybjy.com>

**妇科专家门诊**  
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:周四、日全天

**不孕不育专家门诊**  
郭晓良:周一、四全天  
周二、三、五上午

**产前专家门诊**  
郭屹:周一、三全天  
李敏:周二、四、日全天

**产后专家门诊**  
成英:周一、二、三、四全天

**儿科专家门诊**  
邹纪青:周一、三、五上午、周四全天  
贺元锋:周一、三、五下午、周日上午



段炼:周一、二、三、五、六全天  
周日上午  
谢建平:周四全天  
卢加红:周一、二、三全天  
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  
吴粤湘:周一、周二、周三、周五全天  
周六上午

江红:周二全天、周日下午  
吴秀:周六上午  
刘霞文:周一、三、四、五上午  
王莉:周二、六全天

**儿童保健专家门诊**  
彭向阳:周一至周六上午

**乳腺专家门诊**  
苏健:周一、三、五全天

**营养专家门诊**  
肖琳:周四全天

订阅号 服务号



# 蜜蜂社区开展爱心助考志愿服务活动

一年一度的高考来临,为了助力考生顺利赴考,6月7日,娄星区乐坪街道办事处蜜蜂社区开展了爱心助考志愿服务活动。

蜜蜂社区在娄底三中正门口、三桥各设了一个爱心助考点,志愿者们一

大早就赶到考点搭建帐篷,准备防暑药品、笔、水、纸巾、口罩等爱心物品免费发放给考生和家长,并提供帐篷、板凳供等候在外的家长们休息,炎炎夏日为他们送去一份夏日的清凉和安全的守护。

此次爱心助考志愿服务活动将

持续至高考结束。此次活动旨在为考生和家长提供良好的高考环境,有效助力高考,传递奉献、友爱、互助、进步的志愿服务精神,让更多学生了解志愿服务,将志愿服务精神传承下去。(刘昂)

## 乐坪街道街心社区吹响“爱心护考”集结号

为营造安静文明的高考、中考考试环境,连日来,娄星区乐坪街道办事处街心社区组织小区党支部志愿者,吹响“爱心护考”集结号,共同为学子们静心应考创造良好的环境,全力做好保障工作。

“为确保广大考生有一个安静的

学习、考试和休息环境,请各位居民朋友不要产生噪音干扰考试,车辆出行请勿大声鸣笛……”市人大、政协机关大院党支部组织党员召开支部会议,专题研究大院内麻将馆扰民问题,并上门进行沟通、劝阻。小区支部党员志愿服务队在大院内开展宣传、

倡议,居民们纷纷表示会自觉执行考试期间的“禁噪”活动,以实际行动为广大考生加油打气;智汇云家庭服务中心志愿者坚守“守护上学路”,每天轮流值守,提前到岗,用细心、耐心、热心守护着孩子们的上学路。

(谢阳建 聂瑶)

## 心系困难群众 情暖端午节

为全面巩固拓展脱贫攻坚成果同乡村振兴有效衔接,让困难群众度过一个祥和的端午佳节,6月1日上午,帮扶单位娄星区医疗保障局负责人和区重点建设项目事务中心负责人带领志愿者到蛇形山镇新连村开展我们的节日“粽情端午·爱暖人心”走访慰问活动。为31户困难群众送去了粽子、盐蛋等慰问物资,受到当地群众高度好评,拍手称赞。

在走访慰问活动中,娄星区医疗保障局和区重点建设项目事务中心领导每走访一户,都送去节日的祝福和关心问候,对困难群众嘘寒问暖、亲切交谈,详细询问家庭生活、身体状况、家庭收入等情况,鼓励他们振奋精神,战胜困难。志愿者们将党和政府的温暖一一送到困难群众的心坎上,使困难群众真正体会到来自政府和帮扶单位的关爱。



自政府和帮扶单位的关爱。

此次慰问活动让新连村困难群众感受到了浓浓的节日氛围,拉近了帮扶单位与困难群众之间的距离,再

次践行了党的群众路线,真正和群众做到了情感上的交流与互通,使他们更加坚定信心,对未来日子充满希望。(谢耿忠 梁军 姚智军)

## 龙塘镇:乡贤送温暖 情系众乡亲

“你们要保重身体,提前祝端午节快乐”。5月31日上午,涟源市龙塘镇小水村乡贤李向德与驻村帮扶工作队员、村干部带着慰问品,走访慰问了12户困难群众,提前给他们送上节日的问候与美好祝福。

在走访慰问过程中,李向德与乡亲们深入交流,鼓励他们积极面对眼前困难,坚定信心,在党和政府及社会各界的帮扶支持下自强自立,克服困难,争取日子越来越好。同时给每户送去了一袋大米、一桶食用油和若干斤猪肉,用爱心物资让他们感受到

关爱。

“感谢乡贤、工作队、村干部惦记着我们这些困难家庭,给我们送来物资,我们感到格外温暖。”受助困难群众感激之情溢于言表。

“我是农民家的孩子,家乡还有部分生活困难的家庭需要社会给予帮助,能把关心和温暖送到这些家庭,我感到高兴和自豪,我将发动更多的社会各界热心人士一起为促进家乡发展作出自己的一份贡献。”李向德表示。

龙塘镇乡贤众多,他们在外打拼

事业有成后,不忘回馈家乡,热心公益事业,慷慨解囊,关心帮助困难群众,还出钱出力支持家乡建设、环境整治,多年来善举不断,得到广大干群的一致好评。

“乡贤是经济社会发展中一支重要的力量和一笔宝贵的财富。”龙塘镇相关负责人表示,将坚持以人民为中心,关注弱势群体,提高服务水平,大力弘扬乡贤精神,凝聚乡贤力量,多举措发挥乡贤在乡村振兴、促进社会和谐方面的重要作用,助力龙塘经济社会高质量发展。(周秦意)

## 石牛乡:“红马甲”守护绿水青山

青山白云,清波潋滟,日暮轻烟起,江天一色里,引客流连久。树山水库是双峰县石牛乡的避暑胜地,钓鱼爱好者的乐园,无数游客慕名而来,消暑解闷。

但受前期强降雨影响,树山水库库面出现大量落叶及部分塑料制品等漂浮物。为避免漂浮物影响水库水质,6月7日,石牛乡党委政府开展“守护绿水青山,共建美好家园”主题志愿服务活动,以应急办、水利站、国土所等相关责任单位牵头,组织全乡党员干部职工和专业河道清理队,对水库库面及周边水域的垃圾漂浮物进行志愿清理。

“小心脚下,安全为先……”在一声声关切的叮嘱中,“红马甲”们沿水库岸边捡拾垃圾,并清理周边水域中的漂浮物。烈日当头,志愿者们满脸是汗却热情不减,钉耙钩、竹竿移、绳子拉,分工合作将漂浮物移至岸边,再一袋袋装好运送至清运车上。清波荡漾,停留在水库中央的部分漂浮物格外显眼,河道清理队立刻派出清运船进行打捞,还一片碧玉无瑕的水面。

经过清理,树山水库区及周边环境得到明显改善,有效保护了水库水质,保障群众的日常生产用水需求。后续乡党委政府将对全乡水库逐一进行漂浮物清理,以为人民群众谋取更多福祉为目标,以提升农民生活幸福指数为推手,以改善农村综合环境为抓手,助推乡村振兴进程。(左思恩)

## 永丰街道开展计生特殊家庭暖心关怀行动

6月3日,双峰县永丰街道计生协联合县计生协会、益寿苑暖心家园和部分志愿者在城东社区益寿苑暖心家园开展“情系计生特殊家庭”暖心活动。

活动现场,县计生协、永丰街道、益寿苑暖心家园、益寿苑康养中心等相关负责人和计生特殊家庭一起座谈交流,了解他们近期的生活和身体状态,倾听他们的心声和诉求,鼓励他们树立信心,以乐观积极的态度面对困难。并就个别计生特殊家庭当前所面临的困难和急需解决的问题进行研究和沟通。

座谈会后,爱心企业益寿苑暖心家园志愿者为到场的“计生特殊家庭”代表发放慰问品。来自新东方幼儿园的小朋友,为大家表演节目,充满童趣的歌声和舞蹈,引得大家开怀大笑,一阵阵热烈的掌声,洋溢着欢乐祥和的节日气氛。(吴国柱 刘伟平)

爱,是温暖之光,点点滴滴,汇聚璀璨星河  
这束光,是你,是我,是每一个人,传递不止,生生不息

安老 扶孤 助残 济困

娄底慈善 真情无界 大爱无边



市慈善总会办公室地址:湖南省娄底市娄星区乐坪大道500号娄底市人大第一办公楼一楼  
账号:1913100319024915208 账户名称:娄底市慈善总会 开户银行:工商银行娄底分行  
捐赠热线:0738-8216759 联系人:周业 电话:18073809152





# “野蛮其体魄”是送给孩子最好的礼物

少年强则国强。少年儿童的健康不仅关系个人成长与家庭幸福,也关乎国家未来和民族希望。毛泽东提出“欲文明其精神,先自野蛮其体魄”至今已百余载,仍有现实意义。倡导孩子从小强身健体、合理膳食、养成锻炼习惯,是送给孩子们最好的礼物。



学生在练习跆拳道

## 健康是一生财富

“文明精神,野蛮体魄,121……”每天清晨6点半,德钦二小800多名孩子的晨跑口号回荡在金沙江畔。

德钦二小位于云南迪庆藏族自治州德钦县奔子栏镇,学生99%都是藏族,寒暑假回家,平时住校。近年来,该校在国家规定的体育课程外,重点推广足球、篮球,成效明显,藏族锅庄改编的课间操也备受欢迎。

校长阿堆希望每一届学生都能养成锻炼的习惯,留下体育的记忆:“也许是晨跑口号、球衣号码、田径场跑道、大课间锅庄、校运会纪录……一副强健的体魄,会是一生的财富。”

孩子能在户外锻炼是幸福的,而在一些受疫情影响的城市,居家锻炼、“云”运动会亦成为新风尚。

“居家锻炼热,体现了社会对孩子健康的重视,不仅有助增强体质,也有利于培养他们不管在什么条件下,都要坚持运动的习惯。”上海交通大学体育科研所所长孙麒麟说。

“云”运动会强调“与标准比,不与别人比”,突出有限空间里做运动,如跳绳、踢毽子、俯卧撑、乒乓球颠球等,成绩达标就能获得电子奖状,孩子的参与感、自信心明显增强。“家长最好能陪孩子一起,一家人都做‘野蛮体魄’的践行者。”孙麒麟说。

完全人格,首在体育。教育部体卫艺司司长王登峰说,体育有助于把一个懵懂的小孩变成一个适应社会各方面要求的合格公民。无论怎么看,体育

都担得起这份重任,也应该担负起这项重任。

## 从上好体育课开始

爱好是最好的老师。体育课怎么上才能让孩子收获健康的身心、愉悦的体验?

教育部最新发布的《义务教育体育与健康课程标准(2022年版)》(下称“新课标”)有望扭转“上了12年体育课却没掌握一项运动技能”的窘境。

新课标指出,树立“健康第一”的理念,落实“教会、勤练、常赛”,注重“学、练、赛”一体化教学。

其中,“专项运动技能”内容丰富,收录了六大类运动:球类、田径、体操、水上或冰雪、中华传统体育、新兴体育。云南大学体育学院院长王宗平表示,新课标既有普及率高的项目,又有文化积淀和民族特色的运动,还有培养探险精神、引领时尚的项目,从兴趣爱好出发,孩子与体育老师的选择更多了。

新课标要求每节课应达到中高运动强度,班级所有学生平均心率原则上在每分钟140-160次。义务教育体育与健康课程标准研制组和修订组组长季浏说,以往大多数体育课都“不出汗”,运动强度低,现在之所以这样规定,是有充分科学依据、大量实践成果做支撑的。

“达不到这一运动强度,不可能强健体魄”,王宗平说,体育课要尽量让学生少站立、少等待、少发呆,尽最大可能

让他们多流汗、喘粗气、动起来。

在“双减”背景下,体育承担起了重要作用,无论是学校、老师、专家,都需要在新课标框架下,多思索“如何上好体育课”,让孩子们从中受益,实现健身心、强体魄、爱锻炼的目标。

## “吃动平衡”需饮食健康

运动、饮食、健康从来都相辅相成。数据显示,我国约每5个中小学生就有1个“小胖墩”,6-17岁儿童青少年蔬菜、水果、蛋类、奶类及制品、大豆及制品摄入量不足,烹调油盐摄入量高于膳食指南推荐。

随着生活水平提高,人们获取食物愈发方便,高糖、油炸、高盐食品大比例占据互联网餐饮,特别是含糖饮料,中小学生摄入量相对全人群偏高。

专家提示,高糖、油炸、高盐饮食,不利于孩子保持健康体重、预防疾病。《中国学龄儿童膳食指南(2022)》给出了建议:吃好早餐;合理选择清洁卫生、营养丰富的零食;天天喝奶,足量饮水,不喝或少喝含糖饮料;每天进行60分钟以上中高强度身体活动,每周至少3次高强度身体活动、3次抗阻力活动和骨质增强型活动等。

新课标也明确要求,学生要了解食品安全知识,建立健康饮食观念。

改变正在发生。家庭、学校、社会合力为孩子营造健康食物环境。

少年儿童的健康是全民健康的基石。积极锻炼、科学饮食,才能筑牢这块基石。(岳冉冉 姚友明 温竞华)

## 保存三天的人体肝脏移植成功 患者术后健康生活逾一年

英国《自然·生物技术》杂志5月31日公开的一篇医学论文称,一名接受利用机械灌注技术在体外保存三天的人类肝脏的移植患者,在术后一年依然身体健康。这项技术或能扩大可移植肝脏的数量,同时有望为患者安排择期手术,从而拯救更多生命。

全球对肝移植的需求与可用肝的数量之间的差距正在扩大。可是,当前的临床实践,要求供肝移植前在冰上的储存时间不得超过12个小时,医生必须“和时间赛跑”,这也导致可与移植受体匹配的供肝数量更加有限。

瑞士苏黎世大学医院团队一直致力于延长肝脏的体外保存时间。在最新的报告中,研究人员皮埃尔·阿兰·凯文及其同事利用一台机器,将一个人类肝脏在体外保存了三天,这个机器能操作名为“体外常温灌注”的技术,该技术能为体外的肝脏提供处于正常体温的“代血液”,核心则是模仿生理学上关键的身体功能。

这个肝脏随后被移植到了一名晚期肝硬化和严重门静脉高压症等多种严重肝病患者的体内。移植后的肝脏能正常工作,来自体内血管的血流恢复后,只出现了很小的损伤,且移植后的第一个6周内只需使用基本免疫抑制方案。

这名患者的生活质量很快得到了恢复,而且没有任何肝损伤的迹象,如排异或胆管损伤,患者术后一年依然健康。

研究人员提醒道,仍需对更多患者开展随访时间更长的进一步研究。但以上结果表明,这类技术不仅能扩大潜在供体器官的数量,还能开拓对移植前供体器官进行用药的前景。(张梦然)

## 2021年我国居民健康素养水平达到25.40%

记者6月8日从国家卫生健康委获悉,2021年我国居民健康素养水平达到25.40%,比2020年提高2.25个百分点,继续呈现稳步提升态势。

2021年健康素养监测结果显示,全国城市居民健康素养水平为30.70%,农村居民为22.02%,较2020年分别增长2.62和2.00个百分点。东、中、西部地区居民健康素养水平分别为30.40%、23.83%和19.42%,较2020年分别增长1.34、2.82和2.70个百分点。城乡居民基本知识和理念素养水平为37.66%,健康生活

方式与行为素养水平为28.05%,基本技能素养水平为24.28%,较2020年分别提升0.51、1.61、1.16个百分点。

此外,本次监测结果还显示,全国居民6类健康问题素养水平由高到低依次为:安全与急救素养56.41%、科学健康观素养50.01%、健康信息素养35.93%、传染病防治素养27.60%、慢性病防治素养26.67%和基本医疗素

养26.05%。其中,基本医疗素养、安全与急救素养和传染病防治素养均有提升,科学健康观素养、健康信息素养和慢性病防治素养与2020年基本持平。

据介绍,本次监测内容以《中国公民健康素养——基本知识及技能》为依据,覆盖全国31个省(自治区、直辖市)的336个县(区)1008个乡镇(街道),监测对象为15至69岁常住人口,共得到有效调查问卷66676份。(李恒)





## 方言

## 听得见的乡愁

□ 李晓容

走遍千山万水,就会发现,离故乡越远,越有一样东西会让人感到亲切,那便是方言(家乡土话);年纪越大,有一种呼唤让你最温柔,那是母亲给的乳名。方言土话,这与生俱来的文化符号,是故乡大地给我们的有声标签,是解读你我来处的唯一密码。我是谁,我从哪里来,我们的祖先从哪里来,方言土话慢慢告诉你一切。

十里不同俗,五里不同音。因历史沿革、地理区位、人口迁徙、氏族等原因,使得娄底方言土话变得错综复杂。同一区域或村落,山南山北、河东河西存在差别,如涟源南部的三甲和北部的桥头河,语音语调差别较大,甚至相互听不懂;不同的地区差别更大,如涟源、新化、双峰三地方言存在明显差别,语音、声调、声母、韵母各有不同。

造成这种现象的原因,与娄底的历史有关。娄底曾为梅山地区,主体民族为苗瑶,在与朝廷的不断对抗中,版图越来越小,“苗瑶死徙殆尽”。到1072年纳入大宋版图时,将梅山设为新化、安化二县。当时的新化县包括现在的新化、冷水江,安化县包含了现在的安化县和涟源市蓝田、桥头河、古塘、安平、龙塘、湄江、七星、伏口等地。为了稳固统治,朝廷采取了怀柔政策,从外迁入大量汉人。汉人带来先进的生产技术,也带来了他们的方言土话。按民俗学观点来看,一个地区方言同一率高,说明迁入人口越多且占据主导地位,而本地人口少且本地话被慢慢吸收同化;相反,一个地区方言差别大的,说明迁入人口相对少且外来方言处于劣势,本地话也就占主导地位得以传下来。到这里我们就明白了涟源、双峰的方言比新化、冷水江更土,是因为这里的土著先民更多且占据主导地位;而新化冷水江则基本上以外迁人口为多。方言土话,不管它好不好听,是记录人口迁徙的活化石。

我们常说入乡随俗,这个“俗”,我认为首先是方言土话。来到一个地方,如果你听不懂这里的土话就如同聋子,说不了这里的土话就如同哑巴。你不懂话,这世界对你来说如同隔着山。同理,你在一个地方住得再久,不会说当地方言,仍会被看做是外乡人;反之,只要你会说当地话,就会有人把你当做自己人。

上世纪50年代,涟钢的自备小火车穿过我们那里,之后,煤炭45处也搬来了,一时间来了很多北方人,说着我们听不懂的北方话。家乡人把我们土话以外的话叫“拐拉话”,要找某个人或描述某人,不说名字,只说是“讲拐拉话的那个人”。我也第一次知道这世界还有人说着和我们不同的话,买个小菜拉个家常用手比划。出了把“六毛”当成“流氓”、把

“皮箍”当成“屁股”的笑话。后来相互学习才渐渐适应。

乡音难改,故土难离。从一落地我们听到的第一声呼喊是家乡对新生儿特有的贱称“叫花子”“叫化婆”。慢慢地,方言土话里有母亲唱的童谣,父亲讲的白话,有“狗妹儿”“猫伢儿”等伙伴;有“花屋里”“正屋里”“油麦园”等放牛玩耍的地方;有捉摸子、打石子、跳绳、赶洞等游戏;有“熬糍粑”“辣糍粑”等美食;有年年开着荷花的八眼之塘和读书的享堂;有鸡牛羊狗模仿我们土话而发出的叫声喊声;更有一直没变模样的山川田野、小草小花。童年好吃的、好看的、好玩的都在方言土话里,亲情乡情都在方言里,父母也活在方言里。多少回梦里,和父母在老家的小屋各做各的事,偶尔说句话,醒来热泪双流。

乡音里还有许多刻骨铭心的回忆,生产队时代扯猪草、杀牛草、扯鱼草,走遍了家乡的山山岭岭,播种、插秧、踩田、双抢、扮禾、插田、添红薯、翻红薯藤、挖红薯、点麦、扮麦等生产劳动无休无止,用娘的话说,只有莫变个人,变了个人就难。田土承包到户后终于吃上了白米饭,父亲带着我们开荒,砌土坳、担冻土,年年丰收。在方言里吃上了饱饭,做着许多美好的梦,张望着外面的世界。

小孩望过年,大人望插田,最难忘的是过年。打过年豆腐、杀年猪、干塘、办新衣,又忙又高兴。到正月初一村里的小伙伴约到一起,背着干净的空书包,挨家挨户拜年,推开门喊一声:××伯(婶)给你们拜年啊!大人就会每人散一粒纸包糖或一杯英米子,还有的散打瓜皮,装完以后我们边走边说:烦了啊。就高兴的走了。袋子装满了送回来,再继续拜年。还有龙灯、狮灯、打花鼓、观音戏,看不完听不完耍不完,陶醉在乡音的交响乐里。

在家里,从坐立行、吃饭穿衣睡觉再到待人接物的礼数,都是父母一句一点教的,我的童年岁月、青春梦想都是用家乡话撑起的。这一切的一切,没有方言作为底色,他们立刻失去光彩。

一个人独处的时候,总觉得我们的前半生在方言里尝尽甜酸苦辣、经历生离死别,后面用大半生来回忆,来咀嚼、来思考。

土话谚语里有许多做人做事的道理。二十四节气,天文地理,帝王将相,生死轮回无所不包,讲究的是忠和孝;柴盐油米、逢迎取舍,讲究的是情和义。“无古不成今”“钱短仁义长”“穷就穷,莫欠账;冷就冷,莫刮风”“不怕擦子擦得痛,就怕擦子擦不匀”“变了条牛,就莫耽误阳春”“答应别人的事,是屎也得呷”……还有很多很多,这些简单易懂的话,滋养我们一辈子,心存敬畏,明白哪些应该做、哪些可以做、哪些不能做。

乡音是听得见的乡愁。他乡遇故人是令人兴奋的事,这个“故人”是听出来的。有一群说家乡话的朋友,心里自然会增加安全感,家乡的千山万水就在彼此的聊天里,不再遥远。“少小离家老大回,乡音无改鬓毛衰。儿童相见不相识,笑问客从何处来?”这是样子变老但乡音不改的游子回到家乡的情景,诸多感慨难于言表。王粲在《登楼赋》里有“昔尼父之在陈兮,有‘归欤’之叹音;钟仪幽而楚奏兮,庄舄显而越吟。人情同于怀土兮,岂穷达而异心!”讲的是孔子周游列国,在陈国时曾发出“归欤归欤”的感叹;春秋时楚国的乐官钟仪被俘,送到晋国,弹奏的仍然是楚乐;越人庄舄在楚国任高官,生病时发出的呻吟依然是越音。乡音土语长进每个人的血肉,不会因为身处困穷或显达而有所改变。

改革开放以来,中国社会面临前所未有的大迁徙,因社会发展和自我发展需要,许多80、90、00后离开了家乡,学会了普通话,他们在城里就业居住,和外地人结婚生子,方言土话说得越来越少,他们的小孩绝大部分只会说普通话,不会说方言。就是住在农村的年轻人,如果娶了外地的女子,生出的小孩也不再说土话。他们中的一些人认为说土话不洋气,说土话就是农民,没有出息。自己不说不算,还不许孩子说。就明明是同一个方言区彼此能听懂的几个人,对话时也不说土话。到城里带孙的60、70后,也被年轻人要求对孙子说普通话,不说土话。

方言土话被年轻一代无情抵制,面临着前所未有的萎缩。这样下去,估计到80后的孙辈一代,就没多少人会说土话了。越来越多的人成为没有方言土话的人,也即没有根的人。说土话错了吗?

我一直在思考,问题出在哪里?一是经济全球化对文化多样性的毁灭难以避免,方言土话多样性是文化多样性的重要部分,它的产生和消失是自然规律;二是使用者缺乏对方言土话的自信,缺乏对方言土话背后历史文化的信心和感情,自然就加剧了其消失。

毋庸置疑,我们现在说的家乡话,已经有很多与农业生产生活有关的谚语词语消失了,这种情况还会加速。很多关于方言的文化内涵在丢失被遗忘,变得越来越残缺了。

在世界趋同化的今天,年轻人都想在表现个性,他们没有想到,其实方言就是个性之一。大家都在吐槽千城一面没有看头,那试想一下:大家都只会说普通话、不能说方言又是多么的无趣。

方言土话的保护传承你我负责,保护方言就是保护我们的文化家园。从现在开始,大家说好家乡话,让听得见的乡愁代代传。



获中纪委网站点赞“有烟火气”

# 《警察荣誉》主创揭秘创作历程

在央视八套和爱奇艺播出的电视剧《警察荣誉》之所以让人看得津津有味,就是它第一次把基层社会治理的真实面貌搬上了荧幕。它将镜头对准基层派出所民警,事件都是大爷遛狗不拴绳、家庭闹了矛盾要跳楼之类纠纷,就是这样一部“非典型”警察剧,生活形态的视角获得了观众喜爱。6月7日,中纪委网站点赞《警察荣誉》的“烟火气”。该剧导演丁黑、编剧赵冬苓作为主创接受中纪委网站记者采访时也表示,“现在的观赏空间能给这样的戏留有一席之地,觉得特别高兴。”

## 创作前采访了几十位一线警察

赵冬苓在采访中提到,她在创作中接触到许多基层民警。为了写好这部作品,她带着几个年轻人来到济南5个派出所和一个刑警队,采访了几十位一线警察,还跟着警察值了几个大夜班。“写入剧里的案件大大小小几十件,几乎每一件都是我们从生活中‘捡’来的。比如,济南十六里河派出所一位老警察分享的让报案人留血样引发冲突的故事,就是警员夏洁给吴大夫道歉的剧情。”

《警察荣誉》是群戏,难得的每个出场人物几乎都让人过目不忘。谈及人物塑造的过程,赵冬苓说,剧里她特别



喜欢的一个人物曹建军,一开始是个警察英雄,出去办案办得很漂亮。紧接着写了他的缺点:他不光抢同事的功,还抢徒弟的功,出了纰漏都推给别人。“如果说我们不是以一种比较通达的眼光去看待一些事情,那么曹建军就会被当成一个小人。但是我们从抢功

开始,去发掘背后的原因,用悲悯的目光去看待他,最后塑造了生动的人物形象。”

## 四个年轻警察都代表一种类型

《警察荣誉》从4位年轻警察的入职展开,每个年轻人都代表一种类型。赵冬苓透露,主要目的是通过警察的成长,把大量琐碎故事串起来。“最早定下来是李大为,他性格开朗,聪明淘气。赵继伟展现的是一个农村孩子到城市当警察的故事,警察队伍里有很多都是这种类型。警察队伍里有一个特殊群体——烈士子女,他们甚至直接继承了父母的警号,由于种种原因他们的压力反而会更大,于是就有了夏洁的形象。杨树的形象我们想了很久,最后才确定这样一个被重点培养、下来锻炼一年的人物。”导演丁黑补充说,剧中塑造的4个新人都有自己的特点,“在角色塑造上,这与其叫突破不如叫回归,一种对现实的回归,对人性的回归。”

《警察荣誉》之所以让人看得津津有味,就是它第一次把基层社会治理的真实面貌搬上了荧幕,跟之前B站火出圈的纪实观察真人秀《守护解放西》有异曲同工之妙。赵冬苓接受中纪委网站记者采访时说,基层警察主要面对三大问题:一是警力少、任务重;二是有大量无效警情,对派出所的要求是“有警必接”,很多不归你管的事也必须管;三是信访压力,如果你的处理我不满意,我就打12345投诉你。这些在剧里有充分表达和体现。

## 八里河派出所为何在城乡结合部

赵冬苓说,她一直在关注随剧情推进所引发的讨论:对那些不讲理的民众,警察是不是在和稀泥?为什么法律有时拿那些地痞无赖没有办法?明明警察没有错,为什么还要去道歉?“我们设计的八里河派出所位于城乡结合部,辖区里有大量从农村转化来的城市居民。这种居民成分的构成是有某种隐喻意义的:过去的农村生活和城市生活代表了两种不同的生活方式,这两种情境下处理问题的逻辑是不一样的。“在现实生活中,警察位于处理社会矛盾的第一线,他们碰到的许多问题处于情与法的模糊地带,这个分寸考校着执法者的执法水平。” (杨文杰)

扮丑、贫嘴、接地气……

# 人气小生步入中年求转型

## 告别“顶流”身份

李易峰应该算是在转型方面付出最多努力的流量型演员了,“转型”几乎成了这些年贴在他脑门上的关键词。在最近播出的网剧《暗夜行者》中,李易峰再度拓展自己的表演空间,他不仅饰演了一位双面卧底,还挑战了司机、赌徒、线人甚至奶爸的身份。李易峰自言,今年的他已经35岁,“到了一个演员比较好的年纪。”

《暗夜行者》中,李易峰分饰骆翔和陈陌两角,一个沉稳,一个机敏。尤其是作为出租车司机的陈陌,顶着鸡窝头,戴着土气的黑框眼镜,这副不修边幅的模样引得网友笑言“突然感觉我也能配得上李易峰了”。但面对女儿时,陈陌又展现出温柔细心的一面。演绎骆翔时,李易峰为角色加入了更多细腻的动作以示区分,就连一个拥抱的动作是否合适,他也要反复斟酌思考。

《老炮儿》的导演管虎曾夸奖李易峰说,“有潜力,身上有种想要演好的劲儿。”李易峰也在自传中写道,“我相信自己没那么差劲,有朝一日,也能成长为一个真正专业的演员。”李易峰对转型是十分渴求和积极努力的,从2017年的电影《心理罪》开始,李易峰就尝试走出偶像演员的舒适圈。《动物世界》中出演孤注一掷的郑开司;《革命者》中出演青年毛泽东;《隐秘而伟大》中出演新人警察;《号手就位》中出演火箭兵;《暗夜行者》中出演双面卧底;李易峰主演

演艺圈有一批人气小生正在步入中生代男演员的行列,他们大多有着相似的路径和处境:入行十年左右,以偶像剧起家,有着爆款代表作;过往人气尚在,想要往实力演员转型。

扮丑、贫嘴、接地气……他们在转型的道路上不遗余力,希望自己以后的戏路腾挪出更多的空间。

的现实题材电影《操场》还未上映,他在片中饰演一位埋头办案的刑警,从剧照来看,他衣着朴素,充满中年的沧桑感。李易峰表示,“唯有破圈,才能拿到属于自己的生命剧本。”“初代顶流”的身份已经与他渐行渐远。

不过在今年年初上线的《镜·双城》中,李易峰时隔五年再度出演古偶剧,作品的反馈并不理想,不少人担心这会让他转型“前功尽弃”。李易峰本人现在对于转型这件事倒是心态比较坦然了,前段时间他接受采访时说,“大家



不用替我操心我有没有转型成功,没有质的飞跃,这些是我来操心的,大家觉得剧好看去追就行了。”

## 拓宽戏路求突破

陈晓在《那年花开月正圆》之后开始走上转型之路,从古装剧到现代剧进军。他曾演过小提琴家,蓄起胡子走艺术颓废风;曾出演过坦克兵、缉毒警察等硬汉角色;也曾出演过儿科医生、售楼员等职业角色。在前段时间刚刚收官的电视剧《好好说话》中,陈晓出演一位

遭遇中年危机的主持人,但是,和他以往出演的现代剧一样,依旧没有泛起什么水花,角色与他演艺事业的中年危机似乎不谋而合。《好好说话》中陈晓饰演的杨光性格阴郁压抑,让他的眼神显得黯淡无光,失去了陈晓最突出的优势。在上周开播的《梦华录》中,观众发现陈晓眼中的光又回来了,他在古装剧中的表现让人满意,于是网友们集体提议:“请把陈晓绑在横店。”

由陈晓主演的古装剧《云襄传》也已经杀青,让观众拉满期待值。同时他还有两部刑侦剧《冰雨火》与《暗夜明探》待播,看来陈晓并不是想要在古装剧上一条道走到黑,而是用“两条腿”走路。

张若昀在最近播出的电视剧《警察荣誉》中也有所突破。他在剧中出演一位基层民警李大为,被封为“警界小太阳”的李大为爱听郭麒麟的相声,平日里话贫嘴碎,他与师傅的斗嘴成了剧中一大笑点。张若昀虽不是专拍偶像剧起家,但是此前他很少接触现实题材作品,也未出演过充满烟火气的小人物。通过《警察荣誉》一剧,张若昀或许能拓宽戏路,在实力派的方向上更进一步。

虽然今年王俊凯才刚刚22岁,但出道12年的他也算是演艺圈中的老资历了,目前同样遇到转型的问题。在最近的网剧《重生之门》中,王俊凯的表现收获的评价多于赞。虽然大学生庄文杰的角色是为他量身定制的,但性格孤僻的天才少年人设,让演员功底本就不深的王俊凯并不能很好地驾驭,气场撑不起角色。在双男主模式中,与张译对戏,更是暴露出王俊凯的短板,被网友评价为“王者带着青铜”。接下来王俊凯还有《断·桥》《刺猬》《749局》《731》《万里归途》等作品,不知能否让观众刷新对他的认识。(刘雨涵)



## 靳东李小冉分手之后再心动

# 都市剧《林深见鹿》 聚焦中年人现实

由臧溪川执导,靳东、李小冉领衔主演,张瑜、岳旸、张瑶、曹磊、牛莉等主演的都市情感轻喜剧《林深见鹿》于6月7日晚登陆北京卫视、东方卫视。该剧聚焦都市男女的婚恋生活,讲述了坚定不移追求人生理想的林绍涛(靳东饰)和温柔清醒实现独立价值的简艾(李小冉饰)离婚后于职场重逢,重新认识彼此、欣赏彼此,在互相扶持中回归爱情之路的故事。全剧探讨现实问题、剖析大众心理,向观众展示了一幅有泪有笑、发人深省的人生画卷。



### 再见和重逢不期而遇

大学校园里相遇相知,步入婚姻后相伴相守,林绍涛与简艾诠释了理想中的婚恋关系。当多年情感遭遇危机,简艾鼓起勇气选择脱身,重返职场实现自己的独立价值;林绍涛尊重包容对方的决定,持之以恒地追求爱和理想。每一次剖白自省,都让双方的理解愈发深刻。

实力派男演员靳东饰演深情坚定的林绍涛,对待工作认真严谨,满怀热血地投身本土化改革浪潮,他对待爱情从一而终,真心诚意地守护最初的浪漫与美好。靳东本次在剧中的造型令人耳目一新,妆造与演技完美结合,贴合人设为观众呈现出鲜活生动的角色形象。

女演员李小冉饰演独立清醒的现代女性简艾,从婚姻的泥潭中及时抽身,在属于自己的战场上大放光芒。从全职太太到职场白领,李小冉巧妙地把握了女性面对人生抉择时的真实心理,引起观众共鸣并给予彼此勇气。靳东和李小冉继《在一起》之后再次合作,此次两人搭档演绎都市婚恋生活。

### 三对爱人描摹爱情百态

人生本该千姿百态,该剧的爱情组合同样丰富多彩。深情坚定的涛总和温柔清醒艾姐宛若神仙眷侣,多年的爱情长跑令人动容,遗憾的婚姻结局惹人唏嘘,温馨的破镜重圆催人

落泪。而围绕在他们身边一群有趣的朋友,也各自展现了婚恋关系的不同面貌。

职场“咸鱼”、居家好男人贾宽,与事业女强人刘映霞组成“躁动”夫妇,女强男弱的两性关系、秘而不宣的办公室爱情投射出许多现实问题。青春靓丽的舞团成员张雅慧,爱上了年逾不惑的成熟大叔周一鸣,年龄的差距和思想的鸿沟给这对“黑卡”爱人的爱情之路设下了不小的障碍。

### 立足当下聚焦现实问题

跳出恋爱题材的桎梏,从更高的层面俯瞰现实,从人文关怀的角度出发演绎生活,是这部剧有别于其他都市情感剧的重要特征。《林深见鹿》刻画现实但不传播焦虑,思考问题并且输出观点,希望用温暖治愈的故事,为疲惫的心灵提供一处歇脚的港湾。

该剧由金牌团队保驾护航,细节处彰显功力,画面风格清新纯净,人物刻画生动细腻,以轻喜剧的方式疗愈心灵,展现出社会责任担当和细致的人文关怀。(范璐)



### 收视率逐步攀升

累计观众规模近1.4亿

### 《经典咏流传》歌咏大美中华

中央广播电视总台大型文化音乐节目《经典咏流传》第五季《经典咏流传·大美中华》正在CCTV-1播出。本季节目开播以来持续热播,观众规模近1.4亿。近日播出的第九期,再度让观众见证“以诗为马”的无穷魅力。

“和诗以歌”是《经典咏流传》的首创模式,行至第五季,这一表现方式仍然给观众带来了惊喜。从具体的舞台表现,到诗词的丰富意象,再到专家的深入解析,节目通过自我革新展现中华历史之美、山河之美、文化之美。

据CSM全国测量仪数据,截至5月25日,本季节目首播收视率相比上一季提升16%,收视份额提升24%;节目播出七期,电视端累计观众规模近1.4亿;节目相关热搜话题累计阅读量达11.6亿次,讨论量22.7万次,相关短视频的播放总量达2.6亿次。节目的超高关注度带动CCTV-1收视持续高位运行。

第九期的节目中,416组合的四名“00后”女孩用京剧戏腔演唱《念奴娇》,以悠悠余韵表达李清照的喜乐悲愁;“95后”音乐人余梓楦、张子薇把李白的《梦游天姥吟留别》改编成歌曲《白鹿》,用天马行空的青春创造致敬诗仙李白的浪漫情怀;阿云嘎以中国风音乐碰撞翰墨的《上台台帖》、宁静带来的《四时》、尚雯婕搭档评弹传承人戴芳的《泛吴松江》,都用独特的艺术演绎拥抱历久弥新的中华之大美。(刘桂芳)

### 张凯丽刘敏涛杨幂等加盟

### 《花儿与少年4》官宣阵容

湖南卫视《花儿与少年4》近日官宣艺人阵容,张凯丽、刘敏涛、杨幂、李斯丹妮、赵今麦、韩东君、丁程鑫正式加盟,在湖南省内开启一段短途旅行。

本季的嘉宾中,张凯丽是第一季的老朋友,其他六人则是首次加盟。据节目组透露,这一次嘉宾们将在三湘四水的美景中探索。七名嘉宾各自分享了141公里内向往的露营地:张凯丽想和蝴蝶撞个满怀,刘敏涛喜欢有小动物的地方,杨幂想在小溪边露营,李斯丹妮想在古镇感受烟火生活,赵今麦想在晚风中看尽落日,韩东君想看涌动的云海,丁程鑫想在夜幕中找到最亮的星星。

节目将通过嘉宾的探索,用行动力、想象力、创造力发掘近在咫尺的美好,引导观众去发现身边的美,鼓励大家在有限的条件下创造无限的乐趣。这段旅程既是嘉宾们亲近自然的重启之旅,也是观众从城市日常中抽离的情感出口。据悉,《花儿与少年4》将于6月17日起在湖南卫视开播。(高爽)

#### 娄底综合频道

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(周五20:10首播,周六20:10重播)  
清廉娄底(周一20:30首播,周二12:15、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、周日20:35)  
娄底人社(周四20:30、周五12:15、周

六20:25) 印象武陵(周四12:15)  
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

#### 娄底公共频道

天天电影 07:00 历史剧场 08:40  
生活大参考 12:15  
娄底新闻(周一至周五13:00重播,每日22:25重播) 生活剧场(周一至周五13:30、周六至周日13:00)

少儿剧场 17:50 生活大参考 18:10  
知音人间 18:20 人文中国 19:00  
娄底政法(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 23:00

#### 娄底教育频道

都市播报(周一、四19:30首播,每周二、三、五、六、日07:00、14:25重播)  
娄底新闻(20:00、22:20首播,次日07:25、12:00重播)  
文明娄底(周二12:30首播,周一、三、四、五、六、日20:25重播)  
娄底政法 12:40、19:15  
娄底教育 10:50、18:50  
都市剧场 07:45、11:20、15:00、20:40、22:45 (节目如有变动,以当天播出为准)



6月13日 星期一

中央电视台-1(综合频道)
09:24 警察荣誉(18-20)
13:15 海之谣(34-36)
15:44 红旗渠(1、2)
20:06 特约剧场
22:37 典籍里的中国
中央电视台-3(综艺频道)
08:19 综艺喜乐汇
09:13 回声嘹亮
10:09 星光大道
11:52 我爱满堂彩:好戏连连看
13:16 越战越勇:笑语欢歌
14:39 幸福账单:为你买单
16:01 黄金100秒
16:56 从延安出发
18:05 中国文艺报道
18:32 综艺喜乐汇
19:30 开门大吉
20:58 非常6+1
21:54 艺览天下
22:56 理想之城(37-40)
中央电视台-4(中文国际频道)
08:00 今日环球
09:00 中国舆论场
10:13 远方的家
11:30 海峡两岸
13:02 鲁健访谈
13:38 中流击水(12-16)
17:15 远方的家
19:30 今日亚洲
20:00 国家记忆
22:00 中国的世界遗产
23:01 湾区儿女(33、34)
00:33 亲爱的孩子们(1)
中央电视台-5(体育频道)
08:00 2022年赛艇世界杯贝尔格莱德站精选
09:01 2022年卡塔尔世界杯亚洲区附加赛
10:30 2022年法国网球公开赛女单半决赛精选
12:35 2022年国际田联钻石联赛罗马站精选
14:05 天下足球:你好,世界杯
14:30 2021/2022赛季意甲联赛第38轮(萨索洛-AC米兰)
16:00 2021/2022赛季世界斯诺克锦标赛精选
19:05 天下足球:你好,世界杯
22:05 2022年尤伯杯羽毛球赛1/4决赛
00:05 顶级赛事:高尔夫
中央电视台-6(电影频道)
07:35 高海拔之恋(二)
09:31 故事片:照片里的姑娘
11:17 故事片:一个人的江湖
13:05 故事片:抢红
14:43 亡命救贖(法国)
16:24 广东十虎苏灿之卧龙在田
18:20 广东十虎苏灿之穴龙有悔
20:20 故事片:断魂刀
22:23 怦然心动(美国)
中央电视台-8(电视剧频道)
04:25 木兰妈妈(15-18)
07:35 特赦1959(29-33)
12:35 小娘惹(21-24)
16:30 初婚(4-6)
19:30 加油!妈妈(17、18)
21:26 警察荣誉(33、34)
23:05 最初的相遇,最后的别离(14-20)

6月14日 星期二

中央电视台-1(综合频道)
09:24 警察荣誉(21-23)
13:15 红旗渠(3-7)
20:06 特约剧场
22:47 典籍里的中国
中央电视台-3(综艺频道)
09:03 我的艺术清单
09:57 我爱满堂彩
11:22 文化十分
11:39 开门大吉
13:04 越战越勇:笑语欢歌
14:23 星光大道
15:47 非常6+1
16:42 越战越勇
18:07 中国文艺报道
18:33 综艺喜乐汇
19:30 向幸福出发

20:55 黄金100秒
21:51 金牌喜剧班:属于你的我的驿站
22:51 生活万岁(1-4)
中央电视台-4(中文国际频道)
09:30 中国文艺
10:13 远方的家
11:30 海峡两岸
13:38 剧场:中流击水(17-21)
17:15 远方的家
19:30 今日亚洲
20:00 国家记忆
21:30 今日关注
22:00 中国的世界遗产
23:01 亲爱的孩子们(2-4)
中央电视台-5(体育频道)
08:00 2022年世界竞走团体锦标赛精选
12:35 2022年法国网球公开赛女单第2轮(哈勒普-郑钦文)
14:05 天下足球:你好,世界杯
14:30 2022年卡塔尔世界杯亚洲区附加赛(阿联酋-澳大利亚)
16:00 2021/2022赛季世界斯诺克锦标赛精选
18:35 2021年世界体操锦标赛男子全能决赛
20:00 2022年国际田联钻石联赛尤金站精选
21:30 体育世界
22:05 2022年尤伯杯羽毛球赛半决赛
00:05 顶级赛事:围棋
中央电视台-6(电影频道)
08:58 明天你是否依然爱我
10:52 故事片:疾风正劲
12:42 故事片:天福山起义
14:27 飓风奇劫(美国)
16:22 故事片:绝招
18:21 故事片:猎心之血亲
20:17 故事片:十步追踪
22:23 故事片:马永贞(1972)
00:36 滚出来,凶手之鹤仙案
中央电视台-8(电视剧频道)
04:25 木兰妈妈(19-22)
07:35 特赦1959(34-38)
12:35 小娘惹(25-28)
16:30 初婚(7-9)
19:30 加油!妈妈(19、20)
21:26 警察荣誉(35、36)
23:05 最初的相遇,最后的别离(21-27)

6月15日 星期三

中央电视台-1(综合频道)
09:24 警察荣誉(24-26)
13:15 红旗渠(8-12)
20:06 特约剧场
22:38 典籍里的中国
中央电视台-3(综艺频道)
08:56 非常6+1
09:52 越战越勇
11:16 文化十分
11:32 星光大道
12:56 越战越勇:笑语欢歌
14:20 好戏连连看
15:44 黄金100秒
16:42 开门大吉
18:07 中国文艺报道
18:34 综艺喜乐汇
19:30 越战越勇
20:56 回声嘹亮
21:52 金牌喜剧班:属于你的我的驿站
23:01 剧场:生活万岁(5-8)
中央电视台-4(中文国际频道)
09:30 中国文艺
10:13 远方的家
13:02 寻找两岸文化传人:传承
13:07 人类的记忆:中国的世界遗产
13:38 剧场:中流击水(22-26)
17:15 远方的家
20:00 国家记忆
20:30 海峡两岸
22:00 中国的世界遗产
23:01 亲爱的孩子们(5-7)
中央电视台-5(体育频道)
08:30 2022年国际田联钻石联赛伯明翰站精彩
12:35 2022年国际田联钻石联赛尤金站精选

14:05 2022年射箭世界杯安塔利亚站精选
14:35 2021/2022赛季法甲联赛第38轮
16:05 2021/2022赛季世界斯诺克锦标赛精选
18:35 天下足球:你好,世界杯
19:00 2022年世界女排联赛菲律宾站(中国队-比利时队)
21:00 2022年国际田联钻石联赛罗马站精彩
22:05 2022年汤姆斯杯羽毛球赛半决赛
中央电视台-6(电影频道)
08:24 故事片:遇见你真好
10:17 庖丁传奇之金刀御厨
12:08 故事片:纳兰侍卫
13:52 掠食城市(美国/新西兰)
16:05 广东十虎苏灿之龙战于野
18:04 广东十虎苏灿之潜龙出世
20:05 故事片:解放·终局营救
22:23 触不可及(美国)
中央电视台-8(电视剧频道)
07:35 特赦1959(39)
08:30 面具背后(1-4)
12:35 小娘惹(29-32)
16:30 初婚(10-12)
19:30 加油!妈妈(21、22)
21:26 警察荣誉(37、38)
23:05 最初的相遇,最后的别离(28-34)

6月16日 星期四

中央电视台-1(综合频道)
09:24 警察荣誉(27-29)
13:15 红旗渠(13-17)
20:06 特约剧场
22:38 典籍里的中国
中央电视台-3(综艺频道)
08:54 黄金100秒
11:33 越战越勇
14:22 开门大吉
15:46 回声嘹亮
16:41 星光大道
18:30 综艺喜乐汇
19:30 幸福账单:为你买单
20:55 我的艺术清单
21:51 艺览天下
22:53 剧场:生活万岁(9-12)
中央电视台-4(中文国际频道)
09:30 中国文艺
10:13 远方的家
11:30 海峡两岸
13:30 中流击水(27-30)
16:24 39集连续剧:战天狼(1)
19:30 今日亚洲
21:30 今日关注
23:01 亲爱的孩子们(8-10)
中央电视台-5(体育频道)
08:35 2022年卡塔尔世界杯预选赛国际附加赛( )
12:35 2022年国际田联钻石联赛伯明翰站精选
14:05 2022年射箭世界杯安塔利亚站精选
14:35 2021/2022赛季意甲联赛第38轮(萨索洛-AC米兰)
16:05 2021/2022赛季世界斯诺克锦标赛精选
18:35 2021年世界体操锦标赛单项决赛精选
20:00 2022年国际田联钻石联赛罗马站精选
22:05 2022年汤姆斯杯羽毛球赛决赛
中央电视台-6(电影频道)
08:10 故事片:照相师
10:14 庖丁传奇之鸾鸣鹤唳
12:01 故事片:八角笼
13:50 故事片:洪熙官
15:42 故事片:拆弹·专家
17:58 故事片:我为你牺牲
20:11 黄飞鸿之王者无敌
22:23 与我跳舞(日本)
中央电视台-8(电视剧频道)
07:35 面具背后(5-9)
12:35 小娘惹(33-36)
16:30 初婚(13-15)
19:30 加油!妈妈(23、24)
21:26 香山叶正红(1、2)
23:05 最初的相遇,最后的别离(35-39);理想之城(1、2)

6月17日 星期五

中央电视台-1(综合频道)
09:24 警察荣誉(30-32)
13:15 红旗渠(18-22)
20:06 特约剧场
22:38 正大综艺
中央电视台-3(综艺频道)
08:53 回声嘹亮
09:49 星光大道
11:33 开门大吉
14:22 幸福账单:为你买单
15:46 我的艺术清单
16:41 越战越勇
19:30 我爱满堂彩:好戏连连看
20:55 综艺盛典
22:20 经典咏流传(第五季)
23:59 我爱满堂彩:好戏连连看
中央电视台-4(中文国际频道)
09:30 中国文艺
13:02 记住乡愁
13:13 剧场:战天狼(2-6)
17:15 远方的家
21:30 今日关注
23:01 亲爱的孩子们(11-13)
中央电视台-5(体育频道)
08:30 2022年国际田联钻石联赛罗马站精彩
12:35 2022年国际田联钻石联赛奥斯陆站
14:05 2021年世界艺术体操锦标赛精选
17:05 2022年世界跆拳道大奖赛罗马站精选
19:30 2022年世界游泳锦标赛花样游泳双人技术B组预赛
20:40 2022年世界游泳锦标赛花样游泳单人技术预赛
22:05 2022年世界游泳锦标赛花样游泳双人技术B组预赛
中央电视台-6(电影频道)
08:13 没有过不去的年
10:05 庖丁传奇之秦淮遗珠
12:01 故事片:龙吟诏
13:56 译制片:茶花女(波兰)
15:57 广东十虎苏灿之飞龙在天
18:16 广东十虎苏灿之神龙摆尾
20:14 故事片:快刀斩
22:23 普罗米修斯(美国)
中央电视台-8(电视剧频道)
07:35 面具背后(10-14)
12:35 小娘惹(37-40)
16:30 初婚(16-18)
19:30 加油!妈妈(25、26)
21:26 香山叶正红(3、4)
23:05 理想之城(3-9)

6月18日 星期六

中央电视台-1(综合频道)
08:34 警察荣誉(33-36)
13:15 红旗渠(23-27)
20:06 经典咏流传(第五季)
22:38 开讲啦
中央电视台-3(综艺频道)
09:09 回声嘹亮
10:04 开门大吉
12:58 金牌喜剧班
14:07 综艺盛典
15:30 幸福账单:为你买单
20:58 艺览吾遗--中国文化和自然遗产日特别节目
22:04 艺览天下
23:06 剧场:生活万岁(13-16)
中央电视台-4(中文国际频道)
09:29 中国文艺-致敬经典
14:00 战天狼(7-11)
23:01 亲爱的孩子们(14-16)
中央电视台-5(体育频道)
08:30 2021/2022赛季世界斯诺克锦标赛精选
10:30 2022年国际田联钻石联赛巴黎站
14:00 2022年世界游泳锦标赛游泳多项决赛
15:00 2022年世界游泳锦标赛女子100米仰泳预赛等
18:35 2022年世界游泳锦标赛花样游泳单人技术决赛
19:00 2022年世界女排联赛菲律宾站(日本队-中国队)
21:05 2022年世界游泳锦标赛花样游泳集体技术预赛
22:00 2022年世界游泳锦标赛花样游泳双人技术、男子100米蛙泳决赛等
中央电视台-6(电影频道)
07:16 树上有个好地方
09:06 宝贝老板(美国)
10:52 送你一朵小红花
13:08 古墓丽影:源起之战
15:41 故事片:赤子威龙
17:36 故事片:韩家军镖客
19:59 故事片:峰爆
22:23 译制片:杀手一号
中央电视台-8(电视剧频道)
07:35 面具背后(20-24)
12:35 小娘惹(45)
13:31 高兴的酸甜苦辣(1-3)
16:30 初婚(22-24)
19:30 加油!妈妈(29、30)
21:26 香山叶正红(7、8)
23:05 理想之城(17-23)

赛花样游泳单人技术、男子400米自由泳决赛等
中央电视台-6(电影频道)
08:29 动画片:黑猫警长
10:02 译制片:强大的拉朱里约呼叫(印度)
11:55 故事片:幸福马上来
13:56 故事片:九龙不败
15:49 叶问外传:张天志
18:17 故事片:喋血双龙
20:15 故事片:天·火
22:32 古墓丽影:源起之战
中央电视台-8(电视剧频道)
04:25 木兰妈妈(35、36);34集连续剧:花开山乡(1、2)
07:35 面具背后(15-19)
12:35 小娘惹(41-44)
16:30 初婚(19-21)
19:30 加油!妈妈(27、28)
21:26 香山叶正红(5、6)
23:05 理想之城(10-16)

6月19日 星期日

中央电视台-1(综合频道)
08:34 警察荣誉(37、38)
10:14 精选剧场
13:15 红旗渠(28-31)
16:28 情感剧场
20:06 特约剧场
22:38 等着我
23:32 正大综艺
中央电视台-3(综艺频道)
08:52 好戏连连看
10:17 越战越勇
11:48 开门大吉
13:13 金牌喜剧班
14:18 星光大道
15:41 向幸福出发
17:06 金牌喜剧班
18:07 中国文艺报道
18:32 综艺喜乐汇
19:30 从延安出发
20:38 开门大吉
22:03 艺览天下
23:04 剧场:生活万岁(17-20)
中央电视台-4(中文国际频道)
08:00 今日环球
09:05 国家记忆
11:30 海峡两岸
13:33 剧场
19:30 中国舆论场
20:30 海峡两岸
23:01 亲爱的孩子们(17-19)
中央电视台-5(体育频道)
08:00 2022年射箭世界杯光州站精选
08:30 2021/2022赛季世界斯诺克锦标赛精选
10:30 2022年国际田联钻石联赛巴黎站
14:00 2022年世界游泳锦标赛游泳多项决赛
15:00 2022年世界游泳锦标赛女子100米仰泳预赛等
18:35 2022年世界游泳锦标赛花样游泳单人技术决赛
19:00 2022年世界女排联赛菲律宾站(日本队-中国队)
21:05 2022年世界游泳锦标赛花样游泳集体技术预赛
22:00 2022年世界游泳锦标赛花样游泳双人技术、男子100米蛙泳决赛等
中央电视台-6(电影频道)
07:16 树上有个好地方
09:06 宝贝老板(美国)
10:52 送你一朵小红花
13:08 古墓丽影:源起之战
15:41 故事片:赤子威龙
17:36 故事片:韩家军镖客
19:59 故事片:峰爆
22:23 译制片:杀手一号
中央电视台-8(电视剧频道)
07:35 面具背后(20-24)
12:35 小娘惹(45)
13:31 高兴的酸甜苦辣(1-3)
16:30 初婚(22-24)
19:30 加油!妈妈(29、30)
21:26 香山叶正红(7、8)
23:05 理想之城(17-23)

(节目如有变动,以当天播出为准)





## 娄底小偏方

# 滋阴补虚桑葚粥

□ 献方人: 廉万营

桑葚既是一种时令水果,也是一味常用中药。其味甘,性寒,入肝、肾经;甘可补益,寒能除热,常用来治疗肝肾阴虚所致的相关疾病,如头晕眼花、耳鸣腰酸、失眠多梦、须发早白等。

《本草纲目》赞桑葚“久服不饥,安魂镇神,令人聪明,变白不老”。桑葚以红色或黑紫色为佳。《本草新编》中说:“桑葚采紫者为第一,红者次之,青则不可用。”

桑葚可以生吃,也可以蒸后晒干入药,现介绍几款桑葚粥——

### 桑葚粥

原料:干桑葚30克(或鲜桑葚60克),糯米60克,冰糖适量。

制法:将桑葚与糯米加水同煮,待煮熟后加入冰糖即可食用。每日两次。

功效:滋补肝肾,养血明目。适用于肝肾亏虚引起的头晕眼花、失眠多梦、耳鸣腰酸、须发

早白等。

### 桑葚苁蓉枳壳粥

原料:桑葚20克,肉苁蓉15克,枳壳10克,火麻仁、黑芝麻、松仁各15克,粳米50克,蜂蜜适量。

制法:桑葚、肉苁蓉、枳壳共入锅中,加水适量,煎汁去渣,放入火麻仁、黑芝麻、松仁、粳米煮粥,米熟后加蜂蜜调味即成。每日1剂,连用3-5日。

功效:润肠通便,消胀除痞。适用于老年肝肾阴虚、肠燥气滞之便秘。

### 桑葚百合大枣粥

原料:桑葚、百合各30克,大枣10枚,粳米50克,蜂蜜50克。

制法:将桑葚、百合、大枣共入锅中,水煎去渣取汁,同粳米煮粥,调入蜂蜜即成。每日1剂,连用10-15日。

功效:养血润燥,止痒。适用于血虚风燥型湿疹的辅助治疗。



## 面膜需要天天敷吗? 这五个护肤的“坑”不要再踩了

日常生活中,每日的护肤是爱美人士的一项重要工作,但护肤方法不正确可能会带来更大的皮肤隐患。那么,我们生活中有哪些常见的护肤误区呢?就此记者采访了中南大学湘雅二医院皮肤性病科、皮肤激光美容中心副主任医师邱湘宁。

### 误区一:油性皮肤无需保湿

控油与补水是完全不矛盾的。油主要由皮脂腺分泌,而水是皮肤角质层中保护屏障功能的重要组成部分。油性皮肤人群因出油多,经常会有过度清洁,或使用控油护肤品的情况,这些都可能引起皮肤干燥。因此,油性皮肤人群需要选择一款质地清爽的保湿产品,并坚持使用。特别是正在用药物治疗痘肌的油性皮肤人群,更需要使用保湿产品保护皮肤屏障功能。

### 误区二:没有太阳就不需要防晒

即使是阴天或多云天气同样需要防晒。阴天的紫外线强度约为晴天的20%~30%,多云天气则高达50%左右。这些情况下紫外线(尤其是UVA)的强度仍处于较高水平,对皮肤会造成伤害。雨天的紫外线强度约为晴天的5%~10%,而且打伞会阻挡一部分紫外线。因此,雨天无须涂抹防晒霜。

### 误区三:用化妆棉涂擦化妆水

对于敏感性、干性或炎症的皮肤,经常连续用力地使用化妆棉涂擦化妆水,会使角质层变薄,皮肤屏障受损。化妆水的主要作用是调节皮肤的PH值及补水,只需用手轻轻涂抹即可。

### 误区四:儿童不需要防晒

紫外线对皮肤的伤害是从年幼开始逐渐累积的,而且儿童皮肤娇嫩,日光长时间照射容易出现晒伤反应。因此,儿童更应注意防晒。

### 误区五:面膜需要天天敷

皮肤的表皮虽然需要一定的水分,但也不是越多越好。表皮吸收过多水分会出现过度水合,造成皮肤屏障功能受损,正常皮肤可能变成敏感性皮肤;还可能形成类似粉刺的皮疹。因此,日常护肤不需要天天敷面膜。建议敷面膜一周不超过2次,每次敷贴10-20分钟即可。

那么,我们该如何正确护肤呢?邱湘宁表示,日常护肤要做好清洁、保湿和防晒。皮肤的清洁方式一定要温和。洁面1天2次,水温以温水为宜,选择使用无紧绷感的洁面产品。对于干性和敏感性皮肤,并不是每次洗脸都要用洁面产品,如环境不是很脏,也没有化妆,用清水洁面即可。好的保湿产品用完皮肤湿润、光滑、有弹性,并持续时间长。防晒要趁早,硬防晒是最有效的防晒方式,也可涂抹防晒霜,同时避免10-16时在阳光下长时间暴露。(闫妍)



### 遗失声明

兹有经营业户湘KH9851道路运输证(证件号码:431382205021)不慎遗失,特此声明作废。

兹有经营业户李日平的道路运输经营许可证(证件号码:431382202987)不慎遗失,特此声明作废。

兹有经营业户陈金莲的道路运输

经营许可证(证件号码:431382204154)不慎遗失,特此声明作废。

兹有经营业户湘KH3325道路运输证(证件号码:431382205202)不慎遗失,特此声明作废。

兹有经营业户湘KB905挂的道路运输证(证件号码:431382205218)不慎遗失,特此声明作废。

### 不动产权证书/登记证明遗失(灭失)声明

王喜民、王丽英因保管不善,将湘(2020)双峰县不动产权第0004351号不动产权证书或不动产登记证明遗失(灭失),根据《不动产登记暂行条例实施细则》第二十二条款的规定申请补发,现声明该不动产权证书或不动产登记证明作废。特此声明。

声明人:王喜民 王丽英  
2022年6月8日

### 遗失声明

彭国如不慎遗失娄底泓达房地产开发有限公司购房收据一张,票据号:00015673,金额:108054元,开票日期:2017年10月6号,特此声明作废。



# 年轻女性腹痛莫大意

## 谨防黄体破裂“破”灭青春

“医生,我肚子好痛啊!”26岁的王小姐因剧烈腹痛来到妇幼保健院妇一科。看着王小姐苍白的面孔和痛苦的表情,医生立马开始查看她的腹痛部位,经过一系列详细、专业的检查,B超结果显示:黄体囊肿。原来王小姐突发剧烈腹痛,是黄体破裂惹的祸。

### 什么是黄体

要想知道什么是黄体破裂,应当先了解什么是黄体。在女性的每个月经周期,都有一个卵子从卵巢排出。排出后卵泡壁塌陷,形成许多的皱襞,在激素的作用下,留在卵泡内的一些黄色颗粒聚集并增生,形成一个黄豆或花生米大的小体,这就是黄体。

在排卵后1周左右,黄体发育至最高峰,直径可达1-3厘米,内层布满丰富的毛细血管,此时的黄体是比较容易发生破裂的。排出的卵子如果受精,黄体则在人绒毛膜促性腺激素的作用下增大,变成妊娠黄体,直至妊娠3个月后才退化。如果卵子未受精,黄体就开始萎缩,随之月经来潮。

### 哪些人容易发生黄体破裂

黄体破裂是妇科常见的急腹症之一,此病好发于14-30岁的年轻女性,因此有人称之为“青春杀手”。黄体破裂最易发生在月经中期后的1周内。黄体破裂,轻者出血不多,可自行愈合;严重者可发生



资料图片

大出血,危及患者的生命,需紧急手术治疗。

### 黄体破裂与以下3种因素有关

1、性交引起。性生活时,生殖器官扩张充血,达到性高潮时,肌肉组织可呈痉挛性收缩,致使黄体内张力升高,如男性性交动作粗鲁,女方下腹受到强烈冲击,则会导致黄体破裂。因此性交后女方出现下腹部疼痛时,决不可大意。

2、单纯腹部受到撞击所致。在排卵后期,任何外来的突然撞击、严重摔跤、剧烈跳跃、迅速奔跑等,均有可能导致黄体破裂。

3、自动破裂。黄体内有少量的出

血是正常现象,但若出血过多,则可能发生自发性破裂,特别是平时凝血功能障碍者,更易加重黄体内毛细血管出血不止,使黄体内腔压力不断升高,当超过一定限度时就会发生意外。

黄体破裂如果没有及时处理或破裂早期进行性生活可出现盆腔出血、加重出血症状等。因此,年轻女性腹痛一定要及时就诊,尤其是在性生活后、剧烈运动后、腹部受到撞击出现腹痛,就要考虑黄体破裂的可能性,需尽快就医。

黄体破裂的治疗一般为2种,腹痛不明显,或者腹痛很快缓解、盆腔出血不多者的可以考虑药物保守治疗,腹痛剧烈、盆腔内出血较多者的需立即手术治疗。(陈怡)

良姜有温中止痛的功效。或在医生的指导下服用复方羊角冲剂,有平肝潜阳、祛风止痛的功效。

5、肾精亏虚型:多为劳累后易发作,伴腰酸、脱发、记忆力减退等。

对策:补益肾精肾气,饮食上多吃海参、枸杞子和黑豆。海参性味咸寒,归肾经,有补肾精、补血、润燥及和胃的功效;枸杞子能补益肝肾精气、明目和润肺。还可在医生的指导下服用左归丸调理,有补肾益精的功效。

6、气血两虚型:伴气短乏力、心慌心悸、面色少华、少气懒言。

对策:健脾养心、补气养血,饮食上可多吃点桂圆、大枣、山药和草莓。草莓性味甘酸凉,归脾肺经,有健脾润肺、益气养血的功效,也可在医生的指导下选用人参归脾丸或八珍冲剂来调理,有益气健脾和养血安神的功效。

7、气滞血瘀型:头痛多于生气或精神紧张后出现。

对策:理气活血,饮食上可多吃点玫瑰花、佛手、橙子和山楂。玫瑰花有疏肝理气、和血散瘀、化湿和中、调经止痛的功效;佛手性味辛温,归肝脾胃肺经,有疏肝理气、和脾胃、化痰的功效。(据《大众卫生报》)

良姜有温中止痛的功效。

或在医生的指导下服用复方羊角冲剂,有平肝潜阳、祛风止痛的功效。

5、肾精亏虚型:多为劳累后易发作,伴腰酸、脱发、记忆力减退等。

对策:补益肾精肾气,饮食上多吃海参、枸杞子和黑豆。海参性味咸寒,归肾经,有补肾精、补血、润燥及和胃的功效;枸杞子能补益肝肾精气、明目和润肺。还可在医生的指导下服用左归丸调理,有补肾益精的功效。

6、气血两虚型:伴气短乏力、心慌心悸、面色少华、少气懒言。

对策:健脾养心、补气养血,饮食上可多吃点桂圆、大枣、山药和草莓。草莓性味甘酸凉,归脾肺经,有健脾润肺、益气养血的功效,也可在医生的指导下选用人参归脾丸或八珍冲剂来调理,有益气健脾和养血安神的功效。

7、气滞血瘀型:头痛多于生气或精神紧张后出现。

对策:理气活血,饮食上可多吃点玫瑰花、佛手、橙子和山楂。玫瑰花有疏肝理气、和血散瘀、化湿和中、调经止痛的功效;佛手性味辛温,归肝脾胃肺经,有疏肝理气、和脾胃、化痰的功效。(据《大众卫生报》)

# 治头痛中医办法多

头痛的原因很多,中医将头痛分为以下七种类型,治疗前一定要先分清类型。

1、风寒外感型:头痛呈紧束感,遇寒加重,得热则减,恶寒怕风,头痛连项。

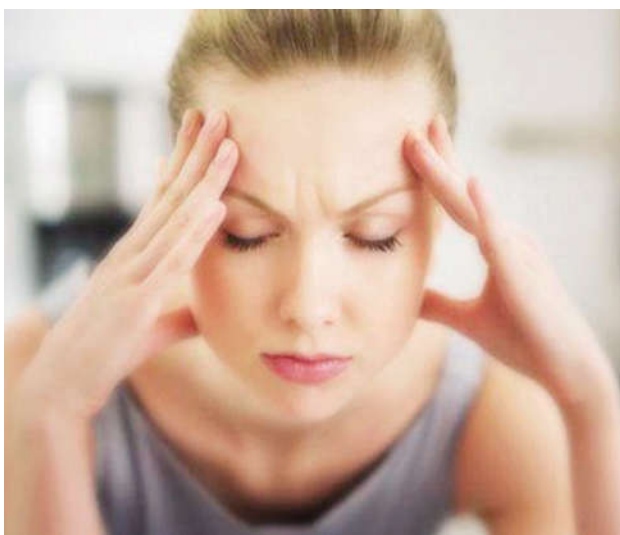
对策:祛风散寒,饮食上可喝点葱白生姜红糖水。准备葱白1根,生姜4片,红糖适量,将葱白和生姜切成碎丁,和红糖加水煮5分钟后饮用就可以了。大葱有发表宣肺、通阳解毒的功效,对缓解因受寒引起的头痛有立竿见影的效果,还可在医生的指导下服用中成药川芎茶调散,也有疏风止痛的功效。

2、肝火旺盛型:头胀痛、口苦、耳鸣、头晕眼花、焦躁不安、眼睛充血。

对策:降泻肝火,饮食上可以喝点菊花山楂决明子茶。准备菊花10克,生山楂片、决明子(打碎)各15克,水煮10分钟后代茶饮,有很好的疏风散热、平肝降血压功效。还可在医生的指导下服用正天丸,有疏风活血、通络止痛的功效。

3、痰湿阻型:头重如裹,痰多,恶心呕吐,身体沉重,上腹胀闷,厌食。

对策:化痰降逆,饮食上可多吃



些白萝卜、冬瓜、薏米、丝瓜和南瓜。白萝卜性味辛甘凉,生吃有清热化痰止咳的作用,熟食有健脾和胃、下气消食的功效;冬瓜有清热化痰、利水解毒的功效;薏米除可利水渗湿、健脾止泻,还有抗癌防癌的作用。也可在医生的指导下服用中成药香砂六君子丸。

4、阳虚型:偏头痛,有抽痛感,遇寒加重,得温则减。

对策:温阳散寒,饮食上可多吃点小茴香、高良姜、桂皮和紫米。小茴香有祛寒止痛、理气和胃的功效;高

## 长期用药易引发血液病

一些药物可以破坏血液中的红细胞、白细胞和血小板,导致贫血、感染或出血,这被称为药源性血液病。因此,患慢性病需长期服药者,应定期到医院验血,防止药源性血液病。临床上常见的药源性血液病主要有以下几种:

**白细胞减少症** 在药源性血液病中,白细胞减少症的发病率最高,导致这种疾病的药物有近百种,比较常见的有抗癌药;抗生素中的氯霉素和链霉素等;解热镇痛药中的氨基比林、阿司匹林、保泰松、消炎痛等。白细胞减少症病情一般较轻,多数患者症状不明显,一旦确诊为该病,应立即停药,并予以治疗。

**血小板减少症** 容易引起血小板减少症的药物有阿司匹林、奎尼丁、磺胺类、利福平等。多数患者为突然起病,表现为刷牙出血、磕碰后患处青紫、不易止血,严重者颅内出血。一般情况下,血小板数量在停药后1-2周内可恢复正常;病情严重的患者可服用糖皮质激素,必要时可输血。

**再生障碍性贫血** 氯霉素是引起再障的代表性药物。这种血液病可分为两种类型,一类与药物剂量相关,常因使用抗癌药及某些抗生素引起;另一类是特异反应,多发生于个别特异性体质者,与过敏反应有关。常见于使用抗生素、解热镇痛药、抗惊厥药、抗甲状腺药、镇静药、抗过敏药和杀虫剂等药物之后。

**溶血性贫血** 当红细胞破坏速度加快,超过生成速度时导致的贫血,其症状取决于溶血的快慢。急性者常在用药后1-2日出现,眼球发黄是最明显的表现,伴有黄疸、贫血、寒战、发热、乏力、全身酸痛、棕色尿等症状,严重者可出现心衰、尿少;慢性溶血伴有长期贫血、黄疸、肝脾肿大等。磺胺、呋喃类及一些解热镇痛药容易导致溶血性贫血,发病后立即停药,多能缓解并自愈。(朱自)

## 教你做操防颈椎病

现在许多中老年人患有颈椎病,生活备受困扰。防治颈椎病有很多办法,以下这套颈部保健操简便易行,效果不错。具体做法如下:

**第一节是左右摇头** 站在地上或坐在凳子上,两臂自然下垂,头先向左摆,再向右摆,左右摆动20次。

**第二节是低头仰头** 坐在凳子上或站在地上,挺起胸部,两臂自然下垂,头先向下低,以下颌骨挨着胸部为止,然后向后仰头,脸朝上停3秒钟再低头,如此反复20次。

**第三节是伸缩颈部** 站在地上或坐在凳子上,两臂自然下垂,先将颈部尽量向上伸,伸到一定高度后,再尽量向下缩,连续伸缩20次。

**第四节是旋转颈部** 坐在凳子上,胸部挺起,两臂自然下垂,颈部先向左旋转,等两眼看见左肩膀后再向右旋转,直到两眼看见右肩膀后再向左旋转,连续20次。

**第五节是按摩颈部** 站着或坐着均可,先将两手搓热,再将两手掌按压在颈部上,前后左右按摩,直到局部发红发热为止。

**第六节是拍打双肩** 站着或坐着均可,两胳膊在胸前交叉,左手放在右肩上,右手放在左肩上,同时用力拍打肩部,连续30次。这套颈部保健操,如能长期坚持下去,不仅能预防颈椎病,还能治疗颈椎病。(李兰弟)



# 与画结缘

□ 姜之虎

上小学的时候,语文课本上有一篇乌鸦喝水的课文,还配有一幅一只乌鸦嘴叼石子丢进水瓶的插图,我很喜欢,就在自家的小方桌上,磨墨伸纸挥笔把插图全描画下来。邻里叔叔弟兄都围过来看,都说画得好,说乌鸦就像活的一样。夸赞声惊得我母亲也从灶台边停下手中的活过来一起看,也连声说:“要得,要得,好好画!”吃饭时,母亲还鼓励说:“想学画就画好啊!画鸟画花,画农民工人,画新社会我们的新生活!”我一一应答着。母亲这么支持我的学习爱好,我好高兴!

可惜好景不长,在我高小毕业前,母亲突发心脏病去世了,我好悲痛。就在这时,我升中学被录取的通知书来了,我很纠结。我出生前18天,父亲就告别人世,如今,我无父无母,愁上加愁,这中学的生活,可想而知是多艰难了。学校党组织很关心我这类群体,图画课唐老师鼓励我好好学画,经费困难买不起纸,我就捡人家丢在地上的“稻花”、“飞马”牌香烟纸盒翻转在背面画画,老师表扬我。图画课跟老师学画素描,画速写。我画的素描画作几次都张贴在学校长廊的校刊上。班主任龚老师夸赞我画的窗帘很有飘逸感,画的油坛子油光亮像流油。

读书正赶上国家搞大跃进,我跟着图画老师在县城街上,在县政府门口长长的红砖白粉墙上画插红旗,画一日千里的大骏马。过往行人都伸出拇指“啧啧”地赞誉着。

1959年,湖南省举办建国后第一届美术展览会,我根据学生参加全民大炼钢铁的体会画了一幅水墨画参展。解放初期,我国的炼钢年产量才70万吨,当年的口号是“赶英超



作者与徐悲鸿夫人廖静文合影

美”,全党动员,全民动手大炼钢铁。我画了幅小高炉遍地,冒着熊熊火焰,火光比天上的星星还亮的画。标题是“赛过天上的星”,不曾想,作品获得了学生奖,奖品是画纸与一打铅笔,还有二指宽大的一枚红底兰花的小铜牌纪念章,纪念章正面兰

花底下铸有“湖南首届美展”六个金色细字。

这令人高兴的消息,是唐老师鸿雁千里,把纪念章寄到南海前哨我所在的部队。当年,海峡对岸的反动势力仗着美国第七舰队叫嚣反攻大陆,部队来我们学校征兵,我积极响

应保卫祖国解放台湾的号召,投笔从戎,于1959年12月参加了人民解放军。在部队,战士们操枪刺杀搞训练,挖土挑担忙生产,我就把他们速写下来编辑在“战地快报”上。战友们都说:“这小个子兵有两把刷子,把我们都画出来了!”

那时我画战士读书,画干部课余下棋,画作参加军区军人俱乐部展出。后来被人说我是只专不红,就画得少了。在人前我也去下棋打扑克,背地里我就偷偷地画,速写本不离身。退了休,我如鱼得水,每年坚持自助游,走到哪画到哪,走遍了祖国的大江南北。2004年,参加了公安部在深圳举办的香港、澳门、台湾、大陆海峡两岸四地警察书画展,我的《丛林追踪》画作获好评。当年深秋,我从祖国大西北返回,把一大袋画稿送给娄底市美协主席康移风老师看,经他细心挑选,帮我策划,于2005年编辑出版了《姜之虎速写集》一书。

2005年12月,中国电影百周年大庆组委会在北京举办全国书画庆贺展,我的《轻舟已过万丛山》参展获好评。其间,有幸见到了徐悲鸿夫人廖静文大师,我将速写集送了一本给她,她看了后说:“好!要坚持画。当年,悲鸿对他的学生总是说,要画好画,就是要多画素描多画速写。”

当时,我听着,高兴着,更为兴奋的是,廖静文大师愉快地与我合影留念!

此照片我一直珍藏着,艺术道路上遇到困难,我即回忆照片上徐悲鸿夫人对我的嘱咐!

与画结缘,廖老和我的母亲鼓励我画画的话,我时刻铭记在心,永远激励我在艺术人生的道路上大步向前!

人生的脚步在匆匆的前行,而属于我们自己的时间不经意间也在缓缓流失。

仰望深邃的天空,看着步步抬升的银盘,月色如水,一池细碎,素月凝肌,辉洒大地。脑际的思绪穿越记忆却风般虚幻,悠远缥缈。

猴塔远眺,龙泉甘淳,氤氲于心底的魂牵,缠绕于流年的梦萦,婉约着莫失莫忘的往事如昔。旧时的校舍,旧时的故人,只有一个回眸的瞬间,风烟俱静,唯留下物是人非的沉寂。楼影如遮,廊腰曼迴,无邪的初见,眼波流转、驻足、停留、相识。

或是那逃学的萌童;还有那稚嫩的童谣;或是那忘形倚座在大坪石狮子玩心未泯的少年,还有那神圣不容“跨越”的“三八线”……

天池山下那曾经的童年、青春,满怀激情,一番风雨过后的延续真不知道是不是一段温情的人生?

火神庙内那不倦的追求,但求高远。一段疲惫淡写的人生,真怀疑能不能托起人间的烟尘?

一切都不会重来,一切都已载入人生的记忆。

还在原点,还是授课的教室,还是那块架设在老师与学生之间的黑板,还是那三尺讲台辛勤耕耘的身影。只是,阑珊似在我记忆的湖底,这一切恍若隔世。撕去昨



□ 潘尔生

天的日历,总有一种灵魂的愉悦在春暖花开处绚烂,总有一些受尊敬的人在最美的时刻相遇,常常感恩这一纸相逢,无论山高水远,无论岁月薄凉,终是安放在温暖的心底。

一个坑坑洼洼的操坪,尽管没有新建塑胶场地那样惹人眼目,可它流露出来的却是满满的陪伴,还有时间的积淀!

没有光怪陆离的演绎灯光,没有现代电子乐器的配音。一架老式脚踏风琴伴随着清纯悦耳的童声,让理想放飞,把快乐传递,不在意风的絮语,不在意雨的低吟。那翔过天际的音符只有天空才会用自己的辽阔把那悠远的思绪收藏。

旧了故事,旧了光阴,但是旧不了那份熟悉。

一首老歌的吟唱都是对似水年华的回眸,是一次眺望也是一次美好的记忆。

当璀璨的流星划出优雅的弧线,不必怀疑自己的思念,不必怀疑自己的存在。所有的生命,都是借助着一段时间的里程,看几番云卷云舒,赏几场花开花谢,编织几段故事,回忆几场过往,到心底去追溯,寻寻觅觅,幽幽怨怨。

当我们把最美好的年华回忆,把遗落在岁月的情愫都写在这美好的生活页面,此刻重复的光阴会告诉:明天归来的孩子依然会笑得如此灿烂!

## 世界卫生组织对老年人的年龄划分

人人都知道“老年”的含义,但是老年人年龄的界限究竟应该怎样划分呢?说法是不一的,只有根据各国民族、地区、社会现状以及人的身体情况,加以综合分析,才能合理对老年进行划分。

我国历来称60岁为“花甲”,并规定这一年龄为退休年龄。同时由于我国地处亚太地区,这一地区规定60岁以上为老年人,因此,我国现阶段以60岁以上为划分老年人的通用标准。

具体年龄阶段和相应的称呼是这样的:45到59岁为老年前期,我们称之为中老年人;60到89岁为老年期,我们称老年人;90岁以上为长寿期,我们称长寿老人;而100岁以上的就不得了啦,也是长寿期,我们称百岁老人。

不过由于全世界的年龄呈普遍增高趋势,最近,世界卫生组织对老年人的划分,提出了新的标准,将44岁以下的人群称为青年人,45到59岁的人群称为中年人,60到74岁的人群称为年轻的老年人,呵呵,75岁以上的才称为老年人。所以,认为自己老的年轻朋友们,看看吧,难道你的心理年龄已经达到75岁了?最后,把90岁以上的人群称为长寿老人。

这一标准将逐步取代我国与发达国家现阶段划分老年人的通用标准。不过现在呢,地球上的老年人,主要还是指60岁以上的人群。不好意思,忘记说了一句了,我们营养学上把55岁作为分界线,55岁以上的人群叫做老年人。这是和生理年龄上老年年龄划分的区别。(综合)





美丽中国·我是行动者

倡导简约适度、绿色低碳、文明健康的生活方式

ADVOCATE A SIMPLE, MODERATE, GREEN, LOW-CARBON AND HEALTHY LIFESTYLE

# 共建 清洁 美丽 世界



WORK TOGETHER  
TO BUILD A CLEAN AND  
BEAUTIFUL WORLD



中华人民共和国生态环境部