

银龄讲学计划助力乡村教育

在甘肃省临夏回族自治州和政县麻藏小学的一堂五年级语文课上,30多名学生聚精会神地听着课,而在他们中间,有一位老先生正认真地写着笔记。这位老先生名叫何琳,今年65岁,是该校的责任督学。自2020年退休后,他便报名参加了银龄讲学计划,至今已连续参与了五年。

何琳曾在和政县从事教学工作42年,担任过班主任、教务主任、校长等多个职务,深知学校工作的艰辛与重要。尽管已经退休,但他依然心系教育,希望能将自己的经验传递给更多的师生。因此,当得知银龄讲学计划时,他毫不犹豫地报了

名。

临夏州是一个干旱缺水的地区,也是教育部、财政部重点帮扶的“三区三州”之一。甘肃省作为银龄讲学计划的试点省份,自2018年起便开始实施该计划,旨在通过退休教师的力量,为基层义务教育提供支持。何琳便是这众多银龄教师中的一员。

在麻藏小学,何琳不仅认真听课、评课,还积极参与学校的教研活动,协助教学管理。他发现学生们在书写方面存在不少问题,于是多次在督导、检查和研讨中强调规范书写的重要性。在他的推动下,学校将规范书写纳入了教学环节,并开设了

书法指导练习课。如今,学生们的书写水平有了明显的提升。

除了关注学生的学习情况,何琳还十分注重与时俱进,不断学习新知识、新技术。他意识到人工智能在现代教育中的重要性,于是拿起手机,尝试使用几款人工智能软件,并与年轻教师们共同探讨如何将其更好地应用到教学中。他还建议老师们将生成式人工智能作为辅助备课的工具,以提高备课效率和质量。

作为家校之间的“桥梁”,何琳十分注重与家长的沟通。他将自己的电话和简介贴在学校门口,方便家长随时联系他。每当接到家长

的求助电话时,他都会耐心地倾听、解答,并根据孩子的性格和家长一起想办法解决问题。他的这种负责任的态度赢得了家长们的信任和好评。

在提升学校教育教学和管理水平方面,何琳也做出了积极的贡献。他主动联系县内多所小学,协调时间和流程,让更多需求相近的教师一起教研、共同探讨。在他的推动下,老师们开展共同教研的效率和效果都有了明显的提升。

何琳表示,只要身体允许,他会一直坚持下去,为教育事业贡献自己的力量。

《人民日报》

县域足球赛助力“体育+旅游”发展

近日,中国足球发展基金会宣布,2025年第五届“全民健身 健康中国”全国县域足球赛事正式启动承办单位征集。

赛事以打造深入基层、全民参与、全民乐享的“千县万村(社区)”足球盛会为目标,覆盖31个省、自治区、直辖市及新疆生产建设兵团超900个县级行政区。

赛事将地方民俗、历史人文、文旅农商产品营销融入赛事,推动足球文化与县域特色深度融合,支持地方以“体育+旅游”模式打造具备地方特色的新型服务消费产品,带动文、体、商、旅、农等相关产业发展,拉动消费升级。

岳东兴

T 图片新闻



趣味

图书市集

日前,“做书大饭店”图书市集在江苏南京景枫中心开启,一批出版社、书店带着书籍前来,用“做菜”“吃饭”等有趣的互动方式吸引读者前参与,倡导全民阅读。图为市民在买书送菜活动中选购书籍。

泱波

浮游动物成抗击全球变暖“无名英雄”

一项新研究表明,浮游动物成抗击全球变暖的“无名英雄”。

这些微小动物在南极迁徙中大量吞噬碳,沉入深海,

锁住的碳量相当于约5500万辆汽油车年排放量。它们虽常被忽视,却是南大洋碳储存的关键。以桡足类动物为例,它们食浮游植物后沉

入深海燃烧脂肪,将碳储存于深海。这一过程每年将数千万吨碳送至海面下至少500米处,减缓大气变暖。

王海昉

植物养生饮品真能养生吗

如今,饮品选择日益多样化,其中植物养生饮品以其独特的健康理念吸引了大量消费者。在各大商超,从传统凉茶到新式瓶装养生水,从现制茶饮到功能性饮料,植物养生饮品正逐渐成为货架上的新宠。

程序员魏伟东在超市饮料区前,放弃了常喝的无糖茶饮,转而选择了标注“0糖0脂”的植物养生饮料。他笑称,这种饮料既无负担又养生,味道还好。这反映了当下许多人对健康饮品的追求。

植物养生饮品的热潮并非偶然。许多人开始寻求更具营养和养生功效的饮品。于是,苹果黄芪、红豆薏仁、

百合雪梨等以往需要在家煮制的养生汤,如今被制成了即开即饮的瓶装饮料,满足了消费者的便捷需求。

在市场上,植物养生饮品的品类日益丰富。无论是线上还是线下,都能看到各种品牌的养生水、养生茶饮琳琅满目。这些产品不仅口感多样,而且配料干净,强调药食同源,让消费者在享受美味的同时,也能感受到养生的乐趣。

然而,植物养生饮品市场也面临着诸多挑战。一些商家为了追求销量,夸大产品功效,误导消费者。此外,市场上的产品种类繁多,让消费者在选择时感到困惑。

因此,加强行业规范与监管,引导企业诚信经营,成为当务之急。

对于消费者而言,在选择植物养生饮品时,应理性看待产品的养生功效。虽然这些饮品确实具有一定的营养价值,但并不能替代日常饮水或药物治疗。消费者应根据自己的身体状况和需求,选择适合自己的产品,并保持适度饮用。

同时,消费者也应关注产品的成分和配料。优先选择无糖或低糖产品,避免长期大量摄入代糖带来的健康风险。此外,了解产品的原料来源和生产过程,也是确保饮品安全健康的重要一环。

展望未来,植物养生饮品市场仍有巨大的发展空间。随着消费者对健康生活的追求不断提升,以及行业规范和监管的不断完善,相信这一市场将呈现出更加繁荣和有序的发展态势。

植物养生饮品的热潮,是传统药食同源文化与现代生活方式的完美融合。它不仅为消费者提供了便捷且充满文化底蕴的养生选择,也推动了健康饮品市场的不断创新和发展。在快节奏的现代生活中,让我们在一饮一啜间,品味传统智慧,拥抱现代健康。

马相

S 时事速递

百家单位倡议 守护肉制品安全

市场监管总局近日指导行业协会、大型肉制品生产经营企业等百家单位发出守护肉制品安全倡议:严格落实食品安全主体责任、自觉遵纪守法生产经营肉制品。

倡议提出,要坚决抵制采购、使用来源不明、未经检验检疫或者检验检疫不合格的原料肉以及过期肉、走私肉、淋巴肉等;坚决抵制生产经营“两超一非”肉制品;坚决抵制以其他畜禽肉生产假冒牛(羊、驴)肉制品,以预调调理肉制品冒充“纯肉”等。

新华社

我国外汇储备 规模持续上升

截至6月末,我国外汇储备规模为33174亿美元,较上月上升322亿美元,增幅0.98%,创2016年1月以来新高。此外,我国黄金储备也连续8个月增持。

国家外汇管理局表示,受主要经济体宏观政策、经济增长前景影响,美元指数下跌,全球金融资产价格上涨,导致外汇储备规模上升。

中国民生银行首席经济学家温彬指出,我国经济持续稳健增长,对外贸易保持韧性,全球投资者看好中国资本市场,这些因素都有利于外汇储备规模保持基本稳定。

向家莹

遗失声明

齐齐哈尔鑫佩齐商贸有限责任公司讷河分公司,因管理不善,不慎将公司公章丢失,特此声明。

齐齐哈尔鑫佩齐商贸有限责任公司讷河分公司

2025年7月14日

遗失声明

黑龙江省讷河市九井镇三合村3组村民庞玉生,身份证号:230221194203154318,不慎把土地确权证丢失,确权证编号:230281110207000218J,特此声明。

丢失声明

▲孙立军运输户,不慎将车牌号黑AT5277(黄色)的道路运输经营许可证丢失。经营许可证号:230100130675。特此声明。

声明作废

▲甘南县宏通运输有限公司不慎将车牌号:黑BD6212道路运输证正、副本丢失,证号:230225201910,声明作废。

▲黑龙江众智冠杰广告有限公司,不慎将财务专用章丢失。开户行:兴业银行股份有限公司哈尔滨分行营业部,账号:562010100100952583。声明作废。

▲宾县陆二大药房有限公司建设药店,开户行:中国建设银行股份有限公司宾县宾州支行,账号:23050186823700000212,核准号:J2610049049201,不慎将公章丢失,声明作废。

▲哈尔滨市道里区秋毫记板面君康店(个体工商户)。不慎将黑龙江省小餐饮核准证副本丢失。核准证编号:XJYB(2024)230102006288。声明作废。

注销公告

哈尔滨市香坊区爱春蕾幼儿园于2025年7月30日申请注销登记,统一社会信用代码:52230110MJY857750B,办学许可证号:教民223011060000328号,地址:黑龙江省哈尔滨市香坊区旭升街172号日升家园3栋4~6号,法定代表人:徐伟,电话:13796009248,业务主管单位:哈尔滨市香坊区教育局。请相关债权人公告见报起45日内向本单位申报债权债务,特此公告。

声明作废

▲黑龙江江西地汽车科技有限公司,法人姓名:龙伟杰,开户行名称:中国工商银行股份有限公司哈尔滨田地支行,账号3500020109200339448,核准证编号:J2610071951001,不慎将公司财务章丢失声明作废。

▲孩子姓名:孙楚涵,性别:男,出生日期2010年10月19日,出生地点:海伦市妇幼保健院,母亲姓名:初显雪,身份证号码232321198901066920,父亲姓名:孙亚岩,身份证号码232321198805236918,出生证明丢失声明作废。

▲女孩:张凯曦,出生日期:2019年8月12日,出生地:庆安县妇幼保健院,出生证明编号:T230114912,母亲:赵忠玲,身份证号码232330198210301860,父亲:张书义,身份证号码232330198108201812,出生证明丢失声明作废。

▲孩子曾用名:高迎朝,现用名:高上上,性别:男,出生日期2013年03月15日,出生医院名称:富锦市妇幼保健院,出生证明编号:M230160206,母亲姓名:史雁冰,身份证号码239004198001293726,父亲姓名:高寒,身份证号码239004198003243319,出生证明丢失声明作废。

▲女孩:张凯曦,出生日期:2019年8月12日,出生地:庆安县妇幼保健院,出生证明编号:T230114912,母亲:赵忠玲,身份证号码232330198210301860,父亲:张书义,身份证号码232330198108201812,出生证明丢失声明作废。

声明公告刊登热线

18686716631

13763511313