

“双减”效果如何？您和孩子对“双减”满意吗？

百万家长调查问卷 等你来答！

生活报讯（见习记者**崔凯歌** 记者**吕晓艳**）随着《黑龙江省关于进一步减轻义务教育阶段学生作业负担和校外培训负担的实施意见》的发布，“双减”政策在黑龙江落地。为深入了解我省“双减”落实的真实效果，让“双减”更好地有益于学生的学习生活。生活报现面向我省百万家长推出黑龙江省中小學生“双减”问卷调查，您的问卷答案将作为大数据提供给相关行政部门，作为今后“怎么减”“更好减”的有力依据，您的每一份答卷都非常重要。

**问题包括：**秋季新学期以来，“双减”的实施对于您和孩子有何效果？“双减”政策落地两个多月，孩子课后作业和培训班究竟有无改变？您的家庭对于补课费的投入有无变化？孩子每天是否有时间、有多长时间进行体育锻炼？您是否愿意让孩子参加学校组织的特色课后服务？对“双减”的落实推进有何感想和建议？

本问卷共18个问题，答题时间约为6分钟。

**参与方式：**扫描二维码下载“龙头新闻”客户端，打开“龙头新闻”App，找到右下角“服务”按钮点击进入，点击“双减调查”进入问卷界面开始答题，答题结束点击“提交”即可完成答题。

“双减”政策的真正落实，在学校，更在家长，我们希望通过这次调查，给学校也给家长一个重新审视对于孩子教育的契机，希望通过我们的这份问卷，能够让黑龙江在“双减”落实上，交出更满意的答卷。


注：问卷截止时间为2021年12月31日。



扫码下载龙头新闻参与调查

我省两个家庭入选全国首批教育世家

生活报讯（记者**吕晓艳**）近日，教育部公布了100个首批全国教育世家名单，我省绥化市肇东市第七中学吕波家庭、哈尔滨工程大学李玩幽家庭入选。让我们一起走进吕波、李玩幽的家庭，倾听他们代代传承的教育故事和矢志育人的心路历程。



肇东市第七中学吕波  
办留守儿童学校  
4代人教书育人

吕波享受国务院津贴，是全国五一劳动奖章获得者、黑龙江省特级教师。2008年，吕波到肇东新立小学任党支部书记、校长。当时学校办的是寄宿制学校，重点招收的是农民工子女和留守儿童。吕波带领老师们拿着滚刷粉刷教室、宿舍。开学了，宿舍没有改造完，没有室内卫生间，她和老师就在班级门口放一只桶充当马桶。无数个夜幕里，她陪孩子如厕；无数个日出时，她又是刷洗马桶的人……

2014年，吕波到肇东实验小学任校长，仅用了三年时间，实验小学就冲出了省地，走向了全国，在中国教育创新博览会上进行了分享展示，她本人也受邀在校长论坛上进行了发言；2021年，吕波到第七中学任党支部书记兼校长，仅仅半年时间，就让老校焕然一新，更让这所沉寂的名校绽放异彩……



哈尔滨工程大学李玩幽  
钻研技术解难题 家族里18人是教师

“凭良心办事，靠本事吃饭，为国家分忧。”这是全国模范教师、哈尔滨工程大学李玩幽教授的教育理念，是他的家风家训，也是对学生的寄语。李玩幽教授的祖父、父亲、妻子、妹妹等家族里的18人都是教师。

2013年底，广州某船厂中多艘海警船因轴承异常振动问题不能交付使用，在江面停靠多时。问题十分棘手，企业说，设备在陆地上一点儿问题没有，一到江中就出了问题，要是按照传统的解决方法，齿轮箱要全部换掉，不仅要花一年的时间重新做，还要耗费1.2亿元。面对国家急需，年近八十的王芝秋教授一定要随队出征为国出力。大家担心王教授的身体吃不消，让他在宾馆看数据，可他还是利用夜色戴上安全帽夹在队伍中“溜进”了船舱，这一切让李玩幽与团队成员看在眼里。李玩幽和王教授带领团队一起细心梳理数据，考察每一个细节，终于找到了了解难题的突破口。“我们把轴承振动和控制相耦合发现了很多不稳定点，一下找到了突破口。”李玩幽教授说，“最终只调整几个控制参数，所有问题就都迎刃而解了。”看似很容易，其实在这背后，没有深厚积累是认识不到系统耦合规律的。而李玩幽团队则很早就已经在着手研究，才能顺利解决难题。高水平解决问题的能力，都是源自平时深厚的基础积累。如今全系统耦合匹配问题已经发展成为李玩幽教授团队重要的研究方向，并达到业界领先水平。该船动力总师说：“李玩幽教授团队是我们解决难题的压舱王牌！”

李玩幽教授的妹妹李菡幽是厦门大学海外学院的对外汉语教师，一个家庭虽然分散在不同地方，相处却是和睦融洽。2021年春节，一家人合影，拍照的同事叫一句“李老师”，家里三个人同时答应，不少同事投来羡慕的眼光，这一幕又传承了一代。

中老年人补钙、骨密度低、上楼梯腿部骨骼酸痛不适……  
您的福利来了！**氨基酸葡萄糖钙骨素**来帮您

骨骼的粮食：只要19.9

上了年纪的人由于骨滑液较少，骨密度低，骨骼之间摩擦加重，钙流失，骨骼变得更脆弱！氨基酸葡萄糖钙骨素被誉为骨骼的重要粮食和修复剂，补充有利于增加骨密度，养护骨关节。

目前，在全国各地开展的“保护骨关节”活动，得到读者的热烈欢迎。现此项救助活动在我省正式启动，高含量氨基酸葡萄糖钙骨素，原价1106元一年用量，补贴后仅需239元。每月仅合19块9！高纯片剂，含量高，吸收好。


本报指定药店地址：南岗区通达街151号与清明四道街交口


**0451-57781700** 免费送货到门，货到付款



本品不能替代药品，请仔细阅读说明书，并在医生指导下使用。

开奖公告

**福彩中奖号码**

**体彩中奖号码**

福彩 <b>3D</b> 第21274期	987	体彩 <b>七星彩</b> 第21118期	8 2 1 3 7 6+0
福彩 <b>p62</b> 第21274期	962844+0	体彩 <b>6+1</b> 第21079期	820941+5
福彩 <b>22选5</b> 第21274期	01 11 14 21 22	体彩 <b>排列3</b> 第21274期	812
福彩 <b>七乐彩</b> 第21118期	12 13 17 21 23 28 30+10	体彩 <b>排列5</b> 第21274期	81271

搬家专栏  
搬家刊登电话  
王萍 13704800331

吉利搬家  
军人素质 真诚服务 居民 公企 长短途搬运 专业拆装家具 钢琴 楼道里道外 15945995322 群力哈西 13903650494 香坊动力 13904614842 江北 13945059319

退伍老兵搬家  
退伍老兵，真诚为您服务  
十五年老兵，居民 企业 长短途搬运 楼道里道外 0451-87696984 群力江北 15245102858 南岗哈西 15245156662

信誉搬家  
居民 公企 大学生搬家 长短途搬运 空调拆装 专业拆装家具 钢琴 楼道里道外 15331886393 15904504951 18245175648

退役军人搬家  
军人素质，真诚服务，七折优惠，全市各区均可发车  
18745057660 18845765103

老年公寓  
一元养老公司

招自理、半自理卧床老人，吃的好，住的好，玩的好，照护好，交通便利，配套齐全，药店、洗衣房、食堂、护士站、老年大学、琴棋书画特色班、24小时热水、冰箱、互动电视、无线网络等。哈西红星城3号楼  
电话：0451-51025111、13936510333 乘坐57.58.236公交车直达

公示  
刊登电话 13796106320

公示  
本人李春来，身份证号：230107196808272472，现为哈尔滨市香坊区朝阳镇先锋村近临京哈高速公路旁一处无证房屋的使用人。房屋建筑面积1118.15平方米，喷口A9，该房屋位于京哈高速拉林河（吉黑省界）至哈尔滨段改扩建项目征收范围内。本人自愿承诺：该房屋为本人所有，产权无争议。如本人承诺与事实不符，该房屋产权发生的任何纠纷由本人承担全部法律责任。

如有异议请自本公告之日起15个工作日内，将异议书面材料送达哈尔滨市香坊区集体土地征收办公室工作领导小组。地址：哈尔滨市香坊区松江街与松海路交汇处6栋1-1层01号。电话：82134688

公示人：李春来  
2021年10月16日

公示  
本人李金荣，身份证号：230107195612152466，现为哈尔滨市香坊区朝阳镇先锋村近临京哈高速公路旁一处无证房屋的使用人。房屋建筑面积850.05平方米，喷口A10，该房屋位于京哈高速拉林河（吉黑省界）至哈尔滨段改扩建项目征收范围内。本人自愿承诺：该房屋为本人所有，产权无争议。如本人承诺与事实不符，该房屋产权发生的任何纠纷由本人承担全部法律责任。

如有异议请自本公告之日起15个工作日内，将异议书面材料送达哈尔滨市香坊区集体土地征收办公室工作领导小组。地址：哈尔滨市香坊区松江街与松海路交汇处6栋1-1层01号。电话：82134688

公示人：李金荣  
2021年10月16日

生活报中缝广告  
生活报分类广告  
受理地址：哈尔滨道里区地段街1号生活报一楼阳光大厅  
刊登 84681180 电话 15004697804  
当天办理，次日见报，也可线上定稿，邮寄报纸。  
★中缝刊登的信息不作为官方交易的法律依据，交易时请认真核实相关信息，谨慎付款，自行承担法律风险。★

神舟飞天

新闻热线 15776896853

2021·10·16 星期六 本版主编 孙莹 本版编辑 李琳 版式 于海军

家乡人为翟志刚喝彩 为你骄傲



生活报讯（记者**王萌** **赵政府**文/摄）“十、九、八、七……发射”，随着倒计时的读秒声，激动人心的时刻来临，16日凌晨，神舟十三号载人飞船发射成功，航天英雄翟志刚的家乡一片欢腾。

时隔13年，翟志刚再成太空访客，担任指令长。

15日，黑龙江省齐齐哈尔市龙江县的夜空被灯光照亮，再过几个小时，家乡人翟志刚将与其他两名航天员一起执行神舟十三号载人飞行任务，飞向浩瀚的太空，人们都早早地打开电视锁定频道期待这一激动人心时刻的到来。

龙江县在龙江二中和志刚小学等地设置了8个集中收看现场。

在翟志刚的三姐翟凤兰家里气氛更是热烈，翟志刚的大哥翟志强、二哥翟志勇和其他的家人也都来了，大家齐聚一堂共同观看直播。

翟志强说，这是一个振奋人心的时刻，他们一家上午9点就赶到了县城的三姐家，为志刚再次出征鼓劲、加油！

21时23分直播开始，围坐在大屏幕前的人们透过屏幕关注着现场的发射进程。现场情况吸引着大家的注意力，他们目不转睛地盯着屏幕。

翟凤兰用手机不时地对屏幕录视频。她告诉生活报记者：“弟弟从小就是个好的孩子，有钻劲也有毅力，他为国家的航天事业作贡献是全家的骄傲。”

据介绍，由于工作忙，翟志刚平时回家乡的机会很少，但是每次回家都大包小包地带特产给哥哥、姐姐。他还经常给家里寄生活费。

电视上出现了出征前翟志刚的画面，让现场掀起了一阵小高潮，翟志勇不由自主地喊：“加油志刚！，他的状态不错，发射一定成功！”

发射临近，现场的人屏住呼吸，全神贯注盯紧屏幕。

十、九、八、七……“发射，运载火箭腾空而起，犹如一颗启明星划过深蓝色的夜空，越飞越高，越飞越远……

现场直播不断更新着神舟十三号载人飞船的运行状况，前方的好消息不断传来，人们的心情愈发欣喜激动。

经过翘首等待，前方终于发回信号，飞船被送入预定轨道，神舟十三号载人飞船发射成功！现场立即沸腾了，欢呼声一片，翟志勇的眼里闪着泪花，“志刚好样的，我们为你骄傲。”

翟凤兰激动地说：“志刚为事业付出了很多，虽然隔着屏幕，也要为他送去祝福，祝志刚顺利完成航天任务，早日返航，再尝一尝姐姐亲手做的家乡菜。”

翟志刚的大哥翟志强：家乡的大碴粥已备好等“老疙瘩”回来吃

志刚，期待你载誉归来

生活报讯（记者**赵政府** **王萌**文/摄）神舟十三号载人飞船发射成功的消息在翟志刚的家乡——齐齐哈尔龙江县引起很大反响，翟志刚的家乡人感到无比自豪和骄傲，他们表达了对航天英雄的钦佩之情和美好祝福。

机关干部**吴海东**：

作为航天英雄翟志刚的同乡，我们此刻既紧张又自豪。衷心祝福翟志刚能够圆满完成任务，为祖国航天事业再添新的贡献，为龙江人民再争新的荣耀。

翟志刚小学美术老师**于天祥**：

志刚性格沉稳、做事认真，善于钻研，刚读书时就立志成为一名航天员，是一名品学兼优的好学生。上学时，他就特别能吃苦，是班里的劳动委员，是全校的劳动标兵。今天，他作为指令长再次出征，是母校的骄傲，是龙江的骄傲，更是祖国的骄傲，祝愿他能圆满完成党和人民给予的任务，为我们的下一代，树立榜样。

邻居**张亚军**：

此时此刻，我内心无比激动。时隔13年，看到志刚能再次身披“白色战甲”为祖国执行航天任务，我们感到无比骄傲和自豪。我们坚信他一定能够圆满完成任务，凯旋而归。

翟志刚龙江二中学**温建军**：

作为翟志刚的同学，得知他再次为国出征的消息，内心感到无比激动和骄傲。回忆起同窗的日子，上学时他就有着一股坚韧不拔的韧劲和钻劲，我相信他一定能够顺利完成任务，为我们龙江争光添彩。

龙江二中学生**林思雨**：

作为龙江二中的一名学生，我们从上学的那刻起就了解到从母校走出了一位航天英雄，为此，我们感到深深的骄傲和荣誉。在我们学校也有一处航天展览馆，时刻提醒着我们要以翟志刚学长为榜样，努力学习、刻苦钻研，为祖国作出更大的贡献。

今天，得知翟志刚叔叔要再次出征太空，作为二中学子，我们衷心祝愿他能够圆满完成任务，顺利返回，我们也将时刻以他为榜样，继续传承好、发扬好伟大的航天精神。