

《他们一路走来》新书发布活动举行

本报讯(记者 黄昌怀)文化立心铸魂,思想定向领航。5月31日,《他们一路走来》新书发布活动在区图书馆3楼书吧举行。市文化旅游委党委委员、二级巡视员钟前元,区政协原主席、区决策咨询委员会主任王忠德,区人大常委会副主任、区关工委副主任黄淳和市文化旅游委公服处、重庆图书馆、重庆出版社、重庆各区县图书馆、区级有关部门负责人,文史专家代表、作家代表、离休干部家属代表、读者代表等参加新书发布活动,共同见证《他们一路走来》的出版。

《他们一路走来》是江津区作家协会会员冬梅所著的一部纪实散文集,今年5月由重庆出版集团和重庆出版社出版。全书18万字,全彩

印刷。书中21篇纪实散文再现了江津各行各业的22名离休干部的人生历程。同时,书中配有与22名离休干部在各个历史时期相关的近60幅图片。书的附录中还整理收录了江津476名离休干部的简历。

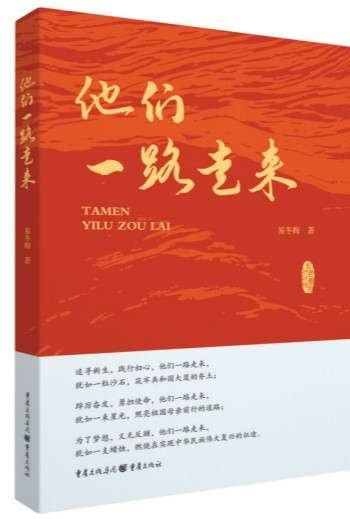
钟前元在讲话时说,《他们一路走来》是在讲党的故事、革命的故事、英雄的故事,是一部难能可贵的历史记录,也是一部饱含真情与深情的创作。它再现了离休干部这一特殊群体既平凡又伟大、既朴实又感人的人生经历与成长过程。在阅读时,多次被老同志们的精神所感染。

王忠德在对新书进行点评时说,《他们一路走来》这本书具有史料抢救性、精神的传承性、离休干部的档案性,书中所写的离休干

部都是为新中国成立、建设、发展奉献了一生的老前辈。他们的人生历程和所体现的精神品质是宝贵的精神财富,其中蕴含的红色基因值得代代相传。离休干部们的人生事迹和精神品质是江津革命文化、红色文化的组成部分,值得挖掘、提炼、学习、传承和发扬,能够为人们的成长进步提供精神动力。

《他们一路走来》新书发布活动作为区图书馆建馆90周年系统活动之一,由市文化旅游委主办,区委宣传部、区文化旅游委、区文联承办,区图书馆、区作协具体实施。发布活动现场,阅读推广人、责任编辑老师、文史专家代表、离休干部家属代表、读者代表等从不同角度对这本书作了介绍、评价,畅谈了读后感。作者易冬梅分享了创

作经历。此次活动还向各区县图书馆代表进行赠书。



江津、合江联合举行宣讲活动 聚焦家庭家教家风

本报讯(记者 张渝)5月31日,江津区、合江县联合举行“川渝一家亲 幸福一家人”家庭家教家风宣讲暨爱心结对关爱活动。当天,首先在合江县白鹿镇马庙小学举行了川渝“爱心妈妈”结对关爱仪式。15名“爱心妈妈”与15名困境儿童现场“一对一”结对,并向孩子们赠送“六一”国际儿童节礼物。“爱心妈妈”不仅是个称号,更是一份沉甸甸的责任,她们将在今后付出时间和精力,帮助孩子们健康成长。

随后,在江津区塘河镇石龙门村“睦·园”(川渝人大代表联动活动站)举行家庭家教家风宣讲活动。江津区、合江县两地妇联、法院共同发布“黄桷树下”未成年人权益司法保护典型案例。两地的法律专家徐文燕、刘年坤通过讲述发生在他们身边的维护妇女儿童权益的鲜活案例,以案普法;合江县妇联工作人员分享了宋家英家庭的家风故事,“全国五好家庭”何吉春分享了自己的家风故事;江津区四牌坊尚融小学教师、家庭教育高级讲师刘德福引导大家树立正确的家庭教育观念,掌握科学的教育方法。

宣讲现场还举行了家庭教育问卷调查和川渝家风家教巡展,进一步弘扬中华民族传统家庭美德,树立和传承优良家风,促进家庭和睦、社会和谐。

别样“六一” “童”样精彩

本报讯(记者 苏展 周航 袁菲 钟尧 通讯员 周忠敏 刘勤 朱海彦)孩子是祖国的花朵,是民族的希望。连日来,我区多个学校、相关单位用孩子们喜闻乐见的形式开展丰富多彩的活动,营造健康、温馨的节日气氛,在快乐的氛围中欢庆第74个“六一”国际儿童节。

5月31日,区残联在区特殊教育学校组织开展“关爱‘折翼天使’携手与爱同行”“六一”国际儿童节慰问活动,为特殊儿童带去节日的祝福和温暖,让他们感受到社会的关心和关爱。当天的捐赠仪式上,区残联和爱心企业代表向残疾儿童捐赠了包括学习用品、康复设备、生活物资在内的爱心大礼包;主办方为爱心企业和单位发放荣誉牌匾和证书。

区政协副主席李祖琪参加捐赠仪式并讲话。

5月31日,白沙幼儿园举行“乐享运动 健康‘童’行”暨庆“六一”体育节主题活动,全园师生及家长欢聚一堂。国家女子排球队原主教练邓若曾携夫人蔡希素参加活动并致辞。热身操《篮球宝贝》拉开了活动序幕,孩子们跟着动感的音乐进行舞蹈表演和排球展示,展现出朝气蓬勃的精神风貌。最后,活动在大合唱《欢度“六一”》中落下帷幕。活动中,邓若曾向白沙幼儿园赠送了国家女子排球队现役队服。活动现场向白沙幼儿园“火羚羊”代表队颁发荣誉证书和奖牌。

5月30日晚,江津区双福育才中学举行“扶摇直上·繁星璀璨”2024年艺术节闭幕式,呈现了一场精彩艺术盛宴,近4000名师生参加活动。本次晚会分为三个篇章,节目形式多样、内容丰富,包括舞蹈表演、乐器演奏、改编剧等18个节目。台上,同学们青春洋溢、斗志昂扬,为大家带来精彩绝伦的演出;台下,观看表演的师生、家长沉浸其中,歌声、掌声、欢呼声不绝于耳。现场还通过江津融媒视频号、最江津APP同步进行网络直播,让未能到场的师生、家长同步观看晚会。

6月1日,一群特殊的孩子收到了特别的“六一”礼物——在家长和爱心人士的共同扶持下完成数公里的普通行走。原来,这些孩子全是在江津区向阳儿童发展中心进行



江津区双福育才中学2024年艺术节闭幕式 记者 贺奎 摄



邓若曾为孩子们签名 记者 周航 摄



孩子们大胆地行走在滨江路上 记者 苏展 摄

康复训练的特殊孩子。当天,这些特殊孩子从大同路商业街出发,沿滨江路完成了第十八届“龙的传人 爱的接力”快乐自由行走比赛。活动现场,孩子们在老师的带领和帮助下,勇敢地登台表演节目,虽然节目简单,甚至动作不规范,但孩子们积极向上的一面,仍然得到了现场群众的热情鼓励。随后,爱心单位和爱心人士为孩子们进行了现场捐赠。据了解,自由行

健走比赛以每年一届的频率定期举行,已得到了区残联、区妇联、区中医院等社会各界和爱心人士的大力支持和关注。

5月30日,双槐树小学2000余名师生在大操场举行双槐树小学2024年“槐花朵朵向阳开”“德·能”杯艺术节。本届艺术节分文艺表演和兴趣特长展示两部分。文艺表演中,国学经典表演诵《国学礼赞》、情景舞蹈《槐花朵朵颂亲

恩》、舞蹈《青玉案·元宵》等节目一一登场,展示孩子们积极向上的精神风貌,以及双槐树小学发展与创新历程。艺术节外,为20个课外兴趣小组搭建了20余个大棚,展示他们的学习成果。本届艺术节进行了网络全程直播,吸引数万家长和群众观看。

此外,石门镇、几江街道通泰门社区、石门小学等纷纷开展庆祝“六一”国际儿童节活动。

2024年重庆市青少年田径锦标赛资格赛在津开赛



本报讯(记者 张渝)6月1日,“奔跑吧·少年”2024年重庆市青少年田径锦标赛资格赛在江津区体育馆开赛。

本次资格赛由重庆市体育局、重庆市教委主办,江津区体育局承办,共有来自全市17个代表队的900余名运动员参加比赛。据悉,此次比赛为期3天,分青年组、少年甲组、少年乙组、少年丙组4个组别,运动员进行100米、200米、400米、800米、1500米等10多个项目的角逐。

跑道上,100米运动员如离弦

之箭冲向终点;400米运动员奋力奔跑,用拼搏刷新纪录;5000米长跑运动员以汗水浇灌跑道,用坚持取得成功。此外,跳高运动员们起跑、腾空、落地,不断挑战自己的极限;跳远运动员们从起跳处飞跃而出,轻捷的身影踏在沙坑……比赛中,运动员们奋勇争先,激烈拼搏,尽显新时代重庆青少年的精神风貌。

据介绍,2024年重庆市青少年田径锦标赛第二站资格赛将于近期在长寿开赛,通过两站资格赛的选手将赴长寿参加决赛。

少年甲组女子100米比赛现场 记者 张渝 摄

我区召开深化新时代教育评价改革工作推进会

本报讯(记者 胡耀方)日前,区教委在区教师发展中心学术报告厅组织召开深化新时代教育评价改革工作推进会,会议全面总结我区深化新时代教育评价改革阶段工作情况,安排部署下一阶段工作。

会上,区教师发展中心、江津中学、江南职校、滨江四牌坊小学、双福三小分别代表我区教研科研机构、普通高中、职业学校和小学,围绕区域课程整体评价、学校课程评价、学生综合素质评价、学生德育评价、学校科学教育评价等内容作了交流发言。

会议要求,要认清形势,凝聚共识,切实提高重视程度;要肯定成绩,坚定信心,不断强化改革预期;要查找问题,正视差距,对照短板推动整改;要抓住关键,强化落实,系统推进评价改革。同时,各单位要立足本校深化改革,坚持立德树人,五育并举,切实提高学校育人质量,坚决扭转不科学的教育评价导向,为建设教育强国、办好人民满意的教育作出应有贡献,为我区深化新时代教育评价改革贡献智慧和力量。

白沙镇开展社区趣味运动会 丰富社区居民生活

本报讯(记者 王茜 通讯员 朱虹钰)为丰富社区居民生活,促进文明和谐社区建设,5月31日,由白沙镇新时代文明实践所、白沙镇文化服务中心、白沙镇麻柳湾社区居民委员会主办的“春风满巴渝 文明进社区”白沙镇麻柳湾社区第二届社区趣味运动会在该镇政府广场举行。

此次活动吸引了来自辖区川江医院、白沙镇蓝鹰幼儿园、白沙镇爱清幼儿园、麻柳湾社区等6支代表队共300余名居民参与。趣味运动会开始前,麻柳湾社区居民带来了精彩的文艺节目展演。随后,各项比赛接踵而至。此次趣味运动会分为单人项目、集体项目、亲子项目三个大项。在欢乐的气氛中,大家各显其能,加油声、呐喊声、欢呼声不绝于耳。经过比拼,蓝鹰幼儿园代表队获得一等奖。

下一步,白沙镇将持续推进“春风满巴渝”系列主题活动,抓好“文明节俭”“奋斗有我”“诚实守信”“健康娱乐”“渝见有礼”五大行动,让文明新风吹遍巴渝大地。

调整好心态才能稳定发挥

□ 伍林

高考即将到来,我区相关部门和学校在考试组织、考试安全、政策宣传、考生服务等方面采取务实有效措施,全力以赴为高考营造良好环境。

但笔者身边,部分考生出现了紧张、焦虑等情绪。对于考生而言,随着高考的临近,出现紧张情绪是一种正常现象。高考不仅是对学习效果的测试,也是对考生心态的考验。缓解考生紧张情绪,学校、教师、家长要形成合力,要积极与考生进行沟通,多给考生一些鼓励,不要向考生传导焦虑情绪,注意保持考生乐观的情绪。

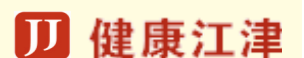
人生是一场长跑,高考是重要的过程但并非全部。考生要积极进行自我调节,保证充足的睡眠,以平和的心态和饱满的精神准备高考、参加高考。

调整好心态才能稳定发挥。预祝每一位考生都能考上理想的大学。



“护考”饮食秘籍

- 1、保持原有饮食习惯,避免突然调整食谱
建议在考试期间尽量保持原有饮食习惯,避免尝试新的食物,也不要迷信各种“补脑保健品”。
在情绪紧张的情况下,摄入肠胃不习惯的食物可能会出现不适症状,如腹胀、腹痛、腹泻等。
- 2、注意三餐搭配保证营养均衡
早餐建议食用富含优质蛋白质的食物,同时要保证碳水化合物的摄入。优质蛋白质和碳水化合物可以防止考生临近午餐时产生饥饿感,引起血糖水平下降,致使大脑反应变慢,影响考试发挥。
午餐建议考生摄入充足的热量和多种营养素,包括肉类、蔬菜、谷物、水果、豆制品等,以满足考生下午考试的营养需求。注意不要过量进食,以免大脑缺血缺氧产生困倦感,影响考生下午的精神状态。
晚餐建议清淡营养,以易消化为标准,同时注意控制好量,不宜吃得太多。如果晚上需要加餐,可以在睡前一小时喝杯温牛奶,加适量的面包、饼干。
- 3、考试期间,建议考生定时定量饮水,每天保证1400毫升以上饮水量。考试当天早上需适当控制饮水,可以选择喝白开水或矿泉水,不建议大量摄入含糖量高的碳酸饮料。(由区疾控中心提供)



遗失启事

●兹有彭文芬遗失残疾证,号码是:51022519511224464244,声明作废。