积石成山 重建家园

感恩篇

朗朗读书声再起

-积石山县大河家镇临津中学开学首日见闻

本报记者 马瑞鹏





"我和我的祖国,一刻也不能分 割,无论我走到哪里,都流出一首赞歌 ……"9月2日早上7时,在新建的积石 山县大河家镇临津中学,师生们迎来 了秋季开学的第一天,对于他们而 言,本学期的"开学第一课"被赋予了 特殊的意义。

义更特殊,开学第一课希望和 635人,其中文化课上线505人,较去年 长本领。"高三(1)班语文老师

校,前身为积石山县大河家中 学高中部,今年8月建成并投 的"老骨干"也对新校园、新学 期充满了期待。"从选址到建 设,我们不知来了多少趟。看

到新校区能按时开学,我们打心里高 兴。"董晓泽说,"初三毕业的很多学生 也经常询问新学校的情况,很向往即 将开始的高中时光。"

从天水市武山县第一高级中学聘 请过来的校长杨兴海告诉记者,虽经历 了地震,但积石山县今年的中考和高考 "今年,对于灾区的学生来说意 都取得了好成绩。高考,全县本科上线 花结果。

同学们一起分享地震灾情中增加182人;中考,全县平均分较去年增 的点滴故事,让同学们自信和 加6.25分。"现在学校有24个班、1060名 自强的同时,从小坚定听党 学生,全部顺利入学。希望在大家的努 话、跟党走的决心,刻苦学习, 力下,孩子们明年也能取得好成绩。"杨

来到学校的。听到建设这座新学校 崭新的桌椅、宽阔的操场、的消息是我在异地复学时。得知学 统一的宿舍高低床,每个教室 校已经快重建好的消息时,我们有 里都配备了智慧黑板,教学基 点不敢相信! 在一次回家的路上, 础设施十分完善。据了解,临 我们看到了工地动工,短短几个月 津中学是积石山县6.2级地震的时间,这所学校就拔地而起了。 灾后重建项目中的重点建设学 希望能在这所学校里顺利完成高三 学业,圆梦大学。"高三学生杨佳倩 兴奋地告诉记者。

上午9时,在雄壮的《义勇军进行 泽之前都在大河家中学任教, 曲》中,临津中学的开学典礼正式拉 开序幕。全体师生肃静立正,向着鲜 艳的五星红旗行注目礼。新学期新 希望,同学们带着憧憬与勇气,在这 灾后重建的新校园里,开启奋进向上 的新征程。

> 虽然地震给这片土地带来了伤痛, 但在社会各界的关心与支持下,在全体 师生的共同努力下,积石山县正重新焕 发勃勃生机。相信在不久的将来,这里 会再次绽放出绚烂的教育之花,孩子们 的梦想也将在这片土地上生根发芽、开

满目"新"景 满心"谢"意

-积石山县高关中学开学首日见闻

本报记者 赵好飞

9月2日,天刚蒙蒙亮,沉寂了一 个假期的积石山县高关中学便热闹了 起来。"崇德楼——这栋新修的教学楼 好漂亮啊!""你看,咱们旧教室的窗户 换新的了,墙壁也变干净了。"……同 学们结伴步入校园,互相分享着校园 的新变化。老师们也早早地来到自己 的岗位,和焕然一新的校园一同迎接 同学们的到来。

循着朗朗读书声,走进校园东侧 新建的教学楼,宽敞明亮的走廊映入 眼帘,楼道两侧布置着以安全、法治、 感恩、阅读和国学等为主题的文化墙, 不仅美化了校园环境,更赋予校园深 厚的文化底蕴;每间教室均配备了智 能电子黑板、电子班牌等智慧教学设 施设备,为学生们营造了现代化、便捷 化、高效化的学习环境。目前,七年级 12个班级、九年级3个班级的学生在 这栋新教学楼上课。

七年级(1)班新生张紫茉到了新 学校,对周围的一切都产生了浓厚的 兴趣。"新教学楼有舒适的环境和先进 的设备,这一切要感谢在地震中帮助 我们的人,是他们的付出才让我们这 么快就有了这样好的学习环境。我会 更加努力,成为像他们一样在危难时 刻帮助同胞、帮助他人的人。"

兰州二十二中的三区支教教师王 维虎来到高关中学后,对优美的校园 环境、崭新的教学楼、宽敞明亮的教室 连连称赞:"学生们能在如此短的时间

内,在让省城学生都羡慕的环 境中生活与学习,让我十分震 撼。所有这一切,我们都应该 感恩党和政府的关怀,感恩社 会各界的爱心援助。作为支 教老师,我们将与各位老师、 同学携手共进,扎实工作,尽 最大努力为学校发展贡献-份绵薄之力。"

上午9点,学校国旗护卫 队的学生们护送五星红旗走 向升旗台,在雄壮的《义勇军 进行曲》中,全体师生注视着 鲜艳的五星红旗缓缓升起 教学楼前,正开展以"感恩祖 国感恩党 美好家园谱新篇 为主题的"开学第一课"。

"透过我家窗户,可以看 到学校的施工现场,工人叔叔 们加班加点,全力以赴赶工 期。经过数月的不懈努力,新 的教学楼终于拔地而起。走 进焕然一新的校园,我心中充

满了感激。灾后重建,不仅重建了校 园,更在我们心中播下了感恩的种 子。我们将把这份感恩化作学习的动 力,用知识的力量,为积石山的明天添 砖加瓦,成为对社会有用的人……"九 年级(1)班学生代表杨璇铿锵有力的 发言中,离不开感恩与感谢。

据高关中学校长周学林介绍,学 校组织了形式多样、丰富多彩的"感 息、勇毅前行。





恩祖国感恩党 灾后重建看变化"新 学期主题活动,除同升一面旗、同唱 一首歌之外,还通过同上一节课、同 讲好事迹、同画一幅画及同写一封信 等形式,引导广大师生讲述抗震救灾 和灾后恢复重建过程中的感人事迹, 把"感恩"的种子植入每个孩子的心 灵深处,引导他们感恩奋进、自强不

新学期 你好

-积石山县吹麻滩小学开学首日见闻

本报记者 张姝





"感恩的心,感谢有你,伴我一 一课"。同学们拿着以"感恩祖国感恩 生,让我有勇气做我自己……"伴随 党,灾后重建看变化"为主题的手抄 着同学们表演的手势舞《感恩的心》, 报,相互分享着身边点点滴滴的变 积石山县吹麻滩小学的开学典礼拉

"快看!一个暑假没来,我们的学 校多了一栋崭新的教学楼!"六年级(6)

班的同学杨帆高兴地指 着眼前新建的5层教学 楼,满脸欣喜地告诉记 务活。 者:"听老师说,新楼还有 防震减灾室、科学实验 室、录播室、微机室、舞蹈 室和创客教室等多功能 教室呢,特别期待在新楼

其中重建建筑面积为 出幸福的笑容。 6145平方米,设有35个 校健件条件,也彻底解 决了吹麻滩小学教室紧 缺、学位紧张及学生入 学难的历史问题。

当记者走进五年级 马丽正在给同学们上一 堂别开生面的"开学第

化。稚嫩的画笔、真诚的话语、斑斓的 色彩饱含着对祖国母亲的无限热爱和 感激之情。

"开学后,发现大家个头长高了,胳

膊也粗了。"王沫涵说她自己也长高了, 在家时会力所能及地帮家里人干点家

"我想做一名宇航员,因为可以为 国争光!""我想成为一名医生,因为可 以救死扶伤!""我想当一名警察,因为 可以除暴安良!"当被老师问及有什么 理想时,同学们争先恐后地回答。

"比起上学期,孩子们脸上的笑容 始建于1928年的积 变多了。"马丽看着自己的学生,说出了 石山县吹麻滩小学,占 她眼里的变化。原来在这个暑假,不少 地面积10066平方米、建 同学回到老家,看到房子重新盖起来 筑总面积9870平方米,了,看到校园里也是焕然一新,不禁露

新学期新气象,马莉佳妮和同学 教室和其他教学用房的 们也有了自己的新打算:"在新的学期 教学楼——南楼。南楼 里,我一定会好好学习,天天向上,争 的建成,不仅改善了学 做新时代好少年,不辜负大家对我们 的厚爱。

"我们学校的办学特色是弘扬传统 文化,促进和谐教育。"吹麻滩小学校长 马进军表示,作为老师要怀感恩之心, 担负起为党育人、为国育才的使命,也 (3)班的教室时,班主任 希望孩子们铭记在困难时期提供过帮 助的社会各界人士,以崭新的精神面貌 投入新学年的学习生活当中。

> 据了解,为确保秋季学期顺利开 学,吹麻滩小学提前谋划做好了学校 各项计划、课程安排及新课程教材使 用培训等,并组织教师规划设计了新 建教学楼校园文化布置,彻底清理校 园环境卫生,以最饱满的精神迎接新 学期的开始。

"幼"见美好 从"新"出发

-积石山县大河家镇五一幼儿园开学首日见闻

本报记者 马丽亚

"两只老虎爱跳舞,小兔子乖乖拔 萝卜,我学小鸭子学走路,童年是最美 的礼物……"9月2日早晨,伴随着欢快 的歌声,积石山县大河家镇五一幼儿园 迎来开学第一天,老师们早早地来到幼 儿园做好准备,以满满的爱与仪式感, 让小朋友们快乐入园。

时光恰好,秋光为序。九月的风吹 来了期待,也带来了新学期的展望。踏 着快乐的节拍,家长们牵着孩子的手, 带着对未来的期许,将孩子们送到这个 充满希望的新环境。

"今天是开学第一天,昨天,孩子兴 奋得一晚上没睡着,一大早就拉上我来 上学了,新幼儿园太漂亮了,别说小孩 子了,连我们大人们都喜欢得不得了!" 家长马哈非说。

开园当天,幼儿园设置了气球通道、 手绘海报拍照打卡点等,充满童趣的布 置让"开园礼"仪式感满满,首批学龄前 儿童与家长一起人园参观,在老师引导 下开启了全新的成长模式。

"大家快来看,这里有漂亮的花朵中班120余人、大班90余人,下

"操场上的这个图案是太阳哎。"

"妈妈,我要在这里拍张照片!" 一进幼儿园的门,孩子们就兴奋

地东瞧瞧、西看看,稚嫩的小脸上透露 着懵懂与期待,对幼儿园新生活充满 了向往。

本学期开学第一课的主题是"感恩 祖国感恩党 美好家园谱新篇",幼儿 园紧紧围绕这一主题,在开园仪式上邀 请家长及幼儿园建设者们同升一面旗、

同唱一首歌;组织师生观看抗震 救灾和灾后恢复重建宣传片,通 过鲜活事例,更加深刻地感受抗 震救灾精神、中国速度、中国力 量及"一方有难,八方支援"的中 国精神和磅礴力量。 伴随着庄严的国歌声,开学

典礼正式拉开帷幕。全体师生 肃静立正,向着鲜艳的五星红旗 行注目礼。那一刻,爱国、爱幼 儿园的种子在每一颗纯净的心 灵深处生根发芽。

"愿我们的家乡越来越好!" "希望孩子们能健康快乐地成 长!"……最后,家长和孩子们共 同把心愿和寄语写在了卡片上, 挂在操场中间的核桃树上。

"作为大河家镇唯一一所 公立幼儿园,我们主要服务的 是四堡子村安置点、棚户区及 大河家街道的幼儿。目前,我 们幼儿园已招收小班90余人、 一步将全力以赴把幼儿园办

成大河家镇最优质的幼儿 园。"副园长马树婷对幼儿园未来的

发展充满信心。 为了让孩子们感受到幼儿园的温 暖和成长的快乐,老师们用真诚的笑 脸、轻柔的话语、关爱的怀抱迎接孩子

们入园,园内每个角落都洋溢着安全、 健康、温馨和快乐。

"在这里,我们不仅传递知识、传播 希望,更要用耐心和爱心滋润孩子们的 生机与活力。





心灵花园。"小班教师马全梅动情地说。

"操场软软的,教室新新的,我 好喜欢这个幼儿园呀,今天我很开 心!"大一班的马玉辉小朋友高兴地

别过夏花绚烂,走进秋叶静美,美 好的时光缓缓流过,成长的足迹深深留 下,开学第一天,五一幼儿园处处充满

济南市国资委考察调研组来临考察调研

调研工作。

属国有企业和县市有关企业生产经营、



考察调研组一行实地了解我州州 源、特色优势和产业基础,在旅游资源 开发利用、做大做强民族特色食品及种 植养殖产业培育等方面有很大的发展 市国资委考察调研为契机,积极对接跟 潜力。济南市国资委和市属国有企业 进,切实将对接合作成果转化为推动我

本报讯 (记者 郭慧霞)近日, 产品销售及订单需求情况,并与部分国 宣介临夏等领域加强对接合作,发挥市 济南市国资委组织该市14家市属国 有企业和民营企业负责同志就支持、合 属国有企业在资金、人才、项目建设等 有企业相关负责人来我州开展考察 作的有关事项进行对接。考察调研组 方面的优势,保持联动互动,加快推动 表示,临夏州具有得天独厚的旅游资 双方合作开花结果,为临夏经济社会高 质量发展助力。

州财政局(国资委)将以此次济南 将在产业合作、消费帮扶、会展协作及州经济社会发展的实绩实效。

我州举行2024年"才聚临夏"人才夜市招聘会

州、市人社局联合举办的2024年"才聚临 夏"人才夜市招聘会在临夏市中天健广 场举办,利用晚间群众外出纳凉时机,为 企业和求职者提供面对面交流机会,促 223人,重点以高校毕业生为主。现场设

本报讯 (记者 马丽亚)近日,由 进群众就业。

车、零跑汽车、河北铁运和南雅新材等14 立求职加油站、零工就业岗位登记区及简 主播在线与观众实时交流、解答疑问。据 促进全州就业工作稳中向好发展。

统计,初步达成就业意向76人,当晚线上 此次招聘活动提供上汽集团、奇瑞汽 直播观看人数达2.3万人次。

今年以来,州人社局不断创新人才招 家知名企业的招聘岗位43个,计划招聘 聘模式,持续举办"人才夜市"招聘活动, 目前已举办4期。该活动的举办,进一步 拓宽了求职招聘供需对接渠道,全力保障 历优化指导区,同步进行直播带岗活动, 高校毕业生等重点就业群体高质量就业,

七问七答骨质疏松症,为健康"骨"劲

腰酸背痛、手臂发麻、晚上睡觉 经常抽筋醒来……如果您也有这些 症状,那可就千万要注意了,这很有 平的改变,体内活性维生素D可能会 可能是"骨质疏松症"! 也就是您的 缺乏,继而引起机体对钙的利用率下 骨头正在一点点"变空"!

看到这里,或许有人仍不以为 然,认为"骨质疏松症是老年人才会 退所致的体内雌激素骤减也会导致 得的病""骨质疏松症不是什么大 骨量丢失,加速骨质疏松的进程。 病"。事实上骨质疏松症正在逐渐年 至死亡。

'老来虚"的"凶手"——骨质疏松症。

一、什么是骨质疏松症? 致的骨密度和骨质量下降,骨组织显 发生的。 微结构受损,骨脆性增加,从而易发

生骨折的一种全身骨代谢障碍疾病。 二、骨质疏松症有症状吗?

有。骨质疏松症一般会出现全 折家族史。 身酸痛、腰背疼痛、脊柱变形、身高变 矮、易发生骨折等一系列症状。

三、骨质疏松症是因为缺钙吗?

首先,骨质疏松症不一定是因为 的饮料等; 缺钙。人到老年,随着激素、代谢水 降,骨量减少。

此外,更年期女性因卵巢功能衰

轻化,且非常容易导致跌倒、骨折,甚 简单的"钙摄入不足",也并非只要 多喝点骨头汤、多吃点钙片就可以 今天,我们就一起来认识一下这个解决;究其原因是人体对钙的吸收 能力不足,换句话说就是,即使整天 吃钙片,若身体无法有效地将钙吸 骨质疏松症是由于多种原因导 收、进入骨骼,骨质疏松还是一样会

四、什么原因会导致骨质疏松症?

1. 不可控因素

种族、老龄化、女性绝经、脆性骨

2. 可控因素 (1)不健康生活方式:如体力活

动少、过量饮酒、吸烟、饮用含咖啡因

(2)疾病:如甲状旁腺功能亢 进症、库欣综合征、甲状腺功能亢 讲症等:

(3)引起骨质疏松症的药物:如 糖皮质激素等。

五、年轻人不会患骨质疏松症吗?

年轻人也会患骨质疏松症。年 所以,骨质疏松症的病因绝非 轻人患骨质疏松症的原因主要有以

> 1.过度防晒 一些女性为了不被晒黑总是竭

力遮挡或避开阳光。其实,适度接受 阳光照射有利于人体对钙的吸收,过 度防晒会影响体内维生素 D3 的合 成,而维生素D3能够促进钙的吸收, 缺乏维生素D3会造成体内钙质严重 不足,人体不得不通过释放骨骼中的 钙质来维持血钙水平,进而导致骨质 疏松症。 (未完待续)

疾控科普 州融媒体中心 州疾控中心 合办