

我州“坚定信念听党话 立志高远报国家”主题思政课宣讲开讲

本报讯（临夏融媒记者 赵淑娟）12月8日下午，“坚定信念听党话 立志高远报国家”大思政课系列宣讲活动在临夏中学启动并完成首讲。活动由州委宣传部牵头，联合州委党校、州教育局共同举办，计划于12月8日至17日深入我州各县市部分学校开展，旨在创新思政教育形式，拓展思政课教学内容，引导广大青少年立志成才、报效国家。

首场宣讲在临夏中学礼堂举行，全体思政课教师与学生一同聆听。宣讲课程突破传统讲授模式，创新采用“故事汇”形式，分“信仰·理想·信念”“立志·奉献·坚守”“使命·担当·报国”三个篇章展开。宣讲教师生动讲述了从革命领袖毛泽东，到甘肃早期革命领导人、临夏籍英烈胡廷珍，核物理学家赵忠尧，再到“敦煌的女儿”樊锦诗、“中国枪王”朵英贤等老一辈共产党人与先进模范的感人事迹，生动诠释了何为信仰、坚守与担当。并注重融合本土与当代榜样，不仅重温胡廷珍烈士的革命征程、朵英贤院士的科技报国之路，更将卫国戍边英雄陈祥榕、自强学子庞众望以及临夏州荣获全国道德模范称号的“临夏四少年”见义勇为事迹纳入叙事，以贴近青年的语言，深刻阐释个人理想与国家命运紧密相连的时代主题。宣讲在“请党放心，强国有我”的青春誓言中达到高潮，将“立志成才，矢志报国”的种子深植青少年心田。

全州工会系统党的二十届四中全会精神集中宣讲活动收官

本报讯（临夏融媒记者 马玉兴）为推动党的二十届四中全会精神深入基层、入脑入心，连日来，州总工会精心组建全州工会系统宣讲团，由劳模先进、专家教授领衔，深入基层一线、企业车间、机关事业单位开展集中宣讲活动。

此次宣讲活动紧扣全会精神核心要义，通过10场集中宣讲，实现全州八县市及经济开发区全覆盖，1700余名干部职工现场聆听学习。宣讲团成员既立足理论高度系统阐释全会精神内涵，又结合劳模奋斗经历、企业发展

四中全会精神在基层

山东中泰证券在我州开展公益助学活动

本报讯（临夏融媒记者 乔栋明）12月4日，山东中泰证券在临夏市、永靖县开展公益助学活动，以实际行动践行企业社会责任，为孩子们送去温暖与希望。

在临夏市红园路小学，中泰证券青年志愿者们向该校学生捐赠了丰富的儿童读物；精心设计的“共读一本书”活动，为学生们生动讲述了《小英雄雨来》，引导孩子们感悟英雄品质；开展萤火虫主题绘画，为孩子们送来欢乐与关爱的同时，也播下了公益与梦想的种子。在永靖中学，中泰证券相关负责人与学校负责人座谈交流，详细了解学校办学情况，并为该校捐赠35万元，以实际行动践行企业社会责任。

东西协作新时代
经济携手新征程

临夏市开展消防安全主题宣传活动

本报讯（临夏融媒记者 马琼洁）近日，临夏市应急管理局组织工作人员深入城北加油站、老毛沟手抓搅团总店、河州府包子店、成都芙蓉川湘楼旗舰店、天华苑小区等重点单位场所，开展消防安全主题宣传活动，旨在强化消防安全常识普及，全面提升全社会消防安全意识。

工作人员在各单位场所设立消防知识咨询点，向企业代表及群众发放安全生产法律法规手册，以及“消防常识”“保安全 促发展”

保安全 促发展

全彩印刷

主流声音 权威发布
自办发行 高效服务

全年定价: ¥298
欢迎订阅 2026年度

民族日报

征订热线: 18109308973、18141503611、18909301585、13884013565
征订方式: 各县（市）委宣传部、临夏州融媒体中心

牢记嘱托 奋力谱写中国式现代化甘肃篇章

扎根基层的“石榴籽”书记——记甘肃省民族团结进步模范个人张永俊

临夏融媒记者 张琳

与者”，张永俊常态化召开“共建共创”群众大会和社区“小板凳”会议，累计举行15场，广泛听取居民对社区建设、政策落实的意见建议，协调解决就业、养老、教育、房屋修缮等诉求105件，办结民生实事10件。他还推动组建政策宣传、医疗卫生、矛盾调处等6支志愿服务队，开展“积石成山·石榴花开”文艺演出、“石榴圆梦·职为你来”招聘会等活动15场，并依托社区零工驿站组织技能培训，帮助158名群众实现家门口就业。

在促进民族情感交融方面，张永俊以“文化建设好、民族团结好、后续发展好”为目标，组织“同心石榴”睦邻活动、“同吃一桌饭”等特色活动12场，让各族居民在春节等节日期间共聚一堂，通

过“大手拉小手”、新春送福等形式，推动“各美其美、美美与共”的理念深入人心。社区推行红白事“互帮互助”制度，开展“邻里一家亲”文明实践活动，促进居民交往交流。此外，他建立特殊群体“周探望”制度，今年累计走访孤寡老人、残疾家庭123户，解决实际困难25件；借助“巾幗家美”积分超市，引导居民通过参与志愿服务、环境整治等积累积分、兑换物品，进一步激发社区活力、增强凝聚力。

产业发展是张永俊促进民族团结的重要抓手。他创新“党支部监督管理、企业育苗销售、农户参与种植”模式，在灾后恢复重建配套建成的占地290亩日光温室里，带领群众种植反季

节果蔬，实现当年建设、当年种植、当年收益。“这里的温室不仅种出了果蔬，更结出了民族团结的幸福果。”居民马宝成感慨道。

从精细划分党建网格到温室大棚的丰硕成果，从积分超市的暖心服务到节日里的欢歌笑语，张永俊用脚步丈量民情，以真心凝聚民心。“在这里，我们找到了家的温暖。”居民闵有卜的话语，正是社区民族团结的真实写照。正如张永俊在工作笔记中所写：“只要群众需要，我愿永远做一颗扎根基层的石榴籽，用心用情呵护好民族团结的生命线！”

铸牢中华民族共同体意识

永靖县开展国家宪法日宣传活动

法治临夏

五年同心筑梦 聚力成炬兴州

振兴、民族团结“三位一体”样板村建设，6个单位被命名为全省“红石榴”各族群众互嵌式发展社区；21个“文旅+民族团结”示范景区，6条文旅融合、10条研学旅行精品线路，让旅游成为各民族交往交流交融的重要载体。

创建质效持续提升，按照“一县市一品牌、一行业一特色”思路，推进创建“十进”活动，构建“1+8+N”全域示范体系，打造100个示范典型，形成八坊街道“党建引领+民族团结+文旅融合”等18个基层创新经验。目前，5个国家和省级教育实训基地建成，省级示范点实现全覆盖，近两年11个集体、20名个人荣获全国、全省民族团结进步模范集体和模范个人称号。

依法治理为团结保驾护航。宪法、民法典等普法宣传常态化开展，各族群众国家意识、公民意识、法治意识明显增强；稳慎推进涉民族政策法规立改废释，将“铸牢”纳入村规民约等各类规则，为外出经商务工人员开展行前培训，与16个省的46个地区签订跨区域协作协议，织密民族团结保障网络。

践行我国宗教中国化“新实践”

引导信教群众踊跃捐款，长期资助各族孤儿就学，帮助特困户改造危房……全省民族团结进步先进个人、临现实行清真老华寺教长马万里，多年来用实际行动诠释着中华民族守望相助、手足相亲的美德，这正是临夏推进我国宗教中国化、有力促进宗教与社会主义社

会相适应的生动缩影。

五年来，州委统战部坚持把思想政治引领作为基础性、先导性工程来抓，在宗教界深入开展“爱党爱国爱社会主义”主题教育、“党亲国好法大”教育实践活动，举办党的民族宗教理论政策下基层“百场万人”大宣讲和观摩经济社会发展、外出学习考察、体悟中华优秀传统文化、互观互学互鉴等活动，开展中华民族共同体意识教育、感恩活动及国防教育等。深化“四进”宗教场所活动，发放国旗2100面，法律法规和相关书籍1.65万册、主题海报3.27万张、字画220幅。在重大活动、重要节日期间，宗教界人士和信教群众自发在场所内举行升国旗仪式，感党恩、听党话、跟党走的思想行动更加自觉。

同心聚能激活发展“动力源”

积石山县6.2级地震发生后，广大统战成员积极响应，累计捐款捐物3254.62万元；生态建设上，8处“同心林”郁郁葱葱，见证生态与发展共融……统战工作的活力，最终体现在推动经济社会发展的实效上。五年来，全州统战系统立足“联”的优势、写好“聚”的文章，做好民主党派、党外知识分子、民营经济、新的社会阶层人士等工作，为经济社会发展注入强劲动力。

民营经济愈发强劲，州上每年举办民营企业座谈会、“企业家活动日”活动，开展“千企调研纾困”行动，协调解决

256个发展难题。如今，6名民营企业家长荣获第三届甘肃省非公有制经济人士优秀中国特色社会主义事业建设者称号；“万企兴万村”临夏行动中，134家企业带动239个村，实施兴村项目100个、投资达3.58亿元，带动5055人就业；东西部协作中，东部企业和社会组织向我州捐款捐物2.7亿多元。

新的社会阶层人士添新力，对台和侨务工作暖人心。建立330人的新的社会阶层代表人士信息库，成立新的社会阶层人士联谊会和网络人士联谊会，打造20处实践创新基地。开展“寻美·临夏”活动，新的社会阶层人士和网络人士在抖音、快手等平台发布短视频，全方位展示临夏发展活力。落实相关政策，加强对台人文交流，帮助解决台属实际困难，协助发放宋锡五奖学金，接收已故爱国台胞宋文明先生捐赠慈善380分。成立省侨联青年委员会临夏分会，走访慰问侨界群众，2个“侨胞之家”获评全国侨联系统典型单位。

五年同心筑梦，五年聚力成炬。当太子山的晨光洒满致富路，当校园里各族青少年的笑声交织成乐章，当黄河畔的“石榴籽”故事越讲越响，统一战线的“法宝”作用在临夏大地充分彰显。站在新的起点，全州统战系统将加快打造全国民族团结进步示范区，积极引导宗教与社会主义社会相适应，全面提升各领域统战工作水平，奋力开创民族地区高质量发展新局面，加快谱写中国式现代化临夏实践新篇章。

咳、痰、喘？肺气肿你了解多少？

说起肺气肿，很多人都有所了解，通常会想到老年人呼吸困难的场面，认为绝大多数的病因是老年人身体体质差，抵抗力下降所致。其实，肺气肿是一种比较常见的疾病，接下来，就来了解一下肺气肿吧。

一、肺气肿的病因

肺气肿，又称阻塞性肺气肿，是一种慢性肺病。长期吸烟者和长期吸入粉尘性气体、有害物质者都是肺气肿的高发人群。发病率在45岁以后随年龄的增长而增加，是老年人的一种常见病和多发病，男性发病率约为女性的2倍。约80%的肺气肿患者与香烟暴露有关，抽烟、感冒、大气层污染、身体免

疫功能的低下等等原因都可能对肺部组织造成损害。危害包括低氧、呼吸衰竭、呼吸困难、气胸、营养不良等。

二、肺气肿的预防措施有哪些？

- 戒烟
吸烟会引起气管炎，导致肺气肿发生，所以必须戒烟，不光自己不吸烟，也要避免二手烟的吸入。
- 环境保护
因雾霾天气或者职业必须要接触时，一定要做好防护。雾霾天气尽量减少外出，即便外出一定要注意戴口罩防护；有职业接触的患者，比如接触粉尘或者刺激性气味时，也要做好职业防护。
- 适量运动

加强体育锻炼，增强体质是疾病预防的关键部分。

- 避免呼吸道感染
尽量避免去人群聚集的地方，做好防护，减少经呼吸道传播疾病的感染。
- 作息规律

总的来说，肺气肿的发生与环境、生活习惯息息相关，所以在预防肺气肿时一定要从自己做起。戒烟是有效预防肺气肿的方法之一，同时也要进行适当的运动，这样才能不断提升自身的抵抗力，减少出现该疾病的概率。

疾控科普
州融媒体中心 州疾控中心 合办

临夏州融媒体中心

新书发售

一本记录中国速度、中国力量、中国温度与中国精神的当代“史记”临夏篇章！

积石成山 向阳而行
——积石山路上12、18路纪实
临夏州融媒体中心 编

订购联系电话：0930-6221032
18089309950