

人生智慧

# 保持年轻的5个秘诀

○渡 兰

常常有人追问:人过了多少岁,便不再年轻了呢?

有位作家这样回答:“青春不是桃面、丹唇、柔膝,而是深沉的意志、恢宏的想象、炙热的情感。”年轻,不是易逝的容貌和年华,而是一种心境。今天分享给你保持年轻的5个秘诀,心若年轻,岁月不老。

### 秘诀一:保持一颗童心

童心无关年龄大小,而是一种充满活力生命状态。戴着灰色的眼镜看世界,生活总是索然无味、死气沉沉;若能拥有一颗童心,即使闭上眼睛,也能想象出一片烂漫春光。

成年后依然保有一颗童心很难得,这不是幼稚的表现,而是看过世间的千变万化后,依然相信美好的存在。始终保持对事物的好奇心,这样的人离幸福最近,自然也会显得更年轻。

### 秘诀二:笑口常开,容颜不老

在生活中,有些年轻人不苟言笑、毫无爱好,觉得生活里没有任何有意思的事。即使年龄很小,却给人一种暮气沉沉的感觉。

其实,正是在你每一次蹙眉和叹气里,岁月找到了可以侵蚀的缝隙。真正热爱生活的人,即使历经风雨,他们也从不自怨自艾,而是抓紧每个机会享受生命的美好,进一寸得一寸的喜悦。当你嘴角向上,事情便已开始出现转机。

### 秘诀三:一个爱好,可与岁月抗衡

如何处理闲暇时间,关系着一个人的人生质量。有的人每天浑浑噩噩,把大部分的时间都用来玩手机,白白浪费了大好年华。

但如果你有一个爱好,比如唱歌、

写作、运动等,都能让生活变得多姿多彩。当一个人做着自己喜欢的事时,整个人就会焕发出一种别样的光芒。无论到了什么年纪,他们都因热爱和好奇心而变得与众不同,这份热爱可与岁月抗衡。

### 秘诀四:不断学习新鲜事物

活到老,学到老。一个人无论到了什么样的年纪,都要保持不断学习的能力。也许是学习一种新的乐器、一门新的语言,或是学会一份新的菜谱。一个人如果二十岁时就停止了学习,那么这个人其实就已经老了。但如果一个人活到八十岁还有好奇心和求知欲,那么这个人就依旧年轻。

只有当你不断去学习新的东西,而不只是停留在原地遵循旧的习惯和已有的经验过日子时,人生才能日日宛如新生。

### 秘诀五:有一颗爱美的心

美丽不是年龄的代名词,而是一种积极向上的态度。一个人无论到任何年纪,都要保持一颗爱美的心,干净整



大千世界

# 我的小菜园梦想

○怡 文



在上海,越来越多的小区都经历了封闭管理和核酸检测,半夜调闹钟起来抢快递小哥买菜,再次成为大家共同的关注点。

今天有一则小视频被大家广为流传。视频里,一则画面自豪地展示自家种在院子里碧翠绿诱人、长势喜人的各色蔬菜,自豪的女主人更是放话说出来“根本吃不完”。这对疫情当下抢不到菜的广大群众来说,是多么受刺激的痛点啊!

话说自己种菜这事儿,住乡下那几年,在自家后院里倒是也玩过。种过好几种蔬菜,因为我和队友两人都四体不勤、五谷不分,稍微复杂点的都被我们养死了。比如南瓜就感染了真菌,叶子大片大片地枯死,又喷药又去除感染的叶子,最后忙活了几个月,只结出来两只小小的南瓜,样子虽然挺好看,但考

虑到付出的努力和其他成本,这南瓜贵出天际去了,比什么有机菜都贵,最后吃了两块南瓜煎饼就没了。

另有一种是土豆,也是因为超市买了大葱,就是超市随手买回来的那种,吃完上面的部分,随手埋了一截根部,它就凶狠地长起来了。一开始还模样清秀,尤其开的花,小小一簇开成一个白色花球,纤细的蕊顶着高高的,一小簇就像一顶小公主的皇冠,又美又仙。开过花以后,画风突变,越长越粗,最后一个个胖得倒在地上,完全不顾形象了,气味也是臭其霸道。

另一种是土豆,也是因为超市买了土豆一时没吃完,发芽了,就埋进土里,这就没完没了地出芽开花,后来简直成了僵尸土豆,还是再给我这样一个小菜园,蔬菜里我也只能种茄大葱土豆,好像也没法指望它们当日常蔬菜吃,还是继续半夜上闹钟抢菜吧。

(摘自《三联生活周刊》)

本版所摘文章,作者地址不详,请相关作者与本报编辑部联系,以便寄稿酬。

万象灯火

# 爱是一碗汤的温度

○马亚伟

父亲年轻的时候,吃饭从来不吃汤。他总说:“好不容易能吃饱饭了,还灌一肚子汤干啥?再说了,吃饭喝汤容易饿。”可如今父亲老了,胃也不大好,医生建议他多喝点汤养养胃。

母亲开始学着煲汤,玉米排骨汤,冬瓜丸子汤,金针菇鸡汤,还有她自创的各种汤菜,轮番登上餐桌。母亲做菜还是有些天赋的,没多久,就能把汤菜做得有滋有味。父亲尤其喜欢喝那些长时间煲出来的汤,他常常一边“吸溜吸溜”地喝,一边慢慢品味:“没想到这汤比饭店味道还好,越品越有味,我都喝上瘾了。喝了汤胃里暖暖的,真是很舒服。”

母亲见父亲满意,煲汤的兴致更高了。她研究了不少汤菜,还买来了不同的煲汤器具。而且她对自己的要求越来越高,汤不仅要好喝,还要营养丰富,最好有食疗的效果。我们都看得出来,母亲如此用心,就是为了让父亲喝上一碗热汤。

那次,我看母亲煲了玉米排骨汤,却不停地用勺子舀出一点来品尝。她仔细地抿了一口汤,可能是因为烫,下意识躲了一下。过了一会儿,她又去尝汤。我在一旁说:“妈,我都看你尝了三次了,还没尝出咸淡吗?”母亲笑笑说:“汤已经煲好了,不用尝咸淡,我是在试汤的温度。温度合适了,再让你爸来喝。”我被母亲逗得笑起来:“妈,你把我爸当三岁小孩子了吧?汤如果烫,他不会自己凉凉再喝吗?”母亲笑呵呵地说:“你爸有个毛病,你们都没看出来。他每次坐到餐桌上就要开吃,特别着急。有时候饭菜烫,他宁愿被烫了嘴巴,也会立马开吃。他这个毛病呀,可能是早年困难时期怕了留下的后遗症,生怕有东西吃不到嘴里。这些年,你们都不知道他被烫了多少次嘴巴。我知道他这个毛病,每次都是尝着饭菜的温度合适了,再让他来吃饭。”

原来如此,母亲这样说,我倒想起来,父亲吃饭确实很着急。我感动于母亲对父亲的关照如此细致,便打趣说:“妈,我爸有你这么照顾,是不是太幸福了?”母亲笑笑说:“其实你爸也是个细致的人,还记得那年我住院吗?那次我做了手术,你们工作都忙,不能天天陪着我。都是你爸照顾我,喂我吃饭。他都是尝着饭菜温度合适了才喂我。同病室的人都说,看着那么粗枝大叶的一个人,没想到心这么细!”母亲淡淡地说着,语气平缓,我的心里却涌起了阵阵暖流。

要吃饭了,母亲招呼父亲坐在餐桌前。父亲端起碗,“咕咚”喝了一口汤,然后品味回味着说:“好喝!”我问:“爸,你怎么也不尝尝汤是不是烫嘴就喝?”父亲哈哈一笑说:“我知道,每次喝的汤,温度都是刚刚好。我不喜欢喝温吞的,你就把汤凉到稍微凉一点,喝起来正合适!你妈这人心细,我喝完小半碗,她还会为我加汤增温呢。”父亲说着,脸上露出得意和幸福的表情。

我原本以为,夫妻老了,彼此之间的爱也会消失,只剩下陪伴。其实,爱永远不会消失,反而会历久弥深。爱会在多年的相濡以沫中变得更加细致,更加醇厚。爱是什么?爱是知你懂你,爱是疼你爱你,彼此懂得,彼此疼爱,爱就是一碗汤的温度。一汤一饭的体贴,三餐四季的相守,就是世上最绵长最深厚的爱。

(摘自《思维与智慧》)



# 非法用火要举报 全民监督更重要

中共大理市委主办  
大理时讯 DALISHIXUN  
大理日报  
大理广播电视台  
大理市人民政府  
大理市公安局  
大理市应急管理局  
大理市消防救援支队  
大理市住房和城乡建设局  
大理市生态环境局  
大理市市场监督管理局  
大理市卫生健康局  
大理市文化和旅游局  
大理市农业农村局  
大理市水务局  
大理市自然资源局  
大理市住房和城乡建设局  
大理市生态环境局  
大理市市场监督管理局  
大理市卫生健康局  
大理市文化和旅游局  
大理市农业农村局  
大理市水务局  
大理市自然资源局

## 我市营商环境持续优化

好的营商环境就像阳光、水和空气,对市场主体而言,不可缺少。我市在推进“两个革命”开展“学做”活动中,持续推进“放管服”改革工作,加快转变政府职能,推行政务服务网络化、标准化、便利化,全市营商环境持续优化。

工作中,我市强化政策引领,先后出台了《大理市打造市场化法治化国际化营商环境实施方案》《大理市深化“放管服”改革优化营商环境服务市场主体优化措施》《大理市进一步优化营商环境促进市场主体倍增工作方案》和18个营商环境核心指标工作推进实施方案,并按照指标要求做好相关工作。坚持以“放”到位、“管”到底、“服务”好为主基调,全面推行政府部门权责清单制度,实行动态管理,对上级下放的事项,确保接得住、管得好。不断健全监管方式,推进“双随机、一公开”监管,加强重点领域监管,建立全市场监管领域部门联合监管《检查对象名录库》,按计划组织开展联合抽查和部门抽查任务。

为切实提高标准化便利化规范化服务水平,按政府购买服务方式,市政务中心综合窗口8名综合接件人员已招录到位,设置10个主题窗口、5个综合服务窗口,为企业和办事群众提供优质高效服务。实施“免费复印、免费邮寄、免费公章刻制、免费雨伞借用”服务,今年1月至4月,为389户新办企业免费刻制公章1945枚,共减免费用38万元。

下一步,我市将认真做好“放管服”改革和优化营商环境工作,转变政府职能,持续抓好已出台的18个营商环境评价指标的落地见效工作。认真对照2021年度州市营商环境评价发现问题清单,切实抓好评价发现问题整改,巩固营商环境工作成果,不断提高工作效率和服务水平,切实打造市场化、法治化、国际化营商环境,为企业提供公平公正的市场秩序,以更优营商环境,助力我市高质量发展。

汪冀军



## 全市临建违建集中排查整治工作现场推进会召开

为进一步加强房屋安全管理,全面消除房屋安全隐患,保障广大人民群众的生命财产安全,5月20日,大理市临建违建集中排查整治工作现场推进会召开。

与会人员先后到海东镇下和村拆除现场点位、挖舍镇拆除现场点位、双廊镇拆除现场点位进行实地调研,听取各点位工作汇报,详细了解临建违建和房屋建筑安全隐患集中排查整治工作进展情况。

会议指出,房屋安全关乎人民群众生命财产安全和社会稳定大局,各级各部门应深刻认识开展排查整治工作是消除安全隐患的需要,要从思想和政治上提高站位、乘势而为,迅速行动起来,切实增强排查整治工作的紧迫感和责任感。

会议强调,全市各级各部门要依法从源头加强管控,严格执行基本建设程序,从从严加

房屋建筑安全隐患排查,抓实临建违建整治和房屋建筑安全隐患整治;要聚焦“五类”必拆启动排查程序,制定拆除计划,采取快速高效且强有力的措施推进整治各项工作;要全面开展“回头看”工作,对照前期排查工作查漏补缺,确保“不漏一栋、不漏一户”,同时做好拆除后续规划工作;要压紧压实责任,确保工作迅速开展扎实推进,健全完善长效管理机制,加强宣传引导,积极构建群防群治工作格局;要加大督导检查、追责问责力度,切实以最严格的措施狠抓责任落实和工作落地,全力营造安全稳定的社会环境。

市委常委、纪委书记张琼,副市长汤中国,海开委相关领导,市级相关部门负责人,各乡镇(街道)主要领导、分管领导参加会议。

记者 徐建伟 马 驿  
实习生 李雪艳

大理时讯 DALISHIXUN  
大理日报  
大理广播电视台  
大理市人民政府  
大理市公安局  
大理市应急管理局  
大理市消防救援支队  
大理市住房和城乡建设局  
大理市生态环境局  
大理市市场监督管理局  
大理市卫生健康局  
大理市文化和旅游局  
大理市农业农村局  
大理市水务局  
大理市自然资源局

## 大理市创建全国文明城市指挥部召开第10次调度会

5月21日,大理市创建全国文明城市指挥部召开第10次调度会,通报大理市建成区内主次干道、商业大街基础设施、建筑工地围挡公益广告建设存在的问题,并提出初步整改意见,参会人员围绕整改意见进行讨论发言。

会上,市创文办通报了城市建成区内主次干道、商业大街基础设施和建筑工地围挡公益广告建设存在的问题,并提出初步整改意见,参会人员围绕整改意见进行讨论发言。

市创文指挥部副指挥长及有关成员单位负责人,海开委分管领导,市级和大理经开区有关部门负责人,市创文办及其相关工作组负责同志参加会议。

会上,市创文办通报了城市建成区内主次干道、商业大街基础设施和建筑工地围挡公益广告建设存在的问题,并提出初步整改意见,参会人员围绕整改意见进行讨论发言。

## 2022年大理第十七届“爱心送考”活动温暖起航

5月23日上午,大理全民健身中心东广场上爱心涌动,爱心司机、爱心车队、爱心交警、爱心志愿者、爱心企业人士又一次聚到一起,正式启动“文明大理 与爱同行”大理第十七届“爱心送考”活动,再一次为高考学子保驾护航。

市人大常委会副主任李金善出席启动仪式并宣布2022年“爱心送考”活动启动。

2006年,为帮助广大考生“安全、快捷、准时”抵达考场,大理启动了“爱心送考”活动,用实际行动关爱莘莘学子。活动开展至今,内涵不断丰富,规模不断扩大,参与车辆累计1万多台次,服务考生4万多人计,1707名考生参加高考。

在活动现场,爱心师傅、爱心车队、爱心企业、爱心志愿者积极参与到活动中,踊跃报名为高考学子服务。他们将齐心协力为“爱心送考”成为六月里大理最美的流动“风景”,让大理这座城市更加充满温情。

启动仪式结束后,出席仪式的领导及嘉宾为“爱心送考”车辆张贴爱心标识。

一件既定的工作目标,全力以赴打好创文攻坚战。

会上,市创文办通报了城市建成区内主次干道、商业大街基础设施和建筑工地围挡公益广告建设存在的问题,并提出初步整改意见,参会人员围绕整改意见进行讨论发言。

会上,市创文办通报了城市建成区内主次干道、商业大街基础设施和建筑工地围挡公益广告建设存在的问题,并提出初步整改意见,参会人员围绕整改意见进行讨论发言。

会上,市创文办通报了城市建成区内主次干道、商业大街基础设施和建筑工地围挡公益广告建设存在的问题,并提出初步整改意见,参会人员围绕整改意见进行讨论发言。

## 与爱同行,交警、交通、民政、教育、城管、团委等部门联动,爱心车队、爱心车辆每年都如约而至,爱心企业、爱心商家为“爱心送考”助力,不断将爱心播撒在了大理的每一个角落,让大理更加文明,让城市更加动人,让温情。

启动仪式结束后,出席仪式的领导及嘉宾为“爱心送考”车辆张贴爱心标识。

启动仪式结束后,出席仪式的领导及嘉宾为“爱心送考”车辆张贴爱心标识。

启动仪式结束后,出席仪式的领导及嘉宾为“爱心送考”车辆张贴爱心标识。

启动仪式结束后,出席仪式的领导及嘉宾为“爱心送考”车辆张贴爱心标识。

启动仪式结束后,出席仪式的领导及嘉宾为“爱心送考”车辆张贴爱心标识。

启动仪式结束后,出席仪式的领导及嘉宾为“爱心送考”车辆张贴爱心标识。

启动仪式结束后,出席仪式的领导及嘉宾为“爱心送考”车辆张贴爱心标识。





## 云南民族干部培训基地与大理市委党校签约 携手提升干部教育培训水平能力

5月20日,云南民族干部培训基地与大理市委党校合作签约仪式举行,双方签订《干部培训合作框架协议》,将全面深化合作,资源共享、人才共育、发展共促,携手全面提升干部教育培训水平能力。

云南民族大学党委副书记、云南民族干部培训基地常务副主任李光明,市委副书记、市委党校校长李欣出席签约仪式并致辞;市委常委、市委办主任张宇主持仪式。

大理市委、市政府历来高度重视干部教育培训工作,始终把建好党校、管好党校、办好党校作为主攻方向,明确提出建



## 满江街道切实推进临建违建安全隐患排查 分类处置暨个人建房安全隐患排查整治工作

5月20日,满江街道召开临建违建安全隐患排查分类处置暨个人建房安全隐患排查整治工作推进会,进一步压实责任,加强房屋安全管理,全面消除房屋安全隐患,保障广大群众生命财产安全。

满江街道处于全市临建违建防控的重要区域,辖区内临时建筑数量大、自建房加层现象普遍,情况复杂。满江街道党工委、办事处高度重视,迅速行动,强力推进,要求各村(居)工作人员以走访入户、查阅资料、询问交流等形式进行排查,主要针对办理土地、规划、经营许可情况、房屋结构安全、改造情况、用途用能情况、易燃易爆危险品存放情况、“三合一、多合一”情况以及消防安全等方面展开全面排查,并根据现场检查情况和采集到的信息细致填写自建房集中排查认定表。

会议要求,房屋安全关乎群众生命财产安全和社会稳定大局。满江街道各村(居)要进一步认清形势,从长沙市居民自建房倒塌等事故中深刻汲取教训,提高站位,全面推进临建违建和个人建房隐患排查整治工作;要扎实工作,紧盯“严”字抓排查、围绕“细”字抓认定、突出“实”字抓整治,突出重点,全面推进排查整改工作;要紧紧围绕推进“两个革命”开展“学做”活动压紧压实责任,确保工作迅速开展扎实推进,健全完善长效机制,加强宣传引导,积极构建群防群治工作格局,全力营造安全稳定社会环境。

会议安排部署临建违建安全隐患排查分类处置和个人建房安全隐患排查整治工作,组织观看警示教育片《强化执纪监督,整治城市违建》,并就排查整治工作进行业务培训。

记者 黑浩川 杨振飞

## “四季·传递”关爱活动 关注外卖小哥身心健康

随着外卖行业迅速发展,外卖小哥受到了社会各界越来越多的关注。为排解和诊疗外卖小哥日常工作生活中遇到的心理压力和职业病,5月20日,一场“四季·传递”关爱外卖小哥群体的主题活动为我市20余名美团、饿了么、小跑腿等单位的外卖小哥们带来了暖心服务。

此次活动由中共大理州委统战部、中共大理市委统战部主办,大理州新的社会阶层人士服务团、大理州党外知识分子联谊会、大理市党外知识分子联谊会承办,大理市融媒体中心协办。

活动中,云南省基层名中医、大理白州名中医、大理州中医药学会副会长郭文英医生为外卖小哥带来了健康专题讲座。讲座结合工作实际,对外卖小哥工作中经常遇到的职业病、交通安全意识等进行深入浅出讲解,提出了日常需要注意的事项。国家二级心理咨询师张晓强以《千里之行,始于足下》为

题,与外卖小哥们交流,了解大家在工作生活中存在的烦恼和压力,并有针对性地给骑手进行心理疏导,从根源上减轻外卖小哥的心理压力。

当天,主办方还贴心地为外卖小哥们送上了中医保健小礼包和茶杯,并开展了中医义诊和免费心理咨询活动。

外卖小哥杨寸金说:“现场医务人员为我们免费做针灸。做了针灸以后,我感觉自己的颈椎病得到了缓解,非常感谢他们的关心。”

此次活动不仅关注外卖小哥的身心健康,还让外卖小哥群体感受到了社会各界的关爱,增强了他们的获得感、幸福感、安全感。

外卖小哥赵雪雷说:“通过这次活动,我学到了很多,学会了如何关心自己的身体、遵守交通规则,也感受到大理人民对外卖人员的关爱。”

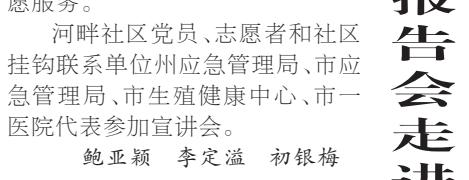
记者 鲍亚颖 李定溢

5月20日,市委宣传部的文明办邀请大理籍第八届全国道德模范唐新华到城关街道河畔社区新时代文明实践站文明实践讲堂开展先进事迹宣讲报告会,旨在通过让身边人讲身边事、身边模范教育身边人,将道德认知与道德实践结合起来,提升市民群众思想道德修养,传递向善向上的道德正能量。

宣讲会上,唐新华以自己的亲身经历诠释了他一直奉行的“人要多做好事,帮助别人也就是帮助自己”理念,讲述了他3次在西洱河勇救5名落水者的感人事迹。难能可贵的是在别人眼中的壮举,在唐新华心中只是一个本能反应,微不足道。唐新华的谦虚和朴实让在场的每一位听众深受感动。大家纷纷发言表示,通过宣讲学习,感受到了道德模范的精神力量,接受了一次灵魂的洗礼。在今后的学习和工作中要以道德模范为榜样,从现在做起,从身边的小事做起,积极践行新时代文明实践志愿服务。

河畔社区党员、志愿者和社区挂钩联系单位州应急管理局、市应急管理局、市生殖健康中心、市一医院代表参加宣讲会。

鲍亚颖 李定溢 初银梅



近日,下关街道西大街社区开展文明旅游一小步、美丽和谐一大步“中国旅游日”宣传活动。活动中,社区文明旅游志愿者向居民群众发放文明旅游倡议书,宣传旅游法等相关法律法规知识,呼吁广大从业人员和市民群众争当文明旅游示范者和推动者,助力城市文明旅游事业发展。

赵玛莎 摄



## 第八届“曹灿杯”青少年朗诵展示活动大理站启动

5月21日,第八届“曹灿杯”青少年朗诵展示活动大理站居然之家场馆启动。

活动由中国诗歌学会、北京市东城区文化和旅游局、云南省朗诵学会、第八届“曹灿杯”全国青少年朗诵展示活动云南省办公室主办。“曹灿杯”青少年朗诵展示活动由中国国家话剧院国家一级演员、著名朗诵表演艺术家曹灿先生倡议、曹灿先生命名,是经政府部门批准的一个全国性朗诵展演。为贯彻

落实习近平总书记提出的“传承中华优秀传统文化,提升文化软实力,增强文化自信”的重要指示,“曹灿杯”着力为广大青少年及儿童搭建专业严谨的语言文化交流展示平台,帮助青少年扣好人生第一粒扣子,通过活动带动促进更多青少年儿童自觉融入诵读国学经典,传承弘扬优秀传统文化。

此次展示活动共有200多人参加,其中选手年龄最小的4岁,最大的15岁,分个人展示和集体展示,展演类型有诗歌散文类和小说古诗类。展演通过青少年朗诵、演讲、讲故事、脱口秀等表现形式,以增强青少年语言表达与演讲能力为宗旨,以“诵读经典 回响”为主题,紧扣“传承红色基因争做时代新人”主旋律,展示新时代青少年儿童积极向上的精神面貌。

活动中,《点赞中国》《争做新时代好少年》等节目表达了小小少年的爱国之志;《乌鸦和狐狸》《石猴出世》等节目内容丰富、生动有趣……选手们精神抖擞、自信满满,一展朗诵风采,不时赢得阵阵热烈掌声。

记者 杨尔华 实习生 杨薇

# 防灾减灾人人参与 社会和谐家家受益

## 杨国旺:怀一腔热忱勤耕耘 守一片初心甘奉献



杨国旺,男,汉族,云南祥云人,1963年12月生,1985年8月参加工作,1988年12月加入中国共产党,历任祥云县第四中学校长,党总支副书记、校长,现任祥云县第一中学党委书记、校长。他从事教育教学工作37年,先后荣获“云南省优秀共产党员”“云南省教书育人楷模”“云南省先进工作者”“全国优秀教育工作者”“全国先进工作者”“享受国务院特殊津贴专家”“庆祝中华人民共和国成立70周年”纪念章、“全国优秀党务工作者”等荣誉。

### “扳门书记”的建校梦想

1985年8月,22岁的杨国旺大学刚毕业,就被分配到祥云二中担任物理教师,从此开启了他的教师生涯。1992年,祥云四中恢复了高中办学,但苦于没有教师具备高三年级教学经验的,上级一眼便看中了教学成绩突出的杨国旺。到祥云四中后,第一届高考90多名学生中只有8名考上大学,8.9%的上线率成为杨国旺心中沉重的负担。教学质量堪忧、教室空间狭窄、操场坑洼不平、生活环境艰苦……很多年轻教师待不住,两年时间走了6名教师,和教师一起离开的还有学生学习的激情。从农村家庭走出来的杨国旺知道,只有知识才能改变命运,教育是农村孩子走出大山的“捷径”,他暗下决心,一定要在落后的农村办一流的学校、培养一流的老师、教出一流的学生,让家乡17万父老乡亲真正有盼头。

教师是学生成长的引路人,如何建立一支高素质的教师队伍,成为杨国旺亟待解决的头等大事。为改变乡村学校留不住人、聚不了心的局面,杨国旺提出“建强支部班子、改善校园硬件、提升教师素质”的思路,制定完善“三会一课”、民主评议、承诺践诺等制度,科学合理设置党员责任区、党员示范岗,打造一支“有党性、有信心、有学识、有爱心”的“四有”党员教师队伍,并

让党员教师与非党教师采取“师徒结对”的模式,逐渐形成了党员教师抢先一步学、带头一步干的良好氛围。

随着办学规模扩大,学校要建新校区,但经费非常有限,这其中面临的困难可想而知。杨国旺一个有效做法就是始终注重发挥每位党员教师的先锋模范作用,使他们成为攻坚克难的排头兵和先锋队。他带领全校师生投工投劳、开展建校劳动,用课余时间硬生生“搬”出了田径场,又自己设计制作、安装篮球架、单双杠等体育设施。一次在铺装校园道路时,车上的拌合沥青由于冷却不能自动卸下,当时已是凌晨2点多,大家都已疲惫不堪。“是共产党员的留下!”说完这句话,杨国旺第一个爬上车顶,用铁镐一点一点将沥青青硬是被他和老师们挖下铺完。

老师们说杨书记是出了名的“扳门”,为了买到质量好又便宜的材料,他到建材市场左挑右选和商家讨价还价;在校园建设和改善育人环境方面精打细算,把一分钱掰成两半花。就是这样一个个“扳门”的书记,带着全校师生,把祥云四中校园占地面积从47亩扩大到366亩,校舍面积比建校初期扩大近10倍,资产从600多万元增加到2亿多元,办学规模从21个班1200余人增加到50个班2700余人。

### 山区中学的“教育奇迹”

作为祥云四中的党总支书记、校长,杨国旺始终秉持“抓教学就是抓党建”的理念,喊出了“党性强不强,教学质量来衡量”的口号,将学校党建与教育教学深度融合、协调发展,教育教学水平不断提高。祥云四中先后培养出了清华大学、复旦大学等知名学府的学生,396名毕业生考上了“985”大学,高考上线率从31.62%上升到100%,本科率由4.5%上升到90%,一本率由3%上升到36.70%,创造了山区教育史上又一个又一个奇迹。

作为党组织书记,杨国旺从不高高在上,而是甘当师生们的“贴心人”。祥云四中党总支积极推行对家庭贫困学生实行精准救助、对学业有困难的学生进行精准辅导、对学业优秀有特长的学生进行精准扶优的“三生工程”,让每一名党员教师联系一个班级、转化一名后进生,资助一名贫困生。他倡导成立学校“希望工程基金”,号召党员教师带头捐款,真正做到了不让一个学生因家庭经济困难而辍学,给山区贫困学子带去了希望之光。他动员全校党员教师利用寒暑假开展学生家访,并将此作为祥云四中党总支活动的一项制度坚持下来。他倡导组建“党员服务先锋队”,为学生提供点对点的高考志愿填报服务,打通了学生顺利进入高校的“最后一公里”。祥云四中“党建引领、艰苦创业、乐教勤学、德智体美劳综合发展”的办学模式在云南省乡镇学校中发挥了示范作用。

在教学管理上,杨国旺总结出“一年级明校纪、立规矩;二年级抓整体、防分化;三年级保合格、促尖子”的高中三年教育教学

模式。2001年至2020年,祥云四中共有13000多名学生毕业,有8565人考上本科院校,其中2736人考上一本院校。祥云四中从省二级三等完中晋升为全省唯一一所地处乡镇的省一级二等高中。

面对取得的成绩,杨国旺说:“作为一名党员教师,我最大的初心和使命就是让农家学子在家门口接受优质教育。”

### “农民孩子”的教育情怀

37年来,杨国旺始终践行自己在党旗下的庄严承诺,把“学高为师、身正为范”的师德师风融入党性锻炼全过程,从严从实当好爱岗敬业的“排头兵”、严于律己的“示范者”。

作为党组织书记,杨国旺像疼爱自己的孩子一样关心职工和关爱学生。2004年高考,祥云四中综合成绩进入全州前五名,得到9万元的奖金,杨国旺“擅自”把奖金中校长占40%的比例更改为4%,把其余部分用于奖励全体教职工。杨国旺认为成绩是大家共同取得的,荣誉也是集体的。由于杨国旺公正、无私,也成了附近乡镇的“名人”和“包公”,哪家的孩子不听话都要找杨校长说说,哪家有个家长里短都要找杨校长评评。

2007年,祥云县城引进了一所民办学校,校董事会高薪聘请杨国旺出任校长,却被他拒绝了,他说:“四中的师生信任我,这里有需要的時候,我不能走。”然而,组织

任祥云县第一中学党委书记、校长,57岁的



# 减轻灾害风险 守护美好家园

坚持以防为主 防抗救相结合

坚持常态减灾和非常态救灾相统一

## “5.12”全国防灾减灾日

云南省减灾委员会办公室  
云南省应急管理厅  
2022年5月 宣

## 云南省大理白族自治州洱海保护管理条例

第二十七条 洱海保护管理范围内的餐饮、住宿等经营者应当配套建设污水处理设施,确保污水达标排放。

第二十八条 自治州人民政府应当建立洱海流域水环境监测体系和预警机制,加强对洱海及其入湖河流水环境质量、污染源、水水文资源等的监测,实现监测信息共享,并定期发布洱海水环境状况公报。

第二十九条 自治州人民政府及其有关部门应当制定洱海科学研究规划,明确重点科研项目,采取课题申报和项目招标等方式,推动洱海科学研究,促进洱海保护治理措施的精准化。

第三十条 鼓励和支持单位或者个人开展农业废弃物、生产生活垃圾、畜禽粪便等的资源化利用。

(待续)