

甘做杏坛星火 远赴千里筑梦

本报通讯员 董前林 代绪刚

商南建立长江流域禁捕长效监管机制

本报讯（通讯员 代绪刚 张宝青 樊轲）6月6日，商南县长江禁捕护渔员巡护装备配发仪式在过风楼镇举行。对2021年度长江禁捕工作先进镇办进行了表彰奖励，为各镇办护渔员配备了禁渔巡护装备，并颁发了护渔员证和臂章。各相关部门到丹江流域白玉沟段开展了长江禁捕人防技防联合执法巡护活动，现场试飞了多功能行业无人机，运用高空喊话对垂钓群众实施了驱离。

商南县认真贯彻落实长江“十年禁渔”重大决策部署，建立长江流域禁捕长效监管机制。根据护渔工作需要和水域范围，按照发布公告、报名、考察、审核、公示等程序，在全县禁捕水域，组建由97名护渔员组成的协助巡护队伍。对护渔员开展岗前培训和在岗培训，强化日常巡护管理，不断夯实禁捕水域日常管护力量。建立河长、“网格员”定期巡查，部门镇办联合执法的工作机制，形成了严防严控、联防联控、群防群控的工作格局。

同时，县上配齐巡护装备，全面提升禁捕监管效能。投入30多万元，为每名护渔员配备马甲、手持喇叭、强光手电、袖章等护渔装备，为每名护渔员颁发护渔员证，确保护渔员“亮证上岗”。为县禁捕办采购多功能行业无人机1台，可实现高空喊话、远程巡逻、夜视拍照、高空取证等诸多功能，切实解决了远距离巡护难题。完成丹江商南段高清视频监控监测系统建设布点勘选工作，初步建立了人防技防并重、群防群护结合的长效机制。

仲夏时节，草木繁茂。在商南县鹿城中学的一个教室里，欢歌笑语，掌声雷动。支教教师代玉雨正带着学生开展《古诗苑漫步》综合性学习。别开生面的课堂，让这些原本怯生的孩子一改常态，他们跃跃欲试，争先恐后，有的还唱了起来，个个笑颜如花。

代玉雨是南京市溧水区一名高级教师，从教18年，曾获得南京市优秀班主任、溧水区语文学科带头人、溧水区先进个人等荣誉称号，同时也是一名拥有丰富经验的心理健康教师和心理咨询师。2021年9月，他参加南京市“三支”活动来到商南县，投身偏远地区的教育事业，希望自己不负韶华，在时代的大洪流中贡献自己的力量。

用爱心感化学生

鹿城中学位于商南县城关街道二道河村，地处城乡接合部，生源大多来自农村，是一所寄宿制完全学校，相当多的学生是留守儿童。很多学生由于缺乏父母的陪伴和正确引导，对学习缺乏热情，有的甚至一上课就睡觉。这让代玉雨看在眼里，急在心上。为了调动同学们的积极性，他制定了一套奖励机制，只要学生取得一点点进步，就可以得到奖励，奖品有零食、水果、文具、卡套等。班级里逐渐形成了人人争先的风气。

代玉雨每天一大早就到班级，课间

经常到班级或操场，跟学生一起学习、聊天、运动。晚自习结束，他又时常来到宿舍与学生打成一片。这样，学生的点滴进步和闪光点，他都能及时发现，及时表扬。

班里有位单亲男学生贪图享乐，沉迷游戏，过分打扮，还经常旷课。代玉雨屡次找该生谈心，试图改变现状。但该生表示自己厌恶学习，不想学。作为兼职心理咨询师，他知道必须沉下心来，默默等待时机。终于在冬季运动会期间，他发现该同学把班里几个男生的发型设计得个性十足。他当场予以大力表扬，还跟该生讨教起设计的经验。他因势利导，让该生觉察到美发师也应学习专业知识，现在的学习是为将来打基础。同时，他与该生家长反复沟通，帮助孩子成长，又给该生更换了个聊得来、上进心强的同桌。从此该生不再缺课，学习明显有了动力。

一天晚饭后，一位家长焦急地给代玉雨打电话，反映女儿此时非常焦虑，以前从来没有过。原来，这个女生学习成绩在班里名列前茅，对自己期望值非常高，可近期生物、地理中考模拟自认为不理想，导致她睡不着觉，吃不下饭，上课老走神。他安抚了一番家长，并让她明白家长首先要冷静，然后再想对策。事不宜迟，他马上返校帮助这个女生疏导焦虑情绪，后又多次跟进，带着她顺利走出心理困境，同时也让她学会了如何应对负面情绪。

家长的诉求，也要及时解决。平时，会不时有家长需要给孩子送物品，要孩子回电话。周末放假前，代玉雨更是忙得不亦乐乎，有家长要孩子把被褥带回家洗；有家长告诉孩子钥匙放在老地方……这些琐碎的事情，代玉雨总是及时回复，尽快落实。因与有些家长沟通频繁，彼此成了朋友。

无微不至关怀学生

寄宿学校的班主任扮演着家长、朋友等更多身份。学生生活的方方面面，代玉雨都精心照顾。有学生缺钱了，他解囊相助；有学生少文具了，他到校外去买；有学生衣服破了，他带着学生满大街去找裁缝铺；有时学生生病，家长不方便来接，他就开车带着学生去医院……面对学生早恋苗头出现，他适时召开《花开太早是个美丽的错误》的主题班会，和同学们一起探讨这一青春期的话题，深入探究早恋的根源，认清早恋的利与弊，引导学生把爱慕化为纯洁的友谊，绽放在青春期的花园。

作为一名支教教师，代玉雨希望自己是师者更是使者。他积极参加学校的公开课、观摩课、汇报课等教研活动。他经常和办公室的年轻教师一起探讨，共同备课；自

勇于创新做传教使者

己的教学资源，也主动分享。他的多次校内公开课，深受听课老师的好评，被县教研室选聘为“下乡送教教师”。

在教学中，代玉雨始终坚持钻研教材，并结合学情研究教法，精心设计每节课的教学活动，向40分钟课堂要质量。他尤其重视学科素养的提升。面对班里的孩子读书少、不会读书的现状，他帮助学生选择书籍，定期开展各种形式的名著阅读教学活动，并时时跟进指导。目前，班里相当多的学生养成了闲暇时就读书的好习惯。

面对“双减”大背景，在学生作业的布置上，代玉雨大胆创新，勇于尝试。在教学完《在长江源头格拉丹东》后，为了让学生积累和掌握字词，他就布置学生利用课后“读读写写”的19个生字，自由发挥写一篇短文。针对有些字词学生提出难以利用的情况，他适时鼓励学生写教材写法，大胆去想象。学生对于这新颖而富有挑战的作业特别感兴趣，完成得也很用心。

转瞬之间，为期一年的支教工作就要画上休止符。作为溧水支教团的负责人，代玉雨说：“感谢这个时代，感谢商南所有的遇见，让自己和伙伴们在有限的时间，又做了一件极有意义的事情。”

作为一名支教教师，代玉雨希望自己是师者更是使者。他积极参加学校的公开课、观摩课、汇报课等教研活动。他经常和办公室的年轻教师一起探讨，共同备课；自

己的教学资源，也主动分享。他的多次校内公开课，深受听课老师的好评，被县教研室选聘为“下乡送教教师”。

在教学中，代玉雨始终坚持钻研教材，并结合学情研究教法，精心设计每节课的教学活动，向40分钟课堂要质量。他尤其重视学科素养的提升。面对班里的孩子读书少、不会读书的现状，他帮助学生选择书籍，定期开展各种形式的名著阅读教学活动，并时时跟进指导。目前，班里相当多的学生养成了闲暇时就读书的好习惯。

面对“双减”大背景，在学生作业的布置上，代玉雨大胆创新，勇于尝试。在教学完《在长江源头格拉丹东》后，为了让学生积累和掌握字词，他就布置学生利用课后“读读写写”的19个生字，自由发挥写一篇短文。针对有些字词学生提出难以利用的情况，他适时鼓励学生写教材写法，大胆去想象。学生对于这新颖而富有挑战的作业特别感兴趣，完成得也很用心。

转瞬之间，为期一年的支教工作就要画上休止符。作为溧水支教团的负责人，代玉雨说：“感谢这个时代，感谢商南所有的遇见，让自己和伙伴们在有限的时间，又做了一件极有意义的事情。”



丹凤扎实开展环保宣传

本报讯（通讯员 刘春荣 姜艳）6月2日，在第51个“世界环境日”到来之际，丹凤县生态办组织28家成员单位紧扣“共建清洁美丽世界”主题，开展环境日宣传活动。

为做好宣传活动，丹凤县根据不同受众群体，精心策划了环保志愿服务、环保“六进”活动、朋友圈里看“六五”、《让中国更美丽》传唱、环保公众开放日等六项活动，提前在全县营造浓厚的宣传氛围。

活动当天，工作人员设立咨询台，向市民进行“维护秦岭生态安全，争做秦岭生态卫士”知识宣传和答疑解惑服务。县城北大街随处可见生态环境保护宣传标语、横幅、展板，县城中心广场大屏滚动播放的环境日主题宣传片，将活动气氛拉满。活动当天向群众发放各类宣传资料6000多份，接待群众咨询500多人。

丹凤县聚焦打造“一都四区”目标，坚持绿色循环发展总基调，紧盯重点行业领域，深入打好污染防治攻坚战。据统计资料显示，1至5月全县PM₁₀浓度51ug/m³，同比下降7.3%，优良天数141天，同比增加3天；环境空气质量指数3.42，同比下降2.8%，环境空气质量持续向好。丹江断面水质达标率、饮用水水源地水质达标率均为100%，土壤环境质量安全可控。

血液是生命之河，它的质量高低与健康息息相关，在日常生活中该如何保持这生命之源的“澄澈”呢？

注意饮食：血液里每天都有很多的细胞死去，只有提供足够的造血原料（铁、蛋白质、叶酸、维生素B₁₂等），才能满足新生细胞需要的营养，从而使血内红细胞和血红蛋白含量保持正常。含铁丰富的食物主要有动物内脏，如肝、肾等，蔬菜中则以菠菜、芹菜、番茄等含铁较多，水果中有红枣、桃、李等含铁较多；含



6月7日，在市初级中学门口，家长们在等待孩子考试结束。有些家长带着满满的祝愿和仪式感，身穿旗袍手捧鲜花，成了一道靓丽的风景线。（本报记者 方方 摄）

保护血液从日常做起

好的肠胃来消化吸收。食物中的铁主要是由胃酸将三价铁还原成二价铁，并由胃黏膜吸收，当人体缺乏胃酸，引起铁吸收困难，就容易导致缺铁性贫血；维生素B₁₂主要由肠吸收，但需胃黏膜分泌的黏蛋白协助；叶酸主要在十二指肠及空肠吸收。当胃黏膜蛋白缺乏或一些胃肠疾病如胃炎、胃癌、小肠吸收不良综合征时，可引起贫血。因此应保护好胃肠，积极医治胃肠疾病。

注意用药：某些药物可导致血液疾病，影响血液功能，当血液本身患病时，更易遭

受药物不良作用的损害，常见的药物所致的不良反应有再生障碍性贫血、急性溶血性贫血、免疫性贫血等。

防止外源性损害：如短期内接触大剂量的放射性物质引起的以骨髓造血障碍为主的急性放射病；引起高铁血红蛋白血症的苯的氨基和硝基化合物；引起溶血性贫血的砷化氢、苯胺、硝基苯等。

总之，要保护好生命之河，就得从日常生活的点点滴滴做起，只有这样生命之树才会常青。



镇安救助站成功救助汉中走失老人

本报讯（通讯员 齐荣盛）近日，镇安县救助管理站协同铁路警方成功救助一名年过八旬的汉中市洋县走失老人。

5月28日，一个老人在镇安县火车站周边漫无目的游荡时，被车站派出所执勤民警发现，并带回警局看护。经民警耐心询问方知，老人在汉中市洋县，已经81岁高龄，在家人不知情的情况下离家出走，独自一人坐火车辗转数百公里来到镇安县城，由于人生地不熟，精神恍惚、行动不便，滞留在了火车站。

警方及时与县救助站联系，请求给予协同救助。县救助站站长朱涛接到警方电话后，立即放下手头工作，安排启动救助方案，带领值班工作人员到车站会同警方开展工作。工作人员先给老人解决了食宿问题，随后根据老人提供的信息配合警方昼夜加班加点，经过多方努力联系上了老人的家人。

29日下午，老人的家人开车赶到了镇安将其安全接回。失联两天后，老人终于重新与家人团聚。



山凹凹平衡营养智慧蛋

山凹凹智慧蛋 好吃又营养

山凹凹智慧商城

奥脂红 营养“蛋”生！

Omega-3富鸡蛋，每100克鸡蛋含Omega-3 500mg以上，微量元素磷20μg以上，约为普通鸡蛋的5倍。

速脂粉 颜值“蛋”生！

Omega-3富鸡蛋，每100克鸡蛋含Omega-3 500mg以上，约为普通鸡蛋的5倍，含维生素E6mg，约为普通鸡蛋的4倍。

佳脂绿 智力“蛋”生！

DHA富鸡蛋，每100克鸡蛋含DHA 200mg，相当于250克婴儿配方奶粉中DHA的含量，含微量元素钙2mg。

全家营养 一站齐

生产单位：丹凤县山凹凹生态农业发展有限公司
联系电话：0914-3323171
13991565896
公司网址：www.shanwawa.net