

暑假安排不妨合理“留白”

□刘永明

暑假该如何安排？近日，一项关于暑假安排的问卷调查显示，42%的家长给孩子报3个以上兴趣班，不少家庭为此花费不菲。与此同时，也有不少家长放弃暑假班，选择了“诗和远方”：把孩子送回老家，在田野里撒欢；或开展亲子旅行，开阔眼界。

“过度安排”正在悄悄消耗孩子的成长能量。老师们经常遇到这样的情况：有的学生暑假穿梭

于数学强化班、英语口语课和绘画集训之间，开学后却出现上课注意力不集中、写作业效率低下等问题，心理测评显示其处于“轻度倦怠状态”。相关教育监测数据也显示，暑期参加多个培训班的学生，比自主安排时间的学生更容易在新学期产生学习畏难情绪。

那么如何度过一个充实又有质量的暑假？真正高质量的暑假安排，应是基础框架与自主空间的结合。基础框架是保持好规律节奏，比如每天1小时阅读、1小时体育活动；自主空间则是留出大块未被提前安

排的时间。实践证明，遵循这些准则的学生，不仅暑期情绪状态更积极，开学后的学习适应力也更强，其创新思维比日程过满的孩子高很多。

与此同时，还应做到书本知识与生活体验的融合。在实践中运用所学知识，会远比仅停留在课本学习更鲜活、更扎实。比如，可以让孩子力所能及地参加家务劳动，锻炼孩子自理能力。报兴趣班时，应多尊重孩子意愿，孩子要是真喜欢一样东西，不用催，自己就会钻进去学。

需要看到，暑假的独特价值，在于它

提供了加强素质教育的成长场景——孩子在观察花草生长中懂得生命循环，在与同伴游戏中学会相处之道，在尝试做家务时明白责任含义。这些看似“无用”的经历，实则是构建健全人格的重要基石。

说到底，暑假的意义在于让孩子在松弛中积攒成长的力量。放下“假期不能落后”的焦虑，在保持基本节奏的同时给予孩子自主空间，如此，他们收获的不仅是知识，更是感受世界的细腻与应对变化的从容。

转自《人民日报》

市新华书店办公益阅读活动

7月19日上午，一场充满趣味的公益阅读活动在汝州市新华书店购书中心共享阅读空间举行。“最美读书声”朗读志愿服务队老师带着孩子们一同走进儒勒·凡尔纳笔下的《八十天环游地球》。

活动伊始，志愿服务队老师为孩子们介绍了《八十天环游地球》的作者——被誉为“科幻小说之父”的儒勒·凡尔纳，以及他笔下《海底两万里》《神秘岛》等经典作品，瞬间勾起了孩子们的好奇心。接着通过生动的PPT，带领孩子们走进了福格先生与仆人事事通的冒险故事：从伦敦出发，穿越苏伊士运河、途经印度、日本，横跨美国大陆，最终在80天的最后一刻回到起点。老师还结合故事情节为孩子们分享了印度的宗教文化、日本的传统习俗、美国的地域特色、英国的绅士文化等，孩子

们仿佛跟着福格先生的脚步，完成了一场跨越四大洲的“云旅行”（如图）。

故事的结尾，不仅让孩子们为福格先生捏了一把汗，更让他们记住了成功的关键——“分秒必争，利用好时间，就没什么问题”。这句简单的话，成为孩子们当天最珍贵的收获。

阅读分享后，是大家期待的“正话反做”游戏环节。老师一声令下，“举左手”“向前走”“坐下”……孩子们需要迅速反应，并做出与指令相反的动作。有的小朋友反应神速，立刻“反其道而行之”；有的则手忙脚乱，跟着指令照做了起来，现场笑声此起彼伏。

这场活动，不仅是一次世界文化的启蒙，更是一堂生动的“时间课”。孩子们表示非常期待参加下一次活动，在书海中发现更多未知的精彩。

李浩然 陈倩文



弘宝汝瓷：学习‘四篇文章’ 助推老字号发展

近日，河南省老字号协会“学习省委做好‘原字号’‘老字号’‘新字号’‘外字号’四篇强产业大文章精神，推动河南老字号产业化新突破座谈会”在中原国际会展中心（航空港）举行，河南省老字号协会各会长、副会长单位负责人，协会秘书长及各工作委员会负责人，协会战略合作单位相关代表与会。弘宝汝瓷总经理、河南省老字号协会轮值会长王振江参加会议并作发言。

会上，河南省人民政府参事、河南省老字号协会名誉会长赵志正号召各企业以会

议精神为指引，积极进行产品创新、模式创新和消费场景创新，他列举了蜜雪冰城、胖东来、泡泡玛特等一系列优秀中原企业在品牌打造和营销发展中的成功案例，并要求与会的老字号企业，借势“老字号嘉年华”“中华老字号（河南）博览会”“河南老字号中华行”等契机，积极推动老字号创新发展、持续发展、稳健发展，尤其是在产业化道路上谋求新的突破。

王振江在致辞中阐述了本次活动的背景与重要意义，着重学习了四篇强产业大文

章对老字号行业发展的深远指导意义，让参会人员清晰认识到此次会议对于老字号发展的重要性，也对会议主题有了更深刻的理解。会议深入学习了省委常委会会议的核心内容，通过深入浅出的讲解，不仅剖析了“四篇文章”各自的内涵，还深入阐释了它们与老字号产业发展的内在联系。例如，在讲述“原字号”时，分析了老字号如何依托河南丰富的原材料资源，提升产品品质；讲解“新字号”时，探讨了老字号如何引入新技术、新模式，实现创新发展，为企业在新时代如何找

准发展定位提供了清晰指引。

交流环节将会议推向高潮。王振江与各位嘉宾和老字号企业代表们互动发言，结合自身实践分享学习体会与创新思路。有的企业代表分享了在产品研发上如何将传统工艺与现代科技相结合，推出更符合市场需求的新产品；有的讲述了在营销模式上如何利用新媒体平台，拓展销售渠道。现场思想碰撞不断，各种新颖观点和实用经验，为推动河南老字号产业化发展实现新突破带来诸多启发。

李晓伟 陈蒙乐

市一院联合市残联开展集中评残活动

为切实解决行动不便的残疾人鉴定难题，将便民服务落到实处，7月15日，市第一人民医院联合市残疾人联合会，组织专业评残医师及志愿者团队，在门诊一楼残疾人鉴定办公室开展集中评残活动，为我市残疾人提供“一站式”评残服务，打通便民服务“最后一公里”。

评残工作是政府关怀传递至残疾人的“首要关口”，一头系着政策温度，一头牵着社会公平。每一份残疾评定结果，都直接影响着残疾人能否及时获得康复救助、生活补贴等保障，关乎其生活质量与尊严。专业评残医师将坚持“专业诊断+人文关怀”双轮驱动，在确保评定结果科学准确的同时，给予残疾人充分的尊重与理解，让评残工作成为守护社会公义的坚实堡垒，切实维护每一位残疾

人的合法权益。

评残现场，工作人员热情引导，整理申报材料填写申请表，并耐心解答疑问，获得群众的一致好评。此次评定过程严格按照残疾评定标准进行，专业评残医师通过询问病因、查看病例、现场诊疗等方式，对每一位前来评定的残疾患者进行了细致的检查和评估，并根据实际情况给出专业的评定结果和康复建议。

此次残疾评定专项活动，不仅为残疾人带来了极大便利，同时让残疾人群体感受到了炽热的关怀。该院将与市残联继续深化合作，持续开展残疾人集中评定活动，共同推动残疾人事业的健康发展，为建设更加和谐、包容的社会贡献力量。

李晓伟 王文璐

市人民医院成功救治一早产儿

近日，市人民医院产科一病区分娩了一个特殊的生命——胎龄仅29周、体重910克的超早产儿。这个只有成人手掌大小的婴儿，以惊人的生命力刷新了该病区救治成功早产儿的最小体重记录。

2个月前，40岁的胡女士怀孕29周后因头晕、头痛伴胸闷、气短急诊入住该病区，值班医师尚彩虹经详细询问病史及初步专科检查，患者血压高达190/120mmHg，立即开通危重孕产妇救治绿色通道，积极降压同时，在医护陪同下迅速完善相关化验检查，初步诊断孕重度子痫前期合并HELLP综合征。胎儿血流频谱异常、胎儿生长发育迟缓等多种高危因素。这在高危孕产妇管理中属橙色风险，病情较重，如不积极治疗，孕妇随时有发生子痫抽搐、心脑血管意外、胎盘早剥、胎死宫内等风险。

尚彩虹立即将病情上报科主任滕俊利及产科大主任闫璐璐，指导积极治疗，给予解痉、降压、镇静、脑保护、促肺肺成熟等，密切监测病情情况。同时由产科一病区牵头，联合麻醉科、输血科、新生儿科、重症医学科等多学科会诊，确定终止妊娠时机、手术方案及多学科协作流程。

当天夜里，孕妇突然出现产程进展迅速情况，已失去最佳手术机会。患者病情重，产程快，科主任滕俊利与患者及家属沟通并取得理解，急送入产房生产。并联系新生儿科到场做好新生儿复苏抢救准备。随着一声微弱的啼哭，5分钟后顺利产下一名女婴，体重仅910克，在新生儿科医师陪同下转入新生儿重症监护室进行进一步治疗。

然而，真正的挑战才刚刚拉开帷幕，宝宝的头只有鹅蛋大小，手臂还没有成人手指头粗，脚掌和手掌也只有成人的拇指大小，全身皮肤薄得像一层纸。超早产儿各脏器发育不完善、免疫力几乎为零，面临呼吸关、感染关、营养关、喂养关等难题。新生儿科团队每天轮班值守，根据数据调整促肺发育药物，呼吸机全天24小时辅助支持宝宝“闯关”。

经过60天的精细化治疗，“掌心宝宝”成功迈过了早产儿六大难关，宝宝体重达3.7斤，各项指标达到出院标准。“如今我只想好好抱着她，一刻都不想离开。”从医生手中接过宝宝时，胡女士眼中噙着感激的泪水，目光里满是对未来的期许。

郭营战

供电公司

迎战高温负荷 保障高峰用电

连日来，我市出现持续高温天气，受此影响，用电负荷持续攀升。数据显示，7月15日，汝州电网日供电量达968.2万千瓦时，较去年同期增长65%；最高负荷攀升至56.9万千瓦，同比增幅达58.46%。

面对持续高温、大负荷冲击的严峻考验，市供电公司积极行动，采取多项有效措施缓解负荷压力，全力保障全市电力供应平稳有序。该公司加强与气象部门沟通，掌握天气变化情况，积极进行负荷预测，精心安排电网运行方式，加强对主变、输电线路、配电线路的密切监控，提高供电质量，安排工业客户在负荷高峰时段错峰错峰生产，优先保证居民生活、农业生产用电。同时，该公司加大对变电站设备和输电线路的巡视和维护力度，对输配电设备和线路进行全面巡视，特别是进行夜间特巡，确保设备处于良好状态。开展安全用电隐患大排查，将配电线路及设备运行情况、剩余电流动作保护器投运情况以及临时用电作为排查重点，全力营造安全的用电环境。

为确保高温期间全市电力可靠供应，该公司加强日常应急值班和演练，提高应对恶劣天气的能力，确保及时解决各类电网故障。

李晓伟 韩笑 马笑丹

市中医院

“旗”心协力 情暖医路

近日，市中医院心内一病区上演了温馨的一幕。患者家属将一面印有“医德高尚暖人心，医术高超创奇迹”的锦旗送到了心内一病区主任姚保杰医生手中，以此表达对姚保杰精湛医术和悉心关怀的感激之情。

据了解，患者郝大爷病情复杂，患有诸多基础病长期卧床，这次是间断胸闷、气短伴咳嗽咳痰等症状。起初，郝大爷家人选择在家附近进行治疗但效果不佳，反而愈发严重。焦急万分的患者家属经亲属推荐来到市中医院心内一病区就诊。在详细了解病情后，姚保杰带领整个医护团队迅速为其制定了科学、严谨的个性化治疗方案。在整个治疗过程中，姚保杰始终密切关注郝大爷的病情变化，根据恢复情况及时调整治疗方案。在姚保杰和心内一病区医护团队的精心治疗与悉心照料下，经过一段时间的治疗，郝大爷病情逐渐好转，最终顺利出院。

“医德高尚暖人心，医术高超创奇迹”。这十二字的锦旗，承载着千斤的感激与信任，不仅是对姚保杰精湛医术和高尚医德的至高认可，更是对医护团队用心付出的最佳褒奖。“这面锦旗是荣誉，更是责任与动力，激励着我们团队要继续用心服务好每一位患者。”姚保杰说。

张亚萍 王泽鹏

市妇幼保健院耳鼻喉科

鼻塞七年多 一朝得根治

“鼻塞困扰了我七年多，现在终于通气了，感谢韩朝阳主任的精心治疗和医护人员的悉心护理。”近日，汝州市妇幼保健院耳鼻喉科收到了一份特别的礼物，做完鼻内镜微创手术的患者将一面印着“医术精湛 仁心仁德”八个字的锦旗送到该科主任韩朝阳的手中，以表达其感激之情。

患者杨某某今年18岁，已经有七年多鼻塞病史，晨起打喷嚏，严重时还伴有夜间呼吸困难，在多家医院就诊，但效果不佳后考虑去郑州就诊。无意间经朋友介绍后辗转前往汝州市妇幼保健院，经耳鼻喉科主任韩朝阳仔细检查了解病史后，建议患者住院进行鼻内镜微创手术治疗。手术后患者恢复良好，夜间睡眠呼吸顺畅，对治疗效果非常满意，困扰其多年的病痛终于去除，特送一面锦旗表示感谢。

据了解，汝州市妇幼保健院耳鼻喉科开展鼻内镜微创术多年，技术成熟，该手术治疗耳鼻喉疾病精准、微创、无痛、无死角。对疾病准确定位并保留耳鼻喉各器官功能的前提下，解决传统手术好几次才能解决的问题。

李浩然 杨莹莹

市骨科医院

组织职工开展无偿献血活动

为积极响应无偿献血号召，弘扬奉献精神，7月14日上午，市骨科医院组织开展“爱心献血 医者先行”义务献血活动。全院干部职工积极响应，以热血践行医者使命，用爱心守护生命希望。

上午8时许，市中心血站采血车准时抵达医院停车场。在医院办公室的精心组织下，献血活动井然有序地展开。参与献血的职工们依次完成信息登记、健康征询、血压测量和血液检测等流程。院领导率先垂范积极参与献血活动，院长张浩飞表示：“作为守护人民健康的医务工作者，我们深知每一袋血液都承载着生命的希望。希望通过我们的示范引领，能够唤起更多人的社会责任意识，带动更多社会力量参与其中，让爱心善举在全社会蔚然成风，用点滴热血汇聚成守护生命的磅礴力量。”

活动现场爱心涌动。来自临床、医技、行政、后勤等各部门的职工纷纷挽袖献热血。检验科主任陈万义已是第13次参与献血，累计献血量达5000毫升。他笑称：“每年的献血活动我都会参加，想到自己的血液可能挽救一个生命，甚至拯救一个家庭，就觉得特别有意义，也很荣幸。”

据医院办公室主任马耀宗介绍，无偿献血已成为该院传承多年的爱心传统。多年来，这项活动不仅得到了全院职工的积极响应，更展现了医务工作者“敬佑生命、救死扶伤”的崇高使命和“甘于奉献、大爱无疆”的职业情怀。未来，医院将持续推进这项公益事业，进一步健全献血志愿服务长效机制，让爱心献血成为医院文化的重要组成部分，以实际行动为守护人民群众生命健康贡献更多力量。

李浩然 宋晗

拍卖公告

河南八方来拍卖有限公司受有关单位委托定于2025年7月31日10时00分在汝州市公共资源交易中心电子拍卖系统上依法定程序公开拍卖项目名称:汝州市蟒川镇东何庄粘土岩拍卖项目，重量约6524.67吨。请有意参与竞买竞买人在规定时间内缴纳5000元竞买保证金，并按照规定办理竞买报名手续。本次拍卖标的的竞买人报名必须具有独立的企业法人资格，不接受自然人报名，不接受联合体报名。详情请致电公司，欢迎垂询。

展示时间:2025年7月24日至2025年7月30日

展示地点:标的物所在地

咨询电话:15093875085

河南八方来拍卖有限公司

2025年7月23日

我市实现蛇伤救治“零突破”

“蛇出没”伤人，市第一人民医院与“毒”竞速，24小时传出双捷报，实现了蛇伤救治“零突破”。近日，市第一人民医院急诊科凭借精湛的专业技能、默契的协作配合和分秒必争的抢救速度，成功完成两例蛇咬伤患者的全流程救治。这是该院首次应用抗蛇毒血清诊治的案例，实现了汝州地区蛇伤规范化救治“零的突破”，为区域群众筑起了一道坚实的生命防线。

7月10日晚11点36分，46岁靳某在田间劳作时足部被蛇咬伤；次日凌晨，17岁姜某遭短尾蝮咬伤足部，出现局部肿胀疼痛，随时可能有生命危险。

接诊后，该院急诊团队立即启动“蛇咬伤救治绿色通道”，依据齿痕特征与临床症状迅速辨识毒蛇种类，规范进行抗蛇毒血清肌肉注射，并全程严密监测过敏反应；同时动态评估肝肾功能及凝血指标，给予破伤风预防接种，并采用中西医结合疗法实施消肿止痛治疗。

从伤口评估、毒蛇辨识到抗毒血清应用，全程严格遵循《中国蛇伤救治专家共识》，按照“四步紧急处置”为患者进行伤口减压处理、实施肢体低位制动、近心端采用弹性绷带包扎以及全程心电监护，确保救治的科学性与时效性。

该院此次成功救治充分印证了蛇伤救治的“三早原则”：早就医，患者均在伤后2小时内抵达医院，为抗蛇毒血清应用赢得了关键窗口期；早诊断，接诊后通过标准化流程，平均仅38分钟即完成诊断与血清注射；早治疗：首次血清注射应在“过敏试验观察30分钟呈阴性”后立即注射。

此次成功救治区域首例蛇伤患者，有力彰显了该院作为区域医疗中心在急危重症综合处置上的硬核实力。该院将持续精进，通过定期开展全流程实战化蛇伤救治演练、构建多元化抗蛇毒血清战略储备体系以及深入社区开展全民防蛇科普行动的形式，全方位筑牢蛇伤防治安全屏障。

同时，该院提醒广大市民，蛇咬伤后不奔跑、不切开、不用嘴吮吸；要拍蛇照片、记特征、要保持静卧、要立即送医；每年6月到9月是夏季蛇类活跃期，务农、登山务必穿戴高帮鞋袜。若遇蛇咬伤，请立即拨打0375-6666120急救电话，该院急诊科蛇伤救治团队24小时待命，并备有抗蝮蛇毒血清，全力守护每一位患者的生命安全。

李晓伟 王文璐