



把祖先留下的这份珍贵财富世代代传下去

6月13日是2026年文化和自然遗产日。文化和自然遗产，浓缩着中华文明发展和自然演进的珍贵成果，在习近平总书记心中分量很重。“我最关心的就是中华文明历经沧桑留下的最宝贵的东西。”这份“最关心”，彰显大党大国领袖对历史文化的珍爱，对自然的敬畏，以及“把祖先留下的这份珍贵财富世代代传下去”的坚定决心。早在1999年12月，正是在习近平同志的推动下，“奇秀甲于东南”的福建武夷山跻身世界自然与文化遗产名录，有了“双世遗”之称。

2021年3月，习近平总书记来到福建考察，第一站就到这里，谆谆告诫：“武夷山有着无与伦比的生态人文资源，是中华民族骄傲，最重要的还是保护好。”这份情怀穿越时空，历久弥深。党的十八大以来，习近平总书记的考察足迹遍布大江南北……(来源于重庆日报)



扫码看更多内容

潼南区服务提升成渝地区双城经济圈发展能级推进会暨推进重大战略工作领导小组(扩大)会议举行

坚持全区域融入全方位推进 在唱好新时代西部“双城记”中展现新担当新作为

本报讯(记者 蒋坐吕洁)6月11日,潼南区服务提升成渝地区双城经济圈发展能级推进会暨推进重大战略工作领导小组(扩大)会议举行。区委书记元方主持会议并讲话。他强调,要深入贯彻党的二十大和二十届历次全会精神,深化落实习近平总书记视察重庆重要讲话重要指示精神,认真落实全市提升成渝地区双城经济圈发展能级推进会部署,坚持全区域融入、全方位推进,打造更多具有潼南辨识度的标志性成果,努力在唱好新时代西部“双城记”中展现新担当新作为。

会议审议了《潼南区推动成渝地区双城经济圈发展能级提升2026年工作要点》,区发展改革委、潼南高新区、桂林街道、小渡镇、新胜镇负责人作交流发言。元方在讲话中指出,去年以来,全区上下牢固树立“一盘棋”思想和一体化发展理念,持续深化“十项行动”,扎实推进重大项目、重大政策、重大改革、重大平台“四张清单”,双城经济圈建设各项工作取得新进展新成效。今年是“十五五”开局之年,也是推动成渝地区双城经济圈发展能级提升的起步之年,要突出双圈引领、同城一体、中部崛起,坚持特色鲜明、质量优异,聚焦重点任务,狠抓落地见

效,全力交出服务提升成渝地区双城经济圈发展能级高分答卷。元方指出,要聚力提升城市发展能级,发挥联动双核的区位优势,持续深化区域协同发展,加强规划对接、交通连接、产业承接、功能衔接,更好促进资源共享、优势互补。要聚力壮大特色优势产业集群,坚持特色鲜明、质量优异,聚焦化工新材料、天然气综合利用、现代农业等,深化跨区域产业合作,加强产业链上下游协同配套,强化科技创新赋能,持续提升产业发展能级。要聚力完善基础设施网络,提速综合交通互联互通,完善现代水网体系,强化能源设施保障,不断夯实发展基础。要聚力深

化改革开放,纵深推进区域市场一体化,深化经济区与行政区适度分离改革,提质建设对外开放平台,更好激发高质量发展动力活力。要聚力增进民生福祉,持续深化教育、医疗、便民服务等领域共建共享,加强生态环境共保共治,让民生幸福更加可感可及。元方强调,要强化党建引领,迭代工作体系,进一步加强部门镇街协同联动,聚焦年度要点找准突破口,切实把工作谋在关键处、抓在点子上,形成多点发力、多跨协同工作格局,着力把各项部署要求转化为落地项目、发展实效、民生红利,为服务提升成渝地区双城经济圈发展能级贡献潼南力量。

本报讯(记者 蒋坐吕洁)6月11日,区委全面依法治区工作会议暨区委全面依法治区委员会第九次会议召开。区委书记元方主持会议并讲话。他强调,要全面贯彻党的二十大和二十届历次全会精神,深学笃行习近平法治思想,认真落实中央全面依法治国工作会议部署,坚持依法治国、依法执政、依法行政共同推进,加快建设更高水平的平安潼南法治潼南。

区政协主席欧汉东,区委副书记张翔,区委常委,有关区领导出席。区应急管理局、区政务服务管理办、区法院、区水利局等单位相关负责人开展专题述职。元方指出,党的二十大以来,区委深学笃行习近平法治思想,一体推进法治潼南、法治政府、法治社会建设,全面依法治区工作取得积极成效。全区各级各部门要体系化把握习近平法治思想核心要义和实践要求,坚持将法治建设摆在更加突出的位置,扎实推进法治融入全区发展服务安全治理全过程各方面。元方指出,要加强党对法治建设工作的全面领导,坚持不懈用党的创新理论凝心铸魂,持之以恒修复净化政治生态,以实干实绩坚定拥护“两个确立”、坚决做到“两个维护”。要坚持以法治护航高质量发展,紧扣全区重点任务,扎实做好司法服务供给,持续深化法治政府建设,着力优化法治化营商环境,进一步健全依法决策机制。要坚持以数智赋能深化法治改革,加快数字法治建设,纵深推进司法体制改革,迭代优化“大综合一体化”行政执法体系,推动数字技术与平安法治深度融合,不断提升法治领域整体治理水平。要坚持以法治增进民生福祉,聚焦群众急难愁盼问题,用心用情办好法治民生实事,强化公共法律服务供给,全面推进公正司法,更好满足人民群众高品质法治需求。要坚持以法治维护安全稳定,健全社会风险闭环管控机制,提升网络空间治理法治化水平,突出基层导向推动社会治理法治化,持续加大全民普法工作力度。要着力锻造高素质法治工作队伍,发挥“关键少数”示范带动作用,紧扣“四化”建设和“五个过硬”要求提升法治队伍履职能力,持续深化纪律作风建设,打造一支让党放心、让人民满意的过硬法治铁军。

区委全面依法治区工作会议暨 区委全面依法治区委员会第九次会议召开

元方强调,区委依法治区委员会要加强对全面依法治区工作的统筹领导,区人大要提升人大监督工作质效,各级党委(党组)要切实抓好法治领域目标任务和工作要求细化落实,各相关部门要各司其职、协同配合,不断提高工作法治化水平,齐心协力推动全面依法治区各项任务落地见效。

元方在潼南区推动职教中心高质量发展大会上强调

持续深化中高职一体化发展 为潼南现代化建设提供有力人才和技能支撑

本报讯(记者 蒋坐吕洁)6月12日,潼南区推动职教中心高质量发展大会召开。区委书记元方出席会议并讲话。他强调,要深入学习贯彻习近平总书记关于职业教育的重要论述,全面落实党中央决策部署和市委工作要求,创新中高职贯通培养发展模式,齐心协力办好职教中心,全力推动潼南职业教育取得新成效。区政协主席欧汉东,区委副书记张翔,重庆电力高专党委书记宗伟,重庆电力高专党委副书记、校长唐德东,重庆电力高专党委副书记

记陈书,有关区领导出席。会上,重庆电力高专、区职教中心相关负责人分别作工作报告。潼南区人民政府与重庆电力高专签订支持潼南职业教育中心高质量发展战略合作协议。元方在讲话中指出,教育是经济社会发展的支撑力量,职业教育是教育体系中的重要组成部分。推动区职教中心高质量发展,对培育高素质技术技能人才、促进就业创业、助力潼南现代化建设具有重要意义。全区上下要统一思想、凝

聚共识,切实把发展职业教育作为重要的发展工程和民生工程,把牢“服务发展、促进就业”办学方向,以立德树人为根本,以“双优”建设为中心,以提升教学质量为核心,着力打造专业品牌强、升学就业好、办学条件优的现代职教名校。元方指出,要做深做实“3+2”贯通办学模式,持续深化区职教中心与重庆电力高专的全方位合作,促进育人目标、课程设置、教育评价、教学管理、师资配备等深度融合。要深化产教融合、校企合作,

围绕特色优势企业集群组建产教联合体,推动教育链、人才链与产业链、创新链有机衔接。要着力提高办学能力水平,深入实施“双优计划”,加强“双师型”教师队伍建设,持续补齐基础设施短板,扩大办学规模,推动区职教中心办学能力整体提升。要强化党建引领凝聚合力,建立健全联席会议制度,进一步创新抓手措施,创优发展环境,共同把区职教中心办优、办好、办出特色,为潼南现代化建设提供有力人才和技能支撑。

支撑全球近5万家门店原料供应的工厂里

每天1200吨柠檬手上过 “选果状元”就是这么牛

央媒市媒看潼南

“从第一个通道口出来的就是A级果。”90后生产管理员熊鹏指着眼前的分选线说。6月5日上午,重庆潼南蜜雪冰城产业园的分选车间里,源源不断的柑橘在传送带上“丝滑前行”,由智能分选系统按照品相、大小和重量等指标精准分级,分类送至不同区域。熊鹏感叹:“130余米长的分

选线共有6条,这些‘AI工友’太能干了。”智能分选系统的到来,让这座支撑蜜雪冰城全球近5万家门店柠檬、柑橘原料供应的超级工厂,变成了潼南最安静也最高效的车间之一。“艰苦日子”人工分选眼睛都要看花,一不小心就出错熊鹏对现在这份“安静”格外

珍惜:“我刚人行接触的就是智能化工厂,但听前辈们讲过以前的‘艰苦日子’。”“那时候分选柠檬,全靠人工。”熊鹏伸出双手比画,“从头到尾要站在传送带前,果子哗哗哗流过来,你得一眼看出哪颗有黑点、哪颗有划伤、哪颗太小,然后飞快地拣出来,眼睛都要看花!”更麻烦的是,不同客户需要不同标准的果子,比如出口俄罗斯的果子要选大的,发往东南亚的要选小的。“每换一张订单,我们就得换

一个标准,并且在心里牢牢记住,老员工还好,新来的经常出错。”效率也上不去;一条人工分选线,十几个人一天最多处理十来吨柠檬。到了10月旺季,每天上百吨果子从周边果园涌来,车间里往挤得走不动路。熊鹏算过一笔账:这座工厂目前一天……(来源于重庆日报)



扫码看更多内容

到上和去赶“烤”

SHANG HE

06.17 - 06.21
潼南·上和滨江田园惠民消费季
正式启幕
2026/06/17

“数智引领·潼品向新”

潼南6·18电商节火热进行中

当前正值6·18电商消费旺季,2026潼南6·18电商节火热进行中。自启动以来,各项活动有序推进,首批活动已顺利落地,惠民惠企成效初显,线上线下消费热度持续攀升。



扫码看更多内容

66:58

“渝BA”潼南队主场获胜



队员们在篮球场上奋力拼搏。

本报讯（记者 陈芷琦 丁怡然）6月13日19:00，新韵重庆·2026重庆城市篮球超级联赛（简称“渝BA”）潼南队主场迎战巫山脆李队在重庆电力高专（潼南校区）多功能体育馆开赛。最终凭借扎实战术与顽强拼搏，潼南队以66:58的比分战胜巫山脆李队，拿下这场关键的主场胜利。

赛场上，潼南队员们面对对手高强度对抗始终攻防有序、跑位联动流畅，团队配合相得益彰，立足主场优势，稳扎稳打将团结协作、奋勇争先的体育精神展现得淋漓尽致。

场馆内座无虚席、人声鼎沸，本土球迷齐聚一堂，助威呐喊声此起彼伏。接下来，潼南队将延续本场

昂扬斗志，发挥团队协作优势与顽强拼搏作风，深耕战术打磨、夯实队伍实力，稳住竞技状态，全力以赴迎战后续赛程，以过硬风貌赛出潼南风采，彰显本土体育力量。

根据赛程安排，6月21日，潼南队将客场迎战同组对手奉节队，期待广大市民到场为男篮健儿加油，见证赛场风采！



扫码看更多内容

凭准考证 在潼南享毕业季福利

本报讯（记者 刘文静 彭春）一年一度的毕业季来啦，聚餐、看电影、换手机、买家电……这些事安排上了吗？潼南不少商家都为学生和毕业生准备了实打实的优惠，凭准考证、学生证或录取通知书就能省一笔。餐饮方面，多家火锅店、自助餐推出菜品折扣或特惠餐价，部分酒店还提供客房抵扣券，方便约朋友聚餐或小住。



详情请扫码查看

川渝毗邻地区人工智能标注师 专项培训班在潼开课

本报讯（记者 陈俊霖）近日，川渝毗邻地区人力资源产业园（潼南）人工智能标注师专项技能培训班正式开课，旨在打通川渝跨区域数字职业技能提升与就业发展新通道。

本次培训整合两地优质资源，构建“行业专家授课+云端平台实操+真实项目演练”的立体化教学模式，兼顾理论夯实与实战落地。课程围绕图像、文本、语音等数据标注核心技术，设置智能标注工具实操、行业标准、数据安全、项目技巧等模块，同时讲解AI产业趋势与职业成长路径，帮助学员全方位认知数字新职业。产业园还依托川渝用工资源体系，为学员精准对接优质数字岗位，形成“培训—提质—就业”闭环，实现技能提升与上岗就业无缝衔接。

“一直想深耕数字灵活就业领域，但缺乏专业技能和系统学习渠道，这次培训针对性极强。”来自四川遂宁的学员李女士表示，通过沉浸式实训快速掌握了核心技术，为稳定增收筑牢了基础。学员唐宗祺也认为，培训不仅传授了专业技能，还配套职业规划、简历指导等服务，培训后可直接对接潼南、遂宁两地多家数字企业岗位，为青年群体跨域择业开辟了新路径。

下一步，川渝毗邻地区人力资源产业园（潼南）将立足遂潼毗邻区位优势与川渝产业协同发展定位，聚焦数字经济新兴职业赛道，常态化开展人工智能、新媒体运营、数字技术应用等新职业、新技能专项培训。同时，持续深化遂潼就业服务与人才培育协同机制，搭建标准化、跨区域的技能培育与人才输送平台，以精准化培训赋能群众职业能力提升，为川渝数字产业高质量发展持续输送高素质实用型技能人才。

潼南三大特色产业集群通过市级复核

本报讯（记者 陈俊霖）近日，重庆市经济和信息化委员会公布2026年重庆市中小企业特色产业集群认定和复核通过名单。潼南区电子元器件结构件产业集群、化工新材料产业集群、柠檬加工产业集群三大集群全部入选2026年度重庆市中小企业特色产业集群复核通

过名单。

此次三大产业集群成功通过复核，是市级部门对潼南区中小企业培育、特色产业集群建设成果的高度认可。多年来，潼南区立足自身资源禀赋与产业基础，持续培育优势中小企业，不断完善产业链配套，推动传统产业转型升级、特色

产业提质增效。电子元器件结构件、化工新材料夯实工业发展底盘，柠檬加工深挖农特产品价值，三大产业齐头并进，集群集聚效应持续凸显。

下一步，潼南区将按照市级工作要求，立足各集群主导产业优势，持续激发企业创新活力，大力推进产业数字化升级与绿色低

碳转型。同时，依托柠檬加工产业集群特色优势，全力将其打造为国家级产业集群。区经济信息委也将持续做好科技创新、融资对接、市场开拓等配套服务，依托龙头企业、行业商协会等多方力量，全面提升产业集群专业化、特色化、集群化发展水平，助力区域工业经济稳步前行。



校地合作结硕果

南昌大学重庆研究院在潼通过市级验收

本报讯（记者 张凡）近日，落户潼南的南昌大学重庆研究院顺利通过重庆市引进建设类研发机构专项验收。这标志着该研究院在渝科研平台建设、产学研融合、成果转化等工作取得阶段性成果，正式迈入规范化、常态化运营新阶段。

在专项验收中，专家组通过实地核查与综合考评，一致认为研究院各项建设指标全部达标，

圆满完成既定建设任务。

自落地潼南建设运营以来，该研究院精准对接本土产业需求，交出了一份亮眼的民生与产业赋能成绩单：

搭建科创平台：聚焦大健康、人工智能与先进制造、生态环保等领域，联合潼南高新区、区农投集团等本土企事业单位及高校，共建高标准实验室4个、科技成果转化中心1个。

赋能本土企业：累计常态化“问诊”服务企业100余家，持续激发区域创新创业活力；成功助力4家化工企业完成转型升级与绿色提质。

助力乡村振兴：科技服务深入全区17个乡镇，开展线上线下科技培训60余场次，为基层培育技术骨干2000余人，引进推广先进适用新技术12项。

培育创新主体：累计孵化入

驻企业60家，其中培育重庆市科技型入库企业23家、国家级科技中小企业5家、高新技术企业1家。

下一步，南昌大学重庆研究院将以此次验收为新起点，持续深化产学研协同创新，聚焦重庆重点产业关键技术难题开展精准攻关，加速科技成果在潼南转化落地，全力打造校地合作、科创赋能的标杆型研发平台。

没“明星”有“民心” “村K”台上“羊”眉吐气

本报讯（记者 陈芷琦 丁怡然）6月14日下午两点，花岩镇红太阳饭店音响里传出第一声试麦。不一会儿，32位来自川渝两地的唱歌爱好者轮番走上简易舞台，唱响《草原上升起不落的太阳》《我爱你中国》等群众耳熟能详的歌曲。台下村民、观众越来越多，有人跟着哼，有人鼓掌。

这是第四届“川渝两地情巴蜀一家亲”乡村歌手大赛总决赛的现场。没有专业的舞台灯光，也没有明星评委，但川渝两地的群众给它

取了个响亮的名字——“川渝村K”。从2021年开始，这个比赛每年都在花岩镇如期举行，今年已经是第五年。

“走到这里来听歌，感觉那种氛围让人很放松。”观众唐小红说，“因为现在城里生活，工作很紧张，走到这里听歌，是一种放松，一种享受。”

参赛选手全红萍也笑得爽朗：“我们特别开心地参加这个第四届乡村歌手的决赛，这个氛围非常好，我们特别喜欢，其

他选手唱得很好，我们来向他们学习。”

这场深受群众喜爱的比赛，奖品很接地气：第一名获得一只羊，第二名获得五只鹅。没有高额奖金，但来参赛的人图的就是一个以歌会友、乐享生活的氛围。

组织者赵见鸿说：“我们举办乡村歌手大赛就是为了给老百姓带来快乐，希望通过比赛吸引更多的人来到我们花岩，推动我们花岩与农文旅融合。不过最主要的还是丰富我们村民的文化生活，让大家过得

更快乐。”

五年来，“川渝村K”在周边的名气越来越大。不仅花岩镇的村民年年盼着，四川多个地方的唱歌爱好者也专程赶来参加。台上的人唱得投入，台下的人听得过瘾，欢乐的时光在歌声里流淌。

在这个果香弥漫的午后，花岩镇的歌声里，没有专业与业余的界限，没有城市与乡村的距离。有的是朴素的快乐。而这，大概就是“川渝村K”广受欢迎的原因：简单、真实、热闹、温暖。

遗失声明

兹有重庆市潼南区新胜镇石桥村村委会基层群众性自治组织特别法人统一社会信用代码证书（统一社会信用代码：54500152ME17002377）遗失，现声明作废。

兹有潼南县洪兴村贫困户互助社（账号：1708010120010000231）基本账户的开户许可证（开户许可证编号：J6530022193501）遗失，声明作废。



郝悦指导学生阅读红色读物。



李线黑龙江大学与双江中学学子书信交流。

区市场监管局

常态化“体检”网络餐饮 守护外卖“舌尖安全”

本报讯(记者 丁怡然 通讯员 何敏)如今,点外卖已成为许多消费者的日常习惯。然而,屏幕那头的餐厅后厨究竟是何模样?食材是否新鲜?操作是否规范?这些关乎“舌尖安全”的疑问,区市场监管局始终牵挂在心。

连日来,区市场监管局组织开展网络餐饮集中检查行动。工作人员打破科室与基层监管所的界限,组建联合检查组开展交叉互查,有效消除监管盲区,全面提升网络餐饮监管质效。

此次检查紧盯网络餐饮食品安全的关键风险环节:一方面,严格核查入网商家的经营资质与从业人员健康证明,全面排查食材来源、储存条件及是否腐败变质,细致检查后厨环境卫生与加工操作规范;另一方面,重点核验商户食品安全主体责任的落实情况,检查从业人员培训考试情况,倒逼商户建立健全食品安全长效管理机制。

截至目前,首轮常态化检查共排查入网餐饮商户14家,累计发现食品安全问题隐患26个。针对排查出的隐患,检查组现场逐一反馈,明确整改标准与时限,当场下达责令整改文书,督促商户立行立改、限期整改到位。

据了解,自网络餐饮专项整治启动以来,我区已曝光7起网络餐饮违法典型案例,涉及伪造许可资质、超范围经营冷食、委托他人加工制作、从业人员无健康证明及过程控制不合规等违法违规行为。曝光并非为了单纯“点名”,而是为了敲响警钟,促使整个行业更加自律规范。

下一步,区市场监管局将持续固化网络餐饮常态化监管机制,紧盯问题隐患整改落实,扎实开展“回头看”工作,从源头整治网络餐饮行业突出问题,切实保障广大消费者的饮食安全。

科学童年

趣味实验探奥秘 科学护眼伴成长

区妇幼保健院开展视力健康宣讲进校园活动

本报讯(记者 李彦亭)近日,区妇幼保健院的医护团队走进涪江小学,为五年级学子带来了一堂趣味满满、干货十足的近视防控科普讲座,将专业的护眼知识化作“健康礼物”送进校园。

活动现场,医护人员化身“护眼导师”,用生动通俗的语言为孩子们拆解了眼球构造,并细数了日常生活中容易“偷走”视力的不良习惯。结合详实的普查数据,医护团队直观敲响了护眼警钟,引导孩子们从用眼、睡眠、饮食及运动等多个维度,养成科学的健康习惯。

为了让抽象的眼科知识变得触手可及,课堂还精心设置了三大“眼睛魔法”小实验。在医护人员的指导下,同学们全员动手实操,不仅成功找到了自己的“主导眼”,还亲眼见证了神奇的“第三根手指”现象。通过这种寓教于乐的方式,孩子们在互动问答与欢声笑语中,直观理解了双眼协同成像的原理,将护眼知识牢牢记在了心里。

此次宣讲进校园活动,是区妇幼保健院深入落实“五健”促进行动、抓实儿童青少年近视防控的生动缩影。下一步,该院将持续发挥专业优势,常态化推进健康“六进”行动,通过家、校、医、社同向发力,多措并举为儿童及青少年的健康成长保驾护航。

群力镇

洞养娃娃鱼 山泉变“金汤”

本报讯(记者 何云飞 陈俊霖)六月仲夏,暑气渐浓,群力镇莫家社区的娃娃鱼养殖基地内却是一派清凉景象。依托天然岩洞常年20摄氏度的恒温优势,一批仿生态娃娃鱼迎来丰收季,正成为当地壮大村级集体经济的一张“新名片”。

近日,记者走进养殖基地,只见洞内流水潺潺、幽暗静谧。借着手电筒的微光,一条条娃娃鱼在池中悠然游弋,轮廓清晰可见。农技人员正与基地负责人莫小成并肩巡池,细致监测水温、观察鱼苗长势,并结合初夏气候特点,现场传授换季病害防治技巧,为基地管护“把脉问诊”。

“我们坚持常态化技术巡护,为养殖全过程提供‘保姆式’保障,既帮基地降低风险,又让成鱼品质更上一层楼。”群力镇产业发展服务中心工作人员邱嘉欣介绍道。

娃娃鱼学名大鲵,生性喜静怕光,对水质水温极为挑剔。莫家社区的天然岩洞不仅水质清冽,更自带“天然空调”,省去了高昂的控温成本,为娃娃鱼营造出近乎野生的栖息环境。目前,基地已建成50余个标准化养殖池,主打“小规模、精管理、高收益”模式。因长期投喂活饵,这里出产的娃娃鱼肉质紧实、品相上乘,深受市场青睐。

“目前存量100余条,单价可达180元一斤。靠着山泉活水和农技护航,成鱼品质过硬,根本不愁销路,预计年产值能突破20万元。”莫小成满脸笑意地说。

从昔日沉睡的闲置岩洞,到如今生机勃勃的“聚宝盆”,群力镇巧借一汪山泉活水,成功避开传统养殖业的同质化竞争,蹚出了一条“小而精、稳而优”的特色养殖新路。下一步,该镇将持续强化农技兜底服务,在守好生态底线的前提下,让更多“宝贝鱼”游出大山,进一步夯实村级集体经济根基,为乡村全面振兴注入源源不断的活水源动力。

冰城女孩扎根山城

郝悦的西部支教“青春答卷”

本报记者 何云飞 邹兵

三百个日夜的默默坚守,跨越三千公里的深情奔赴。从黑龙江大学到潼南区双江中学,从一名优秀毕业生到深受学生喜爱的支教老师,郝悦用一年时间,在西部基层的沃土上书写了一份关于“成长”与“奉献”的青春答卷。

一年前,作为黑龙江大学第二十七届研究生支教团成员、黑龙江省优秀毕业生,郝悦怀揣着对西部支教的憧憬,跨越3000公里来到潼南双江中学。在这片陌生的土地上,这位来自北国的青年志愿者迅速完成角色转换,在三尺讲台上找到了属于自己的“一束光”。

扎根双江中学后,郝悦主动请缨,挑起八年级英语、地理两门学科的教学重担,累计授课超1000节。

为了让课堂更有温度与深度,她精心策划了理想信念、安全教育、文体活动等10余项特色课程,用心用情陪伴学生全面成长。

课堂之上,她是传道授业的严师;课堂之外,她是倾听心声的“知心姐姐”。作为团区委“伙伴计划”示范项目主讲人及12355热线接线员,郝悦化身青少年成长路上的“守护者”。她依托母校资源,组织开展了4场青春期教育与反校园欺凌线上讲座;同时搭建起两地学子沟通的桥梁,促成216封互通书信、20余组帮扶对子,用实际行动为孩子们的成长保驾护航。

双江镇是一片底蕴深厚的红色热土,杨闇公烈士的精神在此代代相传。在这片红色沃土上,郝悦没

有让思政教育停留在书本里。她带领学生走出教室,在烈士墓前开展祭扫,在校园里排演红色情景剧,让革命精神变得可触可感。她牵头组建“马掌铁”杨闇公精神宣讲团,全年开展宣讲10余场,覆盖800余人次;“行走的双中思政课”也借此成为学校特色品牌,结合重要节点开展的8场爱国主题活动,让师生共同编排的情景剧、朗诵作品在市、区级赛事中先后斩获特等奖1项、金奖1项。此外,她还发起跨区域图书捐赠活动,为200余名学生送去价值8000余元的书籍,并整理出23项原创红色教学素材,为校园红色教育留下了宝贵的延续资源。

教学之余,郝悦还将目光投向了潼南的特色产业。聚焦当地声名在

外的柠檬产业,她潜心钻研相关知识,站上了2026年潼南区科普讲解大赛的讲台,获评“优秀科普讲解员”。随后,她代表潼南出征第四届遂潼毗邻地区科普讲解大赛,在众多专业选手的激烈角逐中脱颖而出,一举斩获一等奖,其讲解作品也被正式收录进潼南科普讲解成果库。

从三尺讲台教书育人到躬身践行红色传承,从热心志愿服务到助力地方科普宣传,从白雪皑皑的北国冰城到郁郁葱葱的渝西山城,郝悦用一年的时间,生动践行了“用一年不长的时间,做一件终身难忘的事”的青春誓言。她用实际行动诠释了当代青年的责任与风采,让青春在祖国和人民最需要的地方绽放出了最绚丽的光彩。

别让「自杀式网贷」毁了孩子

昱博

高考刚落幕,一些“家长故意让刚成年孩子征信逾期”的视频便引爆网络。视频中,家长理直气壮地将透支几百元并恶意拖欠称为“避坑神操作”,企图用五年的征信污点为孩子筑起一道隔绝网贷的“防火墙”。这种办法看似“护子心切”,实则是以爱为名的家庭霸凌。

从金融风控的角度来看,这种“自杀式防御”荒谬且致命。家长天真地以为,弄脏了征信就能让网贷平台望而却步。其实,家长低估了非法网贷的嗜血本性。正规金融机构确实会因征信瑕疵而拒绝放贷,但那些真正将年轻人拖入深渊的“套路贷”“校园贷”,往往根本不看征信,甚至专门将目光瞄准那些在正规渠道碰壁的“黑户”。人为制造的征信污点,非但不能阻挡非法网贷的渗透,反而切断了孩子获取合法金融服务的渠道。用违法的手段去对抗违规的陷阱,无异于饮鸩止渴。

要防范网贷乱象,家长不妨换一套“疏堵结合”的方法。

用财商教育替代暴力封锁。很多孩子之所以沾上网贷,不是因为缺钱,而是对钱没有概

念。家长应当从孩子成年起,就系统地普及金融常识,教他们算清“高息复利”的账,讲透“最低还款”的陷阱。只有让孩子自己掌握识别非法网贷的知识,才能从根源上建立起抵御诱惑的心理防线。

用合法方式替代暗中破坏。家长完全可以通过合规、透明的方式帮助孩子管理资金。例如,在孩子18岁后,陪同其办理一张属于自己的借记卡,在征得孩子书面授权的前提下,绑定家长的手机号作为消费提醒接收方。如果孩子确有消费需求,可以为其办理额度可控的信用卡附属卡,由父母掌握主卡并设定限额。这种方式既保障了资金安全,又尊重了孩子的独立人格,远比特意抹黑征信高明得多。

用底线兜底替代孤立无援。家长应当明确告诉孩子,遇到真正的困难,家永远是后盾,但必须坦诚沟通,绝不能去碰网贷。当孩子真正陷入网贷危机时,家长要第一时间站出来,协助梳理债务,核实平台合法性,对涉嫌高利贷、套路贷的违法行为果断报警或寻求法律援助,而不是用道德指责或断绝经济来源将孩子推向深渊。

别用无知毁掉孩子的前途。“为你好”不是侵犯权利的遮羞布,“防风险”也不是逃避教育责任的借口,畸形的爱,才是年轻人成长路上最危险的“套路贷”。武装好孩子的头脑,打通家庭的沟通渠道,才是防网贷的正确方法。

涪江锐评



民警在分流车道入口引导两三轮车驶入专用车道。

物理隔离和柔性引导双管齐下 城区多路段机非分流迎来精细治理

本报讯(记者 张凡 陈芷琦)在城区涪江大桥加装隔离护栏,实现机非分流行驶后,相关的交通引导与路面整治工作也紧锣密鼓地跟进。近日,区公安局、区交通运输委、区城市管理局等多部门联合发力,开展两三轮车专项整治与引导行动,进一步巩固大桥及城区主干道的通行秩序,全力保障市民安全出行。

有了清晰的物理隔离,如何引导市民尽快养成“各行其道”的习惯,成为近期的管理重点。如今,在涪江大桥及多条主干道的分流车道入口处,总能看到工作人员忙碌的身影。他们耐心向过往的两三轮车主指明方向,面对面引导大家正确驶入专用车道,确保新设的隔离设施真正发挥出分流实效。

除了现场的柔性引导,执法部门还将目光投向具体的交通违法行为与空间占用问题,在全区范围内展开同步规范。在各主要交通

要道,交巡警采取“检查+劝导”相结合的方式,重点纠查驾乘人员不戴头盔、私自加装遮雨棚等行为。同时,针对部分车辆违法占用辅道、乱停乱放阻碍通行的现象,执法人员开展集中整治,将违停的两三轮车统一引导至专用停车区域。

“行经有辅道的路段,请自觉驶入辅道;无非机动车道的,请靠道路右侧通行。”区公安局交巡警支队城区大队民警王能提醒广大市民,在自觉按道行驶的同时,务必佩戴好安全头盔,严禁违法载人、闯红灯,共同维护安全有序的通行环境。

农村防汛需聚焦“一老一小”

周密

当前重庆全面进入主汛期，山地城市特征让全市防汛工作面临多重考验。不同于城市防汛中的管网排涝，重庆农村地域广袤、村落散落，山地、浅丘地貌交错，极易发生山洪、滑坡、危岩崩塌等地质灾害，呈现“点多、线长、面广、隐患隐蔽”的鲜明特征，是防汛减灾的薄弱地带。而在农村空心化、老龄化的趋势下，行动能力弱、自救水平低的“一老一小”群体，更是农村防汛必须守住的重中之重。必须靶向发力，坚持人防技防相结合，切实打通防汛救灾“最后一公里”，织密筑牢农村安全防护网。

相较于城市，农村防汛更为复杂，背后折射出乡村发展和人口结构等深层次问题。其一，居住分布零散。受传统居住习惯影响，多数农房依山傍水，坐落于低洼地带、地质灾害隐患点周边，村落与风险点交织混杂，一旦遭遇短时强降雨、突发山洪地灾，极易出现救援滞后、转移不畅问题。其二，人口结构失衡。农村青壮年大量外出务工，常住人口中60岁以上占比超60%，65岁以上占比超30%，14岁以下占比超12%，“一老一小”占比近75%。老年人听力、行动能力衰退，



留守儿童自我保护意识和能力不足，这两类群体自主避险能力弱，是汛期人员伤亡的高发群体。其三，基层力量老化。村社组长、网格员是农村防汛的“最后一公里”，目前我市农村一线基层值守队伍年龄普遍偏大，据不完全统计，村社小组长60岁以上占比约50%，70岁以上占比约10%。面对极端天气连续作战、突发险情快速处置、偏远区域逐户转移等高强度工作，基层末端执行力受限。

破解农村防汛困局，首要在于

做精做实人防体系，跳出“单一喊话”的传统模式，构建全域联动的防护格局。农村村落犬牙交错，单打独斗难以应对突发险情，要打破行政区域壁垒，全面建立邻村、邻镇联防联控机制，实现应急力量跨区驰援、抢险物资统筹调配，形成应急合力。同时，积极吸纳返乡青年、退役军人组建村级应急突击队，充实一线抢险力量，激活基层防汛“神经末梢”。

数字化是补齐农村防汛短板的关键抓手，需依托科技赋能打通防汛堵点。要发挥全市三级治理中心

和“141”基层智治平台效能，实现汛情数据统一汇聚、指令统一派发。在农村地质灾害隐患点、山洪沟、漫水路段等高风险区域布设24小时AI监测设备，一旦达到风险阈值，系统自动触发多级预警。坚持“线上推送+线下播报”双轨并行，同步整合应急广播、村村响等渠道，解决偏远村落预警“传不到、听不到”的老大难问题，以技术优势对冲农村分散化带来的监管盲区。

治标更要治本，化解农村汛期长期风险，必须从空间布局入手。近年来，农村建房以原址改建为主，占比在70%左右，要逐步扭转农房零散格局，积极引导村民向聚居点集中选址建房，实行统一规划、统一管理、统一防护，大幅提升险情发生时的转移能力。在此基础上，推动养老服务、村级医疗、便民服务等公共资源向聚居点倾斜，实现公共服务集中配置。既解决“一老一小”日常照料难题，也实现人居环境、公共服务、防灾减灾能力一体提升。

防汛无小事，民生大于天。守护“一老一小”是防汛工作的底线要求。必须持续深化人防、技防深度融合，突出重点、靶向发力，全力以赴筑牢乡村汛期安全防线。

绝句四首

曾卓

促织小夜曲
潜身阴湿处，彻夜作长吟。
梦醒思乡际，尤堪醉此音。

小满之夜
经宵酥雨韵无穷，润涸清泉兆岁丰。
风拂新禾香袅袅，杜鹃引梦稻田中。

插秧村姑
退步弓腰双手忙，桃腮沁汗映朝阳。
秧歌滑入甘泉里，醉得新禾也泛香。

品双江陈凉粉
甜酱辣椒拌小葱，双江美味趣无穷。
行囊未解循香去，梦里乡愁藕粉中。



平行志愿、强基计划...22个高考志愿填报策略

高考结束后，志愿填报成为考生升学的关键一步，很多家长和学生一填志愿就犯愁。填报志愿要做哪些准备？怎么看懂招生章程？新高考模式下专业报考要注意什么？……别急！小编为你带来了2026年高考考生最关心的22个填报策略：

志愿填报，考生要做哪些准备？

- 熟悉政策。**考生及家人需要对本省的高考政策有一个全面且整体的把握，明确哪些政策至关重要，哪些与自身的切身利益紧密相关，以及重要政策在当年是否发生变化。诸如高考的常识、动态、公示信息以及政策等方面都要有所了解。例如，考生及家人至少要清楚所在省份有几个批次的志愿填报，每个批次需要填报几所志愿学校，以及每个学校可以报考几个专业等等。
- 收集信息。**信息来源和获取渠道的可靠性至关重要。一般而言，考生及家人可以选择的权威渠道主要有：阳光高考信息平台；当地考试院以及各高校的官方网站、官方微博、微信公众号；高考高招类的报刊、广播电视节目等。
- 准确定位。**定位是填报志愿过程中最为关键的环节之一。我们都清楚，在高考录取时，会将一定范围内的考生，按照高考成绩进行排序，从高到低依次录

取，位次越高，被录取的机会也就越大。在填报志愿前，考生可以依据高考成绩、一分一段表、位次进行自我定位，明确自己在整个省市中所处的位置。

(4) **知己知彼。**俗话说：“知己知彼，百战不殆”。在做好自身定位“知己”的基础上，还需要做好对外部信息了解的“知彼”工作。“知彼”的过程，除了熟悉政策法规之外，还需要弄清楚各个招生院校的基本情况。例如学校当年的招生章程、招生计划、往年在本省的提档线、专业线、师资力量、专业设置、学科优势、就业情况以及深造前景等等。

(5) **初选志愿。**“初选志愿”是结合自身的定位，确定目标院校的过程。完成第三步和第四步后，考生和家长对于高考志愿应该已经有了大致的方向。此时，考生可以初步划定一些在本省有招生计划的院校，并认真研读这些院校的招生章程，仔细比较各院校之间专业的招生人数、录取分数等数据，挑选出与自己的兴趣、分数以及批次相匹配的院校。

(6) **模拟填报。**“模拟填报”就是依据本省、市的志愿填报情况，将考生的高考志愿草表完整地呈现出来，进行一次真实的模拟操作。高考志愿通常都是在网上进行填报，并且需要在规定的时间内完成，逾期将不予补报。每年在志愿填报过程中，都会出现诸如操作失误、丢失密码

等问题，再加上网络系统在填报高峰期可能会比较繁忙，考生容易手忙脚乱，所以提前进行模拟填报可以做到有备无患。

填报志愿，哪些资料不可少？

- 省招办当年下发的普通高校招生专业计划，这份招生专业计划是考生填报志愿的重要依据。**各省的招生计划呈现形式可能会有所不同，分为纸质版和电子版。有些省份在填报志愿之前，会将纸质版的专业计划发放到考生手中，其内容涵盖院校名称、专业(类)、层次、选考科目要求、计划招生数、学制、学费等详细信息。
- 省招办下发的填报志愿手册或录取分数分布统计等相关资料。**这些资料包含了前三年各院校专业的录取平均分、最低分以及相应的位次等信息。考生在填报志愿时，可以结合自己的成绩位次以及各类别总分(或综合分)的一分一段表，仔细分析近三年招生院校和专业的录取信息，从而为志愿填报提供参考。
- 高校招生章程是由学校依据相关法律规定和国家招生政策制定的，是学校开展招生工作的重要依据。**考生在填报志愿前，应当仔细阅读拟报考高校的招生章程，全面了解高校的招生办法和相关招生要求。

如何使用填报志愿的参考材料？

- 仔细查阅省招办下发的高校招生计划，明确各高校在本省的招生专业、人数等信息。**
- 认真研读报考院校的录取规则，如，对于是否服从专业调剂，对考生身体条件、单科成绩、外语语种等具体要求。**
- 参考省招办发布的填报志愿手册或录取分数分布统计等资料，结合考生的成绩位次以及各类别总分(或综合分)的一分一段表，深入分析近三年招生院校和专业的录取信息，了解各院校专业的录取趋势和竞争程度。**
- 了解考生所在省的招生录取相关办法和规定，清楚本省的志愿设置、投档录取规则、选考科目(改革省份)、投档比例等。**通过收集和分析多种信息，充分做好填报志愿前的准备工作。

考生填报志愿一般要考虑哪些因素？

- 以成绩为根本基础。**高考成绩是考生能否被录取的关键因素，它直接决定了考生可选择的院校和专业范围。
- 综合考量院校情况。**院校是考生选择志愿时的重要考虑因素，它关系到考生将与哪些人一起学习、在何处学

习以及学习哪些内容等问题。考生在填报志愿时，不仅要了解院校的历史背景、地理位置，还要关注院校的综合办学实力，包括师资力量、学科建设、科研水平等方面。

(3) **充分考虑兴趣爱好与专业就业等因素。**专业是考生志愿选择的核心要素，通常与学生的学习兴趣和职业发展方向密切相关。重点大学有其优势专业，普通院校也有各自的特色专业。至于选择院校优先还是专业优先，不能一概而论，需要根据个人情况进行权衡。考生应选择自己感兴趣、符合个性特长的专业，对于高考改革省份的考生，还需要考虑选考科目范围等因素。同时，专业选择也与经济社会发展趋势相关，有些专业报考时很热门，但就业时却面临困难，因此考生需要理性判断专业的发展前景。

(4) **结合自身身体等条件。**专业与身体状况存在一定的关联，部分专业会受到视力、色觉、器质性健康状况等方面的限制。此外，部分院校根据专业学习的要求，会对单科成绩和外语口语等方面提出特定要求。还有一些中外合作专业、民办院校的收费相对较高……(来源于重庆发布)



注销公告

潼南区广播电视退休职工协会(统一社会信用代码:51500152305117883M),因连续三年以上未接受年度检查,经业务主管单位重庆市潼南区融媒体中心核查评估,确认该协会债权债务风险较低,现决定对其予以强制注销,终止该协会全部业务活动。此后,任何组织及个人均不得再以本协会名义开展各类活动。

请相关债权人、债务人自本公告发布之日起30日内,及时联系申报未了的债权债务事宜。逾期未申报的,将依法视为自动放弃相关权利。

特此公告。
联系人:刘哲含 15922598266
联系地址:重庆市潼南区桂林街道兴潼大道38号

重庆市潼南区融媒体中心
2026年6月15日

注销公告

重庆市潼南区影视评论学会(统一社会信用代码:51500152MLP4483792),因连续三年以上未接受年度检查,经业务主管单位重庆市潼南区融媒体中心核查评估,确认该协会债权债务风险较低,现决定对其予以强制注销,终止该协会全部业务活动。此后,任何组织及个人均不得再以本协会名义开展各类活动。

请相关债权人、债务人自本公告发布之日起30日内,及时联系申报未了的债权债务事宜。逾期未申报的,将依法视为自动放弃相关权利。

特此公告。
联系人:刘哲含 15922598266
联系地址:重庆市潼南区桂林街道兴潼大道38号

重庆市潼南区融媒体中心
2026年6月15日