



# 永葆初心 不懈奋斗

乌漆木门、朱红窗棂、清水墙……前不久，经过保护性修缮，位于上海市兴业路76号的中共一大会址重新开放。1921年7月，中共一大在这里召开，后因原法租界巡捕的滋扰，紧急转移到浙江嘉兴的南湖继续进行，在船上完成了大会最后相关议程。从上海石库门到嘉兴南湖，一艘小小红船承载着人民的重托、民族的希望，越过急流险滩，穿过惊涛骇浪，发展成为领航中国行稳致远的巍巍巨轮。

习近平总书记强调：“上海党的一大会址、嘉兴南湖红船是我们党梦想起航的地方。我们党从这里诞生，从这里出征，从这里走向全国执政。这里是我们党的根脉。”在庆祝中国共产党成立100周年大会上，习近平总书记深情回顾中国共产党百年奋斗的光辉历程，深刻指出：“一百年前，中国共产党的先驱们创建了中国共产党，形成了坚持真理、坚守理想，践行初心、担当使命，不怕牺牲、英勇斗争，对党忠诚、不负人民的伟大建党精神”。

了解历史，才能看得远；永葆初心，才能走得远。在上海和浙江嘉兴采访，总能遇到不少前来感悟初心使命的党员干部。“来到梦想开始的地方，汲取精神的力量”“一次参观瞻仰，寻到一种力量，看到一份初心”“百年大党，永远年轻”……真挚的话语，道出了中国共产党人一以贯之的理想信念，映照着百年大党的生机与活力。

在中共一大纪念馆前厅，三幅壁画以万水千山、革命圣地生动诠释百年奋斗；在嘉兴南湖烟雨楼旁，一艘红船随着清波荡漾。历史不会忘记，无数革命志士义无反顾谋求民族独立和人民解放的奋斗身影。面对山河破碎、内忧外患的危难时刻，中国共产党人勇往直前以赴之、断头流血以从之、殚精竭虑以成之，以星火燎原之势改变了中国的命运，赢得了最广大人民群众支持和拥护，夺取了中国革命胜利。

时间会见证，一代代中国共产党人始终不渝践行

为中国人民谋幸福、为中华民族谋复兴的初心使命。铁人王进喜把一生献给了祖国石油事业，甘愿为党和人民当一辈子老黄牛；地球物理学家黄大年刻苦钻研、勇于创新，用生命展现了“振兴中华，乃吾辈之责”的爱国情怀；驻村第一书记黄文秀在脱贫攻坚第一线倾情投入、奉献自我，谱写了感人的新时代青春之歌……一位位建设模范、改革先锋、时代楷模用行动证明：一个除了国家、民族、人民的利益没有任何自己特殊利益的政党，始终把人民放在心中最高位置，把人民幸福镌刻在通向中华民族伟大复兴的里程碑上。

初心易得，始终难守。回望过往的奋斗路，眺望前方的奋进路，必须把党的历史学习好、总结好，把党的宝贵经验传承好、发扬好，铭记奋斗历程，担当历史使命，从党的奋斗历史中汲取前进力量。唯有不忘初心、牢记使命，方可告慰历史、告慰先辈，方可赢得民心、赢得时代，方可善作善成、一往无前。（来源：《人民日报》）

## 江苏疾控专家提醒：及时全程接种疫苗 坚持良好卫生习惯

近日，江苏报告了1例境外输入关联的新冠肺炎确诊病例，为外省通报的境外输入新冠肺炎无症状感染者的密切接触者。该病例此前未接种新冠病毒疫苗，乘坐高铁列车时未严格佩戴口罩，恰与一名刚解除集中隔离的人境人员在同一列车厢。该入境人员在抵达目的地后，被检出新冠病毒阳性。江苏省疾控中心副主任陆伟认为，这一病例的出现有其偶然性，但也有一些因素值得大家关注。

陆伟表示，首先，随着我国对外交流的逐步恢复，境外输入病例必将长期存在，一些病例在解除集中隔离后，仍出现传染性，之前外省也有过类似情况。其次，这一病例长期从事外勤工作，但一直未接种新冠病毒疫苗，未能获得疫苗的有效保护。

**陆伟再次提醒公众**

要及时、全程接种新冠病毒疫苗，降低感染风险；在乘坐火车、飞机、大巴、地铁、公交车等公共交通工具，身处“两站一场一码头”等公共场所时，要严格佩戴口罩，做好手卫生；接触公共场所门把手、水龙头、电梯按钮等设施后，要及时清洁和消毒双手；

减少扎堆，公共场所与他人保持1米以上距离，避免人群聚集；在公共场所打喷嚏、咳嗽时，及时用纸巾或肘袖遮挡口鼻；外出就餐时使用公筷公勺，坚持分餐制；

密闭空间注意通风换气，尤其是夏季空调室内，要坚持定时通风；

处于居家健康监测阶段的人境人员，为有效保护自己和他人的健康，应尽量减少在公共区域的活动，减少使用公共物品，避免参加聚集性活动。（来源：中国江苏网）

## 盐城菜篮子价格连续5个月回落

据相关调查监测资料显示：6月份计算盐城“菜篮子”价格指数的肉、禽、蛋、水产品、蔬菜等五类副食品价格“四跌一涨”，与5月份相比，6月份盐城市“菜篮子”价格环比下跌3.5%，“菜篮子”价格已连续5个月出现回落，累计跌幅达到13%。

6月份肉类价格环比下跌6.2%；禽类价格环比下跌0.3%；蛋类价格环比下跌0.8%；水产品类价格环比下跌6.3%；蔬菜类价格环比上涨1.7%。

据分析，6月上中旬，由于大体重生猪集中出栏、进口冻猪肉增加及季节性需求偏弱等因素叠加影响，猪价快速下行，导致猪肉价格基本降到了非洲猪瘟前价格水平。受季节性升温等因素影响，6月份蔬菜价格有涨有跌，但总体价格保持平稳。（来源：盐城新闻网）

## 教育部：暑期托管遵循教师自愿学生自愿等要求

为解决学生暑期“看护难”问题，一些地方和学校推出暑期托管服务。教育部7月13日召开新闻通气会表示，暑期托管服务应遵循学校主动、社会参与、教师自愿、学生自愿、公益普惠等基本要求。“要取消教师寒暑假”的说法没有依据，“暑期托管变成第三学期”的说法不符合实际。

教育部基础教育司司长吕玉刚说，教育部办公厅印发《关于支持探索开展暑期托管服务的通知》提出，从本地实际出发，鼓励有条件的学校积极承担学生暑期托管服务工作。同时，教育部门还应积极会同共青团、妇联、工会、社区等组织，通过多种途径、多种形式提供学生暑期托管服务。暑期托管服务主要面向确有需求的家庭和学生，并由家长学生自愿选择参加，不得强制要求学生参加。

“要引导教师自愿参与暑期托管服务，但不得强制。对自愿参与的教师应给予适当补助，并将志愿服务表现作为评优评先的重要参考。”吕玉刚说，“要取消教师寒暑假”的说法是没有依据的。

吕玉刚介绍，托管服务应以看护为主，确保学生能够得到充分休息。学校要开放教室、图书馆、运动场馆等各类资源设施，合理组织提供一些集体游戏活动、文体活动、阅读指导、综合实践、兴趣拓展、作业辅导等服务，但不得组织集体补课、讲授新课。

“关于‘暑期托管变成第三学期’的说法是不符合实际的。”吕玉刚说。（来源：新华社）

## 2021年“三伏”持续40天，当心“中暑”！

7月11日，“三伏”大幕正式开启。专家提醒，“入伏”后，全国多地将会进入持续高温模式，公众要注意防暑降温。

历史学者、天津社科院研究员罗澍伟介绍，我国古代以“干支”法记录年、月、日，即用“十天干”配“十二地支”，所以，每隔10天就会出现一个“庚日”。

依传统历法规定，夏至后第三个“庚日”起进入头伏，第四个“庚日”起进入中伏，立秋后第一个“庚日”起进入末伏，合称“三伏”。初伏和末伏都是10天，中伏有时是10天，有时是20天。

什么情况下中伏是10天或是20天？罗澍伟解释说，这与夏至后第一个“庚日”出现的早晚有关。测算发现，如果第一个“庚日”出现在夏至后的5天之后，那么从夏至到立秋的45天中，只能有4个“庚日”，立秋后的第一个“庚日”，距进入中伏的第4个“庚日”，只有10天时间；如果第一个“庚日”出现在夏至后的5天之内，那么从夏至到立秋的45天中便会会出现5个“庚日”，立秋后的第一个“庚日”，距进入中伏的第4个“庚日”，要有20天的时间，民间俗称“俩中伏”。

具体到今年的“三伏”来说，7月11日至20日为头伏，7月21日至8月9日为中伏，8月10日至19日为末伏，前后长达40天。

“入伏”后空气湿度增大，再加上持续高温，极易发生“中暑”现象。“‘三伏’期间，公众需做好防暑降温措施，老、弱、病、幼等体质较弱人群尽量减少外出活动时间。若外出，一定要采取防护措施，如打遮阳伞、戴遮阳帽、戴太阳镜等，并随身携带一些防暑药物。”罗澍伟结合民间传统和养生专家的建议说。（来源：新华社）



暑期以来，大纵湖旅游度假区通过开展作业辅导、文体活动、趣味培养、垃圾分类讲座、消防演练、红色主题教育等系列课程，让留守学生度过一个健康、快乐、安全的假期。图为日前，大纵湖旅游度假区关工委校外辅导中心站、成人校为留守学生举办暑期“阅读与安全”辅导。美中英宝摄

## 暑假来了，孩子的心理健康还好吗？

2020年青少年总体抑郁检出率与2009年基本相当，大众为什么感觉孩子们比从前脆弱呢？

“是我们给了太多压力，还是孩子们比以前更脆弱？”

进入暑假，求助各类心理咨询热线和机构的家长数量陡增。调查显示，我国青少年自初一开始，抑郁检出率随年级增长而明显增高，焦虑、孤独感、同伴交往、亲子关系等心理问题也在青少年群体中频频出现。

**抑郁情绪随年级增长而升高 家校均应重视**

如果为人一生的抑郁发生率描绘一条曲线，初中和高中阶段无疑是抑郁发生的峰值期。据中国科学院心理研究所2020年青少年心理健康状况调查，学生抑郁的检出率从初一开始明显升高，在之后的初中和高中阶段逐步增加。

原上海市精神卫生中心医务科科长、上海温度临床心理诊所副主任医师袁训初表示，家庭和作为影响青少年生活的两大环境，与青少年心理问题，尤其是抑郁的发生有密切关联。

“我们在与青少年的访谈中发现，引发抑郁情绪的直接原因多与同学关系不睦、师长或父母训斥、父母离异等生活事件有关，但能否从这种抑郁情绪中恢复，则要看这个孩子在家校环境中塑造出的心理健康水

平。如果很少有成功的体验，又缺乏父母、师长和同龄朋友的理解支持，自尊水平较低，遇到问题就容易自责愧疚、无计可施，陷入抑郁情绪无法自拔。”袁训初说。

**焦虑、孤独、患得患失 接受青春期“特色”**

初中至高中阶段，正是人生中最重要的发展转折期之一——青春期。在心理咨询师袁训初看来，这一阶段中，心理的发展伴随着生理发育，在少年们的身上引起了天翻地覆的变化。

“思绪多了，烦恼多了，非常关注自身形象，开始心理‘断乳’，不再听从父母的指挥，想要在同伴群体中有一定话语权，因此觉得焦虑，与父母有冲突，时常患得患失、感到孤独，这都是青春期特有的心理色彩和情绪困惑，也因此容易引发各种问题。”常薇说，在她接待的来访家庭中，90%的青少年心理问题与这些青春期特色有关。她更常被问到的，是如何处理这些问题。

“说起来容易，做起来难。对父母来说，倾听、接纳和提供支持是非常重要的。”常薇表示，父母能冷静坐下来听孩子讲话，做到信任、支持和包容，是对青少年心理困惑的最好治愈。而对于青少年自身，她认为掌握更多的心理健康知识，学会积极的认知方式和情绪管理，对这个阶段很有帮助。

“不被父母接纳，对于有心理困惑或者患心理疾

病的青少年是一种二次伤害。”心理医生王存妹提醒，在患抑郁症、焦虑症等心理障碍的青少年患者中，曾有父母不相信孩子患病，而将其贴上“叛逆、厌学”等标签，对孩子的心理造成更加严重的伤害，也耽误了及时对症的治疗。

**孩子更脆弱？不同时代不同挑战**

就调查数据看来，2020年青少年总体抑郁检出率与2009年基本相当，大众为什么感觉孩子们比从前脆弱呢？

“可能是因为社会关注度和实际就诊率的提高。更多的父母甚至青少年自身意识到心理困惑，会主动向医生求助，社会确实也更加关注心理健康水平。”上海温度临床心理诊所负责人、主任医师王鹰表示，近年来医院就诊和电话咨询的患者中，青少年比例有明显增加。

他同时提到，应该关注青少年们面对新时代的机遇与挑战。“社会的飞速发展和经济文化变迁增加了青少年的知识容量与技能水平，也增大了他们适应社会的难度，带来更多焦虑、抑郁等负面情绪。应对新的时代，需要父母的科学养育、正确认知和关心支持，也需要同学们关注自己的情绪、心理状态，做好日常心理保健工作。”（来源：上观新闻）

