

“我不怕苦，就想学做回锅肉给爸爸吃”

——山里娃在重庆主城体验梦想职业

□本报记者 赵迎昭 实习生 李宁

1月4日早上5点40分，14岁的马良早早起床。6点，他从渝中区两路口乘车，45分钟后到达巴南区龙洲湾的一家餐馆，开始体验当一名厨师。

马良是巫山县双龙镇双龙中学的学生。1月1日至5日，红岩联线在重庆主城组织实施第三期“红岩润心励志”研学活动，邀请双龙中学的10名同学体验自己的梦想职业，激励他们为实现梦想而奋斗。

想给爸爸做一顿回锅肉

“做厨师很辛苦哦！”餐馆老板李朝进对马良说，每天早上7点多就要到农贸市场采购新鲜食材，晚上11点才能收工。“师傅，我不怕苦，就想学做回锅肉给爸爸吃。”马良平说。

马良平的爸爸在广东珠海打工，他平时跟随爷爷奶奶生活，12岁时就会炒素菜了。“记忆中，我5岁时才第一次见到爸爸，当时我高兴得哭了。”马良平说，去年暑假，他去珠海和爸爸生活了一个月，“爸爸每天早上5点就要起床给我准备午饭，当时我心想，如果我会做荤菜就好了，做一顿爸爸最爱的回锅肉给他吃，给他一个惊喜。”

一天的学习下来，马良平说：“脚掌



1月3日，重庆大爱特教康复中心，巫山县双龙镇双龙中学学生方绍艳正在体验义工工作。

又酸又痛，但收获很大，回家后我要尝试着做荤菜，等下次见到爸爸时就做给他吃。”

体验到父亲工作的艰辛

在马良平学习做菜的同时，14岁的罗志鑫正在重庆文化艺术职业学院里体验维修工的工作。

早上9点，罗志鑫和维修工杨建华一道，来到一处漏水的消防栓前，找到漏水点，准备用锯子撬开砖块、凿开水泥层后再维修。

“我想感受下爸爸的工作有多辛苦。”罗志鑫说，爸爸是一名维修工，在巫山县城工作，自己从小跟随爷爷奶奶生活。虽然同在巫山，但他十天半个月才

能见到爸爸一面。

午饭后，罗志鑫又体验了维修洗手盆感应器等工作，此时他的手已经被冻得冰凉，“爸爸一个人在外打拼不容易，我要好好学习，孝敬他和爷爷奶奶。”

希望快点长大帮助别人

1月3日下午，方绍艳和马慧来到重庆大爱特教康复中心，体验了义工工作。近20名自闭症和唐氏综合征患者正在这里接受康复训练，两名14岁的女生来之前十分期待，但到达现场后却略显无奈。

“这个球是蓝色，这个是白色，你认识吗？”在康复中心内，方绍艳双手握着海洋球，对身旁一名7岁的自闭症男孩说。男孩不但不理，还从她手中抢过海洋球扔了出去。面对这一幕，方绍艳微微一怔，似乎被吓了一跳。

“5岁时，我不小心走丢了，是一位义工帮我找到了妈妈。”方绍艳说，当天的体验让她真正理解了义工的价值和意义，“我要认真学习，为实现梦想而努力。”

“我希望自己能够快点长大，这样就能早点帮助他们了。”快结束体验工作时，马慧一边说，一边用右手握住一位患有唐氏综合征的小女孩的手在纸上写下：坚强、乐观、自信。

冬日里的一颗“红樱桃”

暖了山区孩子的心

本报讯（记者 张莎）近日，巫溪县通城小学的操场上响起了响亮的朗诵声。重庆市第七届红樱桃“冬日针爱”走进巫溪捐赠仪式正式启动，众多志愿者来到现场，用爱心撑起孩子们的暖冬。

“非常开心能在新年里收到这些礼物，感觉特别暖和。”巫溪县通城小学二年级二班的张亮戴上帽子、围巾和手套后，高兴地笑着。

长寿区委宣传部负责人表示，该区今年在第七届红樱桃“冬日针爱”活动的号召下，组织了7个街道的30余个社区共计700余名志愿者动起手来，为山里的孩子们送来了1300余套帽子、围巾和手套。

千山万水送针爱，情系山区暖童心。到2019年，红樱桃“冬日针爱”志愿行动已经伴随山区的孩子们7个年头，成为关心关爱山区留守儿童的暖心工程，是重庆市未成年人思想道德建设工作的响亮品牌，也是推动志愿服务工作的重要平台。

2019年活动开展以来，为组织有效资源对接帮扶贫困山区，主办方组织主城区及周边14个区分别定向捐赠渝东北、渝东南14个贫困区县，结合受助需求动员社会志愿力量参与。其余区县自行筹集善款购买毛线，组织城区编织志愿者爱心义织，为本区县农村贫困家庭学生送去温暖。



1月2日，巫溪县通城小学，孩子们收到志愿者带来的御寒物品。

记者 崔力 摄

全市八成以上居民有电子健康档案



本报讯（记者 李珩）生过哪些病？吃过哪些药？这些都会记录在你的电子健康档案上。日前，重庆日报记者从市卫生健康委获悉，截至2019年11月，全市居民电子健康档案建档率达81.13%，0—6岁儿童健康管理率87.62%，老年人健康管理率67%。

“每年做次体检，放心些。”近日，家住九龙坡区红阳村的傅文菊拿到了体检报告。体检是在石桥铺街道社区卫生服务中心免费做的，体检报告送到老人家中，还不忘叮嘱老人：“你有高血压，不能吃咸了，尤其是肥肉，要少吃。”

事实上，老人享受的体检服务是我市推行的基本公共卫生服务内容之一。2019年起，在原12类基本公共卫生服务内容基础上，我市将原重大公共卫生服务和计划生育项目中的妇

幼卫生、老年健康服务、医养结合、卫生应急、孕前检查等19项内容纳入基本公共卫生服务，人均基本公共卫生服务经费补助标准提高至69元。

“我们率先建立了公平、公正、客观的第三方绩效考核评价机制，实施全流程管理、全绩效考核、全量化分配，促进基本公共卫生服务均等化。”市卫生健康委有关负责人说，我市还积极发挥专业机构和社会组织作用，通过有奖征集标识、定制“健康列车”、绘制“空中画廊”、拍摄卡通及专题宣传片、开通微信公众平台等形式，进一步提高基本公共卫生服务公众知晓率。

截至2019年11月，全市适龄儿童“八苗”接种率保持在95%以上，突发公共卫生事件报告率100%，居民健康素养水平提高到17.6%，基本公共卫生服务公众知晓率从2015年的38%提高至2018年的57%，“你健康 我服务”被第九届全球健康促进大会作为健康素养促进优秀案例，宣传品牌已被国家采纳，成为全国项目宣传主题。

用影像记录高校的发展变化

“我和我的大学”重庆大学生纪实影像展巡展结束



本报讯（记者 李星婷）1月2日，由市委指导，重庆日报、重庆市摄影家协会、重庆新闻摄影学会、重庆市高校摄影协会、重庆大学、西南政法大学、重庆交通大学、长江师范学院等单位主办的重庆大学生纪实影像展巡展活动，在重庆大学落下帷幕。

该活动去年6月启动主题摄影及征稿活动，包括摄影大赛及影像展两部分。摄影大赛面向重庆各高校征集人文纪实类、景观及创意类和手机类别的摄影作品，共收到4000余件作品；影像展则面向社会征集了不少高校的老照片和影像资料等，有上千张。

去年12月，摄影大赛相继举行了作品评选及颁奖仪式，经层层筛选，有300多件作品参与终评，22名作者分获一、二、三等奖。这些获奖作

品和部分老照片一起，在西南政法大学、重庆大学等高校进行了巡展。

“重庆不少高校都兴建于新中国成立初期，如西南政法大学、重庆医科大学、重庆邮电大学等。”市教委相关负责人介绍，“此次影像展以图片、影像的方式梳理出在渝高校70年来的发展历程，非常有价值。”

本次纪实影像展在重庆大学、西南政法大学等高校的巡展也引发了热烈反响。重庆市高校摄影协会主席刘宏毅介绍，为配合该活动，各高校积极组织开展了各类配套活动，比如校内各院系的征稿、评选等，重庆大学还举办了“岁月留痕·指尖下的重大”和“聆听重大”展览，用钢笔画、照片和声音去展示独特的校园之美，“这次活动对广大师生而言，是一次开阔视野、互相交流的好机会；对学校校园文化建设、摄影人才培养，也可以起到很好的促进作用。”

据悉，今后“重庆大学生影像节”将由多方联合，举办为一年一度的品牌活动。

荣昌：建设西部知名的“运动健康之城”



重庆·荣昌国际马拉松赛助力荣昌打造“运动健康之城”

2019年12月29日，重庆·荣昌国际马拉松赛在荣昌人民广场开跑。赛事共吸引了国内外11946名跑步爱好者参与，参赛选手在“国家森林城市”中用脚步体验自然与人文，深度感受荣昌这座城市的个性魅力。

近年来，荣昌区高度重视体育工作发展，将体育视为一项事业、一项产业，大力倡导全民健身活动，满足人民对高品质生活的追求，努力建设成为西部知名的“运动健康之城”。

改善体育设施 践行惠民方针

2019年12月5日，总投资约20亿元的濠溪河体育文化公园内，首期工程马拉松赛道建设完成，公园湿地风景与赛道紧密结合，环境优美。

与此同时，投资2500万元的全民健身活动中心已全面建成，对外免费开放。总投资约3亿元的黄金坡城市体育公园正在建设中。这两个项目的建成，将不断满足群众多样化的体育健身需求。

荣昌区于2019年投入资金500余万元，实施全区体育设施维修维护工程。实现农村地区农民体育健身工程全覆盖，建成6处乡镇健身广场、37处社区健身点、31条总长113

余公里的健身步道。除此之外，荣昌区还积极引导地产业主建设小区配套公园、室内健身房、恒温游泳池、网球场、羽毛球场、篮球场等体育设施，激发社会力量投资体育产业的热情。

汇集众多赛事 营造健身氛围

2019年11月10日，“北体冠军”国际划骑跑铁人三项公开赛在荣昌区万灵镇举行；2019年12月29日，“渝翰科技”重庆·荣昌国际马拉松赛成功举办。

在举办国际赛事的基础上，荣昌区还承办了2019年全国国际式摔跤冠军赛、全国少年武术散打锦标赛等国家级赛事以及市级赛事。

在赛事活动的影响下，群众体育健身活动蓬勃开展。全区21镇街、75个社区、92个村发展老年人基层体育协会188个，组建羽毛球、乒乓球、篮球等健身队伍1000余支，组织开展区级群体体育活动13次，场馆免费开放服务群众达到70万人次，全民健身的理念深入人心。

开展体育合作 构建产业链条

2018年，荣昌区与北京体育大学签约“校地合作战略协议”，将北京体育大学的人才、专业资源等优势，

通过体育赛事与荣昌的区位优势相结合，把举办品牌赛事作为荣昌体育产业发展的“聚合器”，来完善荣昌的体育产业链条。

合作以来，双方共同积极推动濠溪河体育文化公园的规划和建设，规划“三大组团”即核心体教组团、产业服务组团和生活配套组团，培育“八大业态”，即北体大职业教育培训中心、北体大附属中学、体育赛事训练基地、体育健康产业园区等，大力培育体育新产业、新业态。

在体育人才培养上，荣昌区也不遗余力。2019年5月，荣昌区青少年体校（安富中学训练基地）23名柔道和摔跤学生通过体育单招考入北京体育大学、延边大学、山西师范大学等高等院校。通过北体大选拔，荣昌1名柔道队员作为国家体育后备人才输送到斯洛文尼亚培养。

同时，荣昌区按照“政府主导、市场运作、社会参与、惠民惠民”的原则，开展惠民消费季系列活动。目前已经举办到第四届，将体育赛事、文化展示、观光旅游、美食品鉴、商业展会有机整合，带动文化体育旅游商业消费近20亿元。

韩成栋 韩洋
图片由荣昌区文化旅游委提供

奉节：打造极限体育旅游目的地



2019中国攀岩自然岩壁系列赛（重庆奉节站）暨全国总决赛现场 摄/王全超

奉节乃大美汇集之地，自然风光遗世而独立，令人心驰，得天独厚的自然条件让这里成为众多极限运动爱好者的天堂。“极限体育”作为奉节县委、县政府重点打造的“六大名片”之一，是推进奉节全域旅游发展的重要抓手。2019年，奉节县全面打造极限体育目的地，坚持“极限运动+山水环境+文化旅游”深度融合，推动体育健身产业化发展。

极限体育运动逐渐迈步

近年来，奉节县文化旅游委积极鼓励社会资本在奉节开发独特性、高规格的原创极限赛事，举办了国内首个城市速降赛、“穿越三峡之巅探寻奉节秘境”登山比赛等大型群众体育赛事活动。2019年，县文化旅游委全面推动“旅游+体育”的融合发展，极限体育旅游目的地建设取得初步成效：相继成功举办了重庆市首届冰雪运动季系列活动暨奉节县首届冰雪运动会、登“三峡之巅”登山徒步赛事，以及草堂河公开水域游泳比赛和2019中国攀岩自然岩壁系列赛（重庆奉节站）暨年度总决赛赛事。攀岩总决赛是国家级赛事首次落户奉节，本次比赛是在长江江畔的瞿塘峡岩壁上进行。为了保障比赛的顺利进行，组委会第一次采用了水上仲裁的方式，82名国内外顶级攀岩运动员和爱好者参加该赛事。中央广播电视总台体育频道、人民日报、新华网、海南卫视等多家媒体聚焦赛场，18家平台全程直播，引起了社

全民健身活动大放异彩

全民健身活动蓬勃开展，群众体育赛事坚持做到“天天有赛事、周周有看点、月月有主题、年年有亮点”。全县共有体育协会26个，全年共举办群众参与度高的大型群众体育赛事活动53场次，成功举办重庆市渝东北片区老体协第17次联席会议。2019年4月25日，支持本土企业成功举办了“江源杯”中美篮球俱乐部争霸赛，重庆三峡陵队、美国佛罗里达鲨鱼队联袂上演的精彩赛事吸引周边区县及本县近3000名篮球爱好者观赛，火爆的篮球市场成为助推奉节县体育产业发展的重要力量。

坚持“体育改民风、助文明”理念，开展了奉节县第一届全民健身运动会，从2019年4月到11月历时8个月，共有16个大项、36个小项，参赛队伍包含单位、乡镇、街道、管委会及行业协会共99个，参赛人数达5000人以上，带动了全县群众健身热潮。还成功举办了奉节县第三届少数民族运动会，开展了“全民健身月”系列活动、30余场次群众性体育赛事活动，进一步丰富了广大市民的业余文体生活，团结向上、文明和谐的民风愈发浓厚。

竞技体育成绩进一步提升

大力支持各体育协会和广大体育爱好者参加市级以上体育比赛，不

断增强全县竞技体育水平。2019年，县体育发展中心累计发放体彩公益金30万元，支持县运动员外出参加第八届世界传统武术锦标赛、重庆市第九届全民健身运动会、2019中国开州汉丰湖龙舟邀请赛、重庆市篮球乙级联赛、“重庆农投杯”重庆市第九届全民健身运动会、第十六届中国武术之乡武术套路比赛、2019“体彩杯”中国重庆·巫溪大宁河第四届国际漂流大赛、2019重庆市大众跆拳道邀请赛等市级以上比赛10次。

体育场地建设有序推进

一年来，奉节县建成全民健身中心8000平方米；新建五人制足球场2个；建成区级社区健身点17处；县体育馆、游泳馆项目已完成预算编制，进一步提升全县体育设施建设水平。

按照县委、县政府关于打造“极限运动之都”，助推奉节县全域旅游发展工作部署，县文化旅游委积极开展“栽梧引凤”工作，引导、支持茅草坝滑雪场完善升级赛道、服务等方面的设施设备，积极争取市体育局等上级单位支持，邀请中国登山协会、皮划艇协会等单位工作人员到奉节考察三峡库区国际自行车奉节段路线、夔门自然岩壁、草堂湖水运动项目等，把富有景区特色的赛事活动做大做精，塑造奉节独具特色的品牌活动。

刘邦云 罗兰