

# 设立“21天打卡活动” 做大小馒头供学生选择 重庆高校各出奇招推动“光盘行动”

### 厉行节约 反对浪费

□本报记者 李星婷 实习生 唐苓玲

设置自助称重区、吃多少称多少；除节约粮食外，还推广节水节电、节约纸张等活动……9月初，各高校陆续开学，9月8日，重庆日报记者走访了解到，为切实培养节约习惯，开展“光盘行动”，各大高校采取了不少有效措施，重庆多所高校中掀起一股节俭新风尚。

### 从节约粮食到推广节水节电

“小行为，大文明”“不剩饭，不剩菜，光盘行动从我做起”……9月8日，重庆大学虎溪校区迎来6000余名本科新生报到。记者注意到，为制止餐饮浪费行为，校内广泛开展了“光盘行动”宣传活动，食堂、宿舍各处都张贴着“光盘行动”主题海报。

当天中午12点，记者来到该校虎溪校区第一食堂，同学们正有序分散就餐，桌上都摆着“节约粮食 俭以养德”的立牌，很多同学菜都点得不多，一荤一素占多数。

在给大学生分配饭菜时，食堂工作人员会询问学生的具体情况，男生饭量大就多添些，女生吃得少就少添一些，不够的话能免费加米饭。负责清洗餐具的食堂职工何显清表示，通过这几天收拾餐具的情况来看，大家的浪费行为明显减少了。

重庆大学校长助理、虎溪校区管委会主任夏之宁介绍，除了“光盘行动”，学校今年对水表和电表都进行了智能



9月8日，重庆大学虎溪校区第一食堂，桌面上的“光盘行动”提示牌十分醒目。  
记者 卢越 摄/视觉重庆

化提升，将继续推广节水节电、节约纸张等行动，将勤俭节约的精神发扬光大。

### 推行“21天打卡活动”让节约变成习惯

“渣也不剩，骨也不留。光盘行动，事在必行。”“锄禾”不止是诗，知辛苦，更需行动。”为推行“光盘行动”，各高校也推出不少激励措施。如川外启动了“光盘21天打卡活动”，如果学生每天都做到“光盘”，就在食堂打卡记录一次，坚持21天后会得到相应奖励。

“科学研究表明，一件事坚持做21天就可以变成一种习惯。”川外相关负责人介绍，目前同学们踊跃参与活动，大多数同学都提高了节约意识，做到尽量少打饭菜并且吃完。一些同学还纷纷在微信等社交平台上晒出自己的“光盘”并配发打油诗。

此外食堂还新增了一种迷你小馒头。“以前学校的馒头很大，7毛钱一个，很受欢迎，但有些学生吃不完。这学期我们就做了大、小馒头，便于同学们选择。”

重庆三峡医药高等专科学校则在

各个食堂设置了自助称重区，提倡“吃多少称多少”。“我们在每层食堂的4个角落均设置有秤台。学生可根据自己饭量大小自主选餐，然后根据重量付钱。”该校食堂负责人介绍，这样可引导学生避免浪费，若效果好还将加大自助称重区范围。

### 用彩绘等创意作品营造宣传氛围

除身体力行实践“光盘行动”以外，各大高校师生还纷纷创作相关文艺作品，进一步营造节约氛围。

位于永川区的重庆大学城市科技学院，校园内的隔离墩、井盖、消防栓等，都绘有疫情防控、珍爱粮食、“光盘行动”等主题宣传漫画。这是今年暑假期间，由学校保安们参与创作的彩绘。

“画得太生动了，彩绘这种直观的宣传方式，让大家体会到疫情防控、节约粮食的重要性。”该校2019级人力资源管理专业学生谢鑫说。

重庆工程职业学院则让学校的卡通形象代言人化身“光盘行动”宣传大使，并制作出一系列宣传海报，发起“制止餐饮浪费 涵养节俭美德”系列活动。

重庆工贸职业技术学院也启动了“光盘行动”主题创作活动。大学生们可向学院官方微博、官方微信投稿摄影、书法、绘画等原创作品，一经采用，可前往食堂免费领取相应奖品。

“一粥一饭，当思来之不易；半丝半缕，恒念物力维艰。”重庆工程职业学院大二学生刘伽说，今年的疫情让他意识到，“节约粮食，需要从每一位大学生做起，要涵养美德为国家奉献自己的力量。”

儿童和青少年读书学习的兴趣；来自石柱的谭华祥积极投身乡村文化建设，在新冠肺炎疫情期间，通过摆龙门阵、说顺口溜、单口快板等方式，坚持每天推出一期“祥哥白话抗‘新冠’音视频节目”。

这些候选人的事迹让评审团的专家们受到很大触动。“这些‘乡村阅读榜样’真切展示了新时代农民昂扬向上的精神风貌。”活动评委青年作家吴佳骏说，希望这项活动能持续举办下去，让更多优秀的乡村读书人脱颖而出，并以他们为引领，在乡村中掀起一阵阅读风潮。

## 我市选出10位“乡村阅读榜样”

32个区县的58人报名参与。这之中有刚刚参加工作的90后，也有两鬓花白的85岁老人，靠读书改变命运的种植户。经过初审，20名乡村读书人进入到终审环节。

在10日下午举行的评审会中，评委通过观看视频、审阅申报材料等方式，了解20名候选人的相关事迹。20

名候选人都与“阅读”有不同的渊源，例如，来自江津的王晓是一位坚持为农村儿童志愿送书籍的爱心“小姐姐”，作为一名基层党员干部，她创办的“橄榄爱心送书”志愿团队不仅为石蟆镇19个村（社区）的5000余名农村儿童送去13000余册书籍，还在天旗村办事大厅设置“志强爱心书站”，吸引并激发留守

## 唱好“双城记” 建好“经济圈” 梁平至开江高速重庆段有望年内开建

### 梁平至开江高速重庆段有望年内开建

本报讯（记者 杨永芹）成渝地区双城经济圈将再新增一条高速公路。9月9日，重庆日报记者从中铁建重庆投资集团获悉，总投资估算约44亿元的重庆梁平至四川开江高速公路（重庆段）PPP项目，有望年内开工建设。

重庆梁平至四川开江高速公路（重庆段）PPP项目，全长约46公里，采用双向四车道高速公路标准，设计速度每小时100公里。该项目由中铁建重庆投资

集团与重庆高速集团等以联合体方式中标，建设周期3年，运营期30年。

项目建成后，将与G42沪蓉高速相连，北侧可与G5515张南高速相接，北延经大竹至南充，可连接川东地区。“项目将在重庆梁平、四川开江和重庆开州之间形成一条快捷通道，推动成渝地区双城经济圈交通基础，设施互联互通，促进沿线经济快速发展，具有重要意义。”中铁建重庆投资集团表示。

## 川渝合作智慧园区试点城市落地达州

本报讯（记者 龙丹梅）9月9日，四川省达州市工信局、重庆市大足区经信委和重庆龙易购科技有限公司签订战略合作协议，将依托达州市产业资源和龙易购平台资源，共同开展达州市智慧园区平台建设。

据悉，这也是川渝合作的首个智慧园区试点城市。据了解，今年6月，四川省经信厅与重庆市经信委联合印发了《关于加快推进成渝地区双城经济圈产业合作园区建设的通知》，明确将加大力度推动两地产业园区合作共建，探索产业园区合作共建的新模式、新经验，未来五年内将在重点开发区域、交通节点

区域、边界毗邻区域分类建设20个产业合作示范园区。作为核心合作区域之一，达州决定依托当地的产业资源，以及大足区工业互联网企业重庆龙易购科技有限公司的平台资源，共同开展达州市智慧园区平台建设，达州也因此成为川渝合作的首个智慧园区试点城市。

协议签署后，签约三方将以重庆智慧园区建设经验为依托，以“政府主导，多方合作共建，市场化运作”为基本原则，助力达州打造产业互通、全市联动的智慧园区大脑体系，促进达州产业园区转型升级。

## “重庆英才·智创未来” 创新创业项目选拔对接会举行

本报讯（记者 黄乔 实习生 胡原）9月9日，由市人力社保局主办，市专家服务中心和市博士后管理办公室共同承办的2020“重庆英才·智创未来”创新创业项目选拔对接会在中国·重庆国家级专家服务基地举办，将评选12个优质项目进入路演。

据介绍，活动旨在促进“重庆英才计划”所包含的优秀科学家、名家名师、创新创业领军人才、技术技能领军人才、青年拔尖人才等5类人员，全市范围内的博士及博士后人员、留学回国人员，以及我市相关领域部分青年拔尖人才的高端科研成果转化，为优秀人才和优质项目发展营造良好创新创业生态。

截至目前，活动组委会共收集到创

新类项目86个，创业类项目45个。经过专家评审团的综合评选，共选出“CG231qin 轻型四座固定翼飞机”等13个创新项目和“机器视觉在换向器行业平台化应用”等17个创业项目参加本次选拔对接会。

同时，组委会还邀请了赛伯乐创投股权投资、两江创投、英飞尼迪资本等19个投资机构，和赛伯乐（重庆）众创空间、中瑞产业园、仙桃数据谷等9个园区到场与上述项目进行对接。组委会最终将评选出12个具有代表性的项目进入项目路演活动。

### 文明城区建设推动基层治理报道之四

# 渝北 文明素质促进乡村治理

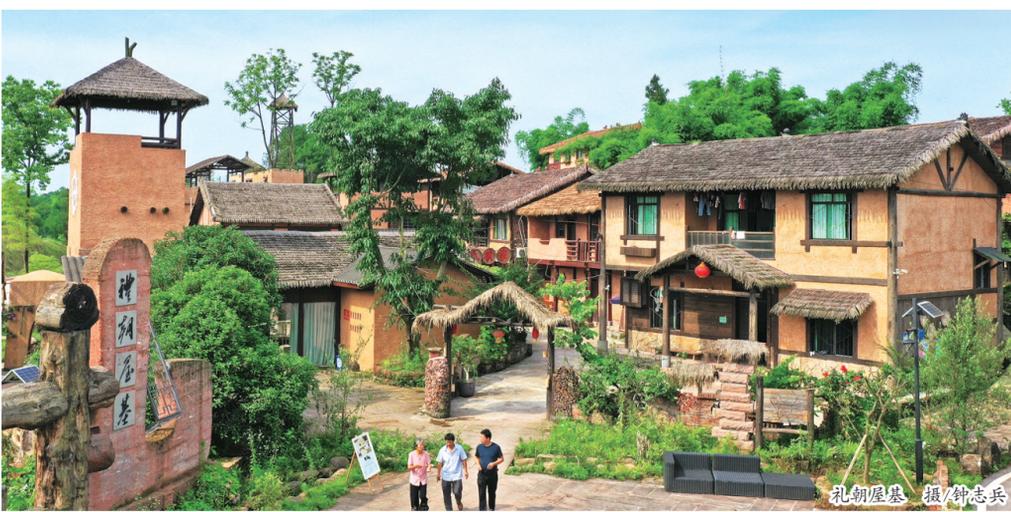
### 文明单位助力脱贫攻坚

“通过文明单位助力脱贫攻坚，目前，渝北区的1008户建卡贫困户、2469名贫困人口已全部实现稳定脱贫，贫困发生率为零，返贫率为零。”渝北区文明办相关负责人表示。

据介绍，渝北区文明办把助力脱贫攻坚纳入文明单位创建考核，并开展文明单位助力脱贫攻坚行动，为全面建成小康社会提供强大精神力量。

在助力脱贫攻坚中，渝北组织了450余家各级文明单位，通过“1+X”“X+X”的方式与贫困户结对，开展助力脱贫攻坚行动；举行“善行善举在渝北”慈善募捐活动，200余家单位捐款870余万元，划拨资金解决困难群众的饮水问题、出行难问题。组建22支春耕志愿者队伍，帮助患病、残疾贫困户开展春耕生产，确保不误农时。通过“五联四到家”模式，为919户贫困户购买化肥4.1万公斤、种子1578公斤、农药637公斤、秋收作业机具4套。全区组建22支春耕志愿者队伍，帮助患病、残疾贫困户开展春耕生产。同时，还组织29家文明单位，对接开州、云阳深度贫困乡镇，帮扶资金达380余万元。

渝北还发动志愿者通过“朋友圈”、



礼朝屋寨 摄/钟志兵

微信群、QQ群等方式，在网络上发布贫困户农副产品售卖消息，对接有购买意向的消费者，实现线上线下、线下送货到家，帮助贫困户销售农副产品累计收入1045万元。

针对贫困劳动力的就业需求，渝北通过就业人才网等线上招聘求职平台，“老乡在家乡·创享渝北”就业创业扶持等，帮助942名贫困人口实现就业。

与此同时，渝北还对全区2.8万余名家庭经济困难学生进行资助，精准帮助594名适龄残疾儿童入学，对128名残疾儿童送教上门。在今年疫情期间，利用“远程家访”对全区214名建档立卡贫困家庭学生上网课的情况进行动态排查，发动300多名“儿童主任”到儿童家中送辅导、送关爱。

在健康扶贫中，渝北的建卡贫困户家庭医生签约率100%，医疗兜底保障金额达378.28万元。并发动医疗志愿者当好贫困群众的“三师一员”，开展随访、送药上门、指导复查、引导就医，解决贫困群众实际问题；为全区所有贫困人口发放电子健康卡，救助建档立卡贫困户1877人次，救助金额达47.5万元。

### 文明通道连通城乡

通畅的道路，是农村文明的一大象征。自2018年以来，渝北区采取“打通断头路，构建微循环”的方式，将农村路网建设从单纯的满足现状交通需求，转变为通过服务产业形成新的交通流量，真正做到“道路”变“出路”。

在连接城乡的公路建设中，渝北实施了南北大道、两江大道延伸段、龙胆路等“十纵十横”骨架公路320公里。实施“四好农村路”977.9公里，完成了新新统路大桥栏杆及文化打造工程，投入4470万元打造“古路环线示范路”，还建起村社人行便道1046公里。如今，渝北区已全面实现村民小组通达率、通畅率“双百”目标。

除城乡公路连为一体外，农村饮水也在朝城乡一体迈进。自2018年以来，先后完成投资7934.47万元，建设放牛坪水厂、高嘴水厂改造工程、关旱水厂等20个项目，完成洛碛镇两江自来水厂建设工程。统筹大盛片区村镇水厂巩固提升建设项目。协调渝港水务公司完成了34座农村水厂接管任务，加

强了工程设施的管理、维护，确保安全稳定供水。同时，实施“村村通自来水”工程。

### 文明村镇遍布乡村

“如今，文明村镇已经遍布渝北的乡村。”渝北区文明办相关负责人表示，在文明城区建设中，渝北全面开展了文明村的创建活动。

渝北按照“全面覆盖、典型示范、分级创建”的要求，区文明办每两年举行一届区级文明村镇创建评选活动，全区181个行政村从制定创建计划、村容整治、移风易俗、文化建设等方面积极参与文明村创建活动，创建覆盖率达到100%。

与此同时，渝北还围绕组织领导、创建活动、村容面貌、文化建设、社会风尚5个方面，制定26条测评标准，因地制宜、分类分批组织实施文明镇的创建活动。全区11个镇在基础设施、环境卫生、文明氛围、公共秩序等方面扎实开展各类创建活动。

到目前为止，渝北已成功创建全国文明村2个、市级文明村19个、区级文

明村145个，全国文明镇1个、市级文明镇14个。

### 文明乡风吹拂乡村

“文明乡风吹进了渝北的乡村治理中。”渝北区文明办相关负责人表示，自区文明办印发《关于开展移风易俗树立文明乡风专项行动的通知》后，移风易俗就作为乡村文化振兴重点工作扎扎实实地开展起来。

渝北首先通过宣传，引导文明乡风。目前，渝北已发布移风易俗公益广告8400余处、大型墙体彩绘5000平方米，制作“十抵制十提倡”动漫视频短片11个，建成2000余平方米的孝亲文化广场，发放宣传手册、宣传扇、挂历等宣传品10万余册（件）。

用典型引领文明乡风的形成，这也是渝北卓有成效的一项措施。全区开展了道德模范、文明家庭事迹巡展24场，受众近5万人。

用活动引领也收到了实效。渝北通过开展“文明生活进农村”活动，建立起文明礼仪、卫生健康、科技文化知识示范点3个，开展普及文明礼仪知识和卫生健康常识2500余场。评选“星级文明户”3万余户、“清洁户”1.5万户、“文明院落”225个，推动乡村移风易俗落地落实。同时，开展“抵制婚嫁陋俗，提倡婚事新办”活动，组织新人在领取结婚证时进行志愿签名1万余次。

与此同时，渝北还针对“天价彩礼”、异地办酒敛财、封建迷信、不文明治丧等群众反映强烈的突出问题，引导各村镇修订村（居）规民约、村（居）民自治章程，签署联合整治协议，互通信息、互相监督，联动整治、联合惩戒，形成“一处违规、处处受限”的治理格局。区里出台《文明治丧厅堂费补贴方案》，减轻群众的丧葬负担。对火葬区违规土葬土葬、骨灰装棺再葬、散埋乱葬等问题，坚持疏堵结合、依法治理，严禁以罚代管、放任不管，杜绝遗体违规土葬，实现火葬区火化率100%。

王彩艳 杨敏



村民在文体娱乐室下棋 摄/钟志兵