



## 秋思

□艾立超

“不觉凉风渐长,清风竟重凄凉。  
炎气尽随沙海静,阶下从沙有漏光。”  
终于,凉季脱离了今年这个似火一般出奇炎热的夏季,走进了秋的脚步。

尽管立秋之后,还会有一段比酷热还要难受的“桑拿天”的日子,到处是湿漉漉的闷热,稍微一动身如水洗,且胸膈难舒,燥热重心,但那种热浪扑面感觉毕竟渐渐而去了,早晚的丝丝凉爽,还是给人带来丝丝的惬意。

我就是带着这样的丝丝惬意,走进了秋的怀抱的。  
多美的秋风,多美的秋叶,多情的秋水,多美的秋色,多甜的秋果……

一年四季之中,如果说春不乏温柔,夏不欠热烈,冬不欠冷峻,那秋给予人们的,则是一种内敛而成熟的沉稳。

人们喜欢秋,不仅喜欢它的沉稳,也喜欢它所带来的流金一般岁月的光鲜。

无论是银杏的金黄,还是枫叶的嫣红,都远比春夏时节的颜色要高贵得多,浪漫的多,深情的多。

在秋的世界里,人们会有一种仰取俯拾收获满足,会有一种望穿秋水深情的思念,会有一种秋高气爽快意的舒坦……

我自然也是偏爱于秋的。喜欢在绵绵的秋雨中心悠然漫步,喜欢在天高云淡下仰望高空,喜欢在

在金风玉露里吟诗歌咏,喜欢在枫红杏黄中摄取美景。

秋对于我,显得过于厚重,厚重到就像一本一辈子也读不完的书;秋对于我,显得非常亲切,亲切到似多年不见的而又朝思夜想的亲朋;秋对于我,显得尤为浪漫,浪漫到让我整日有写作的冲动。

在秋天,我最喜欢的是周身闪着金黄的高大挺拔的银杏树。“人间满目皆清秋,唯有银杏不负秋”。可是,今年的银杏尚没黄,仍还是一种深沉的青绿。我知道,真正的秋天还没有到来。

但愿今年的银杏能风来依旧,不会负秋。  
(作者系惠安接社社区居民)

## 这四种运动 秋季很适合

**爬山**  
爬山时,随着高度在一定范围内的上升,大气中的氢离子和负氧离子含量越来越高,加之气压降低,能促进人的生理功能发生一系列变化:使肺通气量、肺活量增加,血液循环加速,脑血流量增加,对哮喘等疾病可以起到辅助治疗的作用,并能降低血糖,增高贫血患者的血红蛋白和红细胞数。

秋日爬山,温度变化最为频繁,这对人体健康本身是有益的,使人体调节机制不断地处于紧张状态,从而提高人体对环境变化的适应能力。但是登高时要注意避开气温较低的早晨和傍晚,登高速度要缓慢,上山下山时可通过增减衣服达到适应空气温度的目的。高血压、冠心病等老年病、慢性病患者,更要量力而行,运动适度。

**游泳**  
秋季的自然水温多在5℃~20℃,冷水游泳能对神经系统起到明显的刺激作用。首先,它可以加强神经的兴奋功能,使得洗浴后精神爽快,头脑清晰。第二,冷水游泳可以增强人体对疾病的抵抗能力。第三,冷水游泳还有助于消化功能的增强,对慢性胃炎、胃下垂、便秘等病症有一定的辅助治疗作用。秋季游泳最好控制在45分钟~60分钟,不要超过两个小时。

**骑自行车**  
近年来的研究显示,骑自行车和跑步、游泳一样,是一种最能改善人心肺功能的耐力性锻炼,更有益于身心愉悦。骑车时上体稍前倾,头不要过多前探,腰部稍弯曲,两肩放松,两臂伸直,不能驼背,不翘腿,蹬车时,腿要直。

**打羽毛球**  
秋季天气温度适宜,不打冷雨,是非常适合羽毛球运动的季节。相比室外运动,这种室内运动让人感觉舒适,它的运动效果也不错。青少年可将其作为促进生长发育、提高身体机能的有效手段进行锻炼,运动量宜为中强度,活动时间以40分钟~50分钟为宜。老年人和体弱者可作为保健康复的方法进行锻炼,运动量宜较小,活动时间以20分钟~30分钟为宜,达到出汗、弯腰、舒展关节的目的。

## 教师节的来历

公历9月10日,是我国的教师节。我国历史上曾建立过教师节。1931年,教育家邵爽秋、程其保等在南京中央大学集会,发表要求“改善教师待遇,保障教师工作和增进教师修养”的宣言,并议定6月6日为教师节,也称双六节。

建国后,中央人民政府曾恢复6月6日为教师节,教育部通告各地教育工作者,可以根据实际情况自行组织庆祝活动。1951年全国教育工会成立,教育工作者被确认为工人阶级的一部分。1951年4月19日,教育部和中国教育工会全国委员会主席发表书面谈话,宣布“五一国际劳动节”同时为教师节。但由于这一天缺少教师的特点,执行的结果并不理想。

近年来,我国政府采取了许多措施,动员社会各界尊师重教,提高教师的地位,改善教师的工作和生活条件。为了进一步提高教师的政治地位和社会地位,形成尊师重教、尊重知识、尊重人才的社会风尚,推动教育事业的发展,根据全国人大代表、全国政协委员和各界人士,特别是各地教师的多次提议,以及各地开展尊师活动的经验,国务院于1985年1月11日,向全国人民代表大会常务委员会提出关于确定每年9月10日为教师节的议案。同年1月21日举行的第六届全国人民代表大会上,同意关于建立教师节的议案,决定9月10日为教师节。

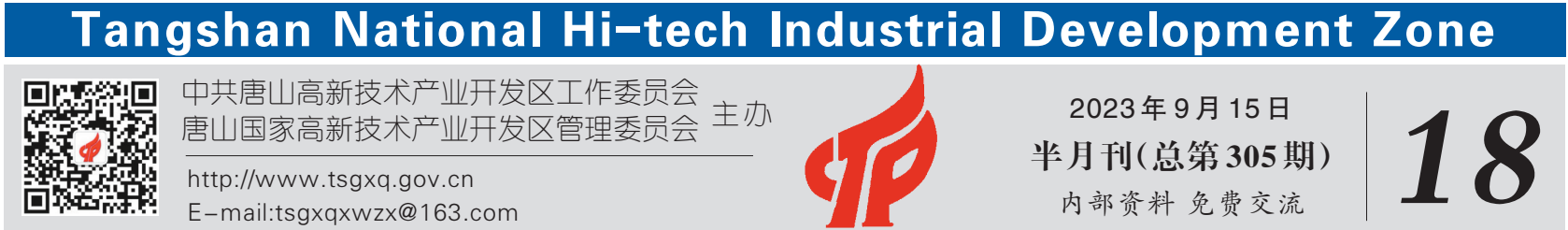
确定9月10日为教师节,是因为新生入学伊始,即开始尊师重教活动,可以给教师教好、学生学好创造良好的气氛。同时,9月份全国节日较少,便于各方面集中时间组织活动和突出宣传报道,促进在全国范围内形成尊师重教、尊重知识、尊重人才的良好社会风尚。

建立教师节,标志着教师在我国受到全社会的尊敬。这是因为教师的工作在很大程度上决定着我们国家的未来。教师的工作同每个家庭、每个孩子、少年、青年息息相关。在人类文明的发展历程中,教师起着巨大的作用。教师是塑造人类社会的工程师,是人类文明的传播者和建设者。人类文明发展的连续性,有赖于一代又一代的教师的劳动。一个社会、一个国家、一个民族,如果没有教师辛勤的、有效的劳动,那么,这个社会、国家和民族的文明进程就会遭受损失。所以,一部文明史,离开教师的因素,是不可想象的。

此后,每年的教师节,全国各地的教师都以不同方式庆祝自己的节日。通过评选和奖励,介绍经验,帮助解决工资、住房、医疗等方面的实际问题,改善教学条件等,大大提高了广大教师从事教育事业的积极性。

# 科技引领发展

## 唐山国家高新区



## 武卫东赴高新区调研检查

**本报讯** (李青松)9月3日上午,市委书记武卫东赴高新区就数字经济、机器人产业发展等工作调研检查。他强调,要深入学习贯彻习近平总书记视察河北、唐山重要指示精神和,坚决贯彻党的二十大精神 and 党中央、省委决策部署,更加解放思想、奋发进取,大力发展数字经济、机器人产业,推动产业数字化,打造一流产业生态,加快“三个努力建成”“三个走在前列”步伐,在奋力谱写中国式现代化建设中河北篇章生动实践中干在实处、走在前列。

市领导张旭、陈宇、张海参加。

武卫东一行考察了唐山数字经济产业园,听取园区运营情况汇报,同入驻企业深入交流,了解经营发展情况。随后,武卫东在火炬大厦会议室主持召开座谈会,听取有关情况汇报,研究部署下一步工作。他强调,要强化规划引领,动态捕捉全球领先技术和行业信息,不断创新完善数字经济、软件产业、机器人产业发展规划,加速产业基础高级化和产业链现代化。

平台、人力资源平台,适度超前建设新型基础设施,实施“产业+人才家园”“服务+生活家园”模式,助力企业做大做强做优。要强化金融支撑,大力发展天使、创投、总部、IPO、并购基金,引导社会资本投资数字经济领域重大项目,支持机器人产业发展,着力培育壮大一批优质“种子”企业。要强化精准招商,依托重点企业和数字经济产业园,加快建设全球招商中心,扎实开展全部门、全球、全员、全时招商,深化产业链招商,以商招商,

不断提高产业本地配套率。要强化氛围营造,构建条块结合、协同发力的工作格局,推动形成大抓产业、大抓园区、大抓项目、大抓招商的浓厚氛围。要强化服务保障,落实落细各级产业支持政策,加大应用场景推广力度,大力弘扬“马上就办、真抓实干”的作风,全力营造市场化、法治化、国际化一流营商环境,助力数字经济和机器人产业高质量发展。

高新区、市直有关部门主要负责同志参加活动。

## 高新区召开庆祝第三十九个教师节暨表彰大会

**本报讯** (刘坤)一支粉笔书春秋,两袖清风化桃李。9月8日下午,高新区“耕耘致远 强国有我”庆祝第39个教师节暨表彰大会召开,为辛勤耕耘在教育战线上的优秀教师工作者颁奖。党工委副书记、管委会主任董学忠出席会议并讲话,管委会副主任武昌昌主持会议,唐山师范学院副院长沈玉洁,唐山学院副院长张志华,高新区法院院长阙少雷,检察院检察长孙玉军列席会议。

董学忠首先代表高新区党工委、管委会和全区人民,向全区以双区区的各院校的广大教师、教育工作者和离退休老教师致以节日的问候和崇高的敬意,向今天受到表彰的优秀个人表示热烈的祝贺,向长期以来关心支持高新区教育事业发展的社会各界表示衷心的感谢,并对高新区教育取得的成绩给予充分肯定。他表示,高新区教育事业取得了长足发展,教育条件彻底改善,师资队伍持续优化,区域影响力不断提升,已成为高新区



优质发展环境的一张靓丽名片。

董学忠指出,经济社会高质量发展,关键在人才,根本在教育,要牢牢把握“办好人民满意的教育”这一根本任务,千方百计提高教学质量,改善教学环境,提升教育水平,努力把高新区变成学子求学的首选地、教育教學质量的新高地、高素质教育人才的集聚地,打响“学在高新”品牌,为高质量发展提供教育坚实支撑。要坚持“目标驱动、责任倒逼、问题导向、闭环管理、复盘思维、螺旋上升”工作法,着力抓好聚焦教育优先发展、聚焦教育资源合理配置、聚焦打造高质量教育品牌、聚焦教育改革创新、聚焦联合联动发展等“五个聚焦”,努力打造高质量教育体系,助推高

新区教育事业高质量发展。董学忠强调,各级党委政府要带头示范,营造尊师重教的浓厚氛围,教育部门要提升管理水平,推动办学治校实现跨越式发展,各学校要强化家国情怀、科学管理,责任担当,广大教师要把牢“传道”方向,创新“授业”方法,提升“解惑”本领,争做仁心执教、爱生如子的有爱之师,深耕讲台,育才树人的有为之师,以德沁人,立德树人的有德之师,精研诚教、授业解惑的敬业之师。希望全区广大教师和教育工作者不忘初心,不负重托,努力办好人民满意教育,为高新区教育事业高质量发展做出新的更大贡献!

会议宣读了《2023年市、区级树德标兵》名单,并进行颁奖。获奖教师和校长代表先后进行了先进事迹介绍和总结经验交流。

区属各单位主要负责同志、区属中小学校长代表,受表彰的市、区级树德标兵,部分教师代表参加会议。

## 唐山市人工智能算力中心项目在高新区正式开工

**本报讯** (魏巍 刘坤)近日,唐山市人工智能算力中心项目开工。市委副书记张旭出席仪式并宣布项目开工。

唐山市人工智能算力中心项目由高新区与市人才发展集团、中电科建设发展有限公司、中国联通唐山分公司合作建设。项目占地二百亩,总投资6.2亿元,设置智能计算系统机房、数据机房、变电站、指挥中心和办公用房等,整体按照A级机房标准进行建设。

算力,即数据处理能力,通过建设核心机房、搭建服务器,为全市公共资源的数据处理提供技术支撑。该项目完工后,部分向企业和社会用户开放,算力中心将测算好的数据直接反馈给用户,为其降低生产运营中的成本,提高效率。此外,据测算,未来一到两年,我市算力需求是30到50P,该项目能够满足全市算力需求。项目建成后将成为唐山市人工智能领域领先示范项目,实现唐山市数字化智能化跨越式发展。

## 董学忠带队赴北京、石家庄进行招商

**本报讯** (朱柏霖)9月4日至7日,高新区党工委副书记、管委会主任董学忠带队赴北京、石家庄进行招商。管委会副主任安海涛参加。

9月4日下午,董学忠一行抵达中国农业银行传媒与传播研究中心,双方就深化农业科技成果转化等农文旅事宜进行深入交流。传媒与传播研究中心副书记李志平对董学忠一行的到来表示热烈欢迎,引导参观了中国农业科学院成果展厅,详细介绍了中心业务和成果转化等情况。董学忠表示,农业传媒与传播研究中心作为农科院直属研究所,在智慧农业和数字农业等领域举足轻重。希望双方立足乡村振兴,围绕“科技农业、都市农业、休闲农业、科普农业”创新合作模式,探讨共赢机制,在更广泛的领域内开展深入交流,合力打造乡村振兴宜居宜业、农民富裕富足的“唐山样板”。

9月4日晚,董学忠一行会见百度集团执行副总裁、百度智能云事业群总裁沈抖、副总裁陈一凡。双方讨论了百度在人工智能、云计算领域的最新技术成果并就百度(唐山)人工智能产业基地建设达成共识。

董学忠强调,各级党委政府要带头示范,营造尊师重教的浓厚氛围,教育部门要提升管理水平,推动办学治校实现跨越式发展,各学校要强化家国情怀、科学管理,责任担当,广大教师要把牢“传道”方向,创新“授业”方法,提升“解惑”本领,争做仁心执教、爱生如子的有爱之师,深耕讲台,育才树人的有为之师,以德沁人,立德树人的有德之师,精研诚教、授业解惑的敬业之师。希望全区广大教师和教育工作者不忘初心,不负重托,努力办好人民满意教育,为高新区教育事业高质量发展做出新的更大贡献!

会议宣读了《2023年市、区级树德标兵》名单,并进行颁奖。获奖教师和校长代表先后进行了先进事迹介绍和总结经验交流。

区属各单位主要负责同志、区属中小学校长代表,受表彰的市、区级树德标兵,部分教师代表参加会议。

## 导读

### “2023科技信贷暖心行”银担企面对面 在高新区成功举办

»见2版

### 唐山市召开“创新优化工作举措,争创一流营商环境”系列新闻发布会之“高新区创新优化营商环境,全力护航高质量发展”发布会

»见2版

### 唐山高新区全力打造一流营商环境

»见3版

## 唐山打造机器人产业创新高地

焊接机器人总体规模国内第一、国际领先

竞争力创新型企业在。在现有127家国家级技术创新中心、重点实验室的基础上,通过建立高新技术成果转化和产业孵化平台,建设一批具有高新特色的科技研发平台、中试平台、产业化平台,推进产学研用深度融合,攻克关键核心技术,加速科技创新成果在高新区落地转化。

不仅有冲入火场的“勇气”,更有精准灭火的“智慧”。这智勇双全的“救火队员”,就是来自中信重工开诚智能装备有限公司的防爆消防灭火机器人。中信重工开诚智能总经理裴文良介绍,公司拥有特种机器人、煤矿智能装备两大产业