

人民时评

相约亚运盛会 共赴美好未来

匡育华

亚运会见证了中国体育事业的蓬勃发展，也记录下中国坚定有力的前进步伐

以体育为载体，讲好中国故事、传播中国声音，“心心相融，爱达未来”的杭州亚运会将为构建人类命运共同体贡献宝贵力量

金秋送爽，包含200多个品种的亚洲花卉主题园在浙江杭州芬芳开园；“薪火”相传，杭州亚运会火炬在浙江11个地市热情传递；食材入仓，餐饮保障各项工作准备

就绪……伴随着紧锣密鼓的筹备，杭州亚运会进入开幕倒计时，各个方面竭尽全力打磨办赛细节，精益求精提升服务水平。从场馆运营到服务保障，从文化交流到城市氛围营造，杭州将以饱满昂扬的姿态，迎接八方来客。

继1990年北京亚运会、2010年广州亚运会后，亚运火炬第三次在中国点燃。33年间，亚运会见证了中国体育事业的蓬勃发展，也记录下中国坚定有力的前进步伐。本届亚运会申办成功以来，杭州和宁波、温州、金华、绍兴、湖州5个协办城市秉持“绿色、智能、节俭、文明”的办赛理念，致力于呈现一届“中国特色、亚洲风采、精彩纷呈”的亚运盛会。

这将是一场绿色的盛会，绿色发展理念结出累累硕果。亚运场馆及办公场地全部使用绿电，助力打造亚运史上首届碳中和亚运会。一根根电缆编织成网，把千里之外的绿色电能送到亚运举办地；一辆辆电动汽车在街道上忙碌穿梭，助力打造绿色出行新风尚；一座座亚运场馆设计精妙，借助技术手

段降低能耗，实现可持续利用。“绿色亚运”说到做到，体现出保护生态环境、呵护人类家园的大国风范。

这将是一场智能的盛会，科技创新体现在赛场内外、方方面面。走进位于杭州滨江区的亚运数智管理中心，场馆的能耗、实时状况、人流量、车流量等信息一目了然；在绍兴棒（垒）球体育文化中心的的外部道路上，装饰着亚运元素图案的自动驾驶巴士静待观众到来……得益于更多科技手段的运用，杭州亚运会的场馆管理更加精细，服务保障全面升级，观众也将获得更好的观赛体验。

这将是一场节俭的盛会，“简约却不简单”是追求，更是行动。杭州亚运会的绝大部分场馆是改建改造而来，新建场馆只占一小部分。例如，亚运会壁球馆由杭州国际博览中心展厅临时改建而成，馆内的LED屏幕、观众座椅、消防器材等采用了租赁方式，比赛结束后，场馆可在最短时间内完成拆除，恢复展厅原有功能。节俭办会不意味着放弃创新、降低标准，而是少花钱、多办事、办好事，坚持“好钢用在刀刃上”。

这将是一场文明的盛会，亚运之城增添新的文明风景。处处“亚运味”，满城“文明风”。深入开展迎亚运“城市品质、城市治理、城市文明”三大提升行动，举办相关活动1万多次；56个竞赛场馆设置了约1万处无障碍设施和母婴室；推进省域文明新实践，涵养城市文化、提升城市品质……全方位提升城市形象、城市环境、城市风貌，激活每一位市民的主人翁意识，让“人人都是服务员，人人都是志愿者”蔚然成风，于精雕细琢中“绣”出文明新风。

来自亚洲45个国家和地区代表团的1.2万余名运动员，相聚钱塘江畔，共襄这一体育盛会。“我们拥有一个家，心相融爱相加，纵天涯隔不开牵挂，亿万骄傲的声音，汇聚成一句话，你和我同住亚运亚。”正如主题曲《同爱同在》所歌唱的那样，杭州亚运会也成为共创亚洲和世界美好未来的一个重要契机。以体育为载体，讲好中国故事、传播中国声音，“心心相融，爱达未来”的杭州亚运会将为构建人类命运共同体贡献宝贵力量。

坚持以人民为中心的发展思想，倾力构筑新时代宜业宜居的“人民之城”，正是雄安拴心留人的关键所在

以城聚才，以才兴城

崔妍

“处处能游园，慢生活体验真棒”“眼瞅着一幢幢建筑落成，见证城市从无到有”“这里未来发展前途无限”……

走进河北雄安新区，询问这里为何吸引人，得到了各种各样的回答。当被问会在这里生活多久时，他们的回答高度一致：愿意在雄安一直待下去。

一座新城，究竟凭什么吸引人、留住人？

要想引得凤凰来，先要栽好梧桐树。不断完善配套政策，才能增强城市对人才的吸引力。拿到“雄安卡”后，可在医疗健康、子女教育等15个方面享受相关服务；符合条件的毕业生可享受每月千元、最多不超过5年的租房补贴；入驻科创中心中试基地，前3年免收租金，第四、第五年租金减半……调研中，“马上办”是常听到的一句话，“一对一”是常见的服务方式。从招商引资到招贤引智，从生产到生活，雄安瞄准人才需求，推出高含金量的公共政策。既提供舒心的生活条件，又营造安心的创业环境，方能增加对优秀企业的吸引力，让人才产生归属感。

良好生态环境是增进民生福祉的优先领域，也是留住人的重要因素。雄安人怎能不向往水的滋味。几十年前，白洋淀周边建起了不少鸭绒厂，洗涤污水连生活废水一同排到淀里，加上上游流入白洋淀的河水治理不够，水质恶化，生态变差，不少人选择离开家乡发展。随着雄安新区规划建设，白洋淀迎来有史以来最大规模的系统性生态治理。如今，白洋淀整体水质从劣V类全面提升至III类。72岁的张大爷感慨，“小时候的清澈又回来了”。开民宿的王先生凭借直播美景，收获大量粉丝。水清了、草绿了，百鸟纷纷归巢，环境宜居，人们留在雄安干事创业也更踏实舒心。

能否吸引人才扎根，关键看发展机遇、成长空间。今日雄安，基础设施不断完善，无论是当地居民还是外来人才，都能感受到强劲的发展脉动。容东片区，依托大数据智能分析、多传感器融合等技术，“绿波带”道路上车辆一路畅行无阻；容西片区，地下综合管廊让水电气等工程管线走进“集体宿舍”，更好服务城市生活；雄安城市计算中心，数字孪生城市提供网络、计算和存储等服务，让城市更“聪明”、推动治理更“智慧”……雄安“地上”“地下”“云上”三座城，创造出大量新业态与工作岗位。正如产业人才引进服务团的一位工作人员所言，雄安不是“抢人才”，而是吸引人们来这里发展。着眼未来，以城聚才，以才兴城，人的发展与城的发展必将更好实现“同频共振”。

今年5月，习近平总书记在河北雄安新区考察时强调：“建设好雄安新区，重要的是衔接好安居和乐业，让群众住得稳、过得安、有奔头。”坚持以人民为中心的发展思想，倾力构筑新时代宜业宜居的“人民之城”，正是雄安拴心留人的关键所在。聚天下英才而用之，让广大人才在这片热土上不断成就梦想，这座未来之城必将不断铺展更绚丽的画卷。

(作者为本报评论部编辑)



新论

更好激发向上向前的奋进力量

江光亮

伟大抗美援朝精神是中国共产党人精神谱系的重要组成部分，具有深刻内涵和现实意义，可成为教书育人、立德树人的重要资源

今年是抗美援朝战争胜利70周年，伟大的抗美援朝战争是中华民族历史上一座不朽丰碑。习近平总书记指出：“伟大抗美援朝精神跨越时空、历久弥新，必须永续传承、世代发扬。”大学是立德树人、培养人才的地方。推进伟大抗美援朝精神融入大学思政课堂，有助于激励青年学子传承精神力量，成长为堪当民族复兴重任的时代新人。

对高校而言，如何涵养青年学生的爱国情怀，增强做中国人的志气、骨气、底气，激发他们为实现民族复兴而不解奋斗的信心动力，是一道必答题。伟大抗美援朝精神是中国共产党人精神谱系的重要组成部分，具有深刻内涵和现实意义，可成为教书育人、立德树人的重要资源。通过高校思政课堂充分利用这笔宝贵的精神财富，十分必要。

推动抗美援朝历史及伟大抗美援朝精神更好融入高校思政课堂，首先要充分了解学生实际情况。我们课题组对3万余名大学生进行了问卷调查，结果显示，86.93%的受访者表示“愿意”或“比较愿意”参与学校举办的弘扬伟大抗美援朝精神实践活动；最受大学生欢迎的学习方式为“组织参观抗美援朝纪念馆、烈士陵园等场所，开展暑期红色研学、红色走读等课外实践活动”，占比达73.43%。从这些调查结果可以看出，广大

青年学生的学习意愿较为强烈。只有进一步创新教学形式、拓展教学内容，才能产生更好的教学效果，让伟大抗美援朝精神走进学生内心。

教学创新的方法有很多。比如，在正式课堂教学中，引入更多视听资源，增加抗美援朝主题纪录片、影视作品鉴赏等内容，深化大学生对伟大抗美援朝精神的理解和认同。再比如，充分运用“第二课堂”，广泛开展形式多样、健康向上的校园文化活动，结合当下时事热点和重要历史节点开展红色研学和志愿军老战士、拥军支前模范走访及志愿服务等活动，让伟大抗美援朝精神入脑入心。要善用社会资源讲好“大思政课”，积极开展校地合作，充分利用抗美援朝纪念馆、烈士陵园等资源。同时，注重运用社交媒体、短视频平台等载体，让弘扬伟大抗美援朝精神等优质内容获得更有效的传播，激发更强烈的情感共鸣。

最深沉的情感是爱国，最伟大的力量是同心合力。从抗美援朝的战场，到经济社会发展的现场，时代在变，中国人爱国的情感、为国奉献的传统始终未变。推动伟大抗美援朝精神在广大青年心中扎根，定能更好激发向上向前的奋进力量，凝聚起同心共筑中国梦的磅礴伟力。

(作者为南昌航空大学党委常委、副校长)



上海黄浦区，群众在外滩社区食堂就餐。

李立真摄(影像中国)

商务部等13部门制定的《全面推进城市一刻钟便民生活圈建设三年行动计划(2023—2025)》提出：“探索发展社区食堂，建立老年人助餐服务网络。”一段时间以来，北京、上海、杭州等地大力兴办社区食堂，完善城市一刻钟便民生活圈，更好服务社区居民，丰富群众就餐选择。

这正是：
办好社区食堂，
做足惠民文章。
就餐省心省力，
服务就在身旁。

成森文

金台随笔

努力做一个心灵纯洁、人格健全、品德高尚的人，努力做一个有文化修养、有人文关怀、有责任担当的人，才能舒展青春最美的模样

保持健康身心 书写开阔人生

——涵养新时代中国青年的精气神⑤

康岩

提起“杂交水稻之父”袁隆平，很多人可能知道他的“禾下乘凉梦”，但不清楚他年轻时尚还有个“体育报国梦”。袁隆平一辈子热爱运动、坚持锻炼。进入耄耋之后，他依然拥有年轻的心态，自称80后、90后。身心健康的袁隆平，在科研道路上不怕失败、不断攀登高峰，给青年人树立了榜样。

强健的体魄、阳光的心态，是青年成长成才的重要前提。对于青年人来说，只有把身心健康牢牢抓在手上，让身心素质更好更强，才能在成长之路上经得住风雨、受得住磨砺、扛得住压力，书写更加开阔的人生。今天，物质生活的丰富、科学技术的发展，带来了诸多便利，也让一些人养成了不健康的生活习惯。过度陷入“宅”生活、久坐不运

动、长期沉迷虚拟世界等，都不利于身心健康。此外，青年人也难免会有“成长的烦恼”。面对一时的挫折、压力，如何调节身心，保持健康饱满的状态，对青年人的成长十分重要。

“完全人格，首在体育。”德智体美劳全面发展，体育处在重要的位置。我们常说，身体是革命的本钱，健康是人生的财富。体魄越强健，奋发向上的根基才越牢固。树立健康第一的理念，养成良好的生活习惯，经常参加劳动和体育锻炼，在“野蛮其体魄”中享受乐趣、增强体质、健全人格、锤炼意志，是新时代青年应有的生活状态。中国科学院院士施一公曾谈到，正是当年在清华园养成的良好锻炼习惯，才使得他在紧张的学术研究中能够保持旺盛的精力。青年人既要

静下心来多学习，也要动起来勤锻炼，既把学习搞得好好，又把身体搞得棒棒，才能为人生积蓄远航的动力。

“成长是螺旋式的上升！”今年夏天，奥运冠军丁宁的毕业致辞火了。经历过困难和失败的砥砺、面对未知挑战的忐忑，她勇敢说出“人生本就不是一次或者暂时的胜负成败”，自信乐观、积极向上的青春风采，感染了不少人。自信飞扬是青春。无论是敞开心扉去结交朋友，还是培养兴趣爱好让内心充盈，抑或是在饱览自然风光中开阔心胸，青年人要通过多种方式怡情养性，涵养面对困难不消沉、面对压力愈坚韧的心境，形成健康、乐观、向上的品格，让对未来发展的信心斗志、对美好生活的向往追求，成为内心的主旋律、向前奔跑的动力源。

青年人处于“拔节孕穗期”，要想身心健康、茁壮成长，还要加强道德修养，以正确的世界观、人生观和价值观观形打底。从现在做起，从日常点滴做起，用真、善、美雕琢自己，用健康情趣、高尚情操陶冶自己，努力做一个心灵纯洁、人格健全、品德高尚的人，努力做一个有文化修养、有人文关怀、有责任担当的人，才能舒展青春最美的模样。

“青年之文明，奋斗之文明也，与境遇奋斗，与时代奋斗，与经验奋斗。”百余年前，李大钊同志写下的这段话，依旧发人深省。新时代的中国青年，肩负着国家的未来、时代的重任。塑造健康的体魄，淬炼昂扬的精神，积极投身时代发展的潮流、强国复兴的实践，新时代的大舞台上必将书写更多青年人的精彩故事。

纵横

为老有所乐创造良好环境

沈琪

老年人退休以后怎么过？数字时代，越来越多老年人开始跟年轻人一样“赶潮流”，日子越过越“时髦”。不久前，在宁夏老年科技大学开班式上，一位学员说：“我们也可以做视频博主，不求有多少粉丝，只愿乐在其中！”一个“乐”字，体现了她热爱生活、享受生活的精神面貌，也让我们看到了当下老年群体不再满足于老有所养，而是对老有所学、老有所乐、老有所为有了更多追求。

兴趣爱好不分年龄，只要肯学习，永远都不晚。随着老年人的学习需求日趋多样化，老年大学也应与时俱进，为银发课堂不断提供新内容。比如，宁夏老年科技大学开设了智能手机应用、手机摄影等课程，帮助老年人更好接轨数字生活，融入互联网世界。如今，越来越多的老年创作者活跃在社交平台，用短视频和直播等方式记录、分享他们的美好生活。网络社交平台，不再是年轻人的“专利”，“银发族”同样可以成为玩转生活的“弄潮儿”。

从老有所养到老有所学、老有所乐、老有所为，背后折射出的正是老年人从更关注物质养老到注重精神养老的新趋势和新变化。“十四五”时期，我国人口老龄化进入快速发展阶段，预计到2025年，60岁及以上老年人口将达到3亿人，占比将超过20%。面对老年人口规模日益增大、老龄化程度不断加深的现状，如何更好满足数量庞大的老年群体日益增长的美好生活需求，是社会普遍关注的焦点，也是亟须有效解决的社会问题。

有需求就要有回应，有问题就得想办法。如今许多地方都开办了老年大学，用优质教育资源助力老有所学；一些地方出台政策，鼓励老年人发挥余热，实现老有所为；还有一些地方推出不少适老化项目，提升老年人生活品质，为老有所乐创造良好环境。这些举措有针对性，也产生了明显成效。但为满足“银发族”对老有所学、老有所乐、老有所为的更高追求，仍有差距。让老年人过上更有品质的晚年生活，需要全社会的共同参与和支持，更需要来自家人的温暖陪伴。

莫道桑榆晚，为霞尚满天。期待在全社会的共同努力下，老有所养能有更多可能，老有所学、老有所乐能成新时尚、新潮流，更多老年人能在一日三餐之余，让生活过得更有“知”更有“味”。

(摘编自《宁夏日报》，原题为《银发课堂上，让生活更有“知”更有“味”》)