

报效祖国 建功西部

雪山脚下播种希望

□ 记者 陈亿文 通讯员 赵心悦

春日的阳光洒在雪山脚下,琅琅书声从温泉县高级中学的教室中传来。在祖国西北边陲,这位来自山西的姑娘,正用她的热情与智慧,点亮孩子们求知的灯塔。

今年31岁的李倩,已经在温泉县高级中学教学7年。2018年,生物科学专业毕业的李倩放弃了云南大学研究生名额,背着行囊,怀揣着教育理想跨越3000多公里来到温泉县。受母亲影响,她也想成为一名人民教师。她永远记得母亲曾说:“在老鹰翅膀下呵护着的小鹰是永远飞不高的。”这句话使她毅然决然地踏上了去往远方的路途。

“大学毕业时,身边的同学纷纷涌入繁华都市,追逐光鲜亮丽的职业梦想。而

我心中,却被一份别样的憧憬填满。当我看到温泉县正在招募特岗教师的信息,一颗向往的种子悄然种下。对教育事业的热爱,对远方未知的渴望,驱使我踏上了这趟开往西部的列车,开启一段充满挑战与温暖的教育征程。”李倩说。

初到新疆,干燥的气候、强烈的紫外线让她的皮肤迅速起皮泛红,饮食上的不习惯也常常让她的肠胃“闹脾气”,简陋的宿舍与家乡舒适的房间形成鲜明对比。好在校领导和同事们的关心以及学生们的热情,让她坚定了留下来的信心。可还没等她完全适应,就迎来了教学上的挑战。

学校教学资源相对匮乏,学生的基础参差不齐,教学难度远超想象。但李

倩骨子里有一股不服输的劲儿,她告诉自己,既然选择了远方,便只顾风雨兼程。凭借扎实的专业知识和对教育的热忱,她迅速投入到教学工作中。为了更好地了解学生,李倩课余时间常与学生们谈心交流,了解他们的学习困难和生活状况;为了提升教学质量,李倩精心备课,不断探索创新教学方法,让枯燥的知识变得生动有趣,很快便赢得了师生们的喜爱和尊敬。

“李倩老师的工作能力非常突出,她常在全州生物教学评比中名列前茅,平时她也会将教学经验分享给新入职的教师。”温泉县高级中学教师王鹏说。

“李老师很受大家的爱戴,她在课堂上认真负责,课余时间也非常关心我们的生活,就像我们的‘知心姐姐’。”学生马凯说。

为了激发学生的学习兴趣,李倩可谓绞尽脑汁。为了提升学生参与感,她让学生当“小老师”,自己则认真听学生讲课,通过这种方式让学生加深对课堂知识的印象。她把抽象的公式编成有趣的歌谣,配上富有特色的歌舞节奏,让学生在欢快的氛围中牢记知识。她自制简易教具带学生们去郊外,演示神奇的生物现象,引得学生阵阵惊叹。在李倩的不懈努力下,她带的学生升本率达60%以上。

“我很感谢李倩老师,是她让我考上心仪的大学,成为更优秀的自己。”中南民族大学学生茹扎·艾依提哈利说。

寒来暑往,六年光阴转瞬即逝,李倩获得“温泉县优秀特岗教师”“课内比教学”高中生物组一等奖等荣誉。同时,还在温泉县谱写出人生三重奏:从孤身



②

支教的追梦者,到扎根边疆的“教育伥伥”,再到哺育新生命的母亲。

在温泉,李倩收获的不仅是教育事业上的成长,还邂逅了人生的另一半——同样身为教育工作者的丈夫程国强。二人于2021年携手步入婚姻殿堂,在温泉县建立了温暖的小家,坚定了彼此扎根温泉县的信心。2024年,这个幸福的家庭迎来了新生命。孩子的诞生为李倩的生活增添了无尽欢乐,也让她对未来有了更多期待和责任。

为了更好地投入到教育事业中,李倩将不到1岁的孩子送去远在甘肃省的公婆家,夫妻二人坚守岗位,用实际行动,诠释着对教育事业的无限忠诚,对温泉县这片热土的深情眷恋。

落日余晖中,雪山、校园、家园融为一体,绘成新时代边疆教育工作者最动人的剪影。正如李倩的信念:“我们不是西行的候鸟,而是深埋地下的胡杨——风沙愈烈,扎根愈深。”

① 李倩辅导学生。

② 李倩正在教学。

(记者陈亿文 摄)



①

2023年,大学毕业季的抉择关口,多数学生纷纷投身城市,寻觅就业契机。而24岁的周礼凹,却被一张西部计划宣传海报吸引——“到祖国和人民需要的地方去”。

于是,毕业于内蒙古鄂尔多斯应用技术学院社会工作专业的周礼凹,做出了不同寻常的决定。一个月后,周礼凹拖着行李箱,踏上了西行的列车。3000多公里的路途,漫长而充满未知。窗外的景色飞速掠过,从熟悉的城市街景,渐渐变成辽阔

无垠的戈壁滩,最终定格在宁静的边疆小城——博乐市,这里将成为他青春故事的全新起点。

初到博乐市,因与家乡贵州截然不同的气候,让他一时难以适应,在博乐市档案馆,他负责的档案数字化工作,要处理数万份文件资料。库房里堆积如山、泛黄陈旧的档案资料,身心的双重挑战没让他打退堂鼓,反而激起他骨子里的干劲。

博乐市档案馆副馆长陈娟评价他时说:“他的专业素养扎实,学习

能力强。能不断学习档案业务知识,始终保持对新技术的敏锐嗅觉。”

周礼凹对档案细节的把控近乎“苛刻”,他将档案按年份、类别细细梳理,小心调试设备,确保扫描的画面清晰,在录入环节更是认真仔细、反复核查,保障每份档案精准、完整。他在档案数字化工作中展现出了极强的执行力和创新思维。不仅能够按时保质完成扫描、著录等基础任务,还善于利用技术手段优化流程。通过开发自动化脚本和引入智能图像处理工具,大大提高重复性工作的效率。这种“技术控”特质让他成为团队里的“效率担当”,尤其在处理大规模档案数字化时,他的技巧总能让整理工作事半功倍。

2024年末,博乐市档案馆迎来整体搬迁。零下20℃的天气,给搬迁工作增添了巨大难度。但周礼凹主动站了出来,承担起最为繁重的搬运任务。他冒着刺骨的寒风,在库房与货车之间来回穿梭,仔细地将档案分类、打包、登记,每一个步骤都严谨细致。搬运过程中,他全程跟随车辆,眼睛一刻也不离开那些承载历史的档案,生怕出现一丝闪失。那段时间,加班到深夜成了常态,他却从未有过一句怨言,他说:“这些档案是一个城市历史的见证,我不能

让它们在我手上出问题。”

除了在本职工作中发光发热,周礼凹还积极投身各类志愿服务。环赛里木湖公路自行车赛、赛里木湖马拉松赛现场,他身着志愿者服饰,忙碌地维持秩序,引导选手和观众,保障赛事顺利进行。博乐市各类旅游文化美食节日期间,也能看到他面带微笑,为游客热情指引路线,耐心解答疑问,传递这座城市的温暖与友好。每一次志愿服务中,他都用自己的热忱和积极,感染着身边的每一个人。

在博乐市的日子,周礼凹不仅收获了工作上的成就感,更在志愿服务中找到了人生的意义。他说:“青春不该只追求个人成功,更要为社会、他人贡献自己的力量。”他的乐观与坚韧,早已成为身边同事和朋友学习的榜样。

直到今天,周礼凹依旧坚守在岗位上,默默为档案数字化工作贡献着自己的力量。他的故事或许没有跌宕起伏的情节,却充满了打动人心的温暖与力量。他用实际行动,生动诠释着责任与奉献,在祖国最需要的地方,他把青春“存进”档案,在奉献中绽放出最耀眼的光芒。

周礼凹(中)参加活动。

(图片由本人提供)

青春在奉献中闪光

□ 通讯员 阿依提努尔·哈力克



研究发现不良饮食可能与肺癌风险相关

传统观念认为,肺癌与饮食的关系并不密切。但美国佛罗里达大学和肯塔基大学研究团队一项新研究显示,不良饮食可能与肺癌风险相关,这为预防肺癌提供了新视角。该研究论文已发表在英国《自然-代谢》杂志上。

研究人员通过实验室模型和计算机模拟发现,肺癌中糖原作为致癌代谢物,发挥了重要作用。研究表明,糖原水平越高,肿瘤的生长速度越快,恶性程度也越高。

研究人员让小鼠摄入高脂、高糖饮食,结果显示,这种饮食增加了小鼠血液中的糖原水平,从而促进了肺部肿瘤生长。当糖原水平下降时,肿瘤的生长也随之减缓。研究人员认为,高脂、高糖饮食会增加糖原水平,而糖原为肺癌细胞提供了生长所需的原材料,因此糖原水平可作为肿瘤生长和死亡率的预测因子之一。

研究人员表示,均衡饮食、积极锻炼、减少酒精摄入,是保持长期健康的关键。养成健康的饮食习惯,对预防肺癌至关重要。

(新华社)

精河县民政局公告

根据《社会团体管理条例》经过审核,精河县新的阶层人士联谊会符合成立条件,已注册完成。

地址:精河县统战部

业务主管单位:精河县人民政府

统一社会信用代码:51652722MJX4864416

精河县人民政府

2025年3月28日