



赤壁市教育局 织密心防护成长

本报讯 记者黄柱、通讯员刘颢报道:近日,赤壁市实验外国语学校心理成长中心内气氛热烈,几名学生围坐成圈,在专职心理教师的引导下开展“情绪温度计”主题活动分享活动。

现场,孩子们或开怀大笑,或认真倾听,在轻松愉快的互动中释放情绪。这所学校如今已蝶变为全市心理健康教育的标杆阵地,其转变正是赤壁市深化青少年心理健康工作的生动缩影。

2025年以来,针对青少年心理健康问题日益凸显的现状,赤壁市教育局主动破局,创新构建心理健康工作法,系统整合家庭、学校、社会等多方资源,形成“家校社”一体协同联动机制,为全市青少年精心织就一张全覆盖、立体化的心理健康防护网。

该局相关负责人表示,下一步将持续完善心理危机预警干预体系,推动心理健康教育课程常态化,确保每一位青少年都能在阳光心态下健康成长。

咸宁市第八小学 安全教育润童心

本报讯 记者陈希子、通讯员龚藏报道:近日,市第八小学组织部分师生徒步前往咸安区消防救援大队怀德路消防救援站,开展“零距离”消防参观学习实践活动。

活动中,消防员结合校园与家庭场景,讲授火灾预防、正确报警、火场逃生等实用消防知识,并与同学们互动提问。孩子们在消防员、消防员、消防员,积极回答问题,在轻松愉快的氛围里将安全知识牢记于心。

现场工作人员介绍,该校严格落实校园安全工作,坚持重预防、排隐患、严落实、求实效,常态化开展各类安全教育与应急演练活动,从细节处筑牢校园安全防线,全方位守护学生健康平安成长。今后,学校将继续把安全教育贯穿教育教学全过程,多措并举夯实安全基础,为学生营造安全、和谐、有序的校园环境。

赤壁市青泉学校 家校同心育新苗

本报讯 记者黄柱、通讯员刘颢报道:近日,赤壁市青泉学校成功举办“家长开放日”活动,180余名家长代表走进校园,通过实地参观、现场体验等方式,“零距离”感受学校育人环境,搭建起家校沟通的坚实桥梁。

活动中,家长代表们依次参观了音乐室、图书馆、科学实验室、艺术教室、体育馆及食堂等重点场所。音乐室的智能化教学设备让家长亲身体验艺术熏陶;图书馆丰富的藏书和舒适环境获一致好评;科学实验室的先进器材展现学校对科技创新教育的重视;艺术教室的学生作品彰显素质教育成果;体育馆的现代化设施体现学校对学生体质健康的关注。

家长们还深入食堂,详细了解食材溯源、营养配餐、卫生监督等全流程管理,透明化机制让家长对孩子在校饮食安全倍感放心。该校负责人表示,将持续完善家校沟通机制,携手家长、社区助力学生全面发展。

咸宁市第十八小学 特色教学趣味多

本报讯 记者陈希子、通讯员刘乔报道:近日,市第十八小学的校园里洋溢着欢声笑语,全体师生齐聚操场,共同迎来了“智能科技趣玩,驰骋驰骋启新程”特色教学实践活动,将前沿科技与传统文化巧妙融合,为新学期奏响了激昂的序曲。

最令人期待的“科技游园”环节将活动推向高潮。操场左侧的互动体验区,智能机器人灵活起舞,引得孩子们阵阵欢呼;国风编程体验区里,同学们在编写代码中感受传统文化与现代科技的奇妙碰撞。右侧的科技展示区,则陈列着科技小发明、科幻画和创意模型,每一件作品都凝聚着奇思妙想,闪烁着智慧光芒。

据悉,该校自全面推行素质教育以来,涌现出一批品学兼优、全面发展的优秀学子。他们用实际行动诠释了新时代少年的担当,更激励着全体同学向榜样看齐。

调整适应 重视规划 解锁开学“新”旅程

本报记者 陈希子



春季是孕育希望的季节,不少青少年已经从假期模式切换到校园模式。新学期不仅是一段新时光的开启,更是成长的新机遇。我市青少年正以最佳状态迎接新学期,在知识的草原上自由驰骋,逐步收获成长与进步的喜悦。

心理准备须重视

开学前的心理准备往往被忽视,但它对青少年能否顺利适应新学期至关重要。市第二小学徐老师介绍,首先,青少年开学时的情绪波动是正常的。假期生活与校园生活的节奏、自由度和压力水平存在显著差异,关键是引导青少年不要将这些情绪视为“问题”,而是接纳它们,理解这是生活节奏转换的自然过程。

突然从假期的松散状态进入高强度学习模式,容易引发适应困难。家长和孩子可以在开学前一周开始,逐步调整作息,引导孩子提前翻阅新教材,与同学联系讨论新学期计划,提前“模拟”一天校园生活节奏。这种渐进式过渡能大大降低心理冲击。

其次,家校沟通帮助青少年建立积极的心理预期。引导青少年关注新学期可能带来的积极变化:新知识、新技能、与朋友重聚的喜悦、校园活动的乐趣等。可以一起制定一份“新学期期待清单”,将注意力从“假期结束的失落”转向“新学期开始的兴奋”。

同时,学会压力管理技巧。教给青少年简单的放松方法,如深呼吸、正念冥想或运动减压。当开学焦虑出现时,他们可以自我调节,而不是被负面情绪牵引,导致开学无所适从。

徐老师温馨提醒,成功的开学适应,需要的不是完美无缺的准备,而是面对变化时的灵活应对和持续调整。家长在此过程中的角色,应是支持者而非控制者,是引导者而非替代者。给予孩子们信任的空间,提供必要的支持,青少年会在探索中找到属于自己的节奏与平衡。

规划学习促提升

市第六小学吴老师介绍,新学期是重新出发的绝佳时机。正确的学业规划不仅能帮助青少年快速进入状态,更能为整

个学期的学习奠定坚实基础。

目标设定要具体且实际。许多青少年在新学期开始时满怀热情地设定目标,但往往过于笼统或脱离实际。吴老师建议,青少年要根据自己的实际情况规划学习任务,分节点进行。例如,与其说“我要提高数学成绩”,不如设定为“在第一次月考中,我的数学成绩提高10分,为此我每天额外完成3道典型题,并每周复习错题本”。

开学前,青少年可以花少量时间回顾上学期薄弱环节和新学期几章内容,能显著减轻开学后的学习压力。例如,用20%的时间复习上学期知识,特别是易错点和重点;用80%的时间预习新学期前两章内容,不求深入理解,只需建立基本概念框架。

青少年可以为开学第一周制定详细的时间表,平衡学习、休息和兴趣发展。例如:25分钟专注学习,5分钟短暂休息,每完成四个“番茄钟”后休息15-20分钟。这种方法能有效提高专注力,防止学习疲劳。

家长们可以鼓励青少年从被动接受知识转向主动构建知识体系。预习时主

动提问,课堂上积极思考参与,课后及时整理笔记、绘制思维导图。研究表明,主动学习的学生知识保留率是被动听课学生的3-5倍。

除了课本和课堂,家长可以引导青少年利用多种学习资源,例如在线课程、教育APP、图书馆线上小程序、学习小组等。特别是针对不同学科特点,选择最适合的资源形式,如科学实验视频、历史纪录片、语言学习软件等。

健康锻炼不可少

咸安区外国语学校宋老师介绍,开学前的生理和生活准备与心理、学业准备同等重要。

青少年假期不规律的作息是开学适应最大的障碍之一。建议采取“渐进式调整法”:从开学前一周开始,每天比前一天早睡15-20分钟,早起相应时间,直到恢复上学日的作息。同时创造良好的睡眠环境:睡前一小时远离电子屏幕,保持卧室整洁,温度适宜。

开学前一周,青少年应逐步调整饮食节奏,与学校作息同步。早餐必须包含蛋白质和复合碳水化合物,如鸡蛋、全麦面

包、燕麦等,为上午学习提供稳定能量。午餐注意荤素搭配,晚餐适量清淡。同时,控制高糖、高脂零食,避免能量快速升降影响学习状态。

适当的体育活动能显著减轻压力、改善情绪,提高学习效率。开学后,即使学业繁忙,也应保证每天至少30分钟的中等强度运动,如快走、慢跑、球类运动等。运动时间可灵活安排,如早晨唤醒身体、课间放松大脑、放学后释放压力。

假期里,青少年的屏幕使用时间往往大幅增加,开学后需建立新的使用规范。建议家长与孩子共同制定“数字健康协议”:明确学习时间禁用娱乐性电子设备的具体时段;规定每日屏幕娱乐时间上限;建立“无屏幕区域”(如卧室)和“无屏幕时段”(如睡前一小时);鼓励替代性活动,如阅读、户外运动、家庭游戏等。

青少年假期与同学联系减少,可能使开学后的社交适应变得困难。开学前,孩子们可通过电话问候或小型聚会与同学重新建立联系,分享假期见闻,讨论新学期计划。良好的同伴关系是校园适应的重要缓冲,也能提供实质性的学业支持。

吸引更多优秀人才从事教育

○ 刘生全

强国先强教,强教必先强师。习近平总书记指出,提高教师政治地位、社会地位、职业地位,加强教师待遇保障,维护教师职业尊严和合法权益,让教师享有崇高社会声望、成为最受社会尊重的职业之一。今年全国两会期间,如何建设高素质专业化教师队伍,提升教师的岗位幸福感、事业成就感、社会荣誉感,吸引更多优秀人才从事教育,受到热议。

岗位上的幸福感,是教师安心从教、潜心育人的基础。教育是需要长期坚守与潜心投入的崇高事业,教师岗位幸福感的实现与保障,是强教必先强师的题中之义,必须切实体现在教师职业保障与工作环境的双重支撑上。应以制度保障为根基,健全教师工资待遇联动机制,确保教师收入与经济社会发展同步增长,让广大教师过上体面而有尊严的生活。同时,还应树立和践行正确的政绩观,大力整治教师的非教学

负担过重问题,把广大教师从繁重而非必要的事务性工作中解脱出来,这样他们才能够把更多的时间和精力投入到备课、授课、因材施教等育人工作中去。此外,还应以人文关怀为底色,优化校园生态环境,畅通交流沟通渠道,营造尊师重教氛围,保障教师合法权益,关心教师身心健康,切实增强教师岗位上的幸福感,使广大教师能够心无旁骛地扎根基层、深耕三尺讲台,以平和、奋进心态投入到立德树人工作中去。

事业上的成就感,是激发教师教育情怀、坚守育人初心的动力。这既能够让教师在教书育人实践中实现自我价值,坚定职业信念,又能推动教育教学质量持续提升,为教育高质量发展注入内生力量。强烈的事业上的成就感还能增强教师队伍的凝聚力与归属感。教师的成就感根植于教书育人全过程,既体现在学生的品德养成与学业进步、成长成

才上,也体现在自身教学创新、教研突破与专业能力提升上。增强广大教师事业上的成就感,一要搭建专业成长平台,为广大教师提供专业成长机会,完善教研培训、教学研讨、课题研究等机制,助力教师提升教学能力与专业素养,在专业突破中收获成长喜悦;二要强化育人成果激励机制,关注教师在学生成长、学科发展、教育创新中的实际成效,通过成果表彰、经验推广等方式肯定其贡献;三要完善以师德师风、育人实效、教学贡献为核心的教师评价体系,建立多元、科学、合理的教师评价机制,让广大教师的辛勤付出能够被看见、被精准认可。当教师看到学生因自己的教导而蜕变成长,自己的教学改革取得实效、专业素养得到提升,便会在教书育人实践中收获满满的成就感,进而激发持续深耕教育事业的内生动力,以饱满的热情投身育人工作,把职业追求转化为事业

理想。

社会上的荣誉感,是教师职业尊严、社会认同的重要彰显。教师职业承担着塑造灵魂、培养担当民族复兴大任的时代新人的使命任务,这一职业本身就具有崇高的价值与意义。应进一步营造尊师重教的社会风尚,通过弘扬教育家精神、宣传教师先进事迹,让广大教师的奉献与付出得到全社会的理解与认同。应强化教师荣誉表彰体系,加大对优秀教师的评选范围和奖励力度,彰显优秀教师的个人魅力和示范作用,让广大教师在社会层面获得应有的认可与尊重。当教师的职业价值在全社会普遍被尊重、被推崇,当“教师是太阳底下最光辉的职业”成为全社会共识,广大教师便会拥有更加强烈的荣誉感,进而以更高的标准要求自己,以更坚定的信念履行育人使命。

(原载《中国教育报》,作者系北京外国语大学国际新闻与传播学院教授)

咸宁联合水务 积极参加“3·15”国际消费者权益日启动仪式

本报讯 通讯员章梅玲报道:3月12日,以“提升消费品质,共筑放心消费”为主题的咸宁市2026年“3·15”国际消费者权益日启动仪式在龙潭里景区广场举行。

作为城市供水保障的中坚力量,咸宁联合水务积极响应号召,组建专业团队参与现场服务,以实际行动融入全市“大消保”工作格局,为擦亮咸宁放心消费城市名片贡献水务力量。

活动现场,公司由相关负责人带队,抽调客服、水质检测、水表检定等骨干力量组成专项服务团队,围绕水质安全、水表计量、用水政策等市民关心的问题开展面对面答疑与科普宣传。同时,工作人员积极向市民介绍公司“接诉即办”服务机制,展示公司在提升响应效率、优化用户体验方面的实践成果。通过现场互动

与专业讲解,进一步增进市民对供水服务的理解与信任,推动消费维权由事后处置向事前服务延伸。

供水服务直接关系群众切身利益,是城市放心消费环境的重要支撑。值此“3·15”国际消费者权益日之际,咸宁联合水务郑重承诺:严格执行国家饮用水标准,保障供水连续稳定;客服渠道畅通高效,诉求响应及时;严格按标准收费,坚决杜绝乱收费行为,以用户满意度为核心,持续优

化服务品质。

当前,我市正奋力打造武汉都市圈绿色发展重要增长极,以“十五五”开局之势推动消费环境持续优化、服务品质不断提升。作为重要公用服务企业,咸宁联合水务将始终坚持以人民为中心的发展理念,积极融入全市“大消保”工作格局,以更高标准、更优服务回应市民期盼,助力构建安全放心、公平诚信的消费环境,为咸宁经济社会高质量发展贡献水务力量。

咸安区烟草专卖局 开展“3·15”消费者权益日普法宣传活动

本报讯 通讯员甘海军报道:3月13日,咸安区烟草专卖局开展“3·15”国际消费者权益日普法宣传活动。

当天,专卖执法人员在咸安区望月街广场东侧通过摆放宣传展板、发放宣传资料、设立咨询台、实物对比讲解等形式,耐心细致地为现场群众宣传烟草专卖法律法规,讲解真假烟鉴别知识,向过往群众征集涉烟违法线索,鼓励共同参与卷烟市场监管,营造消费维权

社会共治的良好氛围。此次活动共发放宣传资料300余份、接受群众咨询50余人次。

下一步,咸安区烟草专卖局将以此次活动为契机,持续加大普法宣传力度,严厉打击各类涉烟违法行为,切实维护消费者合法权益,为构建和谐有序的卷烟市场环境贡献力量。

咸宁市烟草专卖局主办

吴智胜遗失残疾人证,证号:42120219890324235064,特声作废。
崇阳县气象局遗失在中国工商银行股份有限公司崇阳支行开立的基本存款账户开户许可证,核准号:J5365000023205,账号:1818030109035403714,特声作废。
黄俏梅遗失咸运集团旅游出租车分公司股东出资证明书一份,编号011,出资金额210000元,特声作废。
卢方针遗失咸运集团旅游出租车分公司股东出资证明书一份,编号013,出资金额210000元,特声作废。

咸安区咸安网挂G(2026)06-07号 国有建设用地使用权挂牌出让结果公示

按照《中华人民共和国土地管理法》《中华人民共和国城市房地产管理法》《招标拍卖挂牌出让国有土地使用权规定》和《招标拍卖挂牌出让国有土地使用权规范》等有关法律法规,遵循公开、公正、公平的原则,我局于2026年2月13日至2026年3月16日挂牌出让1宗国有建设用地使用权,现将有关情况公示如下:

一、地块的基本情况

挂牌编号	咸安网挂G(2026)06号	咸安网挂G(2026)07号
系统宗地编号	咸安2026008号	咸安2026009号
宗地位置	咸安区向阳湖镇绿山村	咸安区桂花镇毛坪村
土地面积(m ²)	6942.86m ² (约10.41亩)	3922.98m ² (约5.88亩)
土地用途	R2	R2
容积率	≤1.0	≤0.15
绿地率	≥40%	≥15%
建筑限高	≤15%	≤15%
规划用途	工业用地	工业用地
出让年限	50年	50年
挂牌起始价	146万元	84万元
履约保证金	146万元	84万元
投资强度	≥200万元/亩	/
税收强度	≥15万元/亩	/
能耗标准	≤0.003tce/万元	/
产业定向	食品制造业	非金属矿物制品业
成交时间	2026年3月16日	2026年3月16日
竞得人	湖北楚梅香食品有限责任公司	咸宁高新矿业有限公司

二、公示期:2026年3月16日至2026年3月22日。
三、已签订成交确认书,竞得人需自成交之日起一个月内与咸宁市咸安区自然资源和规划局签订《国有建设用地使用权出让合同》,相关费用在合同中约定。
四、联系方式:
联系单位:咸宁市咸安区自然资源和规划局
单位地址:咸宁市咸安区金桂路139号
邮政编码:437000
联系方式:郭先生:0715-8386567
咸宁市咸安区自然资源和规划局
2026年3月16日