

士兵·海燕·海防

■岳立新

在深邃辽远的海防线上，荷枪实弹的士兵被海天交接的朝阳雕塑成屹立的石像，一日日，一年年，把漫长的海防线演绎成心中最美最浪漫风景——

海风陪伴着他们，那是呢喃着家乡轻曼的歌儿；

海浪陪伴着他们，那是雄壮冲击海岸的马蹄声；

海燕陪伴着他们，那是深邃辽远夜空中的精灵；

星空陪伴着他们，那是窥视峭壁边哨所的眼睛。

他们与海为伴，看朝阳初生，落霞满天；他们站立成诗，绘无悔青春、信念如磐。

在茫茫的大海上，海燕是敢向乌云发动冲锋的最勇敢的士兵。

风平浪静的时候，和着海浪在脚下发出有节奏地轰鸣，海燕三五成群地聚集在峭壁的乱石间——这里是海燕休养生息的家园，也是它们舔舐伤口、积蓄力量再战风浪的营地。它们柔声鸣叫着、交流着，好似在唠叨家常、互相慰藉，也好像在讲述故事、彼此加油鼓劲。

当然，海燕最喜欢在海浪翻涌的大海上逆风翱翔、俯冲博浪，那战斗的姿势像极了陡然出鞘寒气温人的利剑、冲出枪膛一往无前的子弹——就连呼啸的海风和愤怒的海浪都能感觉到它们自信的力量和无往不胜的信念。

无淡水、无航班、无耕地、无居民。这里是千里海防线上名副其实的“四无岛”。

人们都说：海防线就像蜿蜒的海水，既漫长又冰冷，战士那常年被海风和艳阳吹晒的古铜色的脸庞让人揪心。

可在战士的心里，这千里海防线上，有一种精神穿越时空、历久弥新。战士们骄傲地说，在一种叫做“海岛为家、艰苦为荣、祖国为重、奉献为本”的精神海洋里，他们就是那只翱翔的海燕。

你看见了吗？朝阳里，星空下，那遥远的边防线上，一群固执且高洁的灵魂被海风雕塑成坚硬无比的山石，巍然矗立在深邃辽远的小岛上，看似大海的一叶孤舟，实为祖国海防的一枚钢钉，战士们用他们的义无反顾，实现着“人脱一层皮、岛披一层钢”的诺言。

军歌，是穿越时空的红色回响，也是海防线上士兵传

唱最为久远的经典。

海防线蜿蜒千里，处处可以听到士兵整齐嘹亮的歌声，从红军时期的《三大纪律八项注意》，到抗战时期的《义勇军进行曲》《大刀进行曲》；从抗美援朝时期的《中国人民志愿军战歌》，到上个世纪五六十年代的《我是一个兵》《打靶归来》，从改革开放后的《咱当兵的人》《十五的月亮》，到党的十八大以来的《强军战歌》《就为打胜仗》……那些响彻神州大地的歌声就是士兵冲锋的号角，就是士兵奋战的鼓声。

军歌荡漾，歌声铿锵。一天天，一年年，军歌里慢慢唱出了士兵对连队荣誉的骄傲、对青春激情的赞美、对必胜信念的坚守，唱成了士兵扎根海防的誓言。只有士兵知道，不知不觉中，军歌带着青春记忆与情感，已融入自己的血脉。

在海防线上巡逻，伴随着歌声荡漾，海燕也在半空中盘旋，和声鸣叫，这是他们独有的相濡以沫。士兵喜欢海燕，海燕似乎也很喜欢士兵，一声声鸣叫着伴着军歌，在海平面上回荡，久久不散。

战旗如火兵如虎。火一样飘扬的战旗下，是心中熔铸如火一样激情的年轻士兵。他们将父母亲人的嘱托和诗意梦想寄存在迷彩涌动的世界里，那是幼雀突遭风雨袭击的胆怯懵懂，那是马驹初闯草原的兴奋欢腾，那是雏鹰乍飞蓝天的跌跌撞撞，那是旭日东升的希冀与蓬勃，那是他们梦开始的地方！

在大海上低空盘旋的海燕，紧盯着大海里转瞬即逝的目标，突然就像一道闪电，箭一样冲向海面。像极了海防线上巡逻的士兵，他们目光如炬，任何目标都逃不脱了他们的眼睛。

海燕喜欢浪花。海则在烈风中亮起万道浪迹，灰白且有些许淡蓝的浪花，汹涌着咆哮着扑向海滩，这是海燕耳中动听的音符。

士兵也慢慢地爱上了浪花。深夜，持枪屹立在岗亭边的士兵，忘情地闭上双眼，让那嗒嗒的马蹄声再次闯入心扉，让那哗哗的风声再度飘过他的身躯。呵，那一定是世间最雄健的马匹，骑上它，勇士一定一往无前、所向披靡；那一定是人间最坚固的城墙，有了它，所有善良的人都将得到安全、感到心有所倚。

漆黑的夜里，峭壁上的海燕落宿夜的枝头，开始无言的守望，守望着黑夜里黎明初次绽放。而士兵，守望的灵魂化作一波一波不知疲倦的海浪，抚摸着早已血脉一样流淌在心里的海防线。

海浪花美啊，你能美得过海燕那展翅博风斗浪的模样？

海防线长啊，你能长得过士兵那丈量万里海疆的脚掌？



《庆祝建军九十四周年》
赵艺俊(剪纸)

军装

■魏益君

有一种颜色叫人崇拜
有一种身姿让人敬仰
军装
一种骄傲的颜色
用青春汗水浇灌的迷彩
散发出戎装的光彩

军装是一种责任

那是对国家的忠诚
和对急难险阻的不畏
因为军装
性格变得坚韧不拔
因为军装
身影变得英姿飒爽

军装是一种精神
打磨着不屈的军魂
不怕流血牺牲

是勇往直前的矫健
绿色的使命
在激越的血脉里溶解
和着心脏一起跳动

军装是一种圣洁
染绿着人生的豪迈
开花的年岁
青春的激情
全部张扬在

绿色的军装

军装
是一首优美的史诗
军装上
染着南昌起义的烽火
军装里
是雷锋的故事

父亲曾是一个兵

■积雪草

父亲年近七旬，眼不花，耳不聋，头脑清明，走起路来虎虎生风，这得益于他年轻时的军旅生涯。

父亲年轻时当过兵，这是他一辈子引以为豪的事。每个人的心中都有一份莫名的情结，比如我的父亲，在他心中，就有一份深深的军人情结，一辈子挥之不去。

从小到大，父亲最大的乐趣就是把我们姐弟几个召集在一起，然后慷慨激昂地说：“来来来，我给你们讲个打仗的故事。那一年，是我当兵的第四个年头，有一天忽然接到上级命令，说是要开拔到黑龙江，参加一场战役……”

父亲讲故事，爱卖关子，每次讲到这儿，他老人家都会不紧不慢地喝一口茶，然后在我们一再催促下，才慢悠悠地说：“当时心情紧张，同时又有一些莫名的兴奋，能参加一场战役，对人生

对意志都是一场考验。当时我年轻，不知道害怕，背着行李连夜出发，到了目的地就埋伏下来，只等着一声令下，然后浴血奋战。”

每次听到这儿，我们都紧张得不行，问父亲：“后来呢，快点说，打起来没？”父亲长叹一声：“埋伏了三天三夜，忍受着蚊虫叮咬，忍受着浓浓睡意，最后，上级下达了撤离指令，一场战事不了了之。当时不懂得和平的珍贵，相反，年轻气盛，觉得不能参战，心中还有一丝惆怅和失望。”

父亲是初中毕业那年，从学校里直接应征入伍的，到了部队之后，在军校里一边继续上文化课，一边接受多种技能训练，后来转到陆军，再转到海军，在很多地方待过，后来因为那场不了了之的战役，便转业到了地方。

在父亲的心中，始终保留着一份军人情结。父

亲走路速度很快，说话嗓门很大，刚直不阿，不会曲里拐弯。多年来，父亲一直保持着军人的生活习惯，自己洗衣服，自己缝被子，不会衣衫不整就跑到街上或见客，就连生病也总是咬着牙一声不吭，不爱吃药，不喜欢打针，死扛到底，决不妥协。

每次在电视上看到军旅题材的影片，便会勾起父亲的军人情结，拉着我们几个说：“来来来，听我给你们讲个打仗的故事。”

“打仗的故事”是我们家的保留节目，闲暇无事时，父亲便会给我们讲一遍。多年之后，我们又一次安静地坐在父亲的跟前，听父亲讲那场并没有开战的战事。父亲之所以念念不忘那些旧事，是因为父亲曾经是一个兵，心中有一份当兵人的情结。这份情结，当过兵的人都懂得。这份情结，是缘于心中的一份大爱。

重庆市北碚区体育局关于对全区取得高危险性体育项目(游泳)经营许可经营场所、经营单位名录的公告

游泳、滑雪、潜水、攀岩为国务院批准的第一批高危险性体育项目，经营高危险性体育项目实施行政许可。根据上级有关通知要求，现对全区取得高危险性体育项目经营许可证的7处游泳经营场所、经营单位名录进行公告。

望广大市民在进行高危险性体育项目健身休闲中，要增强自我保护意识，了解高危险性体育项目特点，选择合法经营单位消费，科学健身，服从经营单位工作人员的劝诫和指导。

附件：北碚区取得高危险性体育项目(游泳)经营许可经营场所、单位名录
重庆市北碚区体育局
2021年7月28日

北碚区取得高危险性体育项目(游泳)经营许可经营场所、单位名录(截至7月28日)				
序号	经营主体	经营位置	所属辖区	备注
1	上诚体育文化传播有限公司(上诚健身游泳中心)	重庆市北碚区蔡家岗镇同熙路222号负一楼	蔡家岗街道中康城社区	
2	重庆维立方体育文化传播有限公司(维度游泳健身馆)	重庆市北碚区歇马街道冯时行路292号	歇马街道欣和社区	
3	重庆市开州区型管健身中心北碚分中心(型管游泳健身会所)	重庆市北碚区云盛路61号	北温泉街道华光社区	
4	鲸涛(重庆)体育科技有限公司(湖牛游泳健身俱乐部)	重庆市北碚区北温泉街道双元大道88号负1层	北温泉街道华光社区	
5	重庆众游体育科技有限公司(龙凤恒温游泳馆)	重庆市北碚区龙凤一村80号	龙凤桥街道龙凤社区	
6	重庆西南大学桂园宾馆有限公司(西南大学恒温游泳馆)	重庆市北碚区天生路2号(西南大学内)	天生街道西南大学社区	
7	重庆渝恒体育发展有限公司北碚翡翠湾分公司	重庆市北碚区蔡家岗镇嘉和路8号附1号2-1、3-1	童家溪镇天成社区	暂未营业

关于参加2021年全国农民科学素质网络知识竞赛活动

一、活动主题
践行科技为民 助力乡村振兴
二、活动时间
2021年5月24日—11月24日
三、活动对象
全民

四、活动目标
服务乡村振兴战略，坚持科技为农、科技为乡、科技为家，坚持科技为农、科技为乡、科技为家，坚持科技为农、科技为乡、科技为家。

五、活动方式
设置知识竞答、科普活动有奖竞答、限时PK赛、专题竞赛、团队PK竞答等形式，依据参赛者答题得分成绩给予相应积分奖励。

(一)知识竞答，包括普通答题、闯关答题，参赛者可随时进行答题并在完成答题后取得相应积分。同时设置学习区，可先学习后答题，达到“边学边考，学考结合”的效果。

(二)科普活动有奖竞答。结合全国科技活动周、全国科技工作者日、全国科普日等活动，同步举办有奖竞答。

(三)限时PK赛。每周一至至周五12:00-12:30限时竞答，前10名给予奖励。

(四)专题竞赛。结合健康生活、疫情防控、应急避险、生态环境、食品安全、政策法规、农业种养等专题内容，定期开展专题竞赛。

(五)团队PK竞答。参赛者自行组队，通过队伍验证验证码答题，参与答题。竞赛结束后，计算队伍综合得分、进行排名，并予以奖励。

六、参与方式
参赛者访问全国农民科学素质网络知识竞赛官网参与答题，或通过扫描“全国农民科学素质网络知识竞赛”“全国农业科教云平台”“三农科学传播”“科普中国”“科技志愿服务”等微信公众号参与答题，或下载“知农”“科普中国”“云上智农”等手机APP等方式参与答题，或直接扫码参与答题。

竞赛官网网址：<http://www.nongminjingsai.com>

微信公众号二维码：

全国农民科学素质网络知识竞赛官网：

全国农业科教云平台：

提高全民科学素质专栏

北碚区科协 主办

儿童青少年新冠肺炎疫情期间近视预防指引(五)

二、复学后近视预防
复学后，继续培养和保持良好的用眼习惯，随着课堂教学逐步正常化，学校应减少电子产品使用，恢复眼保健操制度，提供良好的采光照明条件，及时调整课桌椅，增加自然光条件下户外活动。

(一)养成好的用眼行为。
良好的用眼行为可减缓用眼疲劳、减少眼睛过度调节，复学后继续保持良好的用眼行为。
1.读写姿势保持“一尺、一拳、一寸”。
2.读写时间30至40分钟后要活动性休息10分钟，远眺。

3.不在走路时、直射阳光下和动荡的车厢内看书与看手机。
(二)减少电子产品的使用。
长时间使用电子产品会造成眼部不适，并增加近视风险。复学后儿童青少年应及时减少电子产品使用时间。

1.使用电子产品教学不超过教学总时长的30%，原则上采用纸质作业。
2.非学习目的使用电子产品，单次不宜超过15分钟，每天累计不宜超过1小时。
3.年龄越小的儿童使用电子产品的时间应越少。6岁以下的学龄前儿童应避免暴露于手

机、电脑等视屏环境，家长应起表率作用。
(三)眼保健操。
长期、规范地开展眼保健操对预防近视有积极意义，复学后学校应恢复上下午课间眼保健操制度。

1.做眼保健操前彻底清洁双手。
2.可选用不接触眼部的“眼放松操”“爱眼操”。

卫生与健康专栏
北碚区卫生健康委员会 主办