

姐姐是世界冠军，妹妹也不甘示弱

沧州姑娘阚文萱全国首届学青会摘金

自全国各地的547名运动员参赛。

11月8日上午，在武术套路比赛中，兰州大学2022级管理学院学生阚文萱作为高水平武术队员，代表甘肃代表团出战，并以9.680分夺得大学组女子自选剑术冠军，这也是甘肃代表团在本届学青会上摘得的首枚金牌。比赛结束后，甘肃省教育厅第一时间给阚文萱和兰州大学发去贺电。

今年19岁的阚文萱是沧县旧州镇东关村人，比赛结束后，记者第一时间采访了她。阚文萱告诉记者，本届学青会，她一共参加了两项比赛，之前参加了女子长拳比赛，但遗憾没能获得三甲名次。随后，她调整状态，在女子自选剑术比赛中沉着发挥，赢得了裁判和现场观众的一致好评，终于斩获了金牌。

阚文萱介绍，受姐姐影响，自己5岁

开始习武，8岁到沧州体育运动学校，跟着沧州著名的“金牌教练”、也是阚文萱的教练时中秀，以及教练马小文训练。2015年，她到河北省体育局武术运动中心训练，2017年成为河北省体育局武术运动中心专业运动员。2022年9月考入兰州大学管理学院，并加入兰州大学高水平武术队。阚文萱曾多次参加全国性武术比赛，曾在2015年全国青少年武术套路锦标赛中荣获女子枪术亚军，在2022年全国大学生武术套路锦标赛中获得女子枪术冠军和剑术亚军。

阚文萱说，能再次获得国家级武术比赛的冠军，非常高兴，也非常感谢长期以来帮助过自己的人。她表示，冠军不是终点，未来自己还是要向姐姐学习，坚持训练比赛，为建设体育强国贡献力量，为家

乡沧州争光。

阚文萱的姐姐，今年31岁的阚文聪曾多次获得武术世锦赛、亚运会、全运会等大赛冠军。退役后，她留在了自己曾就读的兰州大学，担任高水平武术队助理教练，学校体育教研部副教授、博士，也是兰州大学武术协会副主席，她也因为优异成绩和阳光形象，被聘为沧州市禁毒形象大使。

对于妹妹这次获得佳绩，阚文聪非常开心，第一时间给妹妹发去了祝贺信息。阚文聪还告诉记者，自己17岁的弟弟阚文浩目前也在习武，多次参加全市和省性的武术比赛，并取得优异成绩。她希望妹妹和弟弟今后都能再接再厉，刻苦训练，取得更好的成绩，多为沧州武术人赢得荣誉，为沧州武术、中国武术的发展尽自己的一份力量。

本报讯（记者周洋）日前，第一届全国学生（青年）运动会（简称“学青会”）大学组女子自选剑术决赛在广西南宁市举行，最终，冠军被来自兰州大学的“00后”运动员阚文萱获得。值得一提的是，阚文萱是沧县人，也是沧州著名武术女将、两届武术世锦赛冠军阚文聪的妹妹，两姐妹上演了沧州武术界的姐妹花传奇故事。

据了解，第一届全国学生（青年）运动会由教育部、国家体育总局、共青团中央共同主办，于本月5日开幕。学青会由原全国学生运动会和全国青年运动会合并而成，是推动新时代青少年和学校体育改革发展、增强青少年和学生体质、促进竞技体育后备人才培养的重要措施。此次学青会武术比赛（大学组、中学组），共有来



眼下，孟村回族自治县流潭村的蜜桃迎来丰收季，红扑扑的蜜桃掩映于绿叶间，工人们忙着直播、收单、摘桃、打包，享受丰收的“甜蜜”。近年来，孟村回族自治县把特色种植作为农民增收的重要抓手，通过土地流转、托管服务等方式，扩大特色种植规模，同时，鼓励果农采用“采摘游+电商”的销售模式，助力农民增收致富。 杨洋摄

全市法律援助业务培训班举办

本报讯（记者贾世峰 通讯员张翼）日前，我市举办全市法律援助业务培训班，来自各县（市、区）的法律援助中心主任、法律援助工作业务骨干和市法律援助中心工作人员共50余人参加培训。

此次培训班历时4天，邀请司法部法律援助案件评估专家、省司法厅法律援助中心负责人及高校法学教授等多位专家围绕法律援助评估工作进行讲解，培训重点在于提高法律援助案件工作质量，并对法律援助案件进行了实操演练。参训学员以饱满的精神状态积极投入法律援助案件梳理分析等主题的学习，纷纷表示受益匪浅。

据了解，今年，我省首次将法律援助扩面提质纳入民生工程范围。在全省法律援助扩面提质民生工程推进过程中，我市专项工作情况位列全省第一。

“你安心援疆，我永远是你坚强的后盾”

——刘笑楠家庭的故事

王庆男

“你在那里还好吗？家里一切都好，你放心。”这是刘笑楠和援疆丈夫徐啸林每次通话时都要说的一句话。没有太多时间去倾诉彼此想念，却因为一份责任而相互激励。

刘笑楠是国网海兴县供电公司的员工，12年的工作生涯，她爱岗敬业、勤勤恳恳，是领导眼中的“多面手”、同事眼中的“主心骨”。刘笑楠的丈夫徐啸林是黄骅出入境边防检查站的一名民警，他积极响应号召，参加为期两年的援疆挂职锻炼。丈夫千里援疆，妻子刘笑楠成了他最坚强的后盾。

在工作 and 生活中，夫妻俩互相支持、相互勉励、相濡以沫。刘笑楠在工作岗位上发光发热，曾获得公司“青年先锋”称

号，多次被评为先进个人，还被评为海兴县“孝老敬亲模范”和2023年第二季度“海兴好人”。徐啸林先后荣立三等功两次、获嘉奖7次，被河北总站评为“成绩突出先进个人”。

“徐啸林工作繁忙，新疆阿拉山口市的作息比海兴晚大概两小时，当遇到事情时，会经常联系不上他。但是我以他为荣，他守着大家，我守着小家，他是我们的骄傲。”刘笑楠说。

看起来温柔似水的刘笑楠，有着典型北方女子刚柔并济的特质与向阳而生的豁达。在徐啸林援疆期间，刘笑楠毅然挑起了家庭重担，其中辛苦自不必说。为了支持丈夫工作，刘笑楠在繁忙的工作之余，还要照顾好年幼的孩子和

年迈的老人。孩子生病时，她自己一人奔波于家、单位和医院，还经常提着菜往婆婆家跑，给婆婆做饭，整理家务。现在的她已经习惯了一个人买菜烧饭接送孩子，习惯了一个人深更半夜带着孩子上医院，也习惯了打理家中老人的生活起居，电话中从来都是报喜不报忧，只为让丈夫安心工作，全心守护着国门边境的安全。

“爸爸，同学们都羡慕我爸爸是警察，我长大后也要做一名厉害的警察”。他们7岁的儿子在和徐啸林聊天时说。

父母是孩子的第一任老师，刘笑楠夫妻俩一直在用实际行动为孩

子作表率。刘笑楠说：“我们俩都是共产党员，国家有需要的时候，我们就应该站出来，到国家最需要的地方去发挥光和热，为孩子树立好榜样，让他们懂得长大后应该怎么做。”儿子入学2年来，认真学习，成绩优良，兴趣爱好广泛，深得老师同学喜爱，被评为三好学生、优秀少先队员等。在家里，儿子非常懂事，总会帮妈妈干家务，帮爷爷按摩，给奶奶当小靠背……

今年是刘笑楠和徐啸林结婚十周年，10年来，刘笑楠一家相敬、相爱、理解、包容，用爱与责任携手前进。今年中秋节，刘笑楠给徐啸林寄去了一份礼物，是儿子画的一幅爸爸的画像，刘笑楠在上面写到：“你安心援疆，我永远是你的坚强的后盾，你永远是我儿子的骄傲……”

作者单位：国网海兴县供电公司

“双争”有我 家风传承
2023年沧州市善美家风故事优秀作品展示

冬季专项整治行动启动 严查10种交通违法行为

本报讯（记者韩学敏 通讯员孔大龙 孙德凤）日前，记者从市交警支队了解到，自即日起至年底，在全市范围内开展冬季突出交通违法行为专项整治行动，营造安全有序的道路交通环境。

这次专项整治行动，围绕高速公路服务区及收费站、国道省道穿村过镇路段、县乡公路关键节点、城市和乡镇餐饮娱乐场所周边道路，针对一早一晚及周末、节假日等重点时段，科学部署警力，深化“研判、布控、拦截、处罚”精准查缉机制，严查超员、超载、疲劳驾驶、酒驾醉驾、高速公路不按规定车道行驶、危化品运输车违反禁限行规定通行、乘客不使用安全带和骑乘电动自行车不佩戴头盔、闯红灯、逆行等10类交通违法行为。

同时，交管部门将组织开展四项集中整治行动，提升管控效能。每周四、周五开展电动自行车头盔佩戴集中行动，针对电动自行车守法率低、涉电动自行车事故高发的乡镇、路段及城市主干道、国道省道，逐个乡镇、逐条路段开展攻坚整治；每周四同步开展执法小分队专项巡查执法，加大对农村“双违”、酒驾醉驾以及电动自行车无牌、不戴头盔等违法的执法管控力度；每周末开展酒驾醉驾集中夜查，加强异地用警、空降执法，提升酒驾醉驾管控效能；每月开展精准查缉集中统一行动，严格落实预警查控，持续深化错时联动，提升隐患车辆精准查缉能力水平。

我市首个国家级养老服务业标准化试点项目通过验收

本报讯（通讯员陈征 边超 记者贾世峰）日前，受国家标准化管理委员会委托，省市场监督管理局组成评估组，对我市首个国家级养老服务业标准化试点项目——泊头市福星园老年公寓养老服务标准化试点项目进行终期评估。评估组通过听取汇报、查阅资料和现场评审等方式，全面了解试点建设情况，并一致认为试点承担单位圆满完成建设任务，以高分通过评估验收。

2021年5月，国家标准化管理委员会批准立项“国家级服务业标准化试点”项目，泊头市福星园老年公寓是我市第一个承担这一项目的单位，建设

周期2年。自项目获批以来，福星园老年公寓不断完善标准化服务体系，扎实、稳步推进国家级服务业标准化试点项目建设工作，先后构建了由338项标准组成，覆盖通用基础标准、服务保障标准、服务提供标准、岗位工作标准4个板块的标准体系，购置先进医疗、康复、检测设备100余台套，进一步提升了老年公寓的标准创新能力。福星园老年公寓先后荣获“全国敬老文明号”“全国养老服务先进单位”等数十项荣誉和称号，为全国养老服务领域提供了可复制、可推广的标准化经验。



刘建道 赵华堂 摄

近日，绿元尚邦老年公寓内，沧州红梅艺术团举行了一场别开生面的联欢会，艺术团演员们的精彩表演赢得了老人们阵阵掌声，也吸引老人们纷纷登台，他们歌唱新时代、歌唱新生活，铿锵有力的歌声把现场氛围推向高潮。

（上接第一版）把公路挡墙由原来的浆砌片石改成了片石混凝土，基础埋深由原来的1米增加到2.5米，大幅度提高了挡墙抗洪水冲刷的能力。

全力打好灾后恢复重建攻坚战！河北成立由省委、省政府主要领导任组长的省2023年洪涝灾后重建领导小组，多次召开领导小组会议、省委专题会议，抓紧抓实灾后恢复重建各项工作。

把责任扛起来、把担子挑起来！各地各部门加强水、电、气、路、通信等基础设施维护，加快公共服务设施恢复重建，提高建设标准和防灾水平。

一条条险道变通途——按照突出重点、远近结合、标本兼治、精准施策的原则，统筹兼顾恢复建设和抗灾水平提升，我省全面加快灾后恢复重建步伐。截至10月31日，全省287个公路恢复工程项目已全面建成。此外，131个国道干线重建工程项目也已经全部完成方案批复，预计12月底前全面开工。

一盏盏灯渐次点亮——廊坊市文安县位于东淀蓄滞洪区内的4个乡镇，有8个村街在今年汛期遭遇洪水侵袭，供水、供电等生产生活设施不同程度受损。国网文安县供电公司组织24支抢修队伍、239名抢修人员分组进入蓄滞洪区受灾乡镇，对线路、变压器等设备开展清理、消缺、改造和送电任务。经过努力，居民用电和工业用电已经全部恢复。

一束束信号重新恢复——“信号满格，上网更畅通了！”高碑店市新城镇马店村村民刘伟力兴奋地说。汛情发生后，保定联通第一时间集结通信抢修力量，在最短时间内恢复保定全部受灾用户的通信。

全力以赴，众志成城。目前，全省受灾地区

水、电、气、路、通信等基础设施均已抢通或恢复，为全面恢复灾区正常生产生活秩序和高质量发展提供有力支撑。

复工复产

因灾受到的损失正在被抢回来、补回来

绿油油的菠菜、紫色的茄子、清香的茴香……11月2日，献县陌南镇李谢村村民郭红的蔬菜大棚里，大批蔬菜进入收获期。

洪灾中，李谢村位于献县泛区内的1200亩土地进了水。洪水退去后，在农技专家指导下，郭红夫妇抢种了14个大棚的蔬菜。目前，蔬菜长势良好，不少已经到了成熟期，陆续收获上市。“按照现在的市场行情，一个棚就能卖4000多元！”郭红满脸笑容。

在涞水，原计划明年4月投用的厂区提前投产了。

11月7日，位于涞水县经济开发区的河北龙云岭食品有限公司正在进行生产车间地坪漆施工。“这几天，我们已经有一部分机器开始试生产，装修马上完成，新厂区就要全面投产了。”公司董事长张翔说。

龙云岭食品公司主要从事农副产品加工，有新老两个厂区。老厂区位于涞水县九龙镇大龙门村，受洪水冲击，生产设备及库存产品损毁严重，短时间内难以复产。新厂区一期原计划明年4月投产，在涞水县相关部门帮助下，投产时间提前近半年。“前几天，1300万元的贴息贷款已经到位。”张翔说，有关部门主动上门组织银企对接，帮企业解了资金短缺难题。“接下来，我们要加快生产进度，让乡亲们的农产品

不愁销路。”

在宁晋，因灾耽误的订单赶回来了。

11月8日，河北晶辉电气有限公司常务副总经理高立伏高兴地说，经过两个月的努力，已经基本按时交付4000万元的客户订单，把8月份受灾停产的损失补了回来。

晶辉电气公司是一家电缆生产企业，位于宁晋县大曹庄镇，在7月底的强降雨中受灾较重。洪水刚退，宁晋县相关部门就及时帮企业清运垃圾和淤泥，并帮助解决各种困难。8月13日，部分车间率先运转起来，8月29日整个厂区全部复工复产。

进一步强化“时时放心不下”的责任感，河北落实包联帮扶机制，加大政策、金融、保险等支持力度，帮助受灾工业企业和设施农业渡过难关，有力促进了复工复产。

人民至上

确保受灾群众住有所居、安全温暖过冬

立冬时节，气温骤降。受损房屋有没有完成修缮？群众过冬取暖有没有保障？

“今年过个‘暖冬’没问题！”涞水县三坡镇紫石口村村民王春芝家赶在入冬前搬进了重建后的新房，“我们还要安上空气源热泵，暖暖和和过个冬。”

王春芝家原来住的房子位置较低，在洪水冲击下，大部分坍塌损毁，被鉴定为D级危房，不宜再居住。盖房政府有补贴，选材村里有建材大集，王春芝家从拆除旧房到盖起新房，只用了一个多月的时间。

同样是受了灾，村民张元生备好了4吨过冬取暖的洁净煤。为了确保群众温暖过冬，县

里提前开展了洁净煤储备、配送、保供等工作，只要群众有需求，各配送点保证及时配送到位。

开设建材大集、统筹施工力量、组建农村住房建设专家库……确保受灾群众住有所居、安全温暖过冬，我省多地积极对灾后恢复重建工作提供服务保障，全力做好受损房屋鉴定、修缮、加固和重建等工作。

风雨过后建家园，困难和挑战越大，凝聚力和战斗力就越强。

沙洛河与南澧河夹道处，位于大陆泽蓄滞洪区的邢台市任泽区路庄乡六路村恢复了往日的热闹。如果不是墙壁上隐约可见的过水痕迹，谁也不会想到就在三个多月前，这里经历了一场惊心动魄的“战斗”。

党群合力共建，又见乡村好容颜！

粉刷过水墙体、修复受损农田道路……路六村村“两委”成立灾后重建突击队，并吸收青年党员志愿者加入。为保持整治效果，路六村保洁员加大了沿街收集垃圾频次，从一天早晚两次改为现在的动态式收集，坚持日产日清，助力农村人居环境再提升。

我省建立落实“五级包联”机制，市级领导包县区、县级干部包乡镇（街道）、乡镇（街道）干部包村（社区）、村（社区）干部包片、党员包户，用心用情用力做好受灾群众生活保障工作，尽快恢复灾区正常生产生活秩序。

洪水退去，希望升温。

把灾后重建与实施重大国家战略、推进新型城镇化、乡村全面振兴等有机结合、统筹推进，全省干部群众心往一处想、劲往一处使，凝心聚力建设美好家园，全力打好灾后恢复重建攻坚战。

把调查研究的“自行车”骑到基层一线

（上接第一版）1983年夏收后的一天，习近平骑车来到永安公社三角村调研。他和大家唠家常，还让大家谈谈正定县将来怎样发展才好。“三角村离县城很近，种点经济作物供给县城，不是更好吗？”听到大家的建议，习近平当场表示“这个问题我们会认真研究”。不久，多种经营就有计划地在正定全面开展了。

时代在发展，今天的调查研究可以选择更多的代步工具，不一定只有自行车这一种。把调查研究的“自行车”骑到基层一线，倡导的，调研要有务实的作风，要讲求真实的效果。汽车到不了的地方，自行车能到就骑自行车去，自行车也到不了的地方，就迈开两条腿走着去。总之，隔着玻璃车窗看不到的问题，深入基层一线、走到群众身边就能看到。广大党员干部要在主题教育中念好调查研究“深、实、细、准、效”五字诀，真正把一项项调研成果转化为推进工作、造福群众、赢得民心的实际成效。