

刻苦学习、锐意创新

——把青春播撒在民族复兴的征程上②

让勤奋学习成为青春远航的动力,让增长本领成为青春搏击的能量,广大青年才能当得起伟大理想的追梦人、伟大事业的生力军

青年要成长成才,既要读万卷书也要行万里路,既要多读有字之书也要多读无字之书

走进北京李大钊故居,感悟“紧跟中国共产党打破一个旧世界”;回顾新中国建设历程,决心“把青春献给祖国”;感受改革开放生动实践,像前辈那样“争做改革开放的弄潮儿”;见证新时代的历史性成就和变革,誓言“青春向党、不负人民”……共青团中央推出的“青年大学习”主题团课,每周吸引超过5000万人次团员青年参加。广大青年与新时代同向同行,正以刻苦学习汲取智慧,以传承创新勇攀高峰,努力做走在时代前列的奋进者、开拓者、奉献者。

青年要成长成才,既要读万卷书也要行万里路,既要多读有字之书也要多读无字之书。习近平总书记曾这样回忆自己的青年时代:“当年,我在梁家河插队,实际上就是在社会上向群众学习,向实践学习,那段经历让我受益匪浅。”从哪里最苦最

深、打学,我国青年一代必将大有可为,也必将大有作为。梦想从学习开始,事业靠本领成就。新民主主义革命时期,在广泛传播马克思主义过程中,一大批先进青年在“觉醒年代”纷纷觉醒;社会主义革命和建设时期,在向科学进军过程中,青年科学家矢志奉献才智和青春,“把失去的光阴夺回来”;改革开放和社会主义现代化建设新时期,争当新长征突击手、创建青年文明号,青年才俊闻歌千、勇立潮头;中国特色社会主义新时代,在科技攻关岗位奋力攀登过程中,年轻的大国工匠在学习琢磨中“让技艺巧到极致”……刻苦学习、锐意创新,是广大青年改变自身命运、实现人生理想的根本途径。让勤奋学习成为青春远航的动力,让增长本领成为青春搏击的能量,广大青年才能当得起伟大理想的追梦人、伟大事业的生力军。

百舸争流千帆竞,波涛在后岸在前。“新时代的中国青年,生逢其时、重任在肩,施展才干的舞台无比广阔,实现梦想的前景无比光明。不断学习、不断实践、不断积累知识、丰富学识、增长见识,在实现民族复兴的赛道上奋勇争先,当代青年一定能用青春的动能和创造力激荡起民族复兴的澎湃春潮,用青春的智慧和汗水打拼出一个更加美好的中国。”

人民日报评论

“科学护发,理性护肤”5·25 护肤日,爱自己从爱护皮肤开始



“5.25 护肤日”由中国医师协会皮肤科分会提倡并设立,旨在通过开展一系列宣传普及活动,让人们深刻了解皮肤健康的重要性,正确认识并科学应对各类皮肤健康问题。今年第十六届护肤日由中国医师协会、中国医师协会皮肤科医师分会主办、南方医科大学皮肤病医院承办,主题为“科学护发,理性护肤”,通过线上形式,围绕主题,开展专家系列访谈、举办全国科普短视频大赛,并召开护肤日主题云峰会等系列活动,加强大众对于皮肤问题的科学认知,唤起科学护发的意识,树立理性护肤的观念。

病医院院长杨斌教授指出,头皮健康是皮肤健康的重要部分,但目前,多数人对于头皮健康重视不足,不了解头皮问题成因,导致各类头皮疾病如脂溢性皮炎、雄激素秃发等无法得到有效治疗。脱发作为常见的头发健康问题引起大众的广泛重视,尤其常见于男性。复旦大学附属华山医院皮肤科主任医师杨勤辉教授介绍:“雄激素秃发也称脂溢性脱发,雄秃,伴随着体内雄激素的增高而发病,好发于中青年男性,目前女性患者也在增多,且患病率随着年龄的增加而上升,主要表现为头顶和发际线毛发的进行性减少。雄激素性秃发的患者,特别在青壮年时期,体内雄激素偏高与饮食与作息习惯有关,皮脂腺分泌较旺盛,常常伴有马拉色菌的感染。所以,对于这部分雄秃患者,除了脱发,还伴有头发油、头皮屑和头皮瘙痒等脂溢性皮炎的症状。”

头皮是土壤,毛发是庄稼。科学护发,首先要确保头皮健康,头发才能长好。空军特色医学中心皮肤科主任医师刘玮教授强调:“头皮也是皮肤,和我们身上的皮肤相比没有本质的区别,但由于毛发的存在,头皮表面的油脂、污垢、表皮的代谢产物不像身上的皮肤那么容易清

洁,所以头皮健康是一个突出的问题。头皮不健康,会出现很多症状和不适,如头皮瘙痒、头皮屑增多、头皮泛红、炎症、脱发等。头屑的成因有多种,其中常见的因素是脂溢性皮炎,由糠秕马拉色菌等真菌引起。了解头皮成因之后,可以用抑制马拉色菌增殖的产品,如复方酮康唑洗剂等。”

关于举办山南市2022年高校毕业生暨农牧民转移就业专场招聘会的公告

为深入贯彻党中央、国务院、自治区党委、政府和山南市委、市政府关于“稳就业”工作的决策部署,推动山南籍高校毕业生和农牧民群众更加充分、更高质量就业,搭建高校毕业生和农牧民群众就业供需对接平台,山南市委、市人力资源和社会保障局定于2022年5月31日举办“山南市2022年高校毕业生暨农牧民转移就业专场招聘会”,招聘会现场同时举办创业典型成果产品展销和邀请网红现场直播带货。

雅善投资有限公司公共实训基地等大型民企。届时欢迎广大求职者携带身份证、毕业证、学位证、技能等级证及相关证书准时到场踊跃参与。



山南市高校毕业生就业创业领导小组办公室 2022年5月25日

习近平会见全国公安系统英雄模范立功集体表彰大会代表

(上接第一版A)并向获奖集体和个人代表颁奖。全国公安系统982个先进单位、1485名先进个人受到表彰。全国模范公安单位代表、北京市公安局房山分局京港澳高速收费站公安检查站站长张库,全国特级优秀人民警察代表、福建省福州市公安局刑侦支队六大队大队长高湛在会上发言。

元建设昌果乡至岗且村公路,投入2000万元实施昌果村和岗且村人居环境整治,受益群众达656户2876人,带动群众就业15人;投入1250万元实施县城内长沙路小区、桑吉路公租房小区、廉租小区老旧小区改造项目等民生工程,受益群众达190余户;实施供暖项目5个,完成教育系统续建项目8个,不断完善基础设施建设,真正让各族群众获得感成色更足、幸福感更可持续、安全感更有保障,让各族群众切身感受到改进作风狠抓落实带来的新气象。



铺好瑜伽垫,架起手机,打开直播,上一节“健身课”……如今,越来越多的人加入在线健身的行列。不久前,国家体育总局群体司、中华全国体育总会群体部联合推出“全民健身线上运动会”,涵盖跳绳、广播体操、棋牌等20多个大项、100多个小项,全民健身正走向更广阔的天地。

(上接第一版B) 许成合要求,要加强领导,为顺利开展宗教界“三个意识”教育提供保障。各级党政组织要提高政治站位,把深入开展“三个意识”教育作为捍卫“两个确立”、做到“两个维护”的具体行动,强化组织领导,狠抓责任落实,创新方式方法,深化宣传教育,加强督导检查,确保取得实效,建立长效机制,巩固活动成果,以高度的政治责任感、历史使命感和工作紧迫感,精心组织、周密安排、扎实推进,确保取得实效。

(上接第一版D)这是他给驻村工作队经常说的话。响应政策号召,开展易地搬迁工作是这几年措堆村的大事。古隆组是措堆村较为偏远的村民小组,该地海拔4200米,气候环境较差,生产资料相对缺乏,群众受教育程度普遍偏低,上级部门希望当地群众搬到其他县条件较好的地方,但群众的“守家”思想严重,疑虑重重,都不愿报名。

实寺庙管理各项工作,夯实爱国爱教、遵规守法、反对分裂、维护稳定的坚实基础。宗教界广大人士要继承和发扬藏传佛教爱国爱教光荣传统,坚定不移维护祖国统一、民族团结和社会稳定,进一步增强国家意识、公民意识、法治意识,树牢国大于教、公民大于教民、国法大于教规的观念,争做政治上靠得住、宗教上有造诣、品德上能服众、关键时刻站得住的先进僧尼,为山南长治久安和高质量发展作出新的更大贡献。

组生活用电。从此,爬电线杆、收缴电费、排查安全隐患、解决群众用电难题成了他的固定工作。对于50多岁的格桑仁增而言,爬杆上梯的任务是十分艰巨的。刚开始,他的家人为他的安全着想,强烈反对。“全组没有其他人能够承担起这项工作,只能由我来,年龄不是问题,安全不用担,为群众服务好才更重要。”格桑仁增最终说服家人,独自承担起这份工作。因为村里工作忙,为了不耽误村委会“集中办公日”的办公时间,每次抄电表、收电费等工作,格桑仁增都是单独利用晚上时间走村入户完成的。二组群众居住十分分散,一趟下来,要走十多公里,这对于他这个年纪而言,着实不是一件轻松的事。然而他却从不叫苦叫怨,一个人默默坚持。