

让“神话之鸟”成为舟山的靓丽名片

海客谈 | 月湖

近日,全球首部完整记录中华凤头燕鸥繁育全过程的纪录片《与神话之鸟相约》在舟首映。这部历时3年摄制的24分钟影片,以五峙山列岛上中华凤头燕鸥的栖息、产卵、孵化、破壳、学飞为主线,记录了“神话之鸟”从濒临绝迹到逐步复苏的生命奇迹(据《舟山日报》4月16日报道)。镜头之下,展现的是现代海洋城市生态文明建设的生动答卷;银幕之外,“神话之鸟”理当成为展示舟山生态形象的一张靓丽名片。

经过多年保护,中华凤头燕鸥在舟山已从“稀客”变成“常客”。五峙山列岛自2008年首次发现中华凤头燕鸥并成功繁育以来,至今累计观测到成鸟398只、繁育幼鸟130只,成为

全球推动该物种种群恢复的核心力量,被誉为“神话之鸟方舟”。志愿者招募、慢直播、科普进校园……“神话之鸟”在舟山早已家喻户晓。如今,纪录片的问世,不仅是对保护历程的一次精致“回放”,更是面向公众的深度科普。随着纪录片的传播,有望让更多人了解这一极度濒危物种,唤起对大自然的热爱与敬畏。

这是鸟与鸟相互成全的故事,而背后是保护区工作人员、志愿者等十余年的默默坚守,他们是真正的无名英雄。五峙山列岛为中华凤头燕鸥提供了栖息、繁衍的暖巢,而“神话之鸟”也为这片海域平添了灵动与生机。这一切,缘于舟山对“绿水青山就是金山银山”理念的忠实践行。从原生环境的保护,到严格管控、智慧监测,我市用十余年的坚守,换来了

这一珍稀鸟类的安心落户。

当前,舟山正加快建设现代海洋城市,大宗商品资源配置枢纽建设全面推进,构建海洋特色现代化产业体系攻坚战如火如荼。项目落地、人才涌入,经济蒸蒸日上。与此同时,珍稀鸟类同样汇聚舟山,“良禽择木而栖”的自然法则与经济建设的“筑巢引凤”异曲同工。这恰恰说明:经济发展与生态保护并非此消彼长,而是可以同频共振、相得益彰。

党的二十届四中全会提出,加快经济社会发展全面绿色转型,建设美丽中国。牢固树立和践行“绿水青山就是金山银山”的理念,协同推进降碳、减污、扩绿、增长,筑牢生态安全屏障,增强绿色发展动能。绿色,正在成为高质量发展的底色,也是吸引人、留住人的营商

环境。濒危的“神话之鸟”在舟山有了暖巢,得以繁衍生息,无疑是舟山好生态的权威“代言者”。

眼下的舟山绿意盎然、万物灵动,好空气、好生态吸引着八方来客,也滋养着创新创业的沃土。“神话之鸟”是大自然赐予舟山的珍品,在更好保护的同时,理当充分发挥其“代言舟山”的作用。我市已有市树舟山新木姜子、市花普陀水仙,却至今没有市鸟。在纪录片横空出世、全社会对“神话之鸟”关注度高涨之际,能否顺势而为,让中华凤头燕鸥成为舟山的市鸟?这既是对多年保护成果的肯定,也是对生态文明理念的弘扬,更是对城市品牌形象的提升。

让“神话之鸟”从银幕主角成为舟山骄傲,这张灵动、独特、绿色的名片,必将为舟山高质量发展增光添彩。

为浙海大国安教育点赞

点滴录 | 永舟

据4月16日《舟山日报》报道,今年4月15日是第十一个全民国家安全教育日,浙江海洋大学国家安全宣教馆正式揭牌。这场开馆仪式并未流于形式,而是把国家安全教育从标语口号变成可看、可感、可参与的实景课堂,把总体国家安全观融入校园日常。这种重实效、重体验、重特色的做法,值得点赞。

过去,说到国家安全,很多学生的第一反应是“那是间谍片里的事”“离我太远”。浙海大国安宣教馆设置反恐装备展示、泄密风险自测、外来入侵物种展台、数据安全体验区等互动场景,让师生在沉浸式参与中认识到:安全就在身边,风险就在日常。国家安全因此变得“看得见、摸得着、体验得到”,彻底打破了距离感。

全民国家安全教育日设立11年来,一个长期存在的痛点就是“一阵风”——节日当天轰轰烈烈,节日过后悄无声息。很多学校把安全教育当成一次性的活动任务,缺乏持续性和系统性,导致学生“听完激动、过后不动”。浙海大明确提出,国家安全教育不是一阵风,而要成为融入校园日常的必修课。学校以宣教馆为实体阵地,持续推动教育常态化、制度化,把安全意识内化为行为习惯,外化为守护自觉。从“活动”到“课程”,从“临时”到“日常”,浙海大精准击中了当前高校安全教育的最大痛点。

更重要的是,浙海大将海洋特色与国家安全相结合,让教育有根有魂。作为海洋特色高校,浙海大紧扣区位与学科优势,打造“海洋权益与海疆安全”“海洋经济与生态安全”等特色板块,把国家战略布局、舟山地域实践与校园育人成果融为一体,生动诠释向海图强背后的安全内涵。这种“在地化”的设计,让国家安全不再是抽象的概念,而是与脚下的土地、所学的专业、未来的使命紧密相连。

浙海大国安宣教馆的开馆,是一次有温度、有深度、有力度的教育实践。它用沉浸式体验打破了认知距离,用常态化机制终结了“一阵风”,用海洋特色赋予了教育灵魂。期待更多学校立足自身特色,让国家安全教育真正走进课堂、融入日常、扎根人心,汇聚起维护国家安全的青春力量。



本版署名文章不代表本报立场
每个人都应有话筒,欢迎争鸣

赛事之城,更要有“人的温度”

海客谈 | 明德

CUBAL东南赛区赛事揭幕前夕,作为东道主的普陀展开了一场“篮球笔友”活动。热爱篮球的中小学生们写下“篮球笔友卡”,向前来参赛的大学生球员请教技巧、倾诉梦想;球员们则认真回信,鼓励孩子们“在篮球路上发光发热”(据普陀电视台4月16日报道)。这样的热情互动,烘托了赛事氛围,释放了篮球魅力。

承办大型赛事,一流的场馆、周到的服务固然重要,但最为关键的还在于“人的温度”。没有热情的观众、狂热的少年,再高规格的球赛也只不过是一场生硬植入的体育秀。普陀中小学生们字里行间流露出的球

技追求、篮球梦想,折射出篮球运动在普陀的深厚土壤。如何让投篮更准、过人更帅……一个个具体生动的细节问题,显然来自于火热的球场而不是安静的教室,这是校园体育文化、社会篮球氛围长期孕育出来的“星星之火”。

“第一次收到这样的笔友卡,感觉还有人关注我们。”宁波大学男篮队员赵哲轩收到“篮球笔友卡”深受感动。各路选手在拥有“迷弟迷妹”的惊喜之余纷纷与小球迷们开展热情互动,球赛尚未开打,热情就已高涨。当竞技热血与少年初心通过“篮球笔友卡”相连,这座城市对于球员来说已不再是匆匆路过的地方,而是有温度、有记忆的地方,比赛也不仅是胜

负较量,而成为跨越年龄、联结热爱的精神桥梁。篮球被喜爱、球员受热捧,在这样的城市显然更能赛出激情、赛出精彩。

“发展体育运动,增强人民体质”从来不止一句口号,更是一场生动的实践。普陀已连续3年承接CUBAL东南赛区联赛,与此同时“村BA”等群众性篮球赛事接连不断,全民篮球热情持续高涨。“篮球笔友”这样的活动看似只是赛场外微小的互动,却能让赛事真正“活”起来、“暖”起来,使竞技从“观赏”延伸至“参与”,从“对抗”升华为“传承”。举办赛事的意义,不仅在于规格有多高、规模有多大,更在于能否让更多孩子爱上运动、让体育精神融入城市血脉。

“情绪感冒”别硬扛

海客谈 | 李海州

入春以来,舟山市第二人民医院精神科门诊量显著攀升。据4月11日“竞舟新闻”客户端报道,3月门诊量较2月新增近1300人次。春季日照变化、气温波动、激素水平起伏,让血清素、多巴胺等神经递质容易“失控”,就像冷暖交替时节感冒高发一样,情绪疾病在春季也迎来一拨高峰。其实,情绪问题和感冒本质上并无不同:它们普遍存在、有明确的生理基础、需要及时治疗,而不应被视为“脆弱”“矫情”或“性格问题”。

在大多数人的认知里,身体生病是正常的,心理生病却意味着“精神病”“意志力差”,为什么我们总是

愿正视“情绪感冒”?根源主要有几点:一是病耻感,把精神科就诊等同于“不正常”,怕被贴标签、受歧视;二是认知偏差,把持续低落、莫名亢奋、失眠易怒等当成暂时情绪,觉得忍一忍就过去;三是忽视信号,把躯体不适归咎于劳累、体虚,忽略背后的情绪病因。需要明确的是,情绪疾病不是性格缺陷,而是生物学问题。

“情绪感冒”本质是大脑神经递质、内分泌、脑区功能失衡的生理疾病,这不是“想太多”导致的,而是大脑神经调节功能的暂时失调。以双相情感障碍为例,患者在躁狂与抑郁间剧烈切换,是神经调控系统出了问题,而非“叛逆”“任性”。如果长期不重视,不治疗,代价将会十分沉重,轻症拖成重症,稳

定期转为急性发作;冲动行为增加、人际冲突频发,学业或工作受损,更可能引发自伤、极端行为,危及生命。硬扛不是坚强,而是把可防可治的小病拖成难以挽回的大病。

那么如果“情绪感冒”了,怎么办呢?一要学会判断,二要积极行动。专业医生给出了两条简单好用的判断标准。第一,自我标准,自己觉得“收不住了”。如果你发现情绪、精力、想法越来越强烈,程度不断加重,并且因此感到心烦、失控、无法自控——说明已经超出正常范围。第二,他人标准,周围的人都在提醒。家人、朋友、同事反复说“你最近不太对劲”“你像变了一个人”,或者你的行为已经开始影响工作、学习和人际关系。

两条中符合任意一条,就应该去就诊。行动只有一个:主动就医。出现以上任一信号,及时到精神科等相关科室就诊。主动就医不是脆弱,不是承认“我有精神病”,而是像量体温、吃感冒药一样理性地自我照顾。精神科门诊和内科门诊没有高低之分,大脑也是器官。早期干预的效果远好于硬扛到失控。春天万物复苏,也唤醒了潜藏的情绪波动。每个人的情绪都像春天的天气,偶尔多云、阵雨是正常的,但如果持续雷暴或突然反常的“烈日亢奋”,就该撑起伞、走进医院。不硬扛、不拖延,及时求助、科学治疗,才是对身心最大的温柔。愿我们都能读懂身体的信号,守护好自己与身边人的情绪健康。

