



每当教师节来临之际，作为教育战线上的一名老兵，难免思绪万千。一幕幕鲜活的记忆，一个个风姿绰约的身影，不由地浮现眼前，恍如昨天。而此刻最怀念的要数我的领路人段善老师。

高中毕业返乡后，我被大队领导安排到新建的猪场豆腐坊工作，整天磨豆腐，卖豆腐，喂猪仔，周而复始。时处文革后期，升大学靠推荐，找工作凭后门。我这个农村家庭出身的孩子虽心有不甘，而一筹莫展。听到周围的同学有的当了民办教师，有的进了厂当了工人，还有的到公社放电影、当交通、搞线务，还有的到粮站当上了营业员，到供销社当上了售货员……自己深感前途渺茫，内心十分痛楚。

就在我“人到愁来无处会”之时，我的初中班主任、语文老师段元善顶着烈日找到了我家，要我跟他去城关公社刘家庄学校当民办教师。他先是问我愿不愿意当教师，接着是给我讲当教师如何受人尊重、如何能巩固所学知识等等，而我的初心却是不愿当教师的，羡慕那当工人、干部的，认为教师不如人家们有出息，教师是“臭老九”，在社会上人瞧不起，没地位。可经过段老师的苦心劝说，和父母母亲的帮腔，我勉强答应了老师，并约定二十天后去上班。

老师走后，父母数落的我无言以对。在他们的眼里，认为当老师就是个正经职业。这时我的心里像打入五味瓶似的真不知啥滋味。多年亲眼目睹了老师们被人歧视，活的恓惶、可怜相，甚至还被打成黑帮，成天遭批斗、受欺辱，尽管他们说话做

事小心谨慎，安于本分，但社会上人对教师要求非常之高，但关心支持却非常之少，现在要我当老师，而且还是民办教师，我还真不情愿。然而老师亲自登门为我引路，父母又苦口婆心劝说，再加上另求他职无门，不到二十天我去学校报到了。

办完手续，七五年八月七日上午，我用一根木棍挑着简单行李，徒步三十多里来到了沁县城关公社刘家庄七年制学校。刚到学校，无围墙，无大门，一排十几间正房，三间东房，半间熏得黑乎乎直掉烟尘的灶房，简陋的校园环境直叫我心灰意冷，打退堂鼓的思想忽隐忽现。大概是段老师看出了我的心思，主动把我叫到他的办公室，语重心长地吩咐我：“学校条件是差点，但只要能找到份工作就比啥强，这可以说是你人生的转折点，就看你能不能坚持，得有吃苦的准备。你耐心住上一段，慢慢就适应了。”

段老师的话确实对我触动很大，我开始慢慢地适应着这个陌生的环境，熟悉着除段老师外的六个陌生同事。报到的第二天，段老师就开始给我安排工作，即担任六年级（相当于初中一年级）的班主任和数学老师，我一下子头绪繁了许多，前额渗出了汗珠，实感进退两难。说实话，畏难情绪相当严重。一个从未涉足教坛的毛头生，一下子让担任初一年级班主任，心里着实发怵。再说数学科目本就不是我的强项，这不是赶着鸭子上架吗？这时段老师鼓励我说：“万事开头难。你不要害怕，有我在你怕啥？有啥困难和我说，要撑住气大胆去工作。”无奈，我只好

拿着课本和教案本、蘸笔、红蓝墨水回到了自己宿舍，壮着胆子开始了自己的工作。

从此我边工作边学习，晚上当学生白天做先生，逐步地由登台讲课就头冒大汗，讲课如同背教案、管理学生心存畏惧、上台板书手臂抖颤，过渡到教学姿态比较正常，管理学生也沉着稳重，能冷静行事。这期间段老师曾几次查阅我的教案，几次静立教室窗外听我的讲课，适时地指出了我在备课、讲课方面存在的问题，并将家长、学生对我在管理学生、教学工作方面的反映也善意地反馈于我，几次三番地吩咐我不要体罚学生，不要歧视差生，不要怨恨捣乱学生，要多动脑筋研究学情、研究教学方法和管理办法。他曾多次教导我说：“体罚学生是教师无能的表现，课堂上学生秩序混乱是你讲课得不精彩，没有达到引人入胜的地步，你要针对性地认真反思，深入研究，反复尝试，提炼出好的方法来才行。”

功夫不负有心人。在段老师的精心指导下，在同事们的热情帮助下，经过一年来时间的磨炼，我在备课、授课、管理等方面确实摸索出了一套较好的方法，自己工作起来比较得心应手了，家长、学生、同事们的评价也较以前好多了。为了使我能再教学上大展身手，一九七八年三月段老师又将我选送到沁县中学参加了三个月的数理化教师培训班，直接接受了申文龙、宋元、徐锁元、范章节等名师的知识传导和教法培训。后来段老师调离了刘家庄学校，但在一九八四年沁县教师选聘时我又辗转到了段老师担任联合校长的郭村镇端村学校任教，在段老师的严格要求下我的教学工作很出色，受到了镇党委、镇政府领导的赏识。在一九八七年郭村镇成立镇中学时，我被提拔为镇中学副校长兼教导主任。在我接到通知准备上任时，段老师语重心长地对我说：“当上了领导要多想少说，做事说话要多动脑子，不要随便表态。要注意处理好上下级关系，要虚心、诚实、勤奋，脚踏实地做人做事，万不敢飘飘然。”段老师的一席话及时地给我敲了警钟，指了明路，当我在日后担任小学校长、教办主任、中心校长时始终将此作为座右铭来时刻检查、警示自己，以致使我的工作基本上一路顺风，赢得了较好口碑，这完全得益于段老师的培养和教诲。

段老师是我一生工作的指路明灯，引领我走上了太阳底最光辉的职业之路，今以此文表达我对段老师的深深敬意。

如何把握玉米最佳收获期

在玉米即将收获的时候，正确掌握玉米的收获期，是增加粒重，减少损失，提高产量和品质的重要生产环节，玉米适时晚收可亩增产100多斤以上，那么我们如何把握玉米最佳收获期呢？

一、看玉米生长特征。确定玉米最佳收获期，玉米的成熟期需经历乳熟期、蜡熟期、完熟期三个阶段。因玉米与其他作物不同，籽粒生在果穗上，成熟后不易脱落，可以在植株上完成后熟作用。因此，完熟期是玉米的最佳收获期。若乳熟期就过早收获，这时植株中的大量营养物质正向籽粒中输送积累，籽粒中尚有45%-70%的水份，此时收获的玉米晾晒会费工费时，晒干后千粒重大大降低。据试验，乳熟期收获一般可减产20%-30%，而且品质明显下降。完熟期后若不收获，这时玉米茎秆的支撑力降低，植株易倒折，倒伏后果穗接触地面引起霉变，而且也遭受鸟虫危害，使产量和质量造成不应有的损失。玉米是否进入完熟期，在其植株正常成熟情况下，可以从外观特征上看：植株的中、下部叶片变黄，基部叶片干枯，果穗黄叶呈黄白色而松散，籽粒乳线消失，黑层出现，变硬，并呈现出本品种固有的色泽。

二、推算时间。确定玉米收获期，一般情况下，按玉米生育期延长10天左右进行收获为宜。例如：潞玉36号生育期128天，可在正常播种之日起、土壤能够正常出苗计算生育期，延长10天左右，138天左右进行收获。如播种时间在4月25日，可在9月13日左右进行收获。

三、收获后及时进行扒皮晾晒。收获后不要进行堆垛，在棵上扒皮收获或带皮籽棒后拉运回家，利用人工及时进行扒皮晾晒。亦可推广新型玉米扒皮机进行扒皮，可节省大量人工。玉米最佳收获期如何确定就介绍到这里，因吸收玉米的含水量一般在30%-40%左右，可听好天气预报，在晴朗天气进行晾晒，在含水量20%-30%时，及时进行脱粒晾晒，晾晒到玉米含水量在14%以下为宜。

农事百科

你离长寿只有十步

人人都向往长寿，其实，长命百岁不是什么遥不可及的梦想，只要在生活中坚持一些小习惯，你的寿命也可能得到延长。

第1步：避免致癌物。至少做到两点：一是戒烟，二是涂抹防晒霜。每天太阳直晒别超过15分钟，外出务必涂抹防晒霜，以防止皮肤癌发生。

第2步：改变饮食模式。良好的饮食模式包括：多喝水；避免暴饮暴食、毒品或药物、酒精、咖啡因等；限制热量摄入，饭吃七分饱；多吃富含欧米伽3脂肪酸的深海鱼。

第3步：蹲姿排便。蹲姿是最自然的排便姿势，比坐姿更易在腹部施力，因而会减少肠癌和痔疮的发病率。

第4步：摄入抗氧化剂。摄入方式任选其一：每天5杯绿茶；每天1块黑巧克力；每天1杯红葡萄酒，吃红葡萄也有相同作用；确保每日5种果蔬。

第5步：减少压力。掌握8种减压秘决：拥有亲朋好友或终生伴侣；感觉压力大时做深呼吸；尽可能地消除恐惧感；保持“我至少还有半杯水”的乐观态度；积极努力工作，参与志愿者及公益活动；笑口常开增寿7年；大笑拥抱增寿7年；生活有目标。

第6步：居安思危。其一，防止意外事故发生。过马路前一定要左顾右盼；进入建筑工地务必戴安全帽。其二，避免有潜在伤亡危险的任何活动。其三，参加年度体检，有病及早治疗。

第7步：常规锻炼。建议每天运动30分钟，最简单的运动是散步，每天步行3公里，死亡危险减一半。

第8步：活到老，学到老。良好的教育与长寿之间关系密切。要长寿，除了经常锻炼、健康饮食和不吸烟之外，还应该不断地看书，学习新知识。

第9步：制定睡眠时间表。上床与起床时间雷打不动，与保持一定的睡眠时间同样重要。固定的睡眠习惯有助身体张弛有度，自我修复。

第10步：常用脑。常动脑筋有助于做出更好的选择，有益长寿。经常用脑也有助于防止老年痴呆症的发生。



“99公益日”是由腾讯公益联合数百家公益组织、知名企业和明星名人、顶级创意传播机构共同发起的一年一度全民公益行动。2015年9月9日

是中国首个公益日。本次公益日的活动主题为“一起爱”，旨在用移动互联网化、社交化等创新手段，用轻松互动的形式，发动全国数亿热爱公益的网民通过小额现金捐赠、步数捐赠、声援捐赠等行为，以轻量、便捷、快乐的方式参与公益。腾讯公益致力于成为“人人可公益的创联者”，成为公益组织和广大爱心网友、企业之间的“连接器”，用互联网核心能力推动公益行业的长远发展。

手机支付怎样远离病毒、圈套



业的魔爪已经伸向了商家。行骗流程是先冒充客户表示支付未成功，并将订单号发给商家，然后冒充电商平台客服，以升级支付权限为由，让商家安装植入木马的软件。木马“工作”后，看似支付成功了，其实钱已经跑进了骗子的口袋。

4、到处扫一扫

二维码的生成很简单，骗子只需要将病毒程序的网址粘贴到二维码生成器上，便可生成“有毒”的二维码。利用这些二维码，骗子便可以随意从手机中提取信息。

养成良好习惯

1、设置手机开机密码，但不要用生日、手机号等作密码；

2、不要把银行卡、身份证和手机放在一起；

3、手机不要频繁刷机，下载软件通过正规渠道，装文件前要杀毒。

4、善用智能防护

1、安装密码安全控件，对密码进行加密；

2、设置安全保护问题；

3、申请安全证书，使用U盾、数字证书、手机动态口令等安全必备产品。

其他温馨提示：

注销手机号码这些账户必须解除：

1、银行卡(包括储蓄卡和信用卡)：与发卡行联系，一般可通过网银专业版或前往银行柜台解除绑定；

2、淘宝：进入我的淘宝—账户设置—账户与安全—解绑手机；

3、微信：进入“我”—设置—账号与安全—手机号—更换手机号；

4、支付宝：进入“我的支付宝”—账户设置—修改手机号；

5、各种网站账号：登录网站—通过修改个人账户资料等修改手机号。



如何让你的孩子避开这些“毒文具”

开学季也是文具热销季，但质检部门曾多次抽检发现，部分文具中含有有毒化学物质，希望家长在选购文具时要多加留意。

近日，记者走访了多家小学附近的小型文具店。在这些文具店的货架上摆放着各种各样的笔、橡皮、修正液、作业本等文具。记者拿起一根记号笔，刚拔下笔帽，一股淡淡臭而刺鼻的气味冲进鼻孔。同样，在这些文具店中，橡皮擦也可谓是种类繁多，五颜六色的橡皮有卡通的、玩具的……其中一些橡皮的香味明显香得刺鼻，且其没有任何包装，也没有生产厂家等相关信息。在调查中，记者还随机采

访了多位家长，询问其是否知道文具中可能含有毒物质。然而，大多数受访家长均表示不知情。

根据国家强制性标准，文具中可迁移元素主要包括锑、砷、钡、镉、铬、铅、汞、硒8项重金属元素。相关行业专家表示，上述重金属元素可以游离在文具之外并发生迁移，被人体吸收后会产生危害。对此，提醒家长注意，在为孩子选购文具时，一定仔细查看文具标签是否有产品名称、生产厂名、产品标准编号、适用年龄段、安全警示等信息，避免买“三无”文具产品。同时要告诫孩子不要咬笔杆，多洗手，不要边吃边学习。

关于贯彻落实公安部等12部门《改进和规范公安派出所出具证明工作的意见》公告

为进一步简化服务流程，降低群众办事成本，真正实现“让数据多跑路、让群众少跑腿”的目标，有效解决有关部门在办理群众日常事务工作中要求公安派出所出具的证明种类繁多、格式内容不统一等问题。近日，公安部等12个部门联合出台了《关于改进和规范公安派出所出具证明工作的意见》的通知（公通字[2016]21号），请公安机关各派出所，有关单位和部门务必严格遵照执行。现就具体内容通知如下：

一、有关单位要求群众开具证明或者提供证明材料，要遵循有据和“谁主管、谁负责”的原则，凡是公民法定身份证件能够证明的事项，公安派出所不再出具证明；依法不属于公安派出所法定职责的证明事项，由主管部门负责核发。

(一)中华人民共和国居民户口簿、居民身份证、护照是公民法定身份证件，具有证明公民身份的法律效力。对于居民户口簿、居民身份证、护照完全能够证明的以下9类事项，有关单位及其工作人员应予认可，公安派出所不再出具证明：

1、公民姓名。2、公民曾用名。3、公民性别。4、公民身份证号码(含15位升18位证明)。5、公民民族成份。6、公民出生日期。7、公民出生地。8、公民籍贯。9、公民户籍所在地住址。

(二)对于下列5类事项，凡居民户口簿能够证明的，有关单位及其工作人员应予认可，公安派出所不再出具证明：

1、户口迁移情况。2、住址变动情况。3、户口登记项目内容变更和更正情况。4、注销户口情况。

(三)对于需要证明的下列6类事项，由有关部门和单位按照以下方式办理：

1、需证明当事人婚姻状况的，凭当事人在使用部门的个人声明和能够提供的结婚证、离婚证、人民法院生效裁判文

书或者离婚证明书、配偶死亡证明等有效证件、证明材料证明，需要核查的，由使用部门按照规定进行核查。

2、需证明当事人文化程度的，凭学历证书、学位证书或者学校、相关认证机构出具的证明书证明，或者依法办理公证。

3、需证明当事人正常死亡或者经医疗卫生机构救治的非正常死亡的，由医疗卫生机构签发《居民死亡医学证明(推断)书》。

4、异地居住退休人员需办理领取养老金资格认证的，由异地居住退休人员到居住地所在街道(乡镇)劳动保障工作站办理。

5、因公民个人或者有关部门和单位工作人员填写、录入差错等原因，致使公民在有关部门或者单位的登记信息与居民户口簿、居民身份证、护照登记信息不一致，需证明两者为同一人的，由有关部门和单位负责核查，公安部门根据职责提供必要协助。

6、需证明当事人未登记户口的，区分以下情形办理：因补发《出生医学证明》需核实新生儿未申报出生登记的，由卫生计生行政部门向公安部门核查；因申报户口登记时需核实当事人未在其他地方登记户口的，由公安部门负责核查；因出国(境)定居需要办理无户籍公证的，由公证机构向公安部门核查。

7、公民在办理相关社会事务时，无法用法定身份证件证明的事项，需要公安派出所出具相关证明的，由公安派出所根据具体情况予以办理。主要包括下列9类情形：

1、户口登记项目内容变更更正证明。公民更正或者变

更姓名、性别、民族成份、出生日期、公民身份证号码等5项户

口登记项目内容，或者因户口迁移，凭居民户口簿无法证明的

事项，需要开具相应证明的，公安派出所应当查阅户籍档案并出

具。2、注销户口证明。公民因死亡、服现役、加入外国国籍、

出国(境)定居、被判处徒刑注销户口，或者因重复(虚假)户

口被注销，需要开具注销户口证明的，公安派出所应当出

具。3、亲属关系证明。曾经同户人员间的亲属关系，历史户

长治2016“百日千企万品”金秋让利促消费大型惠民展销活动将于9月13日—21日在县城北广场举行

长治市2016“百日千企万品”金秋让利促消费沁县站惠民展销活动将于9月13日上午在县城北广场举行启动仪式。

本次活动是由沁县人民政府主办，沁县商务局承办，沁县电子商务协会协办，沁县万强商贸、沁县聚鑫家电等30多个品牌商家参与。9月13日—21日将有10个行业，50多个品类，1000多款商品整体亮相县城北广场，价格优惠幅度高达7%-30%，并可同时参与签到有礼、预定抵现、买一赠一、免费抽奖、半价秒杀、特价抢购等多重优惠活动。

活动时间：9月13日—21日

活动地点：沁县城北广场。

籍档案等能够反映，需要开具证明的，公安派出所在核实后应当出具。

4、被拐儿童身份证明。经公安部门办案单位调查核实儿童为拐卖受害人，办理户口登记，需要开具证明的，公安派出所应当