

### 上海选手李豪夺得东京残奥会中国首金后,队友这样说——

# “每天正常训练5小时,他再加练2小时”

■本报记者 刘力源

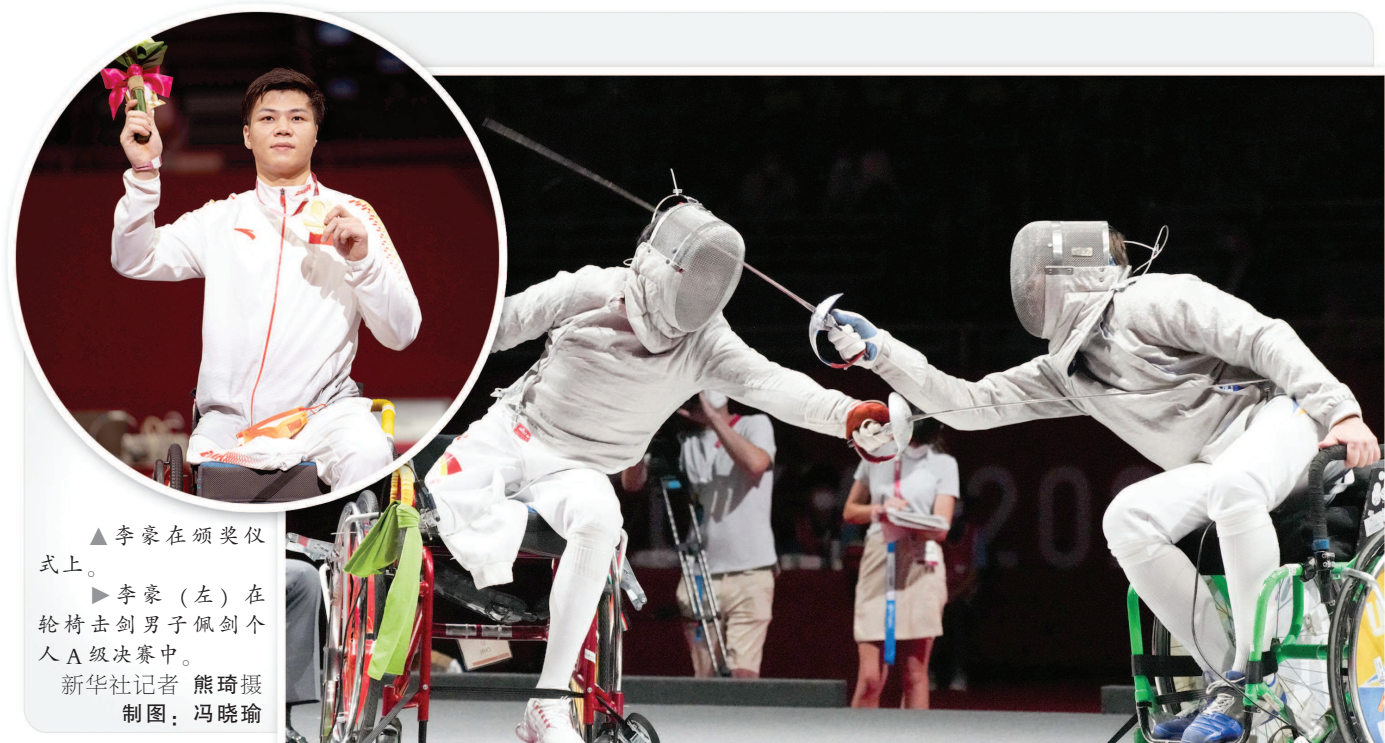
瞄准机会,伴随一次快速的出剑,27岁的中国选手李豪击败乌克兰选手曼科,为中国代表团斩获东京残奥会首金。这位“黑马”选手来自上海轮椅击剑队,从2014年开始轮椅击剑训练,此次是他第一次参加残奥会,在比分落后情况下连追四剑,最终摘得残奥会金牌。

2015年5月,李豪从四川到上海开始进入系统的击剑训练。在队友张杰眼中,李豪身上集中了一名击剑运动员必备的素质:坚持、自律、敢打敢拼。张杰与李豪同为室友4年,此前为了备战残奥会进行了一年多的封闭训练。得知室友勇夺中国代表团首金,张杰非常激动,但也不觉得意外:“我们正常训练时间为一天5小时,李豪都会在此基础上再加练2小时。”

张杰告诉记者,这次李豪夺冠可谓有志者事竟成。“他平时训练,如果有个动作练不好,就会一遍又一遍反复练习,不练好决不停下来。我们会聊一些在训练时遇到的技术难题,他是一个特别较真的人,不讨论出结果绝不罢休。”

击剑训练需要一对一的配合,张杰说,只要有其他队员向李豪提出加练要求,他都会积极配合,“一方面是因为努力,另一方面也是因为他非常乐于助人”。作为击剑运动员,每个人的风格也有所不同,而在张杰看来,李豪的风格就是速度快、敢出剑,“尤其是对于比赛距离,他掌控得特别好”。

据介绍,在职业生涯中,李豪曾获2016年意大利世界杯男子A级佩剑个人第三、



▲李豪在颁奖仪式上。  
▶李豪(左)在轮椅击剑男子佩剑个人A级决赛中。  
新华社记者 熊琦 摄  
制图:冯晓瑜

2017年全国锦标赛男子A级佩剑个人第三,2018年全国锦标赛佩剑团体第二,2018年世界杯男子A级佩剑个人第一,2019年第十届残运会男子A级佩剑个人第二名,佩剑、花剑团体第二名。

昨天是东京残奥会比赛首日,中国击剑队收获颇丰,李豪夺得中国代表团首金后,

冯彦可在男子佩剑个人B级决赛中,以15比11击败波兰选手获得金牌;边静在女子佩剑个人A级决赛中,以15比7击败格鲁吉亚选手,获得冠军;谭淑梅在女子佩剑个人B级决赛中,以15比7击败乌克兰选手,为中国代表团夺得第四枚金牌,实现包揽。其中,李豪、边静、谭淑梅三人都是上海培养输送的健儿。

凑巧的是,张杰和谭淑梅也是多年搭档。张杰说,此次看到老搭档打出那么好的成绩,自己也非常高兴。比赛前夕,她压力很大,某个动作做不好会暗自伤心,但她决不服输,擦掉眼泪继续练。张杰和边静也很熟,“模拟赛的时候,如果输了她会一直打下去,直到打赢为止”。

## 口岸与目的地协同监管,助力集成电路等高新技术产业发展

# 上海海关:促进浦东外贸迈上新台阶

本报讯(记者何易)昨天,一批22件103公斤的进口集成电路元器件进入位于浦东新区的上海天马微电子有限公司仓库内,海关根据企业预约时间查验无误后,这批集成电路元器件立即投入到企业液晶显示屏生产中。

据介绍,天马微电子一直致力于中小尺寸液晶显示屏领域,客户遍布日本、韩国及欧盟成员国等。今年1月至7月,该公司累计进出口额达4.19亿美元,同比增长53.28%。

上海海关介绍,《中共中央国务院关于支持浦东新区高水平改革开放打造社会主义现代化建设引领区的意见》发布后,海关总署迅速落实党中央决策部署,出台多项支持措施,促进浦东新区外贸迈上新台阶,天马微电子就是新政受益者。

在浦东,像天马微电子这样的集成电路企业还有很多。集成电路产品对材料和工艺要求很高,进口材料多为真空包装的电子器件,需要在特定环境下解封。为满足集成电路等高新技术货物对于查验环境清洁度高、通关速度快的要求,上海海关风控分局根据海关总署批复制定“事前风险评估备案、事中两段布控处置、事后风险验证管理”的试点实施方案,探索“口岸外观查验+目的地综合处置”的两段布控处置流程,由浦东机场海关在口岸实行外包装查验后,浦东海关赴企业洁净室进行拆箱查验,实现口岸与目的地协同监管,货物入库时间较以往压缩了两个工作日。

浦东新区良好的营商环境也助力集成电路等高新技术产业发展。1月至7月,浦东新区集成电路出口达755.6亿元,同比增长近20%,占上海市集成电路出口总额的82.6%。

### 曾经被认为是“不可能完成的任务”——

# 苏州河岸线最后一个“断点”这样打通

■本报记者 张晓鸣

这曾被认为是“不可能完成的任务”。近日,苏州河岸线最后一个,也是难度最大的一个断点——中远两湾城小区1.69公里苏州河岸线贯通,将于今年底正式开放。一段岸线堵点的打通,背后更是人心之通、民意之通。2019年以来,普陀区宜川路街道在社区群众工作中提炼出“用脚丈量民情,用心丈量民意”为内核的丈量工作法,并在实践中拓展出包括挂图作战法、联络包干法等“丈量十法”,以此贯穿、融入推动苏州河岸线贯通工作,由此找到了万余户居民意愿的“最大公约数”。一段岸线的贯通、建设,是“全过程人民民主”的一次生动实践,更成为践行“人民城市”共建共治共享的范例。

### “丈量十法”寻找最大公约数,支持打通获高票通过

“苏州河岸线贯通工程”是上海“一江一河”建设的重要组成部分,长达42公里的苏州河中心城区岸线中,普陀段占据其中21公里的贯通任务。中远两湾城拥有11599户居民,常住人口5万人,分属4个居委会共同管理……这样一个特大型社区,“众口难调”是常态。此次苏州河滨水岸线要实现贯通开放,也必须征得小区业主投票同意。宜川路街道一度举行了几次意见征询,均因争议太大最终不了了之。

“再难也要想办法突破!”宜川路街道党工委书记钱晓莉说。为消除群众的疑问,街道干部在小区设立“联合接待点”,牵头相关职



近日,苏州河岸线最后一个断点——中远两湾城小区1.69公里苏州河岸线贯通。

能部门、业委会及业主主人围绕“沿河楼栋安全”“远景路停车”“中三区城步道设计”“41号楼下设计”等主题先后举行了13场磋商会,悉心听取业主建议和诉求,并逐一给出合理回应。

终于,去年底举行的业主投票表决会上,支持打通断点的选项终获高票通过。

“把路修平整,老人走路不摔跤”“想要一个室内篮球场”……小区公共活动场所“心愿墙”上汇聚着点点滴滴心愿。这些微心愿,率先在滨水岸线步道建设中被一一认领落实。

今年6月底,经贯通提升的步道试开放,宜川路街道组织“开放体验日”活动,邀请首批居民体验感受水清景美的环境。中潭路标志性“大白伞”得到修复,深受小区居民喜爱的活动场得以保留;根据不同区域居民意见,增加梅花林、银杏林、玉兰林、樱花林、海棠林……当初“百般挑剔”的体验官们忍不住频频点头。

“贯通工作中,我们尽可能满足居民合理诉求。”钱晓莉介绍,现场倾听、实地调研、落实反馈形成完整工作闭环,所有工作的核心点和落脚点都在“群众”身上,是这段岸线顺利贯通的“法宝”。

如今,良好氛围已在中远两湾城形成,居民遇到问题,第一个想到的是通过社区“红色议事厅”、居委会、社区小程序等渠道提出建议,积极推动、参与社区共建共治。

### 从倾听意见到落实反馈,充分体现“全过程人民民主”

“把路修平整,老人走路不摔跤”“想要一个室内篮球场”……小区公共活动场所“心愿墙”上汇聚着点点滴滴心愿。这些微心愿,率先在滨水岸线步道建设中被一一认领落实。

今年6月底,经贯通提升的步道试开放,宜川路街道组织“开放体验日”活动,邀请首批居民体验感受水清景美的环境。中潭路标志性“大白伞”得到修复,深受小区居民喜爱的活动场得以保留;根据不同区域居民意见,增加梅花林、银杏林、玉兰林、樱花林、海棠林……当初“百般挑剔”的体验官们忍不住频频点头。

“贯通工作中,我们尽可能满足居民合理诉求。”钱晓莉介绍,现场倾听、实地调研、落实反馈形成完整工作闭环,所有工作的核心点和落脚点都在“群众”身上,是这段岸线顺利贯通的“法宝”。

如今,良好氛围已在中远两湾城形成,居民遇到问题,第一个想到的是通过社区“红色议事厅”、居委会、社区小程序等渠道提出建议,积极推动、参与社区共建共治。

## 城市更新条例9月1日起施行

(上接第一版)

据介绍,《上海市城市更新条例》践行“人民城市”重要理念,从地方性法规层面进行制度创新,立足推动转变上海城市发展方式、提升城市能级、提高城市竞争力,将为建设宜居、绿色、韧性、智慧、人文的国际大都市提供有力法治保障。条例共八章六十四条,总结固化了本市“留改拆”城市更新、土地高质量利用、历史风貌保护、旧区改造、产业转型升级等成功经验,确定了规划引领、统筹推进、区域更新、民生优先、共建共享的城市更新模式,对旧住房更新改造、产业用地利用效率等重点问题提出破解路径,对市民关心的旧住房拆除重建、成套改造、加装电梯、公共停车场和公共充电桩建设等作出专门规定,并设专章对浦东城市更新作出特别规定。

会议表决通过了市人大常委会关于修改《上海市出版业管理条例》等3件地方性法规的决定,以及关于本市开展第八个五年法治宣传教育的决议;听取和审议了市政府关于本市高端产业发展情况的报告;听取了市人大常委会执法检查组关于检查本市贯彻实施《上海市推进科技创新中心建设条例》情况的报告,以及市政府关于本市华侨权益保护工作情况的报告,并对相关报告进行了分组审议。

会议审议并表决通过有关人事任免事项,批准免去郑永生的青浦区人民检察院检察长职务,批准免去谭滨的杨浦区人民检察院检察长职务,批准免去杨玉俊的浦东新区人民检察院检察长职务。蒋卓庆指出,市人大常委会要按照

市委要求,进一步提高政治站位,始终坚持围绕中心、服务大局,把加强调查研究、提升履职能力、强化作风建设放在更加重要位置。全体常委会组成人员要不断提高对党中央大政方针、市委决策部署的把握能力,对新领域新事物的学习能力,对破解错综复杂问题的工作能力,进一步增强政治判断力、政治领悟力、政治执行力,确保人大工作正确政治方向。

蒋卓庆强调,要把调查研究作为谋事之基、成事之道,结合立法、监督、代表工作等重点工作,深入开展调查研究,使各项工作更好地反映民情、集中民意、体现民意。要坚持问题导向,聚焦重点难点问题、全局性问题和人民群众反映强烈的问题,深入基层、深入实际、深入群众,剖析找准问题症结,创新思路提出破解瓶颈难点的法治措施,不断提升常委会履职质效。要坚持把纪律挺在前面,抓在手上、落在实处,从讲政治的高度深刻理解和把握作风建设的重要性,不断增强责任感和使命感,把严的主基调长期坚持下去,持之以恒纠正“四风”树新风,为人大更好发挥职能作用,助力上海“十四五”开局之年圆满完成年度经济社会发展目标任务、奋力创造新时代上海发展新奇迹提供坚强的作风保证。

市委常委会副主任徐泽洲、蔡威、肖贵玉、莫负春出席会议,常委会副主任陈靖主持上午的全体会议。副市长陈通,市高院院长刘晓云,市检察院检察长张本才,以及市监察委负责人等列席会议。

(上接第三版)数以万计的科技人员、管理干部、解放军指战员、大学毕业生、支边青年、工人,奔赴大西北的草原荒滩。伴着冰天雪地、风沙走石,他们住帐篷、吃野菜,干得热火朝天;“以场为家,以苦为荣,死在戈壁滩,埋在青山头”的誓言,回响在亘古荒原。

原子弹理论设计研究没有图纸和模型,邓稼先就带领年轻人自行设计;没有进口的先进计算机,就用手摇计算机,计算尺甚至算盘来计算;为了计算一条弹道,我国空间技术创业者王季春等人夜以继日奋战,计算用的纸堆得比办公桌还高……

回忆奋斗岁月,年过九旬的“两弹一星”元勋、探月工程首任总设计师孙家栋深有感触地说:“在一穷二白的时候,我们没有专家可以依靠,没有技术可以借鉴,我们只能自力更生、自主创新。”岁月远去,精神永存。

从东方红一号卫星到北斗卫星导航系统全面开通,从嫦娥一号首次绕月探测到天宫一号着陆火星,从天宫一号到空间站天和核心舱……不断实现重大跨越的航天事业,成为中国科技工作者自强不息、自力更生的缩影。

“两弹一星”的精神气质,正在更多领域得到诠释——

## 敢于战胜艰难险阻,勇于攀登科技高峰

“蛟龙”号载人潜水器突破了耐压结构、生命保障、远程水声通讯、系统控制等关键技术;亚洲最大重型自航绞吸船“天鲲号”实现绞吸船自动挖泥技术在我国的首次应用;“华龙一号”形成了国内首个完整的核电自主知识产权体系,首堆所有核心设备均已实现国产……

### 万众赴“戎机”,群星参“北斗”——传承精神铸辉煌

“两弹一星”元勋钱学森说过,中国在那样一个工业、技术都很薄弱的情况下搞“两弹”,没有社会主义制度是不行的,那就是党中央、毛主席一声号令,没二话,我们就干。

一代代中国科技工作者接力攀登中,万众一心的团结合作、协同攻关精神,闪烁着动人的光芒,展示出强大的力量。

“两弹一星”的研制离不开计算机,为争取早日研制出高性能计算机,1957

## 上海已开展职业技能等级认定4.1万人次

本报讯(记者周渊)上海市人力资源和社会保障局最新统计数据显示,截至7月底,本市已累计开展职业技能等级认定4.1万人次,劳动者获得职业技能等级证书后纳入人才统计范围,按规定可享受人才落户、评选表彰、薪酬待遇等相关政策。

上海人社部门正积极推行职业技能等级认定。最新公布的全市职业技能等级认定机构共116家,其中企业职业技能等级认定机构100家,可近2800家企业提供职业技能等级评价服务,社会化职业技能等级评价机构16家。16家社会化职业技能等级评价机构的年度认定计划同时公布,包括职业(工种)、开考时间、联系方式及查询地址等信息。

今年,上海人社部门出台新政,对本市户籍失业人员、在职从业人员,以及本市中等职业院校毕业学年学生等各类人群通过参加培训、自学自修等方式提高技能,经参加职业技能等级认定,并取得相应职业技能等级证书,且证书信息可在人力资源和社会保障部技能人才评价工作网以及上海市人力资源和社会保障局官方网站可查询到的,按规定给予1200至3500元不等的职业技能提升补贴。据统计,截至7月底,本市已有8496人次申请职业技能提升补贴。

**体彩公报** 超级大乐透第21098期公告

中奖号码: 02+07+21+27+33 07+09

排列3第21227期公告

中奖号码: 3 5 7

直选每注奖金1040元

组选3每注奖金346元

组选6每注奖金173元

排列5第21227期公告

中奖号码: 3 5 7 5 4

每注奖金100000元

一等奖 2 10000000元

二等奖(追加) 1 8000000元

三等奖 62 202870元

二等奖(追加) 27 162296元

三等奖 145 10000元

四等奖 673 3000元

一等奖基金累积数: 1007650453.08元

同托举起来的。”北斗卫星导航系统工程总设计师杨长风说。

时光飞逝,精神传承。这份宝贵的精神财富,指引着我国一代代科技工作者攻下一个又一个堡垒,孕育出陈景润、黄大年、南仁东等一大批爱国科学家典范。科学的高山没有顶峰,后人的追问仍在继续。

“希望广大科技工作者不忘初心、牢记使命,秉持国家利益和人民利益至上,继承和发扬老一辈科学家胸怀祖国、服务人民的优秀品质,弘扬‘两弹一星’精神,主动肩负历史重任,把自己的科学追求融入建设社会主义现代化国家的伟大事业中去。”2020年9月,习近平总书记在科学家座谈会上,表达殷殷期盼。

“两弹一星”是不朽丰碑,它筑起了新中国的安全屏障,也为新中国的科技发展打下了牢固根基。伟大的“两弹一星”精神,激励着几代科技工作者艰苦求索、锐意创新、勇攀高峰。铭记历史,传承精神,广大科技工作者必将主动作为、奋发有为,为把我国建成科技强国、为实现中华民族伟大复兴的中国梦不懈奋斗。

新华社记者 温竞华 李国利 (新华社北京8月25日电)

## 舵稳当奋楫 逐梦惟笃行

“香港必须紧紧抓住这次机会!”这是宣讲团所到之处香港市民最多的一句感慨,这样的话语,在近日香港主流媒体报道中也处处可见。

“一场也没有错过!”香港经济学会顾问刘佩琼连续三天收看了宣讲会的网络直播,在她看来宣讲会信息量很大,令人兴奋。“这次的宣讲会是‘第一步’,接

下来应该创造条件,提供诱因,让整个社会‘动起来’,大家要一起努力。”

“多听一听香港青年的心声”,也是此次宣讲团来港活动的一大重点。为香港青年发展多搭台、多搭梯,宣讲团成员诚意满满。“期待香港建成更好的舞台,让世界的英雄来这里比武!”对于未来,香港慧科资本有限公司联合创始人邱达根深受鼓舞,信心十足。

新华社记者 (据新华社香港8月25日电)