

湖北宜昌：63岁油库码头变身江豚观赏打卡地

（来源：经济日报新闻。记者：柳洁，通讯员：熊海）“听说这里新建了一个观景平台，可以眺望一江两岸，还有机会观着江豚逐浪，所以慕名来打卡。”4月20日下午，雨后初晴，位于湖北宜昌市伍家岗区的王家河江豚观测平台又迎来一批游客，他们慕名而来想一睹江豚天使的微笑。对面的山林在雨雾里影影绰绰，碧绿的江水在微风吹拂下泛起波纹。

这里曾是一座油库码头，供应着中国石化销售股份有限公司湖北石油分公司在鄂西地区规模最大的成品油基地——年吞吐量达130万吨的王家河油库。近年来，为守护长江水清岸绿，该公司先后主动关停了8座沿江油库，关闭了17座沿江油品装卸码头，搬迁、拆除了12座水上加油站，只为中华鲟、江豚畅快洄游“让路”。

在王家河江豚观测平台中央，是供人休憩的木质座椅。从座椅的缝隙望进去，能隐隐约约看到几根油管及阀门，让人们记起这里曾是油库码头。据中国石化宜昌石油分公司党委

肖安华介绍，2021年4月8日，在宜昌市各个部门的配合下，王家河油库码头被拆除，现已改造为长江大保护的教育基地，也是江豚观测点。出于安全考虑，观赏台采用线条镂空设计，确保透气性。由于码头的关停，没有油源，王家河油库也随之封闭，另在枝江市姚家港建起一座油库。在肖安华的带领，经济日报记者来到1公里外的王家河油库。油库主任胡兵与10名员工守护在这里监测设备。据胡兵介绍，该油库始建于1958年，停靠此地的油船累计数万艘，每年70余万吨成品油从这里输送到宜昌、神农架、恩施等地，油库封闭后，油库的年龄永远定格在了63岁。“虽然成本增加，但是作为央企对环境保护要有责任与担当。”肖安华介绍作出关停油库和码头的决定其实很艰难。油库搬家不是小事，搬迁成本非常高，作为承接地，新建立起的枝江油库仅建设成本就是4.8亿元。此外，油库很多原有员工都要远离生活已久的家乡，去枝江落户工作。他还介绍，上世纪中期，因长江水路的便利，中国石化销售湖北石油分公司的油库多数依水而建，石油业因水而兴。随着城市的发展

为给环境保护让路，公司先后共投入36.8亿元进行环保治理，其中新建、迁建、改造油库建设就投入11.2亿元，目前已关停8座沿江油库，关闭17座沿江油品装卸码头，搬迁、拆除12座水上加油站。不过，在公司统筹调度下，关停期间也保障了各方面用油。随着“共抓大保护，不搞大开发”理念不断深入，宜昌市政府取缔、拆除216个岸线码头，生态环境持续好转，江豚逐浪、中华鲟洄游从稀奇变得常见。王家河油库码头处于中华鲟长江自然保护区核心区，被列入取缔对象。



▲中华鲟

2017年12月，中国石化销售湖北石油分公司与宜昌市政府联合成立王家河油库迁建工作领导小组，制订“先限期建新再拆旧”方案。2021年4月8日，在宜昌市环保、港航、海事等多个部门的支持和配合下，实现了“码

头拆除、管线封堵、夏船拖离”，未让一滴油流入长江，高效、安全、环保完成了油库码头拆除。同时，将王家河油库码头原有的管道、阀门等设施进行保留设计，和整个景观设计融为一体，让老百姓感受发生在身边的长江大保护故事。

中国石化销售湖北宜昌石油分公司党委书记肖安华积极向宜昌市政府建言献策，保留水泥栈桥作为“长江大保护教育基地”和“江豚生态文化节点”，做到既修复生态又教育后代。经专家经过详细论证，决定保留该承接平台，在该码头打造江豚观测点和城市记忆标签，让人们观赏江豚逐浪、中华鲟洄游的自然美景，用作青少年环保教育基地。现在，这座昔日的油库码头，已经成为市民、游客的“网红”打卡点。长江湖北宜昌中华鲟自然保护区管理处副主任伍遇普说，中华鲟保护，已成为长江大保护的一张名片，中国石化主动担当作为，政企联手将油库码头改为“长江大保护基地”，是践行长江生态文明建设的生动实践，天蓝水清岸绿的优美生态环境，让更多的鲟宝“回家”。

Help Yourself Through the Hard Times（帮助自己走出困境）

Some years ago I had a thriving construction business, a comfortable home, two new cars and a sailboat. Moreover, I was happily married. I had it all.

Then the stock market crashed, and suddenly no one was looking at the houses I'd built. Months of murderous interest payments gobbled up my savings. I couldn't make ends meet and lay awake nights in a cold sweat. Just when I thought things couldn't get worse, my wife announced that she wanted a divorce.

With no idea what to do next, I resolved literally to "sail off into the sunset," following the coastline from Connecticut to Florida. But somewhere off New Jersey I turned due east, straight out to sea. Hours later, I climbed up on the stern rail and watched the dark Atlantic slip beneath the hull. How easy it would be to let the water take me, I thought.

Suddenly the boat plummeted between two swells, knocking me off-balance. I grabbed the rail, my feet dragging in icy brine, and just managed to haul myself back o

that moment, I knew had to see things through. My old life was gone. Somehow I'd have to build a new one.

Everyone, at some point, will suffer a loss—the loss of loved ones, good health, a job. "It's your desert experience"—a time of feeling barren of options, even hope,

"explains Patrick Del Zoppo, a psychologist and bereavement specialist with the Archdiocese of New York. "The important thing is not to allow yourself to be stranded in the desert."

So, can we actually do things to help ourselves through bad times? As I discovered, you can take charge of your own cure. Here's how.

Let Yourself Grieve
Counselors agree that a period of grieving is critical. "There's no shame in this," says Del Zoppo. "Tears aren't a sign that you're simply feeling sorry for yourself but are an expression of sadness or emotion that must find an outlet."

And it doesn't matter if the grieving takes a while to surface, as long as it finally finds expression. Consider the case

Cliff, Jr. and 15-year-old son, Jimmy, were sanding their boat. Suddenly Donn heard a scream. Rushing outside, she found her two sons lying on the ground near the boat.

Jimmy had gone into the water and returned dripping wet. When he picked up the sander, he was electrocuted. Cliff knocked out the ground by the current when he tried to grab the tool. recovered.

Donna was so numbed by this tragedy that she didn't cry for weeks—not even at the funeral. Then back at work one day, she began to feel dizzy. "Finally I went home, locked myself in my room and just wailed," she says. "It was as though this great weight was being lifted from my shoulder."

What Kelb experienced after her tragic loss was what Del Zoppo calls a "first-line defense that shields the consciousness from some extremely unpleasant reality." Kelb couldn't begin healing until nature had allowed her time to sort out her tragedy.

几年前，我经营着一个建筑公司，生意兴隆。我有一个舒适的家，两辆新车，一艘帆船。而且，我婚姻幸福。我拥有这一切。后来，股市发生了震荡，突然间再也没有人买我建造的房

的存款。我入不敷出，夜不能寐，浑身冷汗。就在我以为事情无法再糟糕时，妻子又提出离婚。我不知道下一步该怎么办。决定沿着从康涅狄格州到佛罗里达州的海岸线来一次真正的“朝着日落航行”。但在新泽西附近海面，我改变了预定的航向，向大海深处驶去。几个小时后，我爬上船尾的栏杆，看着船下滑过的黑暗的大西洋，心里想着，让海水吞噬自己是多么容易的事情。突然，我的船垂直跌落在两个浪头中间，我失去了平衡。我抓住栏杆，双脚在冰冷的水中，奋力把自己拖回甲板。我心绪不宁，心里想，这是怎么了？我不想死。从那一刻起我意识到，自己必须挺过难关。我的过去结束了。无论如何，我要建立新的生活。每个人，在某个时候，都公承受大去的痛苦——失去所爱的人，失去健康，失去工作。“这是你的沙漠体验”——感觉没有选择，甚氧没有希望的时刻，“心理学家莱纽约大主教管区的丧亲研究专家帕特里克·德·佐波解释说，“最重要的是，不要让自己在困境中束手无策。”因此，我们实际上能做些什来帮助自己走出困境呢？我发现，人们自己能够找到治疗的办法。下面就是如何做。想哭就哭。专家们赞同，哭上一段时间是至关重要的。“这没有什么可羞愧的，”德·佐波说，“眼泪并非表明你为自己感到难过，而是你必须得到宣泄的悲伤和情感的表

明考点细则，争笔下高峰

——人文学部成功举办英语四级知识讲座

（人文学部）巍巍四月初，新树叶成荫。随着四月的到来，我们即将迎来英语专业四级考试。为帮助英语专业学生顺利通过专四考试，2022年4月9日、16日星期六上午9:00-10:30，人文学部英语组在1B212开展专四辅导讲座。写作篇和阅读篇，以此来帮助同学们更快更高效的提高成绩。此次活动，兰铭瑶老师、周莉娜老师给同学带来了更多的帮助。



▲英语专业四级写作和阅读培训讲座

两位老师都给出了一些注意事项和建议，比如多读英语名著及外刊，留意国内外社会热点话题，多积累词汇，减少阅读障碍等。通过此次讲座，同学们对专四备考有了更清晰的做题思路和解题方法，对考试多了一份把握。宝剑锋从磨砺出，梅花香自苦寒来。愿我们终将上岸，阳光万里，鲜花沿路开放，不辜负陪伴我们的每一个日日夜夜。

青春心向党，建功新时代

——理工学部成功举办配音大赛

（理工学部）2022年4月7日晚7点，理工学部主持团、文艺部在教学楼1A406举办了“青春心向党，建功新时代”配音大赛初赛，本次活动旨在庆祝共青团建团100周年，激发同学们对团

史和语言学习的兴趣。

在此次活动中，同学们或以小组或以单人形式报名，通过各种配音软件为自己选中的视频赋予了新的活力，分享了自己记忆中深刻的影像片段，有被压

挥动激情，放飞梦想

——经济与管理学部参加篮球新生杯活动

（经管学部）为了丰富疫情防控下学生的课余生活，提升大家的集体荣誉感和综合素质，点燃我校同学的运动热情，展现大学生积极向上的风貌，我校于4月18日迎来夏天的第一场篮球学院杯比赛。

18日晚，比赛正式拉开帷幕。经管男篮全体选手们迅速投入到比赛中，个个英姿飒发，在场上你争我夺，战况非常激烈。裁判员公正严明，观众们欢呼的呐喊声在为选手们助威，加油打气，现场气氛十分活跃。男篮的每一次进球，都使现场气氛达到了高潮。大家秉持着“友谊第一，比赛第二”的原则，各学部之间增进了友谊，我们也赢得了荣誉。

经过激烈的角逐，本学部第一场男篮比赛以51:39的比分取得了此次比赛的胜利。这次篮球比赛，不仅充分展现了我校学生积极向上的青春风采，促进了队员之间的感情交流，还增强了学生们的集体荣誉感，增进了凝聚力和



▲男篮比赛现场



▲女篮比赛现场

战斗力。

愿经管全体队员再接再厉，在往后的比赛中取得更加满意的成绩！让我们共同期待经管学部往后的比赛。

迫年代女性的崛起，有家国动荡中有志青年不屈的呐喊等等。各位选手通过这些配音作品，把众人拉到了那些或辉煌或惨烈的时代，再一次感受到历史激荡中伟大又生生不息的力量。



▲比赛现场

青春心向党，参赛的同学们通过配音比赛，让大家重温了中华民族根植于血脉中的青春力量，那是朝气蓬勃，是热烈不屈！相信我们青年学子都能如此，以青春激荡未来！

我校领导走访学生宿舍

（教育与艺术学部）为增进对同学们的寝室生活环境的了解，加强学生宿舍管理工作，提升宿舍安全系数，帮助学生养成良好的生活习惯。2022年3月30日晚7:00湖北师范大学文理学院院长杨胜国、教育与艺术学部主任王文、教育与艺术学部党总支书记李先华、辅导员程林对学生公寓2栋开展了查寝工作。

探访期间，诸位老师的关怀之情溢于言表，亲切地询问着学生们的近况，对学生们的未来计划提出建议。同时，老师们开展了宿舍安全用电情况和寝对学生们的未来计划提出建议。同时，老师们开展了宿舍安全用电情况和寝



▲走访寝室现场

室卫生大检查，细心检查了其中存在的安全隐患，并提醒学生长时间外出应关闭电源，妥善保管好自己的贵重财物，定期进行宿舍清洁。本次集体查寝工作，进一步排除了学生寝室的安全隐患，督促同学们建立良好的节律意识。



▲检查寝室现场

通过本次查寝，增进了各位领导老师对同学们宿舍生活情况的了解，也使同学们加强了安全意识，希望同学们以后能够继续保持良好的生活作风，养成卫生文明的生活习惯，共同创造安全、文明、和谐的寝室环境。

赛出水平，赛出风格

——高职二学部参加篮球新生杯活动

（高职二学部）4月18日晚，湖北师范大学文理学院塑胶篮球场举办的“学院杯校园篮球赛”正式启动。在这次比赛中高职二学部将对战人文学部。

4月18日的18:20分，我们看到的是精彩的男篮比赛，高职二学部和人文学部正在进行激烈的角逐，高职二篮球队由队长尹松打头以快攻的方式连进数球，队员们也很快跟上队长的步伐投进了多个三分球，在观众的呼声中高职二学部很快拿到了赛点，最终比赛以53:43的比分赢得胜利。我们看着所有参赛者在赛场上挥洒着汗水，认真分析着战术，不免着为他们加油助威，希望他们胜利连连。

4月19日晚进行的是女篮比赛，跟男篮一样的无比精彩，女篮其实展现着女性强大的力量和对篮球的热爱，她们拿出十分的热情来对待这次比赛，高职二战队由陈雨欣作为队长



▲高职二比赛现场

首战告捷，高职二全体篮球健将全部激情投入，拉拉队队员和观众们奋力助威，希望在接下来的赛事中能赛出风格赛出水平。



【投稿邮箱】

1054208577@qq.com（来稿请备注姓名、专业）