

世相评弹

谣言止于智者，更要止于治理

□ 张英东

7月9日，河南郑州，一则“寻狗启事”引发网络热议。与普通寻狗启事不同，这则启事的“悬赏金额”堪称天价：狗主人称，提供重要线索者奖励200万元人民币，找到并平安归还者奖励1000万元人民币。一时之间，舆论哗然。

然而，在舆论的强烈关注之下，事情迅速出现反转：这件事是个彻头彻尾的网络谣言。7月11日晚，郑州市公安局郑东新区分局发布警情通报：此事系有人杜撰，相关责任人已被依法行政拘留。

警方查明，某传媒有限公司法定代表人杨某冰为吸引关注，编造了“悬赏1000万人民币寻狗”的虚

假信息，在引起网络广泛关注之后，杨某冰继续发布“狗已在警方协助下找到”等不实信息，试图以此“降温”，没想到引发舆情反弹。

近年来，随着移动互联网的繁荣发展，各类“自媒体”如雨后春笋般衍生，但在其发展过程中也滋生了一些新问题，其中造谣传谣问题尤为突出。花样频出的网络谣言，不仅干扰了人们的正常生活，也污染了清朗的网络空间。

人们常说，谣言止于智者。但在网络空间里，谣言更需要止于治理。近日，中央网信办发布《关于加强“自媒体”管理的通知》，从13个方面对加强“自媒体”管理、压实网站平台信息内容管理主体责任、推动形成良好网络舆论生态提出了明

确要求，剑指“自媒体”乱象。

整治网络谣言，务必从严、从快、从重。7月15日，“网信中国”微信公众号发布的《中央网信办依法查处杜撰、歪解公共政策的造谣传谣账号》一文称，中央网信办指导网站平台开展重点排查整治，坚决打击造谣传谣行为，共处置违法违规账号373个。

互联网是公共空间，“自媒体”具有公共属性，越是有传播力就越要有责任感。面对网络谣言，必须做到有则清之、毫不手软，无则防范、尽早尽力。只有坚决从源头上治理各类虚假信息、有害信息，才能让真实信息、有益信息更加充盈起来，还广大网民一个清朗、健康、可信任的网络环境。

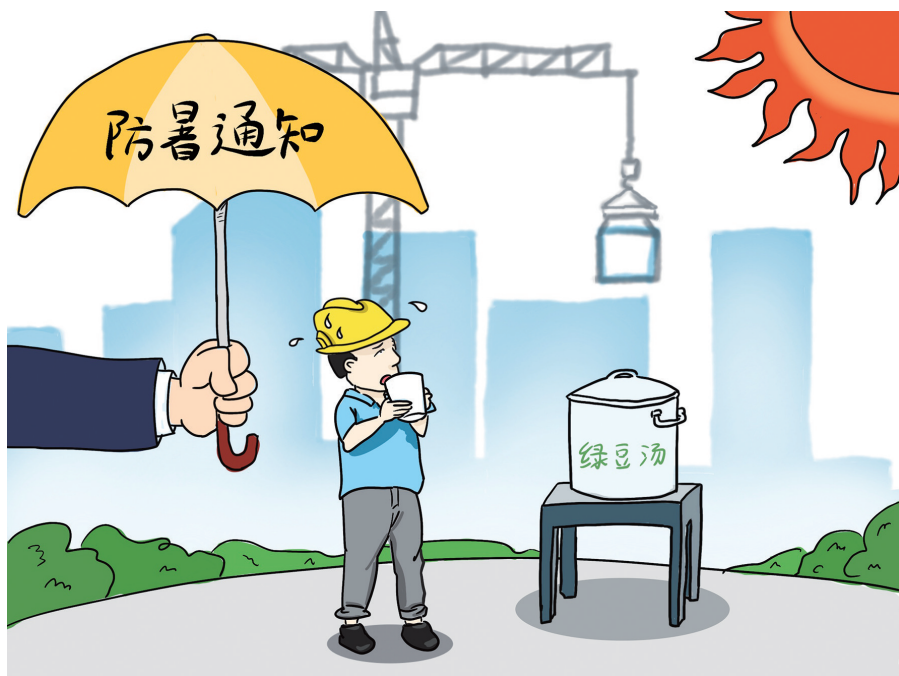
两河漫话

论律己

律己，就是约束自己、要求自己。严于律己，就是从思想上、品德上、行动上从严要求自己，经常自省、自察、自我批评和自我约束，不护短、不怕丑、不怕痛，有过必改，有错必纠。律己是古人重要的修身养性之道，严于律己是衡量一个人道德修养高下的重要标准。一个有道德的人，不仅体现在对道德规范的遵守，而且必然是一个严于律己而不是自我放纵的人。

古人对律己的要求可以概括为以下几点：一是律人必先律己。古人认为，“善败由己”，事业的成功与失败都是由自己造成的，主观因素起主要作用，对任何事必须“归咎于身，刻己自责”，对自己严格要求。反之，“好责人者，自治必疏”，喜欢责备别人的人，必然对自己要求不严格。正确的做法是，“君子责己，小人责人”，“治人者必先自治，责人者必先自责，成人者必先自成一”。事情做不好要尽量从自身找原因，而不要埋怨他人，所谓“尽己而不以尤人，求身而不以责下”。二是正人必先正己。古人认为，“惟正己可以化人，惟尽己可以服人”，只有自己品行端正才能教育别人，只有严格要求自己才能使人信服。孔子主张“其身正，不令而行；其身不正，虽令不从”，意思是人如果不能端正自身言行，就不能要求别人，即使勉强要求了，也难以令人信服。三是律己必须宽于待人。古人认为，“居心要宽，持身要严”，对待别人要宽厚，对待自己要严格；人如果能真正严于律己，宽以待人，所谓“严于律己”“恕己及物”，这就体现出仁义了；“能克己，方能成己”，唯有能克己律己之人才能成为道德上的“成人”。（选自《中华传统美德教育读本》，部分文字有改动）

画里画外



为劳动者 撑好“遮阳伞”

高温“炙烤”，聊城爱心驿站为户外工作者提供了一方歇脚纳凉的去处。如此，送上的不仅是清凉，也体现了我市的公共服务能力。

做好防暑工作，一方面，需提醒社会各界提升防暑意识、增加防暑降温措施，关注更多职业群体的暑期安全。另一方面，要撑起权益保护“遮阳伞”，加大对劳动者的维权服务力度，强化劳动保护监督，把“凉策”和关爱送到一线，让高温下的劳动者平安度夏。

（漫画：侯明明 文字：赵鹏）

街谈巷议

期待共享健身房更多些

□ 鞠圣娇

前不久，武汉市江汉区某写字楼的共享健身房投入使用，楼内企业员工工作之余，换上衣下楼就能锻炼，着实比以前方便了不少。而且，该共享健身房环境私密安静、设施齐全，不受时间限制，甚至还免费。

有人调侃说，阻碍自己去健身的最大障碍就是去健身房的路程太长了，要换衣服太麻烦了。江汉区把共享健身房搬到写字楼里，直击阻碍群众健身的痛点，让健身这件事变得简单。共享健身房的出现满足了企业员工的健身需求，丰富了群众参与全民健身的方式。

上海的一些社区也推出了共享健身房，有些健身房是免费的，有些健身房无年费、不办卡、按时间段阶梯收费，还能在任何预充值的情况下预约私人教练课程。相较于传统健身房，到共享健身房去健身除了便利性大大提升外，群众用于健身的花费也降低了不少，还能有效避免充值了健身卡而健身房关门“跑路”这一情况的发生。心理负担、经济负担降低的群众，自然无法拒绝共享健身房的“邀请”。

作为公共文体设施，共享健身房让我们感受到地方政府对百姓生活品质的重视。健身是群众生活的一部分，相对于城市发展来说，算是一件小事。但把小事做到群众心坎上，满足群众需要，正体现了相关部门为百姓做好事、办实事、解难事的服务态度，彰显了一个城市的温度。或许正是这样的小事，能够吸引更多年轻人留下，为城市发展贡献力量。

体育强则中国强，国运兴则体育兴。体育健身应该成为群众日常生活的一部分，如今各地都把完善场馆建设、开展健身活动作为政府的一项工作内容，期待更多的共享健身房出现在身边，让更多的群众投入健身活动中。

有一说一

做绿色低碳生活方式的践行者

□ 张颖

今年，全国低碳日（7月12日）和节能宣传周（7月10日—16日）虽然过去了，但绿色低碳发展的理念正日益深入人心，潜移默化地改变着人们的生活方式。

为提高全民节能意识，在节能宣传周期间，围绕“节能降碳 你我同行”这一主题，各级政府和相关机构开展了一系列活动，宣传节能知识、推广节能技术、举办绿色出行活动等，鼓励公众践行绿色低碳生活方式，提高能源利用效率，积极营造了节能降碳的浓厚氛围。

践行绿色低碳生活方式，是指日常生活中所耗用的能源要尽可能减少，从而降低二氧化碳的排放量。当今社会，随着经济快速发展，物质生活水平的日益提高，也对环境带来了巨大的影响与改

变。为了保护我们共同的家园，越来越多的人开始积极倡导并身体力行地践行绿色低碳生活方式，在不降低生活质量的前提下，通过改变生活方式，减少煤、石油、天然气等石化能源的耗用，降低二氧化碳排放量。比如：家电关机后拔掉插头，夏季空调设置不低于26摄氏度，出行尽量选择公共交通工具或步行、骑自行车出行，尽量少乘电梯，拒绝过度包装商品和使用一次性塑料袋等，人们倡导的各种绿色低碳生活方式，有的很有趣，有的不免有些麻烦，但却把减少碳排放实实在在地融入日常生活。

对于普通人来说，做绿色低碳生活方式的践行者，既是一种生活态度，更是一种可持续发展的环保责任。在我们赖以生存的地球上，能源资源总量是有限的，只有尽量节约利用，我们的美好幸福生活才

能世代相传。有关数据显示，节约用电1千瓦时，可以让25瓦的灯泡连续点亮40小时，让普通电风扇连续运行15小时；自驾车消耗100升汽油，排放约270千克二氧化碳，需要种植3棵树才能抵消。今年夏季的持续高温，让所有人感受颇深。全球变暖导致极端天气事件频发，企业的“碳实力”，市民的“碳意识”，每一份践行“双碳”愿景的力量，都有助于扭转生态环境恶化；每一位市民、每一个企业，都是践行国家“双碳”愿景的责任主体，也是改善生态环境、建设美好家园的生力军。

节能降碳，是每一位市民义不容辞的责任。让我们积极行动起来，全面践行绿色低碳生活方式，传播节能降碳和绿色发展理念，推动形成勤俭节约、合理用能的社会风尚，一起“节”尽所能，共同开启绿色未来！