

奋力夺取防灾减灾救灾和经济社会发展双胜利

市国资委深入贯彻落实市委十届八次全会精神

以“四个深化”助推国资国企做优做大做强

本报讯(记者鲁萍 通讯员赵广书)在国企改革三年行动圆满收官的基础上,继续落实省、市企业改革任务,积极谋划新一轮国企改革深化提升行动;全力引进央企二三级子公司和创新业务板块……11月28日,市国资委召开党委扩大会议,传达学习市委十届八次全会精神,研究贯彻落实意见。

深化改革改组谋发展。积极开展新一轮国企改革深化提升行动。按照中央、省工作要求,健全完善中国特色现代企业制度,调整优化国有资本布局 and 结构,扎实做好瘦身健体、提质增效工作,加速形成功能鲜明、分工明确、协调发展的投资、运营、产业发展新格局。

深化央地联络促共赢。市国资委将根据新的考核办法,提升央企二三级子公司落户沧州质效,切实发挥央企对地方经济的引领带动作用。加大沟通联络、督导考核、对接跑办力度,建立常态化联络沟通机制,增加央地企业联络频次,进一步掌握央企投资布局规划和在沧投资计划,有针对性做好引进工作。

深化党建引领聚合力。市国资委将以主题教育为契机,深入实施“书记项目”,推动“党建+”创新示范项目,通过党建促学习、谋发展、树品牌,发挥党建对企业发展的引领作用,形成党建与业务工作齐抓共管的工作责任机制,持续推动党建与生产经营深度融合。

河间市推进市委十届八次全会部署要求落细落实

以实干实绩推动各项工作实现新突破

本报讯(记者康学翠 通讯员陈双双)开展病险水闸除险加固,探索“工业互联网+集群”发展新模式,推动形成新质生产力,加快壮大新型农村集体经济……11月29日,河间市委八届七次全会召开,传达学习中共沧州市委十届八次全会精神,明确重点任务,把稳发展方向,加快推进中共沧州市委十届八次全会部署要求在河间落地见效。

固维护,深入推进“万塘千渠百河”工程。加强城区内涝治理,谋划实施道路边沟改造、雨水调蓄等治理项目,提升污水处理能力,增强城区水系排涝功能。修复灾毁农田和农业设施,推动受淹耕地恢复农业生产功能,加大农资供应保障力度,组织安排好今冬明春的农业生产。

智汇(河间)工场、京津冀再制造产业技术研究院等科技创新平台,为企业创新赋能。抢抓京津雄科技溢出效应和产业转移的重大战略机遇,主动对接服务雄安新区建设,积极融入“大雄安”区域产业生态系统。

仓储、运输等全产业链提档升级。坚持一二三产业融合发展,开发农业多种功能,挖掘乡村多元价值,培育乡村旅游、协同养老、农村电商等新业态,做好“土特产”文章。

持续办好民生实事。持续推进棚户区、老旧小区改造和“断头路”贯通工程,加快推进市政污水管网建设、智慧交通建设、农村公路改扩建等项目进度。抓好高校毕业生、退役军人、农民工等重点群体就业,深入实施青年就业见习计划,加大对脱贫劳动力、就业困难人员等群体的技能培训力度。

黄骅港煤炭港区油品码头工程取得项目核准批复

本报讯(记者刘杰 通讯员姜姝娟)日前,黄骅港煤炭港区油品码头工程取得河北省发改委项目核准批复,为下一步建设奠定坚实基础。

基础设施完备,形成了码头一输油管线一中转库区一用油企业一套完善的原油输送模式,为新建泊位提供了良好的建设条件。新项目将利用现有的海丰管线、海丰油库及华鑫铭源库区进行油品接卸,并通过现有管道及公路装车设施输至周边石化客户。

据悉,黄骅港腹地石化产业发达,近年来随着区域石化产业集群化发展,原油炼化能力不断提升。新项目建成后,有助于进一步优化黄骅港油品和液化码头功能布局,提升港口液体散货运输服务水平,促进腹地化工产业高质量发展。

沧州思政课改革创新工作经验成全省典型

本报讯(记者孙晓卉 通讯员夏琳)日前,在全省中小学党建德育工作会议上,我市思政课改革创新工作经验得到省教育厅认可,成为全省五个典型之一。

名思政课教师以《读本》为载体,线上探索一体化教学路径。

围绕教学能力、教研方法等,有针对性地开展面向全市3000名思政课教师的全员培训活动。成立22个学科融合思政名师工作室,专兼结合、素质优良的思政课改革创新“主力军”队伍。认定马本斋纪念馆等9所思政实践教学基地,围绕红色思政、素材库、案例库、示范课程库,全市思政课教师均可按需从中选取课例加以借鉴,累计使用人数达3万余人次。

近年来,我市高度重视、高位推动学校思政课改革创新工作。通过打造“e课堂”平台,分主题、分对象、分学段遴选100余节思政“金课”,构建服务全市思政课教学的问题库、素材库、案例库、示范课程库,全市思政课教师均可按需从中选取课例加以借鉴,累计使用人数达3万余人次。组织全市180万大中小学生同上“开学思政第一课”,全市大中小学1000余名思政课教师同上一堂《坚持共产党的领导》一课,共同探讨思政课一体化教学规律。举办大中小学《习近平新时代中国特色社会主义思想学生读本》精品课“云”评选活动,全市400多

打造城市活力“绿芯” 青县建成16公里绿道

本报讯(记者张峻豪)冬日清晨,家住青县城区的董子豪早早走出家门,来到青县南环路的城市绿道跑步锻炼。“我有每天晨跑的习惯,以前因为路边人流车流多跑步不方便,现在好了,新建的城市绿道环境优美、设施齐全,为我们提供了健身锻炼的好去处。”

景的林荫大道。截至目前,青县建成绿道总长16.98公里,绿道服务半径覆盖率90.67%,其中共建设6个绿道驿站,构建了多尺度、多功能、互联互通的生态廊道,将城内外空间有效串联,构建出高质量的城市绿色空间。

漫步在绿道,记者看到,中间设置的绿道驿站尤为突出,绿道指示牌、座椅、果皮箱等配套设施齐全,为群众绿色出行、强身健体提供了方便;倡导绿色出行、绿色生活的文明标语,引导人们在潜移默化中规范了行为、提升了素质。

据介绍,青县以编织绿带为轴,不断实施道路绿廊提升工程,扮靓县城门户。特别是陆续在青县县城北环路、西环路、南环路、东环路等多条主次干道两侧便道较宽地带种植多排行道树,打造夏日有树荫、秋季有美



连日来,市公安交警支队二大队印制《道路交通安全三十诀》宣传单,派出专门警力走进辖区大型广场、社区、单位、村庄和车管、违法处理等业务服务窗口,向广大交通参与者面对面宣讲普及《道路交通安全三十诀》相关知识。

“线上+线下”全方位监管 盐山以透明厨房助力校餐安全

本报讯(记者鲁萍 通讯员刘国政 王雅涵)走进盐山县第六中学食堂,地板干净明亮,餐桌整齐排列,后厨里储菜间、切配间、烹饪间、主食间、洗消间一应俱全。厨房工作人员身着洁净的工作服,戴着厨师帽和口罩在明亮的操作间紧张有序地忙碌,值班老师通过手机小程序可以随时监督厨房内的情况。

今年以来,盐山县教育局启动学校食堂“互联网+明厨亮灶”提质增效工程,通过运用信息化手段,全力打造食品安全互联网监管平台,编织一张食品安全监督网。在县教育局安全监管大厅内,可以查看县内所有学校的食堂后厨操作细节,实现了“线上+线下”全方位监管。

盐山县结合“平安校园”创建,与各职能部门密切配合,形成监管合力,提高监管效率,每年开展“校园食品安全守护行动”等一系列学校食堂食品安全专项整治,严格落实校长负责制和校园食品安全工作日常管、周排查、月调度机制,定期开展学校食堂食品安全评价,并对校园及周边食品经营单位进行常态化巡查,对食品安全制度落实情况、操作规范、餐具消毒、卫生环境和餐厨垃圾处理等环节进行全方位管控。

警惕吃出来的“胃石症”

沧州市人民医院 周杨

胃石是指吃下某些食物或药物后在胃内聚积形成特殊的凝固物或硬块,既不能被消化,也不能顺利通过幽门部位。胃石症则是由胃石引起的上腹部不适、腹痛、腹胀等临床症状。

胃石主要是由于摄入各种难以消化的水果、蔬菜、植物纤维等与胃酸作用凝结成块所致。进食柿子、黑枣、山楂、石榴、葡萄、香蕉、芹菜、海带等均可能形成胃石,其中柿石症较多见。由于柿子中含较多鞣酸,在胃酸作用下,鞣酸与蛋白结合形成不溶于水的沉淀物,同时柿子中的果胶、树脂遇酸也可发生凝缩,并将果皮、纤维及食物残渣胶着在一起形成凝块,这些凝块可互相黏结积

聚形成巨大团块状的胃石。尤其是未成熟的、未脱涩的果实或果皮中鞣酸含量更高,进食后更易发生胃石。若上述食物与鱼、虾、螃蟹等高蛋白食物一同食用,会增大胃石发生的风险。

胃石形成后,小而光滑的胃结石可能不会产生症状,并随胃肠蠕动,经由粪便排出体外;大而粗糙的胃结石有可能引发上腹胀饱、疼痛、反胃、恶心呕吐,有些患者还有类似慢性胃炎的症状,如腹部钝痛、腹部胀满、食欲不振、消化不良、反酸烧心。

胃石症的并发症以胃溃疡最常见,约为60%。此外还可导致胃出血、幽门或者肠梗阻

等。若发病前食用山楂、柿子、黑枣等食物,一般即可初步诊断,再经腹部CT或胃镜检查即可明确诊断。以往治疗胃石大多采用药物溶石或手术取石治疗,但随着纤维内镜治疗学的发展,胃镜下碎石术已经成为首选。

总而言之,胃石症就是吃出来的病,那么我们在享受美食的同时,如何才能远离胃石呢?避免空腹和酒后、饮茶后吃柿子、山楂或黑枣等;平时有烧心、反酸等胃酸分泌过多的人更应少吃上述食物;胃动力差、胃排空延迟的老年人及小儿也应少吃上述食物;避免高蛋白饮食(海鲜、禽畜肉、奶制品)前后吃上述食物。

阳光体育——跳竹竿

族的民间体育活动。持竿者姿势变化多样,舞者在竹竿分合的瞬间,伴随着有节奏、有规律的碰击声,敏捷地来回穿梭跳跃,极具趣味性和挑战性。

沧州市渤海新区第六幼儿园教师根据《3—6岁儿童学习与发展指南》和民间游戏相结合,探

索出适合孩子们的跳法、玩法。现在,跳竹竿成了最受孩子们喜爱的户外活动之一,我们将继续把“跳竹竿”这个特色活动传承下去,带领孩子们探索更多的竹竿玩法,在运动中快乐,在快乐中成长!

陈朝然

内蒙古羔羊肉 肉质好 味鲜美

进入冬季,最不能错过的美味就是涮羊肉了。鲜嫩的羊肉,用清汤去涮,带出羊肉的原汁原味,涮一下,赶快捞出蘸上调好的酱,光是想想就已经醉得不行了。

自名优特产品展销中心启动“我在草原有只羊”项目以来,订购的读者品尝到了味道鲜美的内蒙古羊肉,好评声不断。

内蒙古是天然的草场,其中锡林郭勒草原是中国四大无污染原生态草原之

一。这里羊肉鲜美是因为羊没有人工喂养,食用的都是零污染的野菜等,喝的都是天然水,吃饱了都在草原上逍遥。为此,锡林郭勒羊也俗称“逍遥羊”。

名优特产品展销中心启动的“我在草原有只羊”项目,是与锡林郭勒盟草原畜牧业有限责任公司合作。这款内蒙古羊肉,肉源精选生长在纯净天然、无污染的锡林郭勒盟的羊,180天成长期,吃矮草、沙葱,喝清泉长大;肉类的营

养成分高,肉质上乘,营养丰富,肉质鲜嫩口感好,无膻味,富含钙铁等多种矿物质和人体所需的营养,是人们日常生活之佳品。

目前,这款味道鲜美的内蒙古羔羊肉正接受订购。市民朋友们如果想吃这种正宗的内蒙古羊肉,可拨打电话预订。

本次特推出一款优惠套餐,每箱320元,包括:羔羊前大腿2斤、羔羊后大腿2斤、羔羊肉龙骨2斤、羔羊后腿子2斤、羔羊排2斤。

沧州日报社·名优特产品展销中心

地址:运河区浮阳南大道新闻大厦门口北第三个门市(老华泰十字路口往北50米) 沧州日报社·全媒体融合发展交流中心 预订电话:15732725739 18931777908 乘车方案:乘坐1路、29路、138路、158路公交车在沧州市人大站下车即可到达。



微信订购 扫描二维码进群