



全市900余名新兵奔赴军营 大学毕业生占比达八成

本报讯(记者胡学敏 通讯员薄秋锋)又是一年送兵季,热血青年赴征程。3月19日,在高铁沧州西站,我市900余名新兵身着戎装、肩披绶带、胸戴红花,怀着对绿色军营的憧憬和向往,带着家乡父老的殷切期望和美好祝福,分批奔赴祖国各地,履行保家卫国的神圣使命。

今年春季征兵工作开展以来,市征兵办积极做好征兵宣传工作,各县(市、区)征兵办还邀请“二等功臣”“烈士后人”等担任义务宣传员,并联合各地退役军人事务局常态化开展送喜报等活动,营造了“尊军、拥军、荣军”的浓厚氛围,激发了

应征青年的参军热情。经过层层把关,认真筛选,最终我市共确定900余名新兵应征入伍,圆了他们的从军报国梦想。

据悉,今年我市入伍新兵中,兵员质量稳步提升,八成新兵为大学毕业生。各县(市、区)分别举行了隆重的送新兵仪式,新兵代表们用铿锵的誓言,宣示入伍的坚定决心。全国人大代表、“全国最美退役军人”石炳启、“时代楷模”张楠烈士的父母分别参加当地相关活动,与入伍新兵亲切话别。入伍新兵们纷纷表示,一定会珍惜身穿戎装的机会,把热血挥洒在实现强国梦的伟大实践中,以优异成绩为家乡人民增光添彩。

我市开展职业健康检查机构专项治理 保护广大劳动者的健康权益

本报讯(记者韩学敏 通讯员韩志勇)记者从市卫生健康委员会获悉,我市职业健康检查机构专项治理行动已启动。行动中,市卫生健康监督执法人员将对全市从事职业健康检查、诊断工作的医疗机构进行监督检查。

此次专项治理旨在落实《职业健康检查管理办法》和《河北省职业健康检查机构备案》等法律、法规和标准要求,进一步规范职业健康检查机构执业行为,提升职业健康检查机构服务能力,切实维护

劳动者职业健康权益。专项行动重点核查各职业健康检查机构的职业健康检查个案卡的上报情况、职业健康检查机构的资质取得情况、体检场所设置情况、人员资质情况、检查结果书面告知情况、实验室比对考核情况、职业健康检查档案管理等内容。

市卫生健康委员会相关负责人表示,将加大对全市44家职业健康检查机构的监督检查力度,强化主体责任落实,促使其自觉履行各项法定义务,从而保护广大劳动者的健康权益。



盐山县常庄乡中恒志愿服务队、田庄落子队与当地部分小学幼儿园的小朋友们一起,来到崔家村,开展“弘扬雷锋精神,践行志愿服务”活动,为村民们献上精彩表演,受到了大家的称赞。

王洪胜 摄

新闻热线:

贾世峰 18633723378 周洋 15373303138
韩学敏 13303177581 胡学敏 13303177569
邢程 18403078228 李佳芳 13315793900
孙杰 18631707181 李智力 18211153012

欢迎提供新闻线索 一经采用即付酬金

今年沧州将推广以工代赈项目55个

“以点带面”扩推广“家门口”就业促增收

本报讯(记者胡学敏 通讯员敖静)项目引领新动能,以工代赈惠民生。记者从市发改委获悉,为有效促进群众就业增收,我市将进一步扩大“赈”的规模,今年计划实施推广以工代赈方式项目55个。

以工代赈,是指政府投资建设基础设施工程,受赈济者参加工程建设获得劳务报酬,以此取代直接救济的一种扶持政策。而推广以工代赈项目,就是在确保工程质量安全、符合进度要求的前提下,按照“应推尽推、能推尽推”“应用尽用、能用尽用”的原则,尽最

大可能在政府投资项目中积极推广以工代赈方式,充分挖掘主体工程建设和附属临建、工地服务保障、建后管护等方面的用工潜力,尽可能多地通过实施以工代赈带动项目所在地群众参与工程项目建设,实现就业增收。

近两年,我市各县(市、区)分领域逐年提出本地适用以工代赈的项目清单,实行动态管理,并坚持专人专职办原则,市、县发改部门分别明确1名以工代赈工作专员,专门负责统筹推进市、县级以工代赈工作。先后在雄商高铁任丘段、河间段、肃宁段、献县段等4县市铁路建

设领域制定推广以工代赈方式工作方案,建立务工和报酬发放台账,探索出实施路径,充分发挥“领头雁”效应。之后,不断在重点工程项目和中小型农业农村基础设施领域中推广以工代赈方式,并在农业农村、交通、水利、教育、体育、铁路、城市建设等项目中取得显著成效,2023年共实施推广以工代赈方式项目39个,组织参与工程建设的务工群众5816人,发放劳务报酬1.39亿元。

今年我市将聚焦工程项目建设、劳务报酬发放等关键环节,围绕促进当地群众就地就近就业增收,继续在重点工程项目

和中小型农业农村基础设施以及灾后恢复重建等三大领域中推广以工代赈方式,并加大政策解读培训力度,着力打通政策落地“最后一公里”,强化项目信息对接,进一步方便群众找准岗位就近就业。

当前,各县(市、区)正瞄准相关项目,进一步挖掘土地平整、捆绑钢筋等用工环节,提供更多工作岗位,合理确定以工代赈劳务报酬标准。此外,我市将为务工群众开展针对性的技能培训,做好重点工程项目以工代赈工作的服务保障,吸纳带动更多群众在“家门口”就业。



春归时节 万雁齐飞

时值春迁,万只灰雁集结于南大港湿地自然保护区,它们振翅翱翔,翩翩起舞,在碧波荡漾中挥洒韵律。

近年来,南大港湿地加大了对生态系统的修复力度,强化生物多样性保护措施,使得包括灰雁在内的众多野生鸟类得以在此繁衍生息,呈现出欣欣向荣的态势。

刘振举 张景兴
李佳芳 摄影报道

轻食走俏狮城,你尝过没?

本报记者 李佳芳

随着大众健康饮食意识的增强,近段时间,低脂肪、低热量、少糖、少盐且富含膳食纤维的轻食风靡狮城。3月14日,记者走访发现,沧州一些餐饮店陆续推出“低卡餐”“减脂餐”等轻食,受到消费者的青睐。

中式轻食受追捧

像食堂一样拿着餐盘自主选餐,选好后去前台结账,菜品种类丰富,而且都是少油低盐的小份菜……中午12时,记者来到位于育红西路的一家连锁低卡餐厅。十几张桌子已坐满了食客,选餐窗口还有不少人在排队选餐。选餐台上,可供食客选择的中式菜品有四五十种,包括白灼菜心、黑蒜牛腩、魔芋米炒饭、杂粮窝头、虫草茶树菇土鸡汤等。

“以前中午都在单位附近的小摊上买点吃,吃得比较单一。减肥期自带过沙拉、水果做减脂餐,没一会儿就饿了。这家低卡餐厅好吃又健康。”正在减肥的市民张冀东说,他在这家低卡餐厅办了会员卡,这阵子每天中午都会来这里就餐。

“我们家推出了周卡和月卡,每天中午,送餐员会根据顾客要求的时

间送餐上门。”在开元大道宏宇城C区一家售卖减脂餐的小店里,店主向记者展示了当天餐食。盒饭里杂粮米饭打底,铺上香菇、鸡腿肉、西兰花、鸡蛋卷、鹰嘴豆,搭配一杯椰香红豆紫米粥,既赏心悦目,又让人食欲大开。

小店负责人说,虽然店里只做周一至周五的午餐,没有起眼的招牌,但因为餐品味道好、用料实,订购的老顾客非常多。尤其是节后复工以来,订单量更是大增。

让生活更自律健康

记者登录一家外卖平台发现,输入“减脂餐”,搜索结果显示,市区有7家餐厅月售超过1000份。其中单月销量最高的一家,仅单人炒鸡套餐就卖出了2000多份。一些水果店也顺势推出了“低卡轻食”的酸奶捞。

对于日益走俏的轻食,也有市民提出质疑。“轻食虽然味道清淡,但是

我觉得热量不一定低。芝麻酱、千岛酱热量就挺高。”尝过轻食的一位“95后”女孩儿觉得,不加酱料没味道,加上酱料味道有了改善,但对减肥不会产生效果。而另一位年长一些的市民则认为,减脂餐看起来“花样多”,但是一份几十元的价格“感觉有点不值”。

记者查阅一家专业健康指导网站发现,一些轻食常用的食材热量也不低,例如燕麦和香蕉,每100克燕麦,热量高达338大卡;每100克糯玉米,热量高达172大卡。

市民王芳芳告诉记者,她有很多朋友都在吃轻食,“不光是为了减肥,更为了让生活更自律健康。”她说,轻食大多保留了食材本来的味道和营养,吃起来无负担。身体轻松了,心态也更积极阳光。

吃轻食时注意营养均衡

轻食到底该怎么吃?记者咨询了

沧州市第四医院慢病管理中心主任张保军。他介绍说,吃轻食要掌握几个精髓:简单、适量、均衡、健康。轻食并没有燃烧脂肪的作用,但对减肥有辅助作用。主要是因为这类食物热量低,不容易出现热量过剩的情况,也不会加重代谢负担,但需要长期坚持才有效果,同时还要结合运动才能达到减肥的目的。减肥期间除了要控制饮食、加强锻炼以外,还要保证作息规律,早睡早起,才有利于机体的新陈代谢。

张保军特别提醒,现在人们吃轻食,容易出现的问题是主食和蔬菜总量不够,营养不均衡。“食物可以‘轻’,但其中的营养不能‘轻’。要注重食物的均衡搭配,谷物、蔬菜、肉类、豆制品和奶类缺一不可,保证人体摄入的营养物质全面且充足。另外,少吃肥肉、烟熏和腌制肉制品。自己做饭时多用蒸、煮、炖等清淡的烹饪方式,减少盐、油的摄入。”



助力文明城市创建

黄骅市实验小学开展学雷锋志愿服务活动

黄骅市实验小学教师 胡晓丽

日前,黄骅市实验小学组织开展“弘扬雷锋精神 争做新时代好少年”主题活动,践行雷锋精神,将志愿服务的种子播撒在少年儿童心中。

在老师的指导下,同学们绘制了手抄报,全面了解雷锋事迹、学习雷锋精神、领悟雷锋品质。制作完成后,同学们将手抄报进行张贴,进一

步起到扩大宣传的作用。

同时,学校还开展“学习雷锋 从我做起”主题班会,通过展示宣传图片,让大家对雷锋精神有了新的认识,也引导大家将雷锋精神践行到实际行动中。

趁着课余时间,胡晓丽老师带领同学们到户外捡拾垃圾,对周边环境进行清理,大家都化身“城市守护者”,为美化城市环境贡献一份力量。“3月是学雷锋月,我们组织各项活动,是为了弘扬雷锋精神,传播‘奉献、友爱、互助、进步’的志愿精神,进一步增强同学们保护环境的责任感和使命感。接下来,我们将会开展常态化的志愿服务,让雷锋精神落地生根,开花结果。”黄骅市实验小学一位教师说。



沧州市新华区房屋征收服务中心 关于对产权人为焦增山和 产权人为陆鸿义的房屋 依法征收的公告

沧州市新华区城市更新火车站片区项目征收工作正顺利推进中,现有位于征收范围内的两处房屋:铁路道东平房3栋14排6号,产权人为焦增山;津浦线沧州段道东平房4-3-1,产权人为陆鸿义。鉴于产权人焦增山及其配偶肖桂香、产权人陆鸿义已故,现需联系焦增山、陆鸿义的全部合法继承人。经沧州市新华区房屋征收服务中心多方查询,已取得焦增山合法继承人焦修建(长子)、焦修峰(次子)、焦月霞(女儿)及陆鸿义合法继承人白凌霄(配偶)、陆长喜(儿子)、陆倩怡(女儿)联系,请未取得联系的合法继承人尽快与沧州市新华区房屋征收服务中心联系。

联系地址:河北省沧州市清池南大道25号新华区住房和城乡建设局五楼506室
联系电话:0317-3025257

沧州市新华区房屋征收服务中心
2024年3月20日

在线办理

公告 声明 通知 广告 拍卖 挂失

电话: 3061515

在线支付 来电上门



广告在线

微信: 17717792898

地址: 沧州市新华路报业大厦一楼

刊登广告须知

- 一、产品广告持营业执照副本、商标注册证、生产许可证、产品合格证;
- 二、专利、药品、农药、兽药、食品等广告须提供省级以上有关部门广告审批证明;
- 三、化妆品广告须出具卫生许可证和生产许可证;
- 四、招工、招干广告须到劳动人事部门所属的职业介绍机构办理登记手续;
- 五、社会力量办学招生广告:以学历教育为主的到教委办理登记手续,以职业技能为主的到劳动部门办理手续;
- 六、广告内容须加盖单位公章;
- 七、凡限购特价商品,一律到物价公证部门分别办理认证和公证手续。