湖南城市广播电视报

娄底广播电视

第17期　总第1542期　2022年4月28日出版

湖南省新闻出版局主管 | 娄底广播电视中心主办

人民号　百家号　微信号　视频号

本期20版　介绍2022年5月2日至5月8日电视节目

国内统一连续出版物号:CN 43-0043/07 | 邮发代号:41-124

十大行业技能高手大比拼

4月25日至27日，湖南省第一届职业技能大赛娄底赛区选拔赛在娄底技师学院举行，来自娄底各行各业的137名技能高手汇聚一起，秀技能、亮绝活，开展一场技能大比拼。

此次比赛以世界技能大赛、全国职业技能大赛、全国行业职业技能大赛相关技术文件及相关国家职业技能标准三级要求为基础，结合娄底产业特点，设置了CAD机械设计、焊接、平面设计技术、餐厅服务（中餐）、茶艺、互联网营销师（直播销售员）、评茶员、养老护理员、育婴员、中式烹调师（湘菜）10个竞赛项目。各项目获得金牌的选手择优选入娄底市集训队，完成集训后代表娄底参加湖南省第一届职业技能大赛。　（李建东　杨蕾　王星）

娄底市图书馆正式开馆

4月23日,第27个世界读书日。娄底市图书馆开馆仪式暨“建功新时代·读书向未来”2022年“书香娄底”全民阅读活动启动仪式举行。

市委常委、宣传部部长胡忠威宣布开馆和书香阅读活动启动。市人大常委会副主任朱桂良,中国作协原副主席、省文联原主席谭谈,省文化和旅游厅、省图书馆等单位相关负责人出席活动,副市长康艳华致欢迎词。

活动现场,古筝齐奏和经典诵读让观众感受了书乐之美,省文化和旅游厅为获得娄底书香荣誉称号的家庭赠书,湖南省作家协会主席王跃文为市图书馆开馆发来贺信,谭谈为大家分享了精彩读书、阅读故事。

康艳华表示,活动旨在大力倡导全民阅读,深入推进“书香娄底”品牌建设,点亮城市阅读,以高质量文化供给增强群众的文化获得感、幸福感。这是文化娄底建设的大事盛事,更是娄底人民共享文化大餐的喜事好事。近年来,市委市政府高度重视文化建设,投资2.36亿元建设5万平方米的市文化中心,投资2600万元完善市图书馆后续配套建设项目。建成一座8021平方米功能齐全、设备先进的现代化图书馆,娄底市图书馆事业从此翻开了新的篇章。

康艳华说,市图书馆是我市全民阅读主阵地,将组织开展系列全民阅读和优秀图书荐读活动,传播中国价值观,体现中华文化精神,弘扬中华优秀传统文化。现有藏书有纸质书164500余册,电子书籍38万余册,视频资源880小时时长,音频约60小时时长,涵盖政治、经济、哲学、法律、文学、历史、工业、医学等22个大类。设有阅览室11间,培训教室1间,可容纳300人的多功能报告厅1个,免费向社会公众提供文献信息查询、借阅、读书交流会等服务;为老年人、残疾人等群体提供文献信息、无障碍设施设备和服务。举办公益性讲座、阅读推广、培训、展览等活动。每天可接待读者2000人次。市图书馆和市新华书店探索一种合作的模式,新华书店在市图书馆设立特色体验分店,市图书馆将在市新华书店门店分步设立图书馆分馆,形成“馆中店、店中馆”的特色,创新图书馆与书店的服务空间融合,读者可以跨越空间的限制,实现图书通借通还,为广大爱好阅读的市民朋友们提供了优质休闲的读书场地,非常期盼和欢迎市民朋友们来此享受阅读。

仪式结束后,领导和嘉宾参观了市图书馆。娄底市图书馆是由市政府设立的地市级公共图书馆,成立于2021年,座落于娄星区月塘东街体育公园文化中心内,秉持“理性、开放、平等、包容”的理念,面向社会公众免费开放,收集、整理、保存文献信息并提供查询、借阅,实现藏、借、阅、咨一体化,全面应用无线射频识别技术、自助服务设备,为公众提供便捷高效的文献信息服务。市图书馆的开放,折射着娄底这座城市的温度,不仅有效解决了公共阅读服务的“最后一公里”问题,也大大提升了娄底的城市品位和文化氛围,不仅成为一道道引人注目的城市风景线,也成为人们争相打卡的娄底文化新地标,让城市有活力、有品位、有颜值、有温度。 (邓志文 王友专)

娄底市文化馆数字化文化馆正式对外开放

为进一步加强公共文化服务体系建设,提高公共文化服务能力,创新公共文化服务模式,娄底市文化馆倾力打造的数字化文化馆于4月23日正式对外开放。

馆内设置音乐朗读体验区、沙画体验区、桌上足球体验区、VR体验区、陶艺体验区、海洋互动体验区,开放时间为每周二至周日,上午8:00至12:00,下午2:30至5:30(冬令时)、3:00至6:00(夏令时)。群众可通过线上平台浏览娄底市文化馆最新活动信息,可通过线上平台进行活动、场地预约等。 (邓志文 王友专)

双峰县旅游协会成立

4月24日,双峰县旅游协会举行成立大会。全县34家重点旅游行业会员单位代表参加了会议。大会审议并表决通过了双峰县旅游协会的章程和选举办法,表决通过并宣布首批推选协会会员名单,选举出了首届会长、副会长、秘书长。归古旅游开发有限公司欧阳仲华当选首届旅游协会会长。

双峰县委常委、宣传部部长吴晔代表县委县政府对协会的成立表示祝贺,并为双峰县旅游协会授牌。双峰县旅游协会成立,标志着该县旅游产业发展进入更加自觉和规范的阶段,使该县文旅事业有了新的载体,文旅产业升级有了新的平台。双峰旅游行业资源整合正当其时,抱团发展势在必行。旅游协会要当好政府引导文旅产业发展的参谋助手,出点子、想对策、出高招;要做好政企沟通的桥梁纽带,反映好基层实际情况,协调好部门企业关切;要积极推进行业示范引领,树立行业标杆,为推动“文旅游融合示范区”建设贡献力量;要当好宣传大使,讲好双峰文旅故事,树好双峰文旅产业招商形象,吸引更多战略投资者来双投资兴业,助力双峰文旅产业高质量发展。 (王友专 欧阳仲华)

作家谢宗玉现身说法谈阅读

4月24日,为配合“建功新时代·读书向未来”2022年“书香娄底”全民阅读活动的开展,由市作家协会、市图书馆、市新华书店联合举办的谢宗玉文学讲座在娄底市图书馆三楼举行。市政协副主席、市文旅广体局副局长傅小松出席。

谢宗玉,湖南省作家协会副主席,毛泽东文学院管理处主任,湖南省“五个一批”人才。曾被誉为新世纪出现的第一位散文家,中国新乡土散文的代表性作家之一。有多篇文章入选中学语文课本,著有《草木童心》《独自远行》《末日解剖》《与子书》《时光的盛宴》《涂满阳光的村事》等16部文学专著。获过全国金盾文学奖、毛泽东文学奖、湖南省文学艺术奖、湖南青年文学奖、张天翼儿童文学奖等10余种奖项。

在当天的讲座上,谢宗玉以《阅读,要与时代同频共振》为主题与来自县、市、区作协会员,市新华书店、市图书馆以及市楹联诗词家协会的负责同志及文学爱好者进行了分享。谢宗玉的讲座从知识爆炸,我们最大的阅读兴趣是什么?农耕文明,老祖宗留下来的东西,对后科技时代人们生活的指导意义,究竟还有多大?最经典的知识,与最前沿的知识,将以怎样的比例,输送给孩子们,才能够让孩子们真正不输在起跑线上?电子阅读会不会完全顶替书本阅读?文学可不可以不再以显性的方式存在,而是以隐性的方式存在?网络大神都是一些什么样的人等内容深入浅出,有系统性、有针对性对阅读和读书的重要性进行了全面阐述。最后他总结道,诗意无处不在,文明社会的所有生活形态,都充满了诗意,不把生活分成三六九点,自己不必装高雅,不必自惭形秽,不必逼孩子。

谢宗玉两小时的精彩讲座,让受众受益匪浅,赢得全场一阵又一阵热烈的掌声。

(邓志文 王友专)

玫瑰开出“美丽经济”

4月25日,娄星区花溪村,漫山遍野的玫瑰花盛开,吸引游客前来“打卡”游玩。近年,该村流转土地960亩打造同心玫瑰产业园,盛开的玫瑰花不仅具有极强的观赏价值,花瓣还可以制作产品销售,有效促进农业增效和农民增收。

(梁飘飞)

新闻周刊

娄底广播电视报 3

新闻热线：8328300　行风与廉政建设监督电话：8762009

2022年4月28日　本版责编：王友专　邮箱：ldgdb@163.com

娄底一季度经济增长6.1%

本报讯　一季度，面对复杂严峻的外部环境和疫情散发等多重考验，市委、市政府团结带领全市人民，认真贯彻落实党中央国务院、省委省政府决策部署，科学统筹疫情防控和经济社会发展，坚持稳字当头、稳中求进，全面落实“三高四新”战略定位和使命任务，深入推进中部地区“材料谷”建设，全市经济持续稳定恢复，生产需求较快增长，就业物价总体稳定，社会民生保障有力，新兴动能加速成长，大部分主要经济指标增速高于全省平均水平，固定资产投资、第三产业增加值、社会消费品零售总额、财政收入等指标增速居全省前列，顺利实现“开门红”“开门稳”。

按照地区生产总值统一核算结果，一季度，全市完成地区生产总值452.1亿元，同比增长6.1%，增速高于全省0.1个百分点，居全省第8位，居A类地区第5位；第一产业增加值29.03亿元，同比增长8.3%，增速居全省第10位；第二产业增加值175.45亿元，同比增长5.9%，增速居全省第10位；第三产业增加值247.61亿元，同比增长6.0%，增速居全省第2位。　（龚合）

娄底首张道路运输电子证照新鲜出炉

本报讯　“以前换证和诚信考核，需要携带很多证件证明，这个电子证照真的太方便了，不怕它丢，也不怕它坏了，带个手机就行。”4月25日上午，前来市道路运输服务中心驻政务服务中心交通窗口业务部门办理车辆年审、从业资格证换发业务的涟源市金星汽车运输服务有限公司法人刘格文和从业人员刘雄分别在“湖南道路运输电子证照APP”申领了《道路危险货物运输经营许可证》《道路运输从业人员从业资格证》电子证照。娄底市首张道路运输企业电子经营许可证及个人证照新鲜出炉，标志着娄底市道路运输政务便民服务迈入电子时代。

娄底市道路运输服务中心副主任陶海燕介绍，全面启用道路运输电子证照，是认真落实湖南省交通厅、省运管局工作部署要求，深化“我为群众办实事”实践活动、纵深推进交通运输行业“放管服”改革，促进政务服务便利化、信息化，提升道路运输安全监管能力和便民利民惠民服务水平，推动道路运输高质量发展的重要举措。

道路运输电子证照启用后，原有纸质证照在有效期内可继续使用，从2022年4月18日起，不再同步发放纸质证照。今后，道路运输从业人员从业资格证诚信考核签注、继续教育认定和车辆道路运输证年审信息在电子证照上将一并展现，原有纸质证照上可不再签注。

据了解，与纸质证相比，电子证照具有携带方便、不易丢失的优点，并有助于与“跨省通办”有效融合，大大缩减了审批流程及审批时间，提高无纸化、智能化水平，有效解决了车辆、人员因证件遗失、污损等补证需往返和耗时问题，杜绝了纸质证件易造假的风险，降低了企业和道路运输从业人员的经营成本，将交通“更贴近民生实事”落到实处。　（周海茜　刘长庚）

娄底全面启动打击整治养老诈骗专项行动

本报讯　4月24日，记者从全市打击整治养老诈骗专项行动部署会议上获悉，为切实依法维护老年人合法权益，促进老年人事业健康发展，不断提升人民群众获得感、幸福感、安全感，从即日起至2022年10月中旬，我市将开展为期半年的打击整治养老诈骗专项行动。

次专项行动分宣传发动、打击整治、总结提升3个关键环节。各地各成员单位将全面发起打击整治养老诈骗新一轮强大攻势，确保取得打击、整治、教育、制度等“四大成效”。尽快依法打掉一批养老诈骗犯罪团伙，严惩一批违法犯罪分子，有效遏制养老诈骗违法犯罪，进一步形成高压震慑；集中解决一批群众反映强烈的养老领域涉诈问题，整治规范一批养老领域经营不规范、存在诈骗苗头隐患的机构、企业，切实防控因养老诈骗引发的涉稳风险；曝光一批涉养老诈骗犯罪典型案例，以案说法开展宣传教育，增强广大群众特别是老年人法治意识和识骗防骗能力，进一步形成养老诈骗“人人喊打”的社会氛围；巩固深化打击整治成果，制定完善一批法规制度，着力解决养老诈骗暴露出的共性问题，推动常治长效。

“此次行动涉及面广、时间紧、任务重、要求高。我们将瞄定目标任务，加强组织领导，实施精准打击，严格依法办案，全力追赃挽损，确保实现预期目标。”市委政法委有关负责人表示，将充分依靠发动群众，广泛收集举报线索，尽快核实、查办、反馈，及时发现和识别养老诈骗犯罪团伙中可能存在的黑恶势力，深挖养老诈骗背后的腐败和“保护伞”，守护好老百姓的“养老钱”。

（彭华）

娄底人工关节从4月28日降价超八成

本报讯　参保人翘首以待的人工关节集中带量采购中选结果将于4月28日在娄底落地执行啦！此次中选的髋关节平均价格从3.5万元降至7000元左右，膝关节平均价格从3.2万元降至5000元左右，平均降幅82%。按娄底需求量静态测算，预计年度可节约费用约2254.6万元，群众就医负担将得到大幅减轻。

此次中选的人工关节产品共有3644个，其中合金-聚乙烯类髋关节1319个、陶瓷-聚乙烯类髋关节1212个、陶瓷-陶瓷类髋关节558个、膝关节555个，基本涵盖了临床上使用的主流产品，有效保障了临床供应使用，让患者有选择权的同时又避免了产品替换风险。

对于非中选的人工关节产品，实行了限价挂网。非中选人工关节产品中包含中选产品部件的，执行该部件的中选价格，其他部件可结合实际交易价格实行限价挂网，最高挂网限价不超过同一组套最高中选价的1.2倍；半髋假体和单髁假体产品，参考全套髋关节和全套膝关节产品的中选价格，按照性能与价格相匹配的原则设定挂网限价。非中选产品最高挂网限价不超过11900元，人工关节进入万元时代。

同时，医保部门还积极推进了医保支付协同。充分发挥医保支付引导作用，中选产品以中选价为医保支付标准，非中选产品以挂网限价为最高支付标准，纳入医保支付范围，医保基金据实按规定比例支付。其中合金-聚乙烯类初次全髋系统最高支付标准为每套8460元；陶瓷-聚乙烯类初次全髋系统最高支付标准为每套8500元；陶瓷-陶瓷类初次全髋系统最高支付标准为每套9920元，其他类别初次全髋系统最高支付标准为每套9920元。使用超过系统类别标准配备数量的髋臼螺钉时，髋臼螺钉最高支付标准为每枚450元。初次全膝系统最高支付标准为每套7199元。让患者真正享受改革红利，提升获得感。

届时，在我市娄底市中心医院、娄底市第一人民医院、娄底市骨伤医院、娄星区人民医院、冷水江市人民医院、冷水江市中医医院、涟源市人民医院、双峰县人民医院、新化县人民医院、新化县中医医院等公立医疗机构，可以使用到中选的人工关节。为积极服务广大参保人，娄底市医疗保障局开通了咨询热线，有相关政策需要咨询，可拨打电话：0738-8262858。（孙文科　周金红）

结得“千层茧”才长“冲天翅”

时下，2022年上半年入伍的大部分新兵已经展开强化训练。许多基层新训骨干总会这样勉励新兵：结得“千层茧”，才长“冲天翅”。只有把稚嫩化为阳刚，把娇气化为豪气，才能蜕变成合格军人。

有句歌词唱得好：“真正标准的男子汉，大多军营成长，不信你看世界的名人，好多穿过军装……”无数事实证明，军营是一所大学校、大熔炉，能够让人在千磨万击中百炼成钢。海军陆战队某旅特战连长何龙刚入军校时，身体瘦弱，体能课目排名靠后，一度怀疑自己“不是当兵这块料”。为了实现心中的梦想，他全面摔打磨练自己，毕业后如愿成为特战队员，最终代表海军参加“猎人学校”培训，并以优异的成绩完成153个课目的训练，获得“突击队员”荣誉称号。用他的话说，“即使环境再恶劣，鲜血流得再多，我也没想过放弃”。

奋斗的青春最绚丽，拼搏的人生最精彩。因为花园里跑不出千里马，温室里长不出雪莲花。新战友要想实现从优秀地方青年向合格革命军人的转变，就要坚持在最好的年华主动经风雨，在最苦的地方咬牙壮筋骨，敢与天公试比高，越是艰险越向前，在火热的军营里激情挥洒热血，感受不一样的青春年华，不断加大手掌的粗糙度，增强肩膀的承重力，涵养昂扬的精气神，从而茁壮成长为参天大树，走出军旅人生的一片艳阳天。

人的能力生成从来不会一蹴而就，总是要经过无数次的艰苦磨砺。尤其当下，科技发展日新月异，武器装备更新换代，作战样式深度变化，对军人的军事素质提出了更高要求。广大新战友要想制胜未来战场，须当仰望天空、脚踏实地，主动经受严格的思想淬炼、政治历练、实践锻炼，勤于对能力进行投资，掌握手中武器，苦练杀敌本领，练就一颗永不言败的“大心脏”，铸就一副能挑千钧的“铁肩膀”，长就一对搏击长空的“冲天翅”。如此，当那一天真的来临，才能做到召之即来、来之能战、战之必胜。

从大江南北走进军营，每一个年轻的胸膛里，不仅跳跃着诗一般的梦想，也奔腾着火一般的激情。虽然他们曾是父母的“掌中宝”和“心头肉”，但“艰难困苦，玉汝于成”，只要积极引导他们扣好人生的第一粒扣子，大力弘扬一不怕苦、二不怕死的战斗精神，坚持刻苦训练、科学训练、安全训练，必能淬炼出一把把无坚不摧、锋利无比的“尖刀利刃”。　据《中国国防报》

征信领域不存在“征信修复”

本报讯 4月25日，人民银行娄底市中心支行召开新闻通气会,发布2022年第一季度金融运行情况、两项直达工具接续转换的推进工作和“征信修复”乱象专项治理“百日行动”开展情况。

存贷款运行平稳增长。3月末,娄底市银行机构各项贷款余额1631.1亿元,同比增长14.1%，增速高出全省平均水平1.8个百分点,排名全省第3位,较上年同期提高11个名次。一季度新增贷款113.2亿元,同比多增19.0亿元。3月末全市存贷比为62.4%,同比提高3.0个百分点。3月末,娄底市银行机构各项存款余额2613.0亿元,同比增长9.5%,增速高出全省平均水平0.3个百分点，排名全省第7位。一季度新增存款244.0亿元,同比多增61.2亿元。

扎实推进两项直达工具接续转换。将普惠小微贷款延期支持工具转换为普惠小微贷款支持工具。今年1-3月,全市累计发放普惠小微贷款支持工具激励资金756万元，撬动金融机构累计投放普惠小微贷款34.81亿元，惠及小微企业、个体工商户、小微企业主等市场主体9634家;将普惠小微信用贷款支持计划纳入支农支小再贷款管理。今年1-3月，全市累计发放支农支小再贷款14亿余元,引导金融机构累计投放优惠利率涉农贷款近60亿元、优惠利率民营小微企业贷款40多亿元,支持了近5000家小微企业、6600余家农户，平均贷款利率较金融机构自有资金发放的贷款利率低1.7个百分点。

开展“征信修复”乱象专项治理“百日行动”。“正规渠道进行征信异议和投诉不收取任何费用。”征信管理科相关负责人表示,征信领域不存在“征信修复”的概念,当前社会上一些机构或个人打着 “征信修复”“征信洗白”的旗号,声称只要付费就能删除信用报告上的不良信息，误导公众委托其代理维权,从中牟利,此类行为不仅无法删除准确无误的不良信息，还存在信息泄露、资金损失、涉嫌违法等风险。今年3月,人民银行娄底市中心支行围绕“加强个人信息保护，警示征信修复风险”主题,组织全市19家“信之风”征信宣传志愿服务站联合开展了集中宣传警示活动。3月以来,全市各级人民银行、征信系统接入机构开展各类 “征信修复”宣传警示活动57场，参与志愿者540人次。 （陈泽宇 邓岚）

娄底为自主就业退役士兵职业技能教育提供免费培训

本报讯 为贯彻落实娄底市“放管服”改革全面优化营商环境工作会议要求,进一步优化营商环境，市退役军人事务局各职能科室围绕加快推进政务服务标准化、规范化、便利化建设,简化办事程序,让广大退役军人享受更便捷,更贴心的服务。

广大自主就业退役士兵返乡后,均可享受一次免费职业技能培训，也可根据自身情况进行学历提升教育。为此,市退役军人事务局为这两类重点人群开辟“绿色通道”,实行市县联动、即来即办、一次办结，得到了广大退役军人的一致好评。4月中旬,市局对各市县退役士兵异地职业技能培训和退役士兵学历提升资料进行全面清理,健全了审核台账,以快捷便利暖心的服务帮助退役军人迈好工作转轨、事业转型、人生转身的关键一步。 （王志军 罗瀛）

市统计局:以党建引领“无疫社区”建设

本报讯 日前,市统计局牵头与市妇联、市气象局、市药检所、娄底监狱等单位到大科街道三元社区召开疫情防控暨“创文管卫”帮扶工作座谈会。

会上,大科街道办事处党(工)委书记和三元社区党支部书记介绍了社区基本情况、当前工作存在的困难和请求帮扶解决的问题。各帮扶单位做了表态发言,大家表示,将在物力、财力、人力上尽最大努力帮扶三元社区，助力三元社区“无疫社区”建设和“创文管卫”工作。

会议要求,各帮扶单位和社区要把继续抓好疫情防控作为当前工作的重中之重,坚决落实好市委、市政府关于疫情防控工作各项安排部署,成立临时的党支部要挂牌上岗,充分发挥支部战斗堡垒和党员先锋模范作用,以党建引领“无疫社区”建设。 （肖骁）

新闻特写

涟钢技工学校:发扬工匠精神 助推高质量发展

4月25日,在涟钢技工学校,该校焊工培训专家卢松正在手把手教授自己的学生。

卢松系焊工高级技师,现为涟钢技工学校焊接实习指导教师。他同时也是湖南省焊接协会理事,湖南省职业技能鉴定委员会专家委员。他1996年从涟钢技校焊工专业毕业,获得了全国技术能手、国务院政府特殊津贴、娄底市人才专家,培养了焊工专业学生、高技能人才1000多人,成为了许多知名企业的焊接中坚力量。

像卢松有这样突出成就的，在涟钢技工学校还有很多。该校紧紧依托涟钢集团,拥有一支结构合理、素质优良的师资队伍，现有中高级以上职称专业教师112人,实训指导教师41人,双师型、三师型教师占比30.8%。大批博士、全国技术能手、技能大师、湖南省技术能手、享受国务院政府特殊津贴、湖南省政府特殊津贴专家、全国钢铁工业劳动模范、湖南省工匠、省五一劳动奖章获得者、娄底工匠等名师精英齐聚校园,传道授业。

在专业设置上,据涟钢技工学校副校长邓凯介绍，该校坚持以市场为导向，在保留传统优势专业的基础上,开设计算机应用与维护、机械设备装配与自动控制、汽车检测与维修、工业机器人应用与维护、电子商务、计算机广告制作、焊接加工等大批市场急需专业。学校也同步配套建设了一流的计算机中心、智能制造(工业机器人)实训室、机械装配实训室、PLC实训室、汽车实训室、现代焊接实训室等。

涟钢技工学校是省属公办重点技校,全国冶金行业一类技校,全国焊接协会会员单位,湖南省焊接协会理事单位,湖南省研究生培养创新基地，还是10多所高校实习实践基地。近三年来,投入两千多万元改造，使校园环境发生了翻天覆地的变化,办学条件、校园硬件设施有了很大的改善,扩建了新校区、搭建了智慧校园管理平台、新建了汽车实训室等。置身校园,宛如一座美丽的大花园,一年四季绿树成荫、鸟语花香。

在涟钢技校学习的学生，按国家政策,享受免学费政策外,还可享受国家助学金、雨露计划、涟钢助学金等多项补贴。优秀学生享受国家奖学金、学校奖学金,学校同时与多所院校合作办学,通过对口考试,参加全国高考,升学就读全日制高校。与美的集团、衡钢工程、中联重科、长城信息、三一重工等国内多家知名企业进行定向培养。上学即定岗,毕业即就业,让每一位学子无就业之忧。

“50年栉风沐雨,50年春华秋实,50年桃李芬芳,涟钢技工学校全面贯彻党的教育方针,坚持“人为本,德为先,学为上”的办学理念。以“校风好、质量高、有特色”作为办学目标,全面完善办学设施,切实抓好学校管理,不断优化育人环境,办学水平显著提高,办学质量稳步提升。为打造高技能型人才新高地,助力娄底经济社会高质量发展做出了应有的贡献。”涟钢技工学校党委书记陈晓介绍说。 (王友专)

7374名考生参加娄底职院单招考试

本报讯 近日，娄底职业技术学院2022年单独招生考试圆满落幕，共计7374名考生参加本次单招考试。今年娄底职院单独招生计划3880人,涵盖护理、医学检验技术、无人机应用技术、机电一体化、数字媒体设计、电子商务等40多个专业。

受疫情影响,今年考试组考发生了重大变化——娄底职院在全省14个市州分别设置考场,组织了13个工作小组到全省其他市州考点组考;同时该校也作为其他23所院校的考点,将组织人员在5天时间内完成共计5000余人、206个考场的考试任务。

此次单招考试时间久、任务重,为保障好此次单独招生考试工作,娄底职院成立单独招生考试工作领导小组，由校党委书记朱忠义任顾问,校长张征澜任组长,下设18个工作组,负责考试命题制卷、试卷运输与保密、考试组织实施、阅卷统分、考生资格审查、安检、宣传信号、后勤服务等各项工作，确保了平安考试、健康考试。

考试当天，考生提前60分钟到达考试地点,由工作人员查验场所码、检测体温、48小时核酸检测证明,考生陪同人员一律不允许进入考场范围。针对健康码异常、体温超过37.3℃等情况的学生，都由医务人员带入备用隔离考室进行考试。 （朱亚鹏）

吉利首款雷神超级电混轿车上市

本报讯 2021年10月31日（宁波杭州湾),吉利汽车集团在吉利研究总院正式发布全球动力科技品牌——雷神动力以及模块化智能混动平台——雷神智擎Hi·X。雷神智擎HiX混动系统具有43.32%的热效率、3挡DHT Pro、40%以上节油率、全动力域FOTA等六大混动核心技术。同时,雷神动力的发布,正式开启了吉利汽车动力4.0时代。日前,娄底华智吉利旗舰店正式对外公布了吉利L Hi·X的展车。从展厅的现车来看,新车在延续吉利L高颜值、高品质、高安全的同时,悬挂了与星越L?Hi·X一样的吉利全新数字流光车标,彰显其雷神“超级电混”的身份,极具辨识度。 （陈梅）

减税降费“及时雨” 助企纾困促发展

本报讯 今年以来,为保证新的组合式减税降费政策落实落地,让企业第一时间享受减税降费红包福利。双峰县税务局以第31个税收宣传月为契机,立足本职工作,强化政治担当,提高服务意识,第一时间成立专项工作组,通过腾讯视频、税企互动微信群、“一对一”线下宣传辅导、制作微信短视频、发放宣传小手册等方式,对符合条件的企业进行多方位全覆盖式宣传辅导。

农友集团,是双峰传统优势产业——农机产业的代表,产品涵盖了粮食生产的全过程,今年受疫情和经济形势的影响,资金周转面临一定的困难,现行组合式减税降费政策出台后,双峰县税务局组织专业人员到企业进行政策宣传,为企业解决燃眉之急。该企业法人激动地说:“这笔留抵退税真的是场及时雨,在公司运营相当紧张的时期,能够迅速帮助我们企业盘活资金,大大减轻了我们企业的负担。让我们深刻感受到了政府帮助企业渡过困境的决心。”

不忘初心解民忧,用心用情办实事。下阶段,双峰县税务局将持续结合“我为纳税人缴费人办实事”活动要求,不断推进非接触式办税,提升服务质效,加强政策宣传辅导,确保纳税人缴费人应知尽知、应享尽享政策“大礼包”,为营造县域和谐统一的税收营商环境注入“税动力”。 (彭志辉)

消防志愿者深入小区开展防火、防疫宣传

本报讯 为全力做好疫情防控特殊时期消防宣传培训工作,切实提升辖区抵御和防范火灾能力,确保“防疫、防火”工作齐头并进。近日,双峰县消防救援大队宣传服务队把“办实事”作为工作出发点,立足实际,瞄准“靶向”精准引导,通过消防志愿者平台发布宣传活动,组织消防志愿者深入小区开展防火、防疫宣传,将防疫卡点“变身”消防宣传站,努力实现疫情防控期间消防宣传全覆盖,持续营造良好的消防宣传氛围。

在宣传过程中,消防志愿者在做好自身安全防护措施的前提下,指导居民进行扫码登记的同时,顺便为小区居民发放了防火常识宣传手册,并详细讲解了家庭用火用电注意事项、火场逃生自救知识以及发现火情如何拨打119报警、如何使用灭火器、如何处置电器着火等。在讲解过程中,消防志愿者发现居民消防知识基础参差不齐,对消防知识基础薄弱的群众,重点讲解了火灾的预防和初期火灾的扑救方法。同时,消防志愿者提醒小区居民不要将电动车在楼道内充电,自觉清除楼梯间、疏散走道内影响逃生救援的障碍物,保证安全疏散通道随时畅通,确保自己和家人的生命财产安全。

据悉,该大队宣传服务队还针对疫情期间消防安全注意事项,利用微信开展防火宣传,把消防知识送到千家万户,使消防安全意识扎根于每位群众的脑海。通过微信群发送消防安全知识,切实提高人民群众消防安全意识,提高防御火灾能力,确保疫情期间辖区消防安全稳定,受到了广大群众的欢迎和好评,起到了良好的宣传效果。 (贺超荣)

双峰:工厂化集中育秧

4月23日,双峰县洪山殿镇贤才果蔬专业合作社育秧工厂,技术人员在进行育秧管理。该育秧工厂采用新研发的可循环采光的链式多层漂浮育苗装置进行育秧,通过自动控温调湿,使稻谷种子破胸、露芽、长苗整齐一致,加快了秧苗生长周期,克服了因天气变化导致烂秧现象,大大提高了工作效率,助力乡村振兴。 (乃继辉)

冷水江花桥村:牛肉精深加工让乡村“出彩”

本报讯 连日来,正处于试生产阶段的湖南花桥食品有限公司订单不断,一片向好势头。这也意味着冷水江市铎山镇花桥村产业发展再添新动力,乡村振兴有了更加坚实的产业支撑。

走进冷水江市花桥食品有限公司的食品加工车间,浓郁的牛肉香味迎面飘来,工人们正有条不紊地按流程进行操作。通过他们的双手,借助现代化生产设备,一块块牛肉经清洗、加工、消毒、包装后,衍生出风味各异的众多美食。

湖南花桥食品有限公司总经理李家玉说:“我们的主要产品是牙签牛肉、秘制牛肉罐头、手撕牛肉干、牛肉酱、牛板筋,还有麻辣豆腐,我们主要是以牛产品为主。”

要想提高牛肉附加值,深加工是一条重要的路径。近年来,冷水江市花桥村不断研究探索,在牛肉食品加工方面做了很多尝试。2021年4月5日,花桥村村集体和湖南牛村故事食品有限公司合资成立了湖南花桥食品有限公司,并在今年4月1日开始试生产。通过发达的网络、快捷的运输和先进的包装技术,将花桥牛肉熟食产品销往全国各地,让更多人品尝到冷水江的特色美食,也让远在他乡的游子感受到了家乡的温暖。

想要做出让食客满意的美食,食材的挑选非常重要。每天清晨,经验丰富的采购人员都会早早来到市场,挑选新鲜牛肉。制作的产品不同,选取的部位也不一样,牙签牛肉取的是牛里脊,这里的肉质更鲜更嫩,肉感老少皆宜;牛肉酱要取牛腱子肉,这样肉质才更有劲道。在保证食材新鲜的同时,公司还特别注意食客的评价。通过线上线下收集到的反馈,不断对产品制作工艺做出调整,推出新产品,更好地满足消费者的需求。预计在5月中旬,花桥牛肉熟食产品将正式进入市场。

花桥村村民谢凤梅说:“上班骑车只要五分钟,回去做饭给我妈妈吃也方便,七十多岁的老母亲,一个人在家里也需要人照顾,所以就到这村里面做点事,又照顾了母亲又增加了收入。”新产业给村民带来了新生活。食品加工厂的成立,不仅为村集体带来经济收益,当地村民也可以进厂务工,赚取劳务收入。特色产业的发展,让村民们感受到了真切的幸福感和满足感,成为冷水江市花桥村描绘共同富裕新图景的生动注脚。

(曹丹 段姝)

娄星区医保局开展打击欺诈骗保集中宣传

本报讯 每年4月是打击欺诈骗保集中宣传月。今年,娄星区医疗保障局按照省、市医疗保障部门的要求,结合我区工作实际,在全区范围内开展以“织密基金监管网,共筑医保防护线”为主题的集中宣传月活动。

娄星区医保局通过制作一批群众喜闻乐见、通俗易懂的宣传作品,在医保经办窗口、医疗机构门诊大厅和住院部等醒目位置张贴宣传海报1280张,悬挂横幅290余条,利用电子显示屏播放200余个打击欺诈骗保宣传片,并向就诊购药及往来群众发放宣传折页3000份;同时下发医保政策练习题库,要求各医药机构组织本单位职工认真学习医保政策相关知识,加大医保政策业务学习培训力度,运用以考促学、业务竞赛等形式,推动形成人人学政策,个个守规矩的氛围。区医保局年终将组织各医药机构职工进行闭卷考试,考试成绩将纳入年度考核内容。

娄星区医保局充分利用电视、村村响广播、报纸(刊)、新媒体、政府网站、微信群、微信公众号等进行打击欺诈骗保宣传,开设打击欺诈骗保专题专栏,刊发报道打击欺诈骗保的政策、典型案例、普法视频、举报电话及举报奖励办法等。结合集中宣传月活动,大力开展“集中整治回头看”宣传造势工作,让群众知晓“集中整治回头看”的工作目标和重点内容,管好用好群众的“看病钱”“救命钱”,彰显党委政府打击欺诈骗保的坚强决心和为人民服务的政治担当。 (肖萍 谢耿忠)

新化县乡村育插秧机械化助力春耕“加速度”

本报讯 眼下正值水稻插秧季节,新化县水稻主产区采用水稻机械化育插秧技术,提高了育秧效率,让春耕跑出了“加速度”。

在洋溪镇官渡桥村双季稻种植区,水稻种植户正在进行机械化插秧流水化作业。随着水稻秧盘育秧播种机的开动,一排排整齐的秧苗陆续在稻田中迎风挺立、绿满田畴。整个水稻机械化插秧操作简便,深受广大种植户的认可。

“机械化育、插秧可以大量节省秧田,每一亩秧可以插100亩稻田,相当于人工手插秧的十分之一。可以提高劳动效率,每一台播种流水线每天可以播1000多斤谷种,每台高速插秧机可以插三四十亩水田,相当于四五十个人的劳动效率。”县农机事务中心高级工程师龚厚贤介绍到。

在科头乡桃林村,大棚内一盘盘秧苗郁郁葱葱、长势喜人。村民们在县农机事务中心技术员的指导下卷起秧苗,运往稻田插播。“现在有大棚23个,每个大棚可插早稻50亩,能够插1200亩到1300亩之间,秧苗的质量是非常好的。”紫鹊界国梁米业科头乡育秧基地负责人李忠诚说。

采用机械化育插秧技术,是当前制止广大农村因劳动力不足和农业效益低下而导致耕地抛荒的有效手段;是减轻农民劳动强度、降低农业生产成本的前提条件。近年来,新化县把机械化育插秧技术推广并作为主攻方向,在落实推广责任、建立示范基地、加强技术指导等方面制订了详细方案,以农机专业合作社、种粮大户、农机大户为载体,广泛推广水稻机械化育插秧技术,加快推进水稻生产全程智能化。 (游进)

娄底市检察院开展党组理论学习中心组学习

4月24日，市检察院开展党组理论学习中心组集中学习,认真学习贯彻习近平总书记关于中国式现代化道路和稳步促进全体人民共同富裕的重要论述等内容。市院党组书记、检察长李太平主持会议并讲话。

李太平指出,习近平总书记强调“在高质量发展中促进共同富裕”,这一重要论述具有深刻的理论内涵，指明了高质量发展是促进共同富裕的基础。在高质量发展中促进共同富裕，是新时代新阶段我国发展的新特征新要求。进入新时代,我国社会主要矛盾发生转化,要求以高质量发展满足人民日益增长的美好生活需要,重点解决发展不平衡不充分的问题,而这正是促进共同富裕的内在要求。

李太平强调,要深入学习领会习近平总书记关于中国式现代化道路和稳步促进全体人民共同富裕的重要论述,必须深刻认识全体人民共同富裕是我们党矢志不渝的奋斗目标，是社会主义的本质要求,是中国式现代化的重要特征,要坚持以人民为中心的发展思想,在高质量发展中促进共同富裕。要把贯彻落实习近平总书记重要讲话精神和党中央决策部署,把促进全体人民共同富裕摆在更加重要的位置,不断深入学习马克思主义中国化的最新理论成果,增强用习近平法治思想指导检察工作的政治自觉;要时刻牢记马克思主义人民性,增强践行司法为民、公正司法的思想自觉;要掌握运用马克思主义科学方法论,增强推进娄底检察事业发展的行动自觉。要以深入贯彻落实《中共中央关于加强新时代检察机关法律监督工作的意见》以及省委《实施意见》为契机,脚踏实地,久久为功,向着这个目标不懈奋斗,为推进共同富裕贡献检察力量。

会上,市院党组副书记、副检察长罗灿作了题为《正确认识中国式现代化新道路,努力实现共同富裕目标》的专题辅导,市院党组成员、副检察长邹图华领学了市委有关规定和文件通知，党组中心组成员钟立吾、龙银香围绕会议主题分别作了中心发言。（刘义辉　谢特波）

冷水江市检察院：开展“利剑护蕾”行动

为了提高未成年人防范性侵意识和自我保护能力,近日,冷水江市检察院未成年人检察办公室干警彭词,以法治副校长的身份来到市第六小学,为该校六年级学生送上了一堂以“青春安全我保护”为主题的预防未成年人性侵害法治课。

“同学们,你们知道法治副校长是干什么的吗?”课堂上,法治副校长彭词首先向学生们讲解了检察机关的职能和法治副校长的工作职责,随后与学生们开展趣味游戏,引导学生了解青春期的身体变化，从而明晰自己的身体界限。“小明生病了,妈妈帮他洗澡,这种情况属于性侵害吗?”,学生们纷纷举手回答,课上,彭词又通过互动提问、情景模拟的方式，介绍了性侵害的具体行为,随后通过展示人物卡片和讲述真实案例的方式，告诫学生们要对陌生人、熟人保持警惕,不要早恋、网恋,男生也要有防范意识。最后重点讲解了如何预防性侵害以及遭遇性侵害时和性侵害之后应采取的措施等。课后,听课的师生们均表示对“性侵害”有了新的认识。

一直以来，冷水江市检察院不断加强对未成年人保护工作，严厉惩治性侵害未成年人犯罪，积极参与未成年人法治宣传教育，推动落实冷水江市33所中小学校法治副校长全覆盖。（肖桂枚　彭词）

娄星检察联合多部门开展“农资打假”专项治理行动

近日，娄星区人民检察院联合娄星区农业农村局、娄底市公安局娄星分局和娄星区市场监督管理局开展农资打假专项治理行动，依法从严从快打击制售假冒伪劣农资等违法行为，充分发挥检察机关职能作用，积极参与农资市场综合治理。

此次专项治理行动随机对娄星区涟滨东街、万宝镇、娄底经开区大埠桥街道的农资经营单位进行执法检查，仔细查看了经营资质、农药登记证、种子标签、农资经营档案、肥料登记和经营票据等内容,并对部分门店的种子、肥料等农资产品进行了抽样检查。对于部分经营单位存在的过期农药处置不及时、台账登记不规范等问题,执法人员现场下达了责令整改通知书。

（谢新星　肖婷）

新化检察深入高新技术产业开发区走访调研

4月25日,新化县人民检察院党组书记、检察长刘誉荣一行,深入新化高新技术产业开发区开展了检察联络员工作专项调研活动。

会上,刘誉荣首先介绍了“一院一品”乡镇检察联络员品牌打造的计划和方案，并重点围绕高新技术开发区营商环境的优化和整治与大家进行了深入讨论。一方面,初步了解高新区生产经营和平安建设中存在的困难和实际司法需求，征求高新区党工委对检察机关在优化法治化营商环境、服务保障民营企业发展方面的意见建议。另一方面，立足辖区经济社会发展现状,积极发挥检察职能,对辖区总体营商环境进行把脉、问诊。

高新区负责人表示将大力支持与配合乡镇检察联络工作，全力协助畅通检民联系沟通渠道，实现法律监督关口前移,解决群众诉求,为提升检察机关的执法公信力和社会经济和谐稳定发展作出新的贡献。

刘誉荣强调，服务保障优化营商环境是检察机关服务大局极其重要的任务。下一步,新化检察将督促该院相关部门及时处理此次走访调研中摸排到的问题与线索，尤其就各园区中遇到的带有普遍性、规律性的疑难复杂法律问题开展专项服务。重点抓好优化营商环境、保护民营企业发展、县域综合治理现代化、扫黑除恶专项斗争等工作，争取通过高质高效的调研走访,解决突出问题,形成优质类案或社会治理类检察建议，为高新区建章立制、堵塞漏洞、稳定秩序贡献检察力量。（吴小洁）

双峰检察：上门送达，共筑安全生产“防护墙”

为贯彻落实最高人民检察院“八号检察建议”,切实为安全生产“保驾护航”,4月25日，双峰县人民检察院党组成员、副检察长王志辉带队至县应急管理局,当面送达“八号检察建议”,并召开座谈会。

座谈会上,双峰县人民检察院介绍了“八号检察建议”制定的背景、主要内容和重要意义,并就贯彻落实“八号检察建议”提出三点意见。一是严格贯彻落实习近平总书记关于安全生产工作的重要指示精神,细化分工、压实责任,切实将安全生产工作做实做细做牢;二是应急管理局、公安机关、人民检察院等行政执法部门、司法机关进一步建立“两法衔接”长效工作机制,加强日常工作配合,依法惩治安全生产违法犯罪行为;三是持续加大“八号检察建议”和安全生产工作宣传力度,推动企业和广大人民群众树牢安全生产理念,增强安全意识、责任意识和法律意识。

同时，双峰县人民检察院还紧密结合办案中发现的县散装汽油经营管理过程中存在的安全隐患和监管不足等问题,向应急管理局送达了该院制发的《检察建议书》,进一步促进“八号检察建议”落地生根。会上,该院还解读了应急管理部、公安部、最高人民法院、最高人民检察院联合印发的《安全生产行政执法与刑事司法衔接工作办法》。（江映贵）

1+1＞2!涟源检警配合这样干

近日，涟源市检察院与市公安局召开案件研讨和办案经验交流会,进一步凝聚思想共识,为规范办案、提高案件质效、贯彻落实“少捕慎诉慎押”刑事司法政策等打下坚实基础。

“利剑护蕾”,保护好身边每个孩子

会上,市公安局“11·19”案工作专班汇报了该案办理情况,公、检双方围绕案件侦办、法律监督和协作配合等方面交换了意见,就“利剑护蕾”专项行动的开展和后续情况进行会商,并对全市性侵案件进行摸排、提前介入、制定案件台账等机制达成一致。

涟源市检察院党组书记、检察长廖斌表示,涟源检察要进一步加强与市公安局的协作配合,落实好提前介入、联席会议等工作机制，加大性侵未成年人犯罪打击力度。持续抓好“利剑护蕾”专项行动,营造依法严惩侵犯未成年犯罪、呵护未成年人健康成长的浓厚氛围,确保专项行动取得实效。

检警联手,合力打击电信网络诈骗

涟源侦破“08·07”特大跨境电信诈骗案,引发社会广泛关注。市公安局刑侦大队向与会人员通报了“08·07”案的基本情况。办案检察官围绕电子数据的提取、技侦材料的转化、证据固定和追赃挽损等提出意见建议，同时督促侦查人员及时补充关键证据，保证案件的侦办质量,充分做好移送起诉前的准备工作。

会议强调，要深入贯彻宽严相济刑事政策,创新方式方法,实现精准有效打击治理。一方面,在坚持依法办案的前提下,快侦快捕快诉,力求最佳打击效果。另一方面,坚持贯彻“少捕慎诉慎押”刑事司法政策,秉持分层处理、分类打击原则,精准高效打击电信网络诈骗犯罪。

联合协商,合力降低诉前羁押率

廖斌通报了涟源市检察院诉前羁押的基本情况，分析当前诉前羁押工作存在的问题。与会人员就如何降低诉前羁押率、新的刑事司法理念、羁押必要性审查和解决实际案件中存在的疑难问题等进行沟通协商。

涟源市公安局副局长曹以仁表示,降低诉前羁押率是一项系统性工程,市公安局将高度重视降低诉前羁押率工作,组织干警认真学习“少捕慎诉慎押”政策,破除“以捕代侦”办案思维;进一步加强与检察院的沟通与协作，在降低诉前羁押率的同时促进办案质量的提升。

涟源市检察院、市公安局相关领导班子成员,部门负责人参加会议。（袁慧）

娄底中院青年获评“全国优秀共青团员”

1996年出生的苏璞,毕业于西南政法大学,共青团娄底市第四次代表大会代表,共青团娄底市第四届委员会候补委员,现任娄底市中级人民法院五级法官助理。曾获2019-2020年度湖南省青年岗位能手、全省法院扫黑除恶专项斗争表现突出个人等荣誉称号,在全国法院案例分析评选活动中获全国三等奖、优秀奖3次,被授予嘉奖2次。

政治忠诚 坚信笃行共产主义信仰

他思想上要求进步,积极向党组织靠拢,有着坚定的共产主义信念。在大学期间,他主动学习党的理论和思想,立志把投身党和国家法治事业作为梦想,考取了法律职业资格证。2017年通过公务员招考进入娄底市中级人民法院工作,在单位担任团支部宣传委员。不论是组织宣传工作还是审判业务工作,他坚信——离不开自身踏实地努力与钻研,离不开细心地沟通与落实,离不开提高思想与政治站位,专注做好手中的每一件事,便能有所收获。

写文字材料是一件苦差事。但是苏璞不以为苦,埋头在文字堆里,用“文字利剑”诠释正义理想。他与法官一起对5年内965件未成年人犯罪案件进行分析,发现多数失足青少年大多有逃学和父母常年外出务工背景,为满足上网、美食等消费需求,侵犯财产犯罪占半数以上。他对此提出加强庭前心理疏导、完善法治校园体系、深化教育帮扶等建议引起相关部门重视。此外他撰写的疫情期间涉众诉讼风险隐患等多篇信息被中共娄底市委、湖南省高级人民法院内刊采用。他还采取多种方式调查研究当地基层社会矛盾化解现状并提出可行性建议,其作为课题组成员执笔的《人民法院主导的诉前联动纠纷解决机制研究》经湖南省高级人民法院评估验收评为优秀课题。

恪尽职守 立足岗位知责担责尽责

作为一名法官助理和法院研究室干部,苏璞以法律人的严谨、理性践行新时代青年的正义担当,让违法犯罪在法律面前显形。

在审理案件的过程中,他把党纪国法铭记在心,努力不让正义蒙尘。在扫黑除恶专项斗争中,他与法官一起翻阅曾宪波、曾宪鹏等27人犯罪集团寻衅滋事、聚众斗殴、非法拘禁案多起卷宗,总结出了恶势力犯罪集团认定条件与方法,解决了区分恶势力犯罪集团、黑社会性质组织、普通犯罪集团的实践问题,被《全国扫黑办扫黑除恶执法办案指导手册第一辑》刊发,该案被写入2019年最高人民法院工作报告。

他一边埋头苦干,尽职尽责完成岗位任务,同时注意总结经验,探究案件中的理论问题,撰写案例分析。在全国法院系统案例优秀案例分析评选活动中,他撰写的案例分析曾获2018年度全国三等奖、2019年度全国三等奖、2021年度全国优秀奖。他虚心向有丰富审判经验的法官和同事请教,组织娄底市县两级法院干警参加活动,获案例分析全国二等奖、三等奖、优秀奖9次,省级奖项10余次,被湖南省高级人民法院2次评为全省法院优秀通讯编辑,所在单位多次获得全省法院案例工作先进单位。

勇于担当 不断磨砺小我融入大我

在法院团支部,苏璞展现出青年的活泼一面。积极参与组织各类公益活动,如组织团员参与了“抵制校园暴力·送法进校园”活动、“学雷锋志愿服务”活动等,参与城市文明交通劝导、“青春湘伴在娄底”公益基金募捐、社区敬老等活动。并且发扬集体精神,热爱集体生活,他在单位各项党建文体活动中担任主持并参与活动策划,在单位担任了“我身边的好党员”演讲比赛、党史知识竞赛以及“我读书、我快乐”读书会、广播体操比赛、乒乓球比赛、气排球运动会等活动主持人。

诗人鲁黎在诗歌《泥土》中这样说,“把自己当作泥土吧,让众人把你踩成一条道路。”对法院青年,他始终不忘大学立志投身法治事业的梦想,不好高骛远,志愿在做好本职工作中获得成长进步,继续发扬共青团员的带头作用,在为党和国家法治事业中贡献青春力量、实现人生价值! (梁成文)

一面跨越千里的红锦旗

4月19日,娄底市公安局娄星分局长青派出所民警肖湘麟收到了一个来自北京丰台的快递,打开一看,里面是一面印有“公正执法、热心为民、雷霆出击、破案神速”锦旗和一封质朴简短的感谢信,寄件人是被电信诈骗的受害人芦某。远在北京的她以这种方式来感谢办案民警用心侦查,速破案件,为其追回损失36800元。

4月3日,该所经过数天艰苦细致的侦查工作,抓获了犯罪嫌疑人周某。经审讯,周某交代在3月13日,在明知另一嫌疑人谢某提供的资金涉嫌违法的情况下,仍然使用自己的银行卡帮助谢某接收了一笔36800元的资金,在转入自己另一张银行卡后,以取现的方式将资金取出。目前,周某已被依法采取强制措施。案件告一段落,连续加班数天的办案民警肖湘麟没有停歇。36800元不是一笔小数目,他知道老百姓最关心的还是自己的损失能不能够追回。他与嫌疑人周某的家人进行了沟通,克服困难,多方做工作,经过近十天的努力,认定36800元诈骗款的受害人为芦某。可是当联系芦某时,曾经被骗过的芦某不相信并拒绝来娄底领取钱款。肖湘麟不厌其烦作解释工作,还将自己的警号发给对方,让她到北京当地公安机关查询核实清楚再做决定。芦某核实后才来到娄底,履行完一切手续后,芦某拿着失而复得的三万多元喜极而泣。回到北京的芦某于4月16日写下了一封饱含深情的感谢信,连同锦旗一起邮寄给了长青派出所。一面锦旗,一封感谢信,承载人民群众对民警打击犯罪、为民服务的感激之情,是人民群众最朴素的情感表达,也是人民群众对民警最高的肯定和褒奖。 (许建辉)

双峰公安打掉一“跑分洗钱”团伙

11人被依法刑拘

双峰县公安局持续重拳打击电信网络新型违法犯罪以及相关联的黑灰产业,推进“断卡”行动纵深发展。近期,刑侦大队反诈专班打掉一个“跑分洗钱”团伙,抓获犯罪嫌疑人11名。

今年2月份,青树坪派出所民警接群众举报,称有一伙无业人员经常在宾馆聚集,进出频繁,行色异常。民警通过侦查,初步判断这些人在从事电信诈骗活动,迅速将警情转到刑侦大队。刑侦大队反诈专班立即对该团伙展开侦查,通过跟踪研判,一个涉案人数众多、分工明确的跑分洗钱团伙逐渐浮出了水面。经过反诈专班精准研判、周密部署、缜密侦查,迅速摸清了该团伙的成员结构、活动轨迹。

2月23日晚,抓捕时机成熟,刑侦大队联合青树坪派出所兵分两路开展收网行动,一路在某酒店抓获“卡农”(为犯罪分子提供银行卡,用于流转涉案资金,进而非法牟利的犯罪嫌疑人)邓某等9人,一路在酒店附近抓获团伙组织者孙某、范某2人,共扣押作案手机、电脑共10余台,银行卡40张。

经查,为谋取非法利益,组织者孙某受雇于境外电信诈骗、网络赌博犯罪集团并为其提供洗钱服务。今年元月,孙某为谋取更大利益,开始筹划组建电信诈骗团伙,拉拢与曾经一起务工的工友范某、岑某成为团伙骨干成员。范某拉来了朋友邓某,邓某又拉来了自己的亲戚朋友相继入伙,这些人纷纷成为“卡农”,他们提供自己名下的银行卡、手机卡等供这个犯罪团伙用来过帐以获取高额报酬。通过亲戚带亲戚、熟人带熟人,最终发展成这个分工明确、组织严密、活动规律的“跑分洗钱”团伙。不到两个月,这个团伙获利金额达数十万元。

2月24日,11名犯罪嫌疑人被双峰县公安局依法刑事拘留,近日被检察院批准逮捕。目前,案件正在进一步侦办中。 (戴炀 胡丹)

男子攀亲套近乎 这门“亲戚”认不得

俗话说,害人之心不可有,防人之心不可无。当老年人遇到陌生人上门套近乎,一定要保持警惕。近日,双峰县公安局金开派出所破获一起诈骗案,犯罪嫌疑人专门以独居老人为作案对象,冒充老人的亲戚骗取钱财。

4月11日,金开派出所民警接到辖区一名老人报警,称家里来了一名中年男子,说是他儿子的大舅子,借走了他1200元,他怀疑对方是个骗子。民警询问得知,老人今年70岁,白天独自在家时,一名中年男子上门询问老人的儿子是否在家,得知老人儿子不在后,中年男子与老人套近乎,假称自己是老人儿子的大舅子,谎称其要去县城办事身上没带钱,恳求老人借钱应急,明天再将钱还给老人。善良的老人信以为真,借给中年男子1200元。之后,老人越想越不对劲,便来到金开派出所报警。

“独居老人、冒充亲戚、中年男子”,这些词语组合在一起,让民警立刻想起曾经打击处理过的一名诈骗惯犯,随即调出了这名惯犯贺某的图像给老人辨认,老人一看到贺某的照片便激动地说:“就是他,就是他”。确定了嫌疑人后,民警迅速展开抓捕行动,于4月12日成功将贺某抓获。

通过进一步侦查,民警查明了贺某从今年1月起相继诈骗王某等五名老人共计8000余元的犯罪事实。

4月13日,贺某因涉嫌诈骗罪,被双峰县公安局依法采取刑事强制措施,案件正在进一步侦查中。

民警提醒:老人要加强防骗防盗知识的学习,提高自身安全防范意识,对陌生人的搭讪一律不予理会。遇到自称是亲戚套近乎的,不要轻易相信,更不能将钱借给陌生人,要先打电话向自己的子女核实。发现被骗后,第一时间拨打110报警。作为子女,要多关心家里老人的日常生活,引导老人保管好财物,提醒他们注意防范此类诈骗犯罪。 (熊玉玲 陈奎淋)

阅读“悦”美好 书香满校园

看娄底学子共“读”好时光

读书在当下，莫负好时光。4月23日是第27个“世界读书日”,连日来,娄底市各小学开展形式多样的“世界读书日”活动,学生们读好书、享心得、传快乐，碰撞出精彩纷呈的思维火花,营造出团结和谐、奋进向上的书香氛围。让我们一同品读好书，共享书香盛宴!

阅读分享会现场授奖

学生们正在互相借阅各自推荐的书籍

娄底一小

如果你是一滴水，你是否滋润了一寸土地？如果你是一颗最小的螺丝钉，你是否永远坚守在你生活的岗位上？”近日,娄底市第一小学举行“雷锋精神我传承”阅读分享会。

分享会上，五年级的同学们结合自身阅读内容，声情并茂地分享学习心得，带领在场的每一位同学感悟雷锋精神,走进雷锋伟大的精神世界。此次活动共有15位同学参加，他们对雷锋精神有着各自的理解。同学们从自身角度出发，阐述如何将雷锋精神融入到生活的方方面面，努力去做一个内心阳光的好少年。

通过阅读分享会，同学们纷纷表示，要在今后的学习生活中继续坚定理想信念,发扬雷锋精神,传承红色基因，在成长的路上让雷锋精神绽放新时代光芒。

娄底吉星小学

4月1日—30日，为进一步促进学生形成阅读自觉，提高学生的深度阅读品质,优化学生家庭阅读环境,引导广大师生及家长感受领悟阅读文化的魅力,提高思维品质和文化品位,娄底吉星小学开展为期一月的“悦读·阅精彩”第九届阅读节活动。

本届阅读节活动包括发放“4·23世界读书日”倡议书,鼓励亲子共读,评选“阅读之星”,分年级开展阅读创意展等。通过活动的开展,让老师、家长带领孩子们一起爱上阅读，坚持阅读,在阅读中一起成长。

娄底四小

为推动全民阅读活动深入开展,营造全民读书的良好社会气氛，娄底市第四小学开展了“悦读童趣·书香相伴”主题活动。

在4月18日至4月25日活动周中,学校开展了丰富多彩的活动,课本剧的表演算得上重头戏,学生们通过表演剧本《满江红》中帐下疾书、军营操练和宣誓出征等三个舞台场景,展现了岳飞及岳家军精忠报国的爱国情操和英雄气概。除此之外,同学们对剧本《精卫填海》剧本的演绎,也深刻体会到遇到困难与挫折时需要像精卫一样不屈不挠,只要能坚持到底,就一定能战胜困难。小演员们用自己的表演,诠释了自己对人物的理解,展示了读书成果。

同时,学校还举行了制作书签、好书推荐、特色作业展示、书画展、诗词大赛等特色活动。此次活动的开展旨在进一步倡导阅读风尚，丰富学生的校园生活,激励学生多读书、读好书、会读书,养成终身阅读的习惯。

娄底华达学校

为庆祝第27个“世界读书日”,推动书香校园建设的深入开展,娄底华达学校以“礼遇好书,悦读经典”为主题开展了国旗下的讲话、师生同读一本书、师生经典诵读、阅读手抄报评比、阅读汇报展演、好书推荐等一系列读书活动,并发出了读书倡议:关掉电视,走进书店,买一本书,共享读书的快乐。

近年来，娄底华达学校先后被评为市级、区级“书香校园”。此次读书活动的开展,进一步推动了学校“书香校园”“书香班级”的建设,极大丰富了师生的读书生活,营造出“爱读书,读好书”的校园氛围,阅读成为学校师生的一种自发习惯。

蛇形中心小学

4月22日，娄星区蛇形山镇蛇形中心小学以“浸润书香,共享快乐”为主题开展系列活动。活动包括亲子阅读、制作读书小报、设计精美书签、绘本表演、阅读红色经典·讲英雄故事、好书共享会等。各班学生利用课余时间,制作精美的读书小报和书签,并在办公楼走廊展示优秀作品,学生们在下课时间进行参观学习。同时,各班学生带着自己推荐的书籍参加好书分享会,会上进行好书推荐,学生们互相借阅推荐书籍。

通过此次活动，不仅激发了学生的读书热情，同时进一步拓宽了学生的视野，让学生感受到了读书的意义和乐趣,养成多读书、读好书的良好习惯,为营造和谐美好的“书香校园”起到积极推动作用。

大科长井小学

为落实全民阅读活动工作要求，增强广大师生的读书意识，培养良好的阅读习惯,4月18日至24日，娄星区大科长井小学组织开展形式多样的“世界读书日”活动。

4月22日,在学校组织下,长井小学部分师生来到娄星区长青街道扶青社区青少年活动中心借阅图书，开展现场阅读活动,以品读优秀作品、分享读书小故事、分享阅读感受和收获等形式,陶冶情操,体验读书的快乐。

活动期间,除了进社区品读外,还开展了“寻找身边的朗读者”活动,录制一段自己喜欢的诗歌或课文段的视频；举办“与你分享我读过的一本好书”主题班会;在读书日期间组织学生进行手抄报比赛,把自己读到的好书、感想形成作品，通过班级板报栏介绍给同学们等八项活动,营造读书、爱书的浓厚氛围。 （泽宇 中奇）

娄底蓝圃学校举行诵读经典比赛

为全面提高学生综合素质，营造浓郁的“书香校园”文化氛围。近日,娄底蓝圃学校举行第四届“诵读经典”比赛(初赛),小学、初高中部的班级参与此次比赛。

比赛现场,各班级列队整体,朗读铿锵有力;文学经典讲究意境之美,同学们语随心动,时而语气柔和、情真意切;时而感情充沛、声情并茂,诠释着对文学经典的感悟。“这里有浪漫洒脱的李白,有忧国忧民的杜甫,有江南的钟灵毓秀,有塞北的广袤苍凉……”同学们唱诵着各类风格的经典文学,仿佛置身古人的诗篇。

通过此次诵读文学经典比赛,让蓝圃学子更好的传承优秀的文化与民族精神。 （廖晖 王琳）

郭美云:迎难而上育桃李

在教学行业有一种看法，认为物理这门功课比较难教难学。这对于冷水江市第七中学教师郭美云而言,也不例外。但是她经过20多年的实践探索,总结出了自己的一套经验。

郭美云,1997年6月从吉首大学物理系物理教育专业毕业，先后担任过初中物理、生物、数学、政治等教学工作,在教学岗位上,她不断追求“严谨治学,博采治教”。

她认为,物理教学确实是一门“难教”的功课。但是困难再大,只要自己肯钻研，还是会有办法克服。在教学中，郭美云特别注重实验教学和多媒体教学。注重实验设计、实验改进,不管是演示实验还是学生分组实验,只要在实际教学中有不满意的地方,郭美云就思量着去改进或重新设计,注重对学生学习兴趣及创新能力的培养。如九年级物理中电学部分的教学,她充分利用实验器材,进行直观教学,使教学效果大大增强。

2020年新冠疫情爆发，郭美云正好担任九年级三个班的物理教学和物理教研组组长、九年级备课组组长。面对疫情防控与学生中考的双重压力,学校与年级部快速组织教研组长、备课组长和班主任召开了举行线上教学的工作会议。

没有软件支持的情况下，开展线上教学真是一个难题。郭美云克服苦难,用手机录像,以视频的形式,让同学们学习。后来使用企业微信开通直播，顺利地完成了一些新课教学和八年级上册的复习教学工作。

郭美云时刻牢记“给学生一碗水,自己必须有一桶水”的道理,长期坚持边工作边学习，还经常利用节假日参加各种培训。在教学上勤于钻研,广泛阅读和深入探究，不断提高知识功底和理论素养。她所教的课也深受学生的喜爱和好评，中考成绩多年名列全校第一,位居冷水江市前列。

为了提高学校的整体教学质量,郭美云还将自己在实践中积累的经验传授给年轻教师。通过谈话交流、带他们听课评课、给他们上示范课、共同探讨等多种方式，使他们的教学水平和教学能力提高很快，成长为教学一线的骨干教师。现在有的老师还担任了学科组长或学校中层管理人员。

（尹文锋）

省质量强省办到娄底实地核查质量工作

近日，省市场监督管理局二级巡视员曾砥平率省政府质量工作核查组到娄底市开展2021年度质量工作实地核查,副市长康艳华出席汇报会。

当天上午，核查组先后深入湖南创一电子科技股份有限公司、湖南星城建设集团有限公司开展调研。下午，核查组通过听取质量工作情况汇报、资料审查、查阅文件等方式,对相关市直单位提交的证明材料的真实性、有效性进行现场核实。

2021年，娄底市质量工作在市委市政府的坚强领导下，深入学习贯彻习近平总书记向中国质量（杭州)大会致贺信精神,深入推进“四个体系”建设，加快建设质量强市，有效提升质量在促进经济社会发展，实施“三高四新”战略的全要素贡献率。大力推进质量强市的制度支撑体系建设，不断完善质量第一的工作机制。深入推进监管执法体系、鼓励质量创新的促进体系和质量发展的社会共治体系建设,多措并举,补齐质量缺陷短板,推动质量整体提升，筑牢以质取胜的理念。

下阶段工作，市委市政府将坚持目标导向，对各单位工作目标绩效进行年底考核;坚持问题导向,针对重点领域、重点行业、重点问题进行逐年突破,逐个解决,达到质量强市、经济高质量发展目标;坚持部门合力导向,压实各部门责任，以更严格要求促进部门通力合作。

（刘恒材　罗达意）

娄底市多场培训与研讨开展世界知识产权日宣传

4月26日,是第22个世界知识产权宣传日。当天,市市场监管局在湖南省知识产权综合服务(娄底)分中心和娄底市质量基础设施“一站式”服务平台，开展知识产权宣传咨询,并举办知识产权质押融资培训与研讨会、企业商标和专利挖掘培训。

据悉,4月20-26日,市市场监管局利用多重手段、多种方式积极开展知识产权宣传周系列活动。“过去执法部门只想着如何罚款，现在是争相提供服务,都巴不得企业加快发展。”娄底市老字号协会会长张雁翅参加商标专利挖掘培训后,深有感慨。“这两年感觉政府越来越重视知识产权保护了”中国特效医术专业委员会副主任肖文生，如是说出自己同知识产权打交道十多年来的变化，他希望司法部门进一步加大商标、专利权的保护力度。

近年来,娄底市在知识产权质押融资方面积极探索、稳步推进。2021年,在兴娄担保、建设银行、长沙银行、农业银行、邮政储蓄银行等金融机构支持下,共完成知识产权质押融资登记8笔,质押专利69件,金额达到9733万元,同比增长249%,全市知识产权质押贷款工作迈上新台阶。

市市场监管局副局长刘勇介绍,举办知识产权质押融资培训与研讨会以及企业商标专利挖掘培训,目的是在金融机构、企业和中介机构之间搭建合作桥梁，引导企业培育高附加值专利,拓宽企业融资渠道,深化和拓展知识产权金融服务工作,让更多企业从知识产权质押融资中获得实惠。市市场监管局将立足娄底知识产权事业发展新形势、新任务、新要求,加快推进知识产权质押融资工作,为进一步扩大知识产权质押融资普及度和惠益面,促进创新型中小微企业健康有序发展,助力娄底“三高四新”战略实施。　（罗达意　李细华）

市场监管局深入健缘医疗开展“纾困增效”行动

4月24日，市市场监管局二级调研员邹涧率药品生产管理、药品流通等相关科室负责人,赴湖南健缘医疗科技有限公司开展“纾困增效”行动,为企业解决发展中遇到的实际困难，营造良好的营商环境,推动娄底生物医药产业高质量发展。

湖南健缘医疗科技有限公司是一家集医疗器械生产、特色医院、社区医养、互联网+医疗等多功能于一体的生物医药企业,市市场监管局十分重视娄底本土生物医药产业发展,围绕产业、企业所需所盼,主动服务、贴近服务,着力培育医药产业新动能、发展新格局,从健缘医疗最初投资意向开始,到医疗器械生产建厂、注册申报进行了全程指导帮扶。

邹涧一行同企业负责人座谈交流,得知企业想发展中药制剂、医疗机构制剂,肯定了企业负责人这一开拓创新的思路,并详细了解筹建进度、产品研发、注册和许可、营销思路等情况,听取企业对医疗机构制剂发展方面的意见和建议。

邹涧表示，市场监管部门将一如既往积极指导和服务企业，采取柔性服务理念,相关科室要积极主动沟通会商,在企业筹建和许可过程中做好帮扶工作,持续提供良好的营商环境，避免企业走弯路,不断推动生物医药产业发展壮大。企业要认真履行主体责任，根据企业的实际情况做好发展规划，明确医院制剂筹建的时间线,建立完善质量管理体系,切实保证医院制剂符合法规和质量标准要求;同时发挥好企业大健康资源优势,统筹公司内医疗、药品、器械、互联网的产业优势,打造品牌效应,推动企业又好又快发展。　（周焱）

把优化营商环境“交办令”变服务市场主体“集结令”

自全市吹响优化营商环境冲锋号以来,娄底市市场监管局坚决贯彻落实市委市政府决策部署,进一步提高政治站位,强化责任担当,全程挂图作战,扎实推进重点任务、重点问题、重点督导落地落实,把优化营商环境“交办令”变成服务市场主体“集结令”，用心用情用力当好服务市场主体“店小二”。

瞄准主攻点,全力抓好重点任务完成。主动把“部门行动”上升为“政府行动”,制定出台《娄底市进一步优化营商环境促进市场主体高质量发展实施方案(2022-2025)》,大力实施市场主体倍增工程和优质企业梯度培育行动,全面激发市场主体活力和投资创业潜力,着力形成“大企业顶天立地,小企业铺天盖地”的良好局面。同时立足市场监管职能转变,迅速制定《2022年纵深推进“放管服”改革全面优化营商环境重点任务工作方案》,建立责任领导、责任科室、重点问题、完成期限等责任清单和管理机制,层层压实到科室、到县市区局,营造浓厚的优化营商环境氛围。

找准突破点，全力抓实重点问题整改。以市委营商环境督导组和市优化办《优化营商环境交办令》为突破点,聚焦突出问题,对标对表,举一反三,综合施策，迅速在全市市场监管系统开展优化营商环境突出问题专项整改行动,排查整改一批突出问题,完善一批规章制度,建立一批常态化工作机制,实现规范市场秩序和优化营商环境同步发展、同频共振。同时从优化营商环境、深化商事改革、实施宏观政策、扩大招商引资、助推转型升级等五个维度,提出助企纾困、优化服务、财税支持、降低成本、企业培育等促进市场主体高质量发展20条硬举措,加快实现“个转企、小升规、规改股、股上市”,着力推动市场主体总量、质量稳步提升。

认准着力点，全力抓严重点工作督导。4月12日至21日,市局相关领导带队,先后赴娄星、经开区和涟源、冷水江等县市区,重点督导市场主体倍增和优化营商环境工作,深入企业、门店和基层监管所走访调研,以座谈会和现场交办的形式开展交流探讨,综合分析存在的问题不足,靶向性地提出解决措施,切实做好市场主体“保存量、促增量、扩总量、提质量”系统工程,确保优化营商环境与市场主体倍增工作同步发展,双向创优。　(黄如军　胡林卫)

市总工会慰问抗疫一线医务人员

4月26日，娄底市人大常委会党组副书记、副主任、市总工会主席李有才一行到娄星区人民医院(娄星区妇幼保健院)开展“抗疫有我 暖心盒饭”慰问活动,把市委、市政府关爱和工会组织“娘家人”的关心送到抗疫一线医务人员的心坎上。市总工会党组书记、副主席曾小坤等陪同走访慰问;娄星区卫健局党组成员、医院党委书记贺军民及部分院班子成员、院务会成员陪同。

“各位医务人员辛苦了,总工会向你们表示诚挚的慰问和衷心感谢,”李有才高度肯定医院坚守抗疫一线医务人员敢于奉献的职业精神,感谢他们坚守岗位、舍身忘我、顾大家而舍小家,全身心投入到疫情防控、核酸检测和转诊转运等工作中,同时,叮嘱医院工会要更加关心抗疫一线医护人员,及时帮助他们解决工作生活中遇到的问题,切实发挥工会组织桥梁和纽带作用,为全市疫情防控工作贡献工会力量。

贺军民代表医院对市总工会给予医务人员的温暖与爱心致以最诚挚的感谢,感谢市总工会对医院疫情防控工作的大力支持。

医务人员纷纷表示,感谢市总工会对医务人员的关心关爱,大家将牢记为人民服务的宗旨,坚守好自己的工作岗位,在疫情防控工作中不辱使命,履职尽责,用行动诠释医者仁心、责任担当,为坚决打赢疫情防控歼灭战战做出自己的应有贡献。慰问活动结束后,医院工会迅速将慰问物资进行分发,第一时间送到疫情防控各个工作岗位。 (邓湘)

市妇幼保健院护航外籍孕妇成功顺产巨大儿

近日,娄底市妇幼保健院产科病房迎来了一位特殊的孕妇——来自越南的小美(化名),在产科医护团队的通力合作下，帮助这位外籍孕妇成功自然分娩一名巨大男婴。

4月20日凌晨1点,越南籍孕妇小美在家人的搀扶下匆忙来到娄底市妇幼保健院产科,此时的小美已经痛得直不起腰，值班医生一经检查发现:小美宫口已经开大10cm,而且这是第二胎,来不及多想,产科总住院赵燕副主任医师、值班医生陈瑛和助产士阳梅急忙扶着小美进产房,上产床—消毒—铺巾—准备接生,一切井然有序的进行着!

产科总住院赵燕副主任医师考虑胎儿系巨大儿可能,经阴道分娩容易发生肩难产,并且导致阴道损伤和会阴裂伤,产后也容易发生子宫收缩乏力、大出血等情况,充分告知孕妇及家属相关分娩风险,并积极做好一切应对措施。幸而来中国多年的小美,已经能用中文沟通交流,最后在医务人员的悉心指导下,小美积极配合,于01点18分顺利产下一名4150g重的巨大男婴,母子平安,无产后出血。

产后助产士阳梅耐心辅助小美进行母乳喂养,产后回到病房,产科护理人员无缝衔接,密切观察产妇及新生儿情况。住院期间,产妇及其家属对该院产科人性化的服务非常满意,对该院产科医护人员几天来的悉心照料表示非常感谢。

(申文)

长在瘢痕上的胎儿

27岁时,来自双峰县的罗女士怀上了第一个宝宝,原本这是一件喜事,没想到却为今后怀二胎埋下了隐患……

罗女士在五年前剖腹产诞下一女,由于她和丈夫都很喜欢小孩,家人也都期盼着家族再添新成员,这坚定了罗女士想要生二胎的决心。4月14日上午，平时月经一向规律的罗女士察觉到自己已停经40余天,且小便时有少量血液，带上这个疑问，罗女士在家人的陪同下来到了当地医院就诊，检查结果显示罗女士已怀孕,不排除切口妊娠的可能,建议其转至上级医院进一步治疗。下午，罗女士一家来到娄底市中心医院妇科门诊就诊,B超结果显示:孕囊位置低,部分绒毛达切口处,遂拟“子宫瘢痕妊娠”收入十三病室(妇科)进行住院治疗。

接诊的十三病室(妇科)主任聂全芳介绍,有剖宫产史的女性子宫前壁下段会留下瘢痕，再次怀孕时,如果胚胎刚好在子宫瘢痕处着床,就会像一颗种子向瘢痕部位薄弱的肌层内生长,甚至穿透肌层、侵犯膀胱。可怕的是,瘢痕妊娠如继续发展,在生长过程中极可能形成前置胎盘、胎盘植入,甚至引起子宫破裂、大出血甚至危及生命。如果继续妊娠,将威胁罗女士的生命。

无奈之下，罗女士听从了聂主任的意见,选择进行手术终止妊娠。4月16日,由聂全芳主刀,主治医师王斌斌的协助下为罗女士实施了宫腔镜下子宫切口妊娠电切术＋粘连分离术。术后第二天,罗女士便可出院回家。几天后,罗女士带着锦旗和由衷的谢意再次来到市中心医院十三病室(妇科),“医德高尚 医术精湛”八个烫金大字记下的是罗女士对医生弥久不忘的感激之情，记录的是千万种医患关系中最纯粹、最圣洁的一种。

聂全芳主任提醒广大妇女同胞，孕妈妈第一胎尽量选择阴道分娩，如第一胎为剖宫产，再生妊娠时，特别是既往有多次人流手术史患者,就容易出现剖宫产瘢痕妊娠。她建议，瘢痕子宫的孕产妇一定要做好孕检,孕早期一旦确诊,应立即终止妊娠。如果没有生育打算,要在日常做好避孕措施。

(邹佳运)

市中医医院:老人突发嵌顿疝 多科联手急救治

近日,娄底市中医医院五病室(普外科)成功救治了一例重度感染性休克、重症肺炎、嵌顿疝伴肠坏死、弥漫性腹膜炎、电解质紊乱的重症患者，体现了普外科对疑难、危重病例的较高诊治水平,展现出该院各科室联合治疗的优势。

刘老今年78岁,于4月8日急诊入院,既往有右侧腹股沟疝病史10余年，一直未予治疗,入院前三天开始右侧腹股沟出现不可复性包块,伴有腹部胀痛,入院时腹部剧烈疼痛,伴恶心呕吐,后诊断为重度感染性休克、右侧腹股沟疝嵌顿并肠坏死可能、弥漫性腹膜炎,同时合并重症肺炎,胸腔积液。入院后普外科为患者快速建立静脉通道抗休克治疗,同时积极完善术前准备。考虑患者78岁高龄,体质差,基础疾病多,心肺功能不好,且已出现感染性休克,手术风险很高,但嵌顿疝如不紧急手术会危及生命。科主任、副主任医师郑忠国了解情况后报告院医务科,启动MDT模式,组织联合麻醉科、心血管内科、呼吸内科、内分泌科等相关科室多学科会诊,制定解决方案。术中发现右侧腹股沟疝囊内容物为回肠，肠管因嵌顿时间长,已经缺血坏死并脓肿形成,腹腔内有大量炎性液体。情况危急,与患者家属充分沟通后予行肠切除、肠吻合术,切除近40cm长的坏死肠管。通过手术医师和麻醉科医师的共同协作,患者手术顺利,安全回到病房。

术后在全体医护人员的努力下,克服低蛋白血症、低钾血症,及重症肺炎肺叶不张所致呼吸困难及低氧血症，保持呼吸道通畅,抽出大量恶臭脓性痰液,预防压力性损伤等一个个术后并发症,予中药封包、穴位注射等中医特色治疗加速术后康复，病情逐渐稳定好转,呼吸平稳,血氧饱和度改善。顺利渡过术后感染关,近期患者顺利康复出院。

疝气，是普外科最常见的疾病之一,常见的包括腹股沟斜疝以及腹股沟直疝,可以发于儿童,成年人以及老年患者。大部分疝气平时没有症状，表现为腹股沟可复性包块,没有疼痛等不适,仅仅只是外观异常,平卧休息时可自行回纳。若疝内容物突然不能回纳,发生疼痛等症状者,称为嵌顿疝。严重的可伴阵发性局部绞痛、恶心呕吐、便秘、腹胀等急性肠梗阻症状。嵌顿疝主要并发症为腹腔脏器发生绞窄,若不及时处理可能发展为肠坏死、弥漫性腹膜炎、感染性休克等,一旦确诊应急诊手术治疗。

据悉,娄底市中医医院普外科紧跟现代专科前沿,充分凸显中医特色,成熟开展各种高难度外科手术,同时在围术期通过配合中医药治疗,改善胃肠道功能、调节机体免疫力,极大地降低了手术风险,加快了术后恢复速度,确保了每一位高风险老年患者安全手术并能及时快速康复出院,在传统开放性手术的基础上，以微创、腹腔镜手术为特色,术后佐以中药封包、穴位注射等中医特色治疗,加速患者术后康复。常规开展腹腔镜肝切除术、腹腔镜胆囊切术、腹腔镜胆总管探查取石术、腹腔镜阑尾切除术、腹腔镜疝手术、大隐静脉激光闭合术等微创手术。 (刘剑武)

娄底市妇幼保健院
娄底市儿童医院
LOUDI HEALTH CENTER FOR WOMEN AND CHILDREN

24小时急救电话:8299120
妇科热线:8762618 新生儿科热线:8762669
网址:http://www.ldfybjy.com

妇科专家门诊
龙志贤:周一、二、四、六全天
陈旭清:周三、四、五、日全天
李良华:周三、五全天
谢 媛:周一、二、六全天
胡良燕:周一、三全天
成 英:周五全天
曾素贞:周二全天
王新珍:周四、日全天
不孕不育专家门诊
郭晓良:周一、四全天
周二、三、五上午
产前专家诊室
郭 屹:周一、三全天
李 敏:周二、四、日全天
段 炼:周一、二、三、五、六全天
周日上午
谢建平:周四全天
卢加红:周一、二、三全天
郭晓良:周四全天
龙志贤:周五全天
唐 莉:周一、三、五全天
张湘萍:周二、四全天
吴粤湘:周一、周二、周三、周五全天
周六上午
产后专家门诊
成 英:周一、二、三、四全天
儿科专家门诊
邹纪青:周一、三、五上午、周四全天
贺元锋:周一、三、五下午、周日上午
江 红:周二全天、周日下午
吴 秀:周六上午
刘霞文:周一、三、四、五上午
王 莉:周二、六全天
儿童保健专家门诊
彭向阳:周一至周六上午
乳腺专家门诊
苏 健:周一、三、五全天
营养专家门诊
肖 琳:周四全天
订阅号 服务号

爱心企业捐赠冷水江市2万套金标抗原检测试剂盒

4月25日,深圳市亚辉龙生物科技股份有限公司向冷水江市捐赠2万人份的金标抗原检测试剂盒,用实际行动支持防疫一线,凸显企业担当。

深圳市亚辉龙生物科技股份有限公司创始人胡德明、董事长胡鹍辉都是冷水江市铎山镇官溪村人,早年赴深创业,成立了深圳市亚辉龙生物科技股份有限公司。公司致力于生物医药产业体外诊断领域产品的研发、生产、销售和服务,是全球第一批研发生产出新冠检测产品的企业之一。其中新冠抗原检测试剂在进行了长达一年多的临床验证后,于2021年底获得欧盟自测CE认证,并陆续销往中国香港、日本、法国、德国等50多个国家和地区。3月23日,这一产品再次获得国家药监局批准的医疗器械注册证,在国内上市,目前已大量支援上海、吉林、海南、广州等省市地区。公司此次捐赠的新冠抗原检测试剂,可在15分钟内快速、高效检测新冠病毒感染,起到初筛作用,及时有效隔离传染源、阻断疫情传播。

捐赠仪式上,冷水江市领导为深圳市亚辉龙生物科技股份有限公司颁发了捐赠证书。冷水江市委书记曾伯怡代表市委、市政府和全市人民,向捐赠企业表示衷心感谢。他说,2020年疫情最严峻的时候,亚辉龙生物科技股份有限公司负责人想方设法调集自产仪器,不遗余力向外采购,第一时间向家乡捐赠了370万元的防疫物资。现在,又向家乡捐赠了16万元的抗原检测试剂盒,极大减轻了全市的物资压力,缓解了市委市政府的燃眉之急。冷水江市将统一归口、严格管理、科学使用这批受赠物资,将物资用到最需要的地方,让其发挥最大作用,全力守住疫情防控防线。 (段姝)

大爱无疆是好人

——易姣文热心公益小记

4月7日,随着高铁G2190次列车两辆载着25名隔离期满乘客的大巴车缓缓驶出涟源市集中隔离点,走上回家路的消息,有一个人的名字,通过电视、微信迅速传遍了湘中大地。他就是娄底市、涟源市两级人大代表、湖南铭强新型环保建材有限公司总经理易姣文。

今年38岁的易姣文2013年入党,2014年当选为斗笠山镇天井村党支部委员,负责全村的综治工作。他爱岗敬业,工作上兢兢业业,任劳任怨,守护着一方平安;他勇于开拓,大胆创新,创办环保企业,安排贫困户就业;他热心公益,救人、灭火,资助贫困学子和孤寡老人,彰显代表风采;他大爱无疆,支持抗疫,免费给隔离人员送鱼送肉,情暖异乡乘客,无愧于新时代的人大代表、优秀企业家。

3月30日,高铁G2190次列车列车长唐某被检验出新冠病毒核酸阳性,铁路部门要求立即中断行程,停靠娄底南站,及时对相关人员进行管控。接报后,娄底市疫情防控工作指挥部迅速组织力量,开展流行病学调查和集中隔离医学观察转运工作,对该车次所有密接外地人员妥善安置在涟源、双峰、冷水江3个集中隔离点接受医学观察。

为了使来自全国各地的旅客在涟源隔离期间安心、舒心,易姣文立即在当地采购土猪肉700斤,鲜鱼600斤,红薯粉丝300斤,鸡蛋三箱、黄花30斤等物资,免费送给隔离在涟源的乘客餐厅,并亲自将物资送到隔离点。第二天,他又采购了一大批物资送往双峰和冷水江隔离点,免费送给在这里隔离的乘客餐厅。他的大爱之举,让所有隔离人员感动不已。

作为娄底、涟源两级人大代表和村干部,易姣文始终不忘一心为民,时刻把群众利益摆在首位。为了严防火灾,通过他的积极争取,村里组建了业余消防队,购置了消防洒水车,守护群众的生命财产安全。

2021年12月14日中午,塘湾组贫困户曾清娥家杂房起大火,形势十分危急。易姣文立即组织村干部出动两台洒水车直奔火灾现场。屋内浓烟滚滚,火焰从窗口直蹿出来,形势非常紧急,更危险的是杂房里堆满了干柴,与正房紧紧相连,火势一旦蔓延到正房,势必给曾清娥本就贫困的家庭雪上加霜。易姣文等立即兵分三路,一路洒水灭火,另一路对与正房相通的地方进行人工隔断。他自己奋不顾身,冲到浓烟中搬开干柴。经过大家近半个小时的紧急扑救,大火终于完全扑灭,使曾清娥家的损失降到了最低。

易姣文通过自己的艰苦努力,创办了一家新型墙体材料企业,由于管理有方,公司日趋红火。易姣文富了,但他致富不忘桑梓,热心公益事业,用实际行动反哺社会。从2011年起,他每年给村里捐赠一定的资金,同时自告奋勇,主动承担李买英、肖时莲、邵湖林、易雪祥、易吉高等5户贫困户的责任帮扶,每年给他们钱和物资。对村里其他一些老弱病残、贫困人员,他也非常关心,鼎力相助。

年逾耄耋的李买英,大儿子多年前去世,小儿子不务正业,常年在外逗留,没有承担起对老母亲赡养的义务。李买英孤苦伶仃,一直居住在四间破旧的土砖房里,由于年代久远,房子破旧不堪,存在很大的安全隐患。2018年7月,斗笠山镇遭受特大暴雨袭击,李买英家的土砖房岌岌可危。易姣文得知李买英的情况后,无私捐助1万元现金用于李买英前期建房费用,建房中他又全力支持建筑设备和水泥、砂石等建筑材料,很快给老人建起了一栋漂亮适合的新房。

村里的刘森洋是一个乐观、勤劳、孝顺的女中学生,因为特殊原因父母离开了她,家庭没有经济来源,一直与80多岁的奶奶相依为命。但刘森洋从小自尊、自立、自强,在校刻苦努力学习,放学回家做家务,样样精通,是奶奶的孝顺孙女和家庭的“顶梁柱”,先后被评为娄底好少年、新时代湖南好少年。她的事迹深深感动了易姣文,他捐款3000元资助刘森洋,并答应以后继续给予资助,委托镇党镇办工作人员将捐款送到刘森洋手中,并一再嘱托不要告知自己的名字。

易姣文一直以来积极支持斗笠山镇的基础设施建设、脱贫攻坚、乡村振兴等工作,慷慨解囊款,默默奉献,高度的社会责任感,深得斗笠山镇人民的爱戴,他那热心公益的情怀,诠释着一名共产党员的铮铮誓言,彰显出一个人大代表的靓丽风采。 (杨卫星)

500份“暖心礼包”暖民心

4月24日,家住新化县上渡街道东方城市广场的李女士收到街道办送来的“暖心礼包”,一束鲜花、一份时令水果。面对这份特殊的礼物,李女士内心充满了感动。

当天,上渡街道党工委、办事处组织工作人员到东方城市广场开展“封控不封爱,温暖一直在”捐赠活动,为被封控居民送来500余份价值近10万元的“暖心礼包”。为增强被封控居民共克时艰的信心,街道办工作人员还在每个“暖心礼包”上贴了一张心形卡片:“因为疫情,您踩下了美好出行的刹车;因为疫情,您按下了完美计划的暂停键;因为疫情,您在斗室一隅静守大家的安宁康健……在这场没有硝烟的战争中,您的支持配合、您的顾全大局、您的自我约束令人敬佩!病毒无情,人间有爱!封控期间,我们将竭尽全力倾己所能为您提供关怀和服务,我们将一直和您并肩前行!让我们一起相约持续静守,共同迎接解除封控的灿烂时光!”

“病毒无情人有情。”这张心形卡片,让封控居民感受到了浓浓的温情。一位刘姓居民发自内心地说,自居家隔离以来,他们相继收到了不少爱心人士和企业送来的生活物资,而上渡街道办提供鲜花、水果、祝福卡等人性化暖心服务让他们很感动。

“苹果寓意平安,车厘子寓意疫情远离,这份特殊的‘暖心礼包’,暖胃更暖心。”广大被封控居民表示,“封控不封爱,温暖一直在”,有街道办的真诚关爱,他们一定全力配合,安心居家战疫。

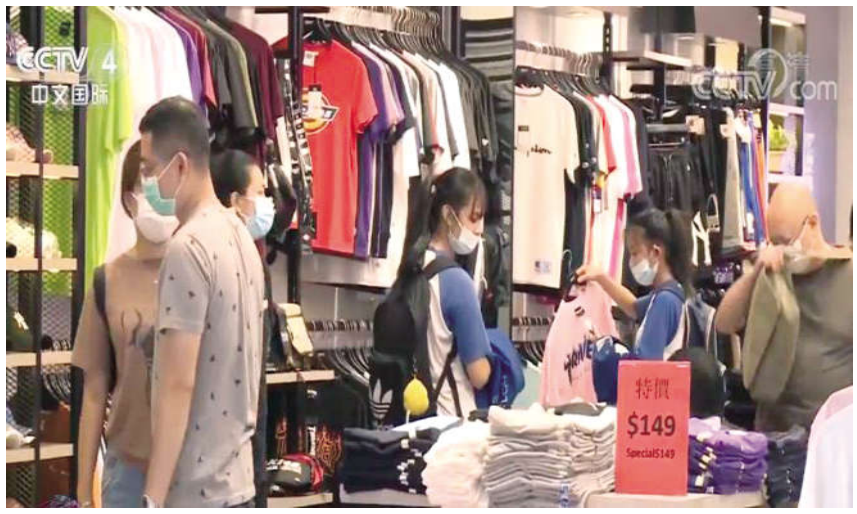
(阳家友 卿跃飞 黎巍)

提振信心　释放潜力

促消费20条政策措施观察

消费是经济增长的重要引擎，也是人民对美好生活需要的直接体现。

国务院办公厅近日印发《关于进一步释放消费潜力促进消费持续恢复的意见》，聚焦促消费提出5方面20条政策举措。当前出台这份文件的背景和考虑是什么？20条政策举措将如何为提振消费“把脉支招”？



综合施策助力提振消费信心

今年前两个月，全国社会消费品零售总额同比增长6.7%。但受近期国内疫情多发影响，3月社零总额同比由增长转为下降，消费信心不振，复苏进一步承压。此次意见可谓一场“及时雨”，5方面20条政策举措聚焦促消费，其中摆在首要位置的就是“应对疫情影响，促进消费有序恢复发展”。

稳住市场主体，才能保就业、稳收入，进而为促进消费提供坚实支撑。此次意见专门提出“鼓励地方加大帮扶力度，支持各地区结合实际依法出台税费减免等措施”“对承租非国有房屋的服务业小微企业和个体工商户给予适当帮扶”等一系列举措，助力市场主体渡过难关。

本轮疫情点多、面广、频发，不仅对市场主体造成冲击，也给重要民生商品保供稳价带来一定压力。

“在各大中城市科学规划建设一批集仓储、分拣、加工、包装等功能于一体的城郊大仓基地，确保应急状况下及时就近调运生活物资”“落实好粮油肉蛋奶果蔬和大宗商品等保供稳价措施”……意见对做好基本消费品保供稳价进行多项部署。

专家表示，20条政策措施出台释放出提振市场信心的积极信号，有助于鼓励各地充分挖掘消费潜力，助力经济稳增长。

目前，各地也在纷纷发力，一系列稳主体、保供应、促消费的政策密集出台——辽宁提出35条帮扶措施，帮助服务业企业恢复发展；北京要求大型连锁超市、生鲜电商平台等重点保供企业加大备货量，并延长营业时间；重庆出台19条措施促消费；云南将发放3亿元文旅消费“大礼包”……

“必须认识到，当前消费回落并非趋势性变化，随着疫情得到有效管控，消费增长也会逐渐回归正常轨道。”中国宏观经济研究院研究员李清彬说。

以供给升级创造消费新增长点

促进供给侧提质升级、以有效供给拉动需求，是满足人民美好生活需要、创造消费新增长点的关键。此次意见在聚焦提振当前消费的同时，也从供给侧提出系列要求，着力稳住消费基本盘。

“更加适销对路的商品，有利于促进内需潜力进一步释放。”中国宏观经济研究院研究员王蕴说，意见提出鼓励发展反向定制（C2M）和个性化设计、柔性化生产等内容，是推进实物消费提质升级的有效举措。

近年来，随着国内消费升级步伐加快，中国老百姓在医疗、健康、旅游、职业教育、文化信息产业等服务领域的消费需求持续扩大。

“眼下受疫情影响，餐饮、旅游等接触性聚集性消费受到明显冲击，要尽快将餐饮、零售、旅游、民航、公路水路铁路运输等特困行业纾困政策落实到位，有条件的地方可以加大帮扶力度。”李清彬说。

扩大有效投资，是扩内需稳增长的重要发力点。意见提出，统筹利用现有财政资金渠道，支持消费相关基础设施和服务保障能力建设，符合条件的项目可纳入地方政府专项债券支持范围，更好以投资带消费。

“发挥重大项目牵引和政府投资撬动作用，将推动供给提升，创造消费新增长点，有利于国内市场潜力进一步释放。”国务院发展研究中心宏观经济研究部研究员张立群说。

为消费潜力释放“通梗阻”“畅循环”

立足当下，着眼长远。只有破除堵点卡点和障碍壁垒，消费潜力才能更好释放，经济运行才能循环顺畅、“气血充盈”。

聚焦健全消费品流通体系、破除限制消费障碍壁垒等方面，意见提出一系列政策举措，紧盯短期消费恢复增长和长期持续发展的痛点堵点。

“系列举措针对性很强，关键要不折不扣落实到位。”王蕴认为，从当下看，消费恢复增长需要更畅通的流通环境，而通过改革破除制约消费的障碍壁垒，既利于当前，又利于长远。

培养农村消费市场，是进一步挖掘消费潜力的新空间。

近年来，下沉市场在中国消费版图中逐渐崛起：据中国汽车工业协会统计，我国农村地区约有600万低速车客户，是新能源汽车下乡的潜在客户；去年“双11”京东来自下沉市场的新用户占比超77%；主攻下沉市场的苏宁易购零售云已达到11000家，覆盖全国上万乡镇……

“农村消费近几年保持快速增长势头，但仍存在许多制约消费潜力释放的因素。”中国贸促会研究院副院长赵萍说，要完善县域商业体系，加强电商等平台赋能作用，优化农村消费供给，进一步促进农村消费潜力释放。

从更长远的维度看，扩大消费需求，核心是增加消费主体的收入。

对此，李清彬表示，激发消费潜力，最根本是要通过稳就业、增收入提高消费能力，让人们“能消费”；要逐步提升公共服务覆盖面和水平，解决群众后顾之忧，让人们“敢消费”；还要顺应消费升级趋势，提升产品和服务质量，让人们“愿消费”。

（王雨萧　潘洁　安蓓）

今年“五一”旅游市场有哪些新变化

“五一”小长假临近，《工人日报》记者近日采访发现，疫情之下，旅游场景受限，游客的旅行半径大幅缩短，但对旅行的深度和广度有了新的要求。

同程研究院相关负责人介绍说，今年“五一”假期的热门深度游目的地需要同时满足3个条件，即拥有丰富的历史或民族文化，城市及周边常住人口多，当地疫情防控形势较为稳定。

值得注意的是，新一轮疫情的变化仍会对“五一”假期旅游消费市场带来较大影响。专家提醒，假期有出行计划的游客，需随时关注出发地、目的地及途经地区的疫情防控政策变化，及时调整行程，并做好个人防护。假期各地景区将根据情况，采取预约、限流等方式进行疫情防控，游客出行前需提前查询了解相关政策，准备好健康码、行程码、核酸检测报告等相关证明，以免影响出行。

露营等户外新玩法受关注

疫情之下，人少、树多、空气好的户外空间，是人们今年“五一”出游的重要选择之一。从清明火到“五一”的露营，以及公园里随处可见的飞盘、徒步、骑行、野餐等，都成为人们周末和假期的热门玩法。

根据百度搜索指数，今年3月以来，“露营”搜索量增加了两倍多。途牛旅游网近30天预订数据显示，其多条露营私家团线路及周边露营自驾游产品，都收获了较高关注。

马蜂窝发布的《2022露营品质研究报告》显示，露营的第一属性就是“拥抱自然”，在自然之中，层出不穷的玩法正为露营开辟更多想象空间。“露营+踏青赏花”“海边露营+水上项目”“星空露营+篝火舞会”等“露营+”玩法为其赋予了无限生机。

“哪怕去不了远方，在公园露营玩飞盘，在湖边露营并体验桨板瑜伽，在郊区徒步露营再来一顿烧烤……只要有新鲜的玩法，年轻人就不会宅在家里。”马蜂窝旅游研究中心负责人冯饶对记者说。

乡村民宿订单首超城市

途家民宿发布的“五一”出游趋势显示，截至4月22日，“五一”期间乡村民宿的订单量占比达到51%，较去年占比提升20%，这也是“五一”乡村民宿订单量首次超过城市民宿。

途家民宿副总裁胡阳介绍说，疫情影响下，跨省游受到限制，近郊游兴起，乡村民宿预订量不降反增，显示了人们对于旅游消费的刚需依旧存在。乡村民宿的火热有望带动乡村综合消费的提升，助力乡村振兴。

在价格方面，途家数据显示，今年“五一”期间，平台民宿每间夜预订均价达到1362元，每间夜均价超过1000元的民宿订单占比超过了一半。从出游趋势来看，城市居民为乡村游主力军，80后、90后预订乡村民宿的占比达到60%以上，亲子游、情侣、团队多人出行是主要出游群体；自然生态、果蔬采摘、农耕研学、手工制作、美食野味是最受乡村民宿游客青睐的体验活动。

各地乡村民宿价格差距较大，整体稳中有升。一方面是因为其在软硬件上有较大幅度升级，另一方面也由于优质乡村民宿资源较城市民宿更为稀少。疫情后，人们愿意在有限的旅游场景中消费更多，这也支撑了乡村民宿较为稳定的价格。

博物馆成新“遛娃圣地”

“除强势登场的户外露营外，这个小长假，夜游古镇、登高望远、追忆历史等主题化需求解锁了本地游、周边游市场更多可能。”途牛旅游网相关负责人告诉记者，随着“五四”青年节的临近，不少90后、00后用户期盼前往天安门广场、毛泽东故居、中山陵、遵义会议会址、延安革命纪念馆等革命旧址追忆红色历史足迹，红色研学游成为青少年学史明理、学史增信、学史崇德、学史力行的重要途径。

同程旅行大数据则显示，今年“五一”假期前夕，文化相关的景点和体验深受年轻游客关注，博物馆相关旅游搜索热度环比上涨184%。博物馆取代了主题公园，成为家长们最关注的“遛娃圣地”。西安的秦始皇兵马俑博物馆、湖南省博物馆等热度较高。另外，还有一些博物馆举办各式专题展览，也吸引了不少关注。

（杨召奎）

尽精微·至广大

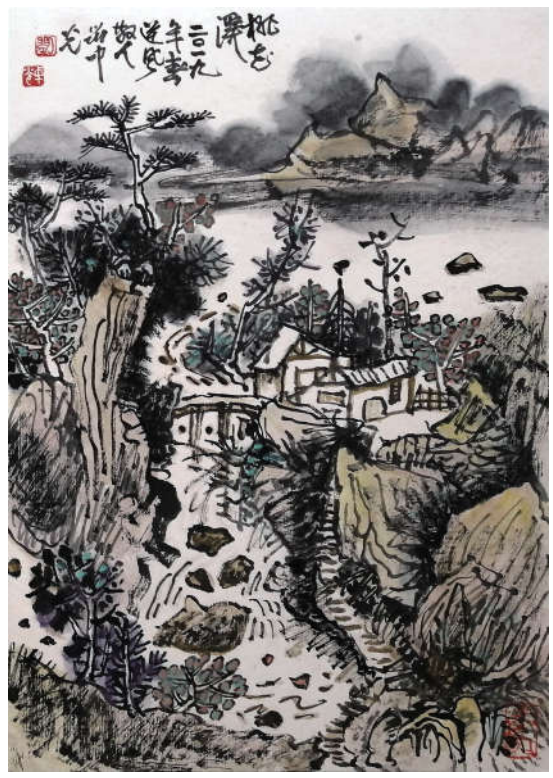
——浅论“一统楼精品册”的意境与空灵之美

□ 刘泽林/文

刘中光，男，号半梦山人、一统楼主、逆风散人，1946年正月生，涟源市人。

现退休于湖南人文科技学院，湖南省美术家协会会员，江苏省国画院特聘画家，中国书画家协会理事、一级美术师，中国国画家协会常务理事。中国美术家协会敦煌创作中心创作委员，中原书画研究院客座教授，中国金陵印社顾问、名誉社长等。

作品多次在原文化部、中国文联、中国美协、湖南省美协、中国书画家协会、中国书画报社等部门举办的全国性大展中入选或获奖，并在中国美术馆、全国政协礼堂、军事博物馆、西安美术博物馆等地展出。2012年4月，在中国国家画院成功举办“乡关何处”刘中光山水画展暨学术研讨会，并获得刘龙庭、王鲁湘等十多位专家学者高度赞扬，两幅作品被国家画院美术馆收藏；2014年荣获中国十大传统艺术家称号。作品及传略还发表于诸多报刊杂志。



2019年新春伊始，山水画家刘中光有个想法，准备创作一百开册页。从新年之初，陆陆续续画到初夏。此册是从其中二百多幅小品画中精选出来的，可谓是他的顶峰之作。

宋人有云：“竖画之寸，当千仞之高。横墨数尺，体百里之迥”。所谓大者，不在画外尺幅，而处画内磅礴之态。

刘中光此册页虽为小品，但景致恢宏，气象万千，能给观者有心灵之照应。册页整体打开，展示到展厅时，立即把观者带入其画境，使人精神一振，眼前一亮。册页画幅整体连贯，气韵生动，从头看到尾体现出空灵之美、外象之美、意境之美、诗意之美。使人胸怀敞开，仿佛徜徉于大自然之中，领受着山川、河流、飞瀑、风云、树木、舟楫等际会之妙。作品笔酣墨畅、纵横恣肆，充分利用墨、色的随意性和表现力来描绘云雾缭绕、山清水秀的景致。其墨色温润、色彩秀丽，蕴含自然山川的无限生机。其强烈的视觉效果涌现笔端，颇具感染力。

他致力于提升传统文人画的地位，期心于古的表现中，把题画诗融入到画中。形成了诗画并臻的艺术风格。在追寻和继承古人山水画的前提下，探索当代人的审美观，把传统和现代山水画形式有机结合，形成了画面雄浑与苍茫、飘逸与潇洒之画风。这样的表述方式，也让刘中光得以在传统技法的浸润下，使“一统楼精品册”画面景致变得富有特色，颇显其艺术面貌。

中国山水画是大众情思中最为独特与厚重。刘中光在几十年的绘画探索中，结合历代山水画家在画面中充分表现笔墨气韵的同时，也揣摩当代人的审美情趣，特别营造画幅的意境之美。意境是艺术的灵魂，我们在欣赏“一统楼精品册”的画面时，被其布局疏朗，层次鲜明所吸引，他有着严谨的创作态度，在视觉上有着强烈的表现力和冲击力，能够看到画家技法之娴熟。其内含的艺术魅力，为画外之意、弦外之情所陶冶、所感染。这就是刘中光山水画意境与空灵美之特色。山水画的空灵之美，是山水画的主要形式，他深谙此理，知道空灵之空为宁静，空灵之灵为灵气，把两者对立统一，表现在作品中，把作品营造出一种空灵、深远之意境。如《孤帆远影图》温蕴俊秀，茫茫江面，山明水远，一叶孤舟，风帆速疾，远近景致在眼前飘浮，营造出了一种空灵、深远、简淡的画面意境。《江南情》画意十足，山川增色。画面描绘了一幅美好的河山景象，岿然不动的天空、平静的江面，大自然的一切都是那么美好。观赏此画能给人一种人文的气息，远处的山峰和近处的苍松以一笔一画之间看出画家扎实的基本功。无论是远景和近景都给人一种身临其境的感觉。

山水画要铸造独特的艺术灵魂，方能构筑胸中意象，孕育心境意趣与思想情感，形成自己的笔墨语境，创作出空灵美、意境美的精品之作，真正达到“为山川写照，为河山立传”的至高境界。

刘中光用细致的笔触勾勒出不同的山峰，大小、姿态各不相同，而山峰顶部用青绿重笔描绘，展现了树木的茂盛。册页中巍峨的山峰，潺潺的溪流，氤氲弥漫的云雾，树木摇曳如清风拂面，令观赏者在不经意之间，沉醉在山水清音和远离闹市喧嚣的景致中，给观者莫大的视觉感受。空灵之美一方面使画家在意境的构成上获得了充分的想象力、表现力，也给观赏者提供了广阔的艺术想象空间，蕴含无限的大千世界，这种表现带给画家与观赏者有无穷的审美快感！

《我是真的讨厌异地恋》不撤档,《珠峰队长》《出拳吧,妈妈》传递勇气

多部新片为五一档打气

“五一”假期临近,《哥,你好》《检察风云》《您好,北京》《保你平安》等五一档新片却相继撤档。不过,青春爱情片《我是真的讨厌异地恋》4月24日开启预售,明确不撤档。25日,女性励志题材电影《出拳吧,妈妈》宣布定档4月30日。纪录电影《珠峰队长》则将以大规模点映的形式覆盖五一假期,加上同样不撤档的进口动画片《坏蛋联盟》,多部新片携手为五一档打气。

■《我是真的讨厌异地恋》坚守五一档

电影《我是真的讨厌异地恋》定档4月29日,讲述的是一个围绕异地恋展开的爱情故事。在高中毕业之后,赵一一(任敏饰)向暗恋多年的许嘉树(辛云来饰)表白,却意外发现许嘉树也一直在靠近她,两人在上大学的前夕表露心意,共同承诺熬过异地,相守一生。可异地恋带来的重重阻碍让两人产生了诸多的矛盾和问题。

影片不仅有初恋的心动、青春的懵懂,更映照了异地恋情侣面临的诸多现实问题。女主角任敏是一位湘妹子,出演过《悲伤逆流成河》《十年一品温如言》等影片,这次挑战的是异地恋题材,与她搭档的辛云来也曾参演《悲伤逆流成河》。

其实,《我是真的讨厌异地恋》选择坚守五一档,恐怕也是看中这个档期对青春爱情片的“友好”,《后来的我们》《你的婚礼》等都曾在这个档期斩获可观票房,而这类影片也不乏观众基础。综合来看,本片将挑起这个五一档的大梁。

同样定档4月29日的《坏蛋联盟》出自梦工场之手,讲述了五个“坏蛋”决定成为模范公民引发的故事,喜剧色彩鲜明,也是这个档期的合家欢观影之选。

■ 运动题材影片传递勇气

纪录电影《珠峰队长》将于4月29日至5月4日在全国进行大规模提前点映。本片真实记录了一支由普通人组成的民间登山队登顶珠峰的全过程,主角是一位从“放牛娃”成长起来的藏族高山向导苏拉王平,以及他带领的一支由8个普通人组成的民间登山队。这些队员是每天生活两点一线的白领、卖掉自家小店的店主、背负沉重考核人物的销售、在成功与失败间挣扎的创业者……这个“普通人也能登顶珠峰,拥有人生高光时刻”的故事,力图向观众传递勇气与力量。

作为一部非常完整呈现攀登珠峰的电影,《珠峰队长》拍摄时创下了人类已知无人机航拍最高海拔8470.2米的新纪录。7位高山摄影师全力以赴、负重30多公斤全程拍摄,镜头下真实、清晰的冰裂缝、冰塔林和近乎垂直的蓝色绝壁等壮观美景,将带领观众沉浸式体验攀登珠峰的极致震撼。

《出拳吧,妈妈》也是一部涉及运动题材的影片,由谭卓、田雨两位实力派演员领衔主演。影片讲述人生跌入谷底的妈妈白杨为了孩子的抚养权,在教练沈浩的帮助下重回拳击赛场,奋力出拳的故事。

该片是谭卓继2019年《误杀》之后再度回归大银幕的力作,为了演好白杨这个角色,谭卓不仅在专业教练带领下进行非常艰苦的训练,更把一个女人在绝境之中仍然坚持自我,不躺平、不服输、不向命运低头的坚韧不拔演绎得淋漓尽致。 (黄能)

不到一个月涨粉4000万

刘畊宏靠“动起来”引现象级关注

最近的新晋顶流,不是哪位高颜值小生,而是已经浮沉演艺圈多年的刘畊宏。此前他最著名的身份是“周杰伦好友”,而最近因为居家健身直播,他成为了响当当的“刘教练”,受到一大批“刘畊宏女孩”“刘畊宏男孩”的追随,不到一个月的时间就在短视频平台涨粉近4000万。刘畊宏的流量井喷现象成为热门讨论话题,有人乐此不疲地跟练,有人感叹明星翻红是个玄学,有人估算刘畊宏的变现能力,有人分析直播风向的转变。

刘畊宏和妻子

真心热爱产生感染力

穿着短裤、背心和袜子,活力四射地大跳燃脂操,还有老婆王婉霏跟在身后累到龇牙咧嘴,这就是刘畊宏的直播内容。因为健身直播,刘畊宏在不到一个月的时间内在某直播平台涨粉近4000万,甚至在4月21日一天之内涨粉1000万,令人咋舌。很多人对此迷惑不解,简单的健身直播何以形成如此惊人的流量效应?

首先是刘畊宏本人的明星身份。刘畊宏在演艺圈已经出道30年,他最被大众熟知的身份是周杰伦的好友。在周杰伦出道之前,刘畊宏就多次接济周杰伦,并且鼓励他创作,为周杰伦争取表演机会,因此多年来两人一直都是铁杆兄弟,杰迷们甚至把他当成“周杰伦周边”。刘畊宏出演过不少周杰伦的MV,也为周杰伦的歌曲作过词,还和周杰伦一起出演了电影《头文字D》,自己也创作发行过专辑《彩虹天堂》。2017年,刘畊宏带着女儿小泡芙参加综艺节目《爸爸去哪儿》第五季,让观众见识了他的奶爸形象。虽然刘畊宏多年来并没有大红大紫过,但是与一般的健身博主相比,能够从四月初的三百万粉丝暴涨到目前4250多万的粉丝量,其明星身份的加成有着密切关系。

再就是刘畊宏过硬的健身技能。他曾经给周杰伦定制了专属的健身方法,仅用3个多月的时间就让周杰伦练就八块腹肌和人鱼线,带着完美身材拍摄了《十二星座》的专辑封面。他还是许多明星的健身私教,带过彭于晏、言承旭、林俊杰、吴京等。刘畊宏不仅是健身达人,更是健身狂人,几乎是为健身而疯魔,不但把朋友家里的小胖狗练出一身肌肉,在参加《爸爸去哪儿》第五季时,让女儿小泡芙做引体向上,还打算训练陈小春儿子的核心力量。他对健身发自内心地热爱,让网友很容易在直播过程中被感染到。有网友觉得,刘畊宏在直播时就像一台永动机,一个半小时的直播过程,他能够全程保持活力四射的高昂状态,激情澎湃地鼓励大家,对网友产生极大的号召力。有网友说,“他动起来的时候眼睛里有光,就很难不跟着动起来。”

运动之余带来正向能量

不过能够吸引大量粉丝走进刘畊宏直播间的主要原因,还在于其在健身过程中强烈的个人风格。将周杰伦的歌曲与健身结合起来是刘畊宏的一大特点,他先后以周杰伦的《本草纲目》和《龙拳》为节奏卡点,设计了魔性的健身动作,趣味性极强。尤其是《本草纲目》,几乎变成“健身战歌”,让人一听到就像膝跳反射一样想要踢腿,引发了打卡健身热。与李佳琦在直播带货时经常用到的“买它买它买它”“所有女孩”之类的口头语一样,刘畊宏也为健身直播设计了“腰间的赘肉咔咔掉,人鱼线马甲线我想要”的口号,让普通的健身小白也跃跃欲试。

刘畊宏老婆王婉霏的加入,给健身过程带来了反差感和喜感。与刘畊宏的满格鸡血相比,王婉霏就是普通网友的真实写照,经常会动作“划水”、累到翻白眼,有时还会倒地不起耍赖,这种表现很像屏幕前跟跳的普通观众。夫妻俩在健身休息间隙与网友们的闲聊,增强了彼此的互动感,两人还会借机分享家庭趣事、育儿知识,提高了粉丝的黏性。

1972年出生的刘畊宏今年已经50岁,不但自己常年坚持健身,还动员家人健身。如今网友们也跟着一起动起来。很多网友表示看刘畊宏的健身,不但能够减肥,也会因为他的活力热情而驱散负面情绪,变得积极阳光起来。

(刘雨涵)

“电影班底”打造三国背景谍战剧《风起陇西》

马伯庸新作又来了!近日,由中央电视台、华策影业等出品,根据马伯庸同名小说改编的24集古装谍战剧《风起陇西》于4月27日在CCTV-8黄金强档开播。

该剧由金海曙、金昱任编剧,路阳执导,陈坤、白宇领衔主演,聂远、尹铸胜、常远、杨颖、孙怡、俞灏明、王骁、杨轶、张晓晨主演,董子健、郭京飞、李光洁特别出演,讲述了天下三分、烽火四起的年代,两个秘密情报线上的“小人物”——陈恭(陈坤饰)与荀诩(白宇饰)跌宕起伏的命运变迁,他们生死相依的兄弟情在惊心动魄的谍战中爆发出夺目光辉,谱写出一段英雄传奇。

一部电视剧,最能出圈的地方在于能否打动人心,人物是否有光辉的形象感。而这也是《风起陇西》的原著作者马伯庸非常擅长的创作手法,在他的作品中,往往以小见大,有小人物的挣扎,小人物的无奈,有任务的坚持,还有小人物的荣誉和信念。在过往被成功影视化的作品中,观众能够看到:在《长安十二时辰》中,张小敬以命护长安,因为这是一座天下人的城;在《风起洛阳》中,高秉烛最开始是为了寻找真相,可最后,他为了武思月,为了这座美丽的洛阳,甘愿为了最亲的人,守护这座城。

在《风起陇西》中,主角同样是小人物,但是他们心中同样有所念,有所敬,尽管身陷重重危机,但是他们依然为了国家大义,为了心中的信念,守护着一片陇西之地。剧中,陈恭是蜀国潜伏在魏国的高级密探,因蜀国和魏国打仗惨遭战败,被怀疑成内奸。荀诩被任命去调查陈恭。两位主角后来联手查处了隐藏在蜀国情报部门的内奸。据悉,陈坤和白宇对戏异常默契,即便是给对方配戏,也是全程投入,两人经常连续拍个七八条长达十几分钟的大长镜头。

电视剧《风起陇西》的主创阵容强大,导演路阳曾执导电影《绣春刀》(一、二),将古装美学与人物命运融合得恰到好处。路阳坦言,该剧以三国时代为背景,但又不同于传统三国题材的作品,他与团队尝试“从整个气氛的营造、时代感上,合理地去虚构、去创作”,以极简朴拙回归自然,沉淀专属中国传统美学气质,以期带给观众耳目一新的感觉。

《风起陇西》的故事主要发生在蜀汉与曹魏,主创团队根据两地的气候差异,营造出蜀地湿润、植被茂盛,魏地干燥、黄沙飞舞的不同地域特质,极具沉浸感。在细节的表达上,主创团队也追求精益求精。如为每位男性角色都设计了贴合人物特质的胡子造型、演员在剧中所穿戴的真盔甲与真刀具,剧中呈现的火光、烛光等都尽量去模拟自然的效果等。该剧汇聚了业内古装制作领域的金牌班底,团队用丰富的经验和共同的审美追求,齐力呈现中国传统美学。 (综合)

《好好说话》致敬基层调解员

陈晓王晓晨组团调解“家长里短”

由杨栋执导,陈晓、王晓晨、王耀庆、曾黎等主演的都市生活情感剧《好好说话》于4月25日起在湖南卫视开播。该剧讲述情感栏目调解员杨光、新人律师廖望意外卷入同一个案件,调解成功后组成一对金牌搭档。剧集从基层调解员的视角出发,通过调解沟通,传递出“好好说话,缩短爱的距离”的正向价值。

一个个家长里短的纠纷背后,反映的是当代人面临的现实问题。《好好说话》开篇即揭示当下年轻人的婚恋现状:90后小夫妻闪离乌龙,婚前恩爱甜蜜没有生活压力,婚后却因诸多琐事争吵不断。另一边看似平常的“婆媳纠纷”,内里则潜藏着两代已婚女性之间的观念冲突和现实摩擦。

剧中,陈晓饰演的金牌情感栏目调解员杨光面对调解案例中的年轻人婚恋、老年人赡养、婆媳矛盾等现实难题,通过至情入微的方式和换位思考的方法解开了当事人间的心结,与新人律师廖望(王晓晨饰)也逐渐从对立走向相互理解。剧集真实呈现群众日常生活与矛盾,反对制造焦虑升级冲突,传递出积极沟通的正向生活态度,引导观众树立正确的生活观,并展现其中蕴含着的中国人的生活智慧与人生哲学。此外,人民调解是一项具有中国特色的和深厚中华民族传统文化内涵的法律制度,是中国人独创的化解矛盾、消除纷争的非诉讼纠纷解决方式,是化解矛盾的“第一道防线”。剧集聚焦人民调解员这一群体,剧中杨光、廖望等年轻人在调解过程中也逐渐感受到调解人民矛盾的重要意义,成长为新时代的人民调解员。

值得一提的是,《好好说话》还有一帮实力演员出演,给剧集增添了不少色彩。其中,倪大红化身全职爸爸烧菜做饭乐在其中;张光北为兄弟晚年爱情四处奔走,闹了不少笑话;王志飞、孔琳、涂凌等也在剧中出演平凡温情的角色。(徐绍娜)

潘粤明王鸥首次合作出演欢喜搭档

《新居之约》聚焦家装行业描绘温情生活

由余淳执导,相月红编剧,潘粤明、王鸥、孙坚、李艺彤、刘天佐、代斯领衔主演,张凯丽、董璇、陈子由、张棪琰、马文忠特别出演的都市剧《新居之约》宣布将于4月28日起在CCTV-1晚间黄金档播出。

该剧讲述了家装设计师杨光(潘粤明饰)与陈曦(王鸥饰)联手为客户打造“理想的新居”,体味人间百态,寻找“家与幸福”真谛的故事。

从设计师到一线工人,从办公室到工地,《新居之约》可谓对家装行业进行全面刻画,为观众呈现的是一个聚焦万家灯火的生动故事。该剧风格轻松幽默,生活气息浓厚。自诩“包工头”的杨光不仅形象气质十分接地气,还自带喜感,为人通透世故擅长自黑;而他与“高级感”十足的陈曦也形成了鲜明对比,两人化身欢喜冤家,互怼互黑互相拆台,贡献了不少笑料。同时,活泼洋气、金句频出的陈曦妈妈谢淑娜(张凯丽饰),聒噪抓马、一心想装修出个凡尔赛宫的朱迪(张棪琰饰),以及装修小分队的各位成员,各有特色。

同时,该剧也对家装行业有着细致专业的展现,陈曦对家具材料的执着、两大设计师专业大PK、手绘墙面等诸多情节,都揭示出该剧对于装修职场的刻画用心,带领观众对家装行业展开进一步的了解。另外,除轻喜剧与职场外,该剧也兼具情感、家庭等丰富元素,是一部立足家装行业、着眼于现实生活的下饭好剧。

《新居之约》难得聚焦家装行业。该剧以“包工头”杨光、设计师陈曦的工作经历为主,展开对装修行业的刻画,故事真实落地,能够打动每一个普通观众的心。同时又以接地气的包工头与天才设计师之间的碰撞为切入口,不仅呈现出诸多啼笑皆非的精彩看点,也将家装设计与装修施工真正结合落地,相信会让观众产生极强的代入感与参与感。该剧对装修故事的解读正是对平凡人生活的关照,在装修过程中讲述平实的百姓故事,传达温暖的烟火真情,加之轻松趣味的风格,对当代都市人的疲惫身心也有着独特的治愈功能。 (莫斯其格)

娄底综合频道

娄底新闻联播(周一至周日晚19:35首播,22:30、07:00重播)
娄底午间新闻(周一至周五12:30)
经开区新闻(周一、三、五20:10首播,周二、四、六20:10重播)
清风娄底(周一20:30首播,周二12:15、周五20:50重播)
人大之窗(周二20:30、周三12:15)
医生面对面(周三20:30、周日20:20)
娄底人社(周四20:30、周五12:15、周六20:25) 医保前沿(周五20:25)
印象武陵(周四12:15) 党建时空/市长热线(周日20:10首播,周一12:15重播)
幸福剧场 20:45 子夜剧场 23:00
阳光剧场 07:40 青春剧场 13:20

娄底公共频道

天天电影 07:00 历史剧场 08:40
生活大参考 12:15
娄底新闻(周一至周五13:00重播,每日22:25重播) 生活剧场(周一至周五13:30、周六至周日13:00)
少儿剧场 17:50 生活大参考 18:10
知音人间 18:20 人文中国 19:00
娄星政法(周三19:35首播,周一、周四06:30重播) 娄底政法(周一、周四19:35首播,周二、周五06:30重播,周一、周四22:00重播)
娄底教育(周二、周五19:35首播,周三、周六06:30重播,周二、周五22:00重播)
武陵揽胜、纵横(周六19:30首播,周六22:00重播,周日06:30重播)
天天电影 23:00

娄底教育频道

都市播报(周一、四19:30首播,每周二、三、五、六、日07:00、14:25重播)
娄星新闻(20:00、22:20首播,次日07:25、12:00重播)
文明娄星(周二12:30首播,周一、三、四、五、六、日20:25重播)
娄星政法 12:40、19:15
娄底教育 10:50、18:50
都市剧场 07:45、11:20、15:00、20:40、22:45 **(节目如有变动,以当天播出为准)**

5月2日 星期一

中央电视台-1(综合频道)
09:24 特战行动(8)
13:04 青山不墨(29~33)
20:06 经典咏流传(第五季)
22:34 美术里的中国
22:53 中国考古大会

中央电视台-3(综艺频道)
08:15 综艺喜乐汇
10:27 中国梦·劳动美--2022五一国际劳动节“心连心”特别节目
13:41 幸福账单:为你买单
17:28 金牌喜剧班
20:57 经典咏流传(第五季)
22:40 开门大吉

中央电视台-4(中文国际频道)
07:30 今日关注
09:00 中国舆论场
10:13 远方的家
11:30 海峡两岸
13:02 记住乡愁
13:13 飞哥战队(48~50)
15:37 枪口(1、2)
17:15 远方的家
20:00 国家记忆
22:00 美食中国
23:01 正是青春璀璨时(29~31)

中央电视台-5(体育频道)
08:00 2022年ATP1000男子网球大师赛迈阿密站半决赛
09:30 2021年世界健美操锦标赛精选
10:30 2021/2022赛季德甲联赛第29轮(法兰克福-弗赖堡)
12:35 2022年亚洲羽毛球锦标赛精选
15:05 2021/2022赛季世界斯诺克锦标赛决赛
19:05 天下足球:你好,世界杯
21:30 体育世界
22:05 2021/2022赛季世界斯诺克锦标赛决赛(第3阶段)

中央电视台-6(电影频道)
07:16 故事片:英雄之战
09:02 故事片:征途
11:05 故事片:赤狐书生
13:22 神奇动物在哪里(美国)
15:42 故事片:线人
17:55 故事片:冰峰暴
20:13 倩女幽魂人间情
22:23 译制片:神奇动物:格林德沃之罪(美国)

中央电视台-8(电视剧频道)
07:35 一代洪商(20~24)
12:35 心居(14~17)
16:30 星辰大海(2~4)
19:30 风起陇西(11、12)
21:26 高兴的酸甜苦辣(10、11)
23:05 我们的爱(26~32)

湖南卫视
07:30 你迟到的许多年 6
08:30 女人的抉择(21-27)
16:00 声生不息第2期 (重播)
20:00 好好说话(12-13)
22:00 没有工作的一年(7)

5月3日 星期二

中央电视台-1(综合频道)
09:24 特战行动(9、10)
14:03 青山不墨(34)
14:53 温暖的味道(1~4)
20:06 新居之约(7、8)
22:34 美术里的中国

中央电视台-3(综艺频道)
08:00 综艺喜乐汇
10:17 经典咏流传(第五季)
11:56 文化十分
12:08 开门大吉
13:38 幸福账单:为你买单
15:59 越战越勇:笑语欢歌
21:55 向幸福出发
23:22 金牌喜剧班

中央电视台-4(中文国际频道)
09:30 中国文艺
13:02 记住乡愁
13:14 剧场:枪口(3~7)
17:15 远方的家
19:30 今日亚洲
20:30 海峡两岸
23:01 正是青春璀璨时(32~34)

中央电视台-5(体育频道)
07:30 健身动起来
11:05 2022年世界职业拳王争霸赛精选
12:35 2022年亚洲羽毛球锦标赛精选
14:05 北京冬奥会钢架雪车男子决赛
15:05 2021/2022赛季世界斯诺克锦标赛决赛
18:35 北京冬奥会花样滑冰双人短节目
20:05 北京冬奥会冬奥典藏
22:05 2021/2022赛季世界斯诺克锦标赛决赛

中央电视台-6(电影频道)
08:01 故事片:万万没想到
09:55 故事片:巨齿鲨
11:55 故事片:史前怪兽
13:30 家族之苦(二)(日本)
15:42 故事片:大人物2019
17:47 故事片:侍神令
20:11 真假美猴王之大圣无双
22:23 家族之苦(三)(日本)

中央电视台-8(电视剧频道)
07:35 一代洪商(25~29)
12:35 佳人剧场:心居(18~21)
16:30 星辰大海(5~7)
19:30 风起陇西(13、14)
21:26 高兴的酸甜苦辣(12、13)
23:05 我们的爱(33~38);39集连续剧:以家人之名(1)

湖南卫视
07:30 你迟到的许多年 8
08:30 女人的抉择(25-31)
16:00 中国婚礼--我的女儿出嫁了
20:00 好好说话(14-15)
22:00 没有工作的一年(8)

5月4日 星期三

中央电视台-1(综合频道)
09:24 特战行动(11~13)
14:03 温暖的味道(5~9)
20:06 奋斗的青春--2022年五四青年节特别节目
22:38 中国考古大会

中央电视台-3(综艺频道)
08:11 综艺喜乐汇
10:38 向幸福出发
13:48 幸福账单:为你买单
16:09 越战越勇:笑语欢歌
17:35 金牌喜剧班: 属于你的我的驿站--一天的甜宠
20:06 奋斗的青春--2022年五四青年节特别节目
23:40 金牌喜剧班

中央电视台-4(中文国际频道)
09:30 中国文艺
13:14 枪口(8~12)
19:30 今日亚洲
20:00 国家记忆
21:30 今日关注
23:01 正是青春璀璨时(35~37)

中央电视台-5(体育频道)
07:30 健身动起来
11:05 2021年世界艺术体操锦标赛精选
12:35 2022年亚洲羽毛球锦标赛精选
14:05 2022年世界室内田径锦标赛精选
15:35 2021年世界蹦床锦标赛男子个人决赛
16:05 2021/2022赛季世界斯诺克锦标赛精选
18:35 北京冬奥会花样滑冰双人自由滑
20:05 北京冬奥会冬奥典藏
22:05 2021/2022赛季世界斯诺克锦标赛精选

中央电视台-6(电影频道)
07:35 故事片:我们永不言弃
09:48 故事片:青春之歌
13:05 勇敢者游戏决战丛林
15:12 故事片:永远是少年
17:20 故事片:金刚川
19:46 故事片:革命者
22:23 勇敢者游戏(二)再战巅峰

中央电视台-8(电视剧频道)
07:35 一代洪商(30~34)
12:35 佳人剧场:心居(22~25)
16:30 星辰大海(8~10)
19:30 风起陇西(15、16)
21:26 高兴的酸甜苦辣(14、15)
23:05 以家人之名(2~8)

湖南卫视
07:30 你迟到的许多年 10
08:30 女人的抉择(29-32)
12:30 女人的抉择(大结局)
20:00 好好说话(16-17)
22:00 哎呀好身材(9/12)

5月5日 星期四

中央电视台-1(综合频道)
09:24 特战行动(14~16)
13:15 温暖的味道(10~13)
20:06 新居之约(9、10)
22:38 中国考古大会

中央电视台-3(综艺频道)
08:40 综艺喜乐汇
11:44 文化十分
12:00 2022年五四青年节特别节目
13:45 越战越勇
16:08 黄金100秒
19:03 中国文艺报道
19:30 幸福账单:为你买单
20:56 我的艺术清单
21:57 综艺喜乐汇
23:02 幸福账单:为你买单

中央电视台-4(中文国际频道)
09:30 中国文艺
10:12 远方的家
13:14 枪口(13~17)
17:15 远方的家
20:30 海峡两岸
23:01 正是青春璀璨时(38~40)

中央电视台-5(体育频道)
09:00 2022年ATP1000男子网球大师赛迈阿密站半决赛
10:30 2021/2022赛季法甲联赛第30轮
12:35 2021年世界体操锦标赛单项决赛精选
14:05 2022年世界室内田径锦标赛精选
15:35 2021年世界蹦床锦标赛女子个人决赛
18:35 北京冬奥会自由式滑雪女子大跳台决赛
19:35 北京冬奥会短道速滑比赛精选
20:05 北京冬奥会冬奥典藏
22:05 2021/2022赛季世界斯诺克锦标赛精选

中央电视台-6(电影频道)
07:16 故事片:垫底联盟
08:58 故事片:笼斗士
11:42 反恐特战队之刺杀危机
12:23 反恐特战队之黑日密钥
15:59 故事片:我不是老师
18:03 水浒之智取生辰纲
20:02 故事片:晃动乾坤
22:23 鳄鱼猎手:激情之旅

中央电视台-8(电视剧频道)
07:35 一代洪商(35~39)
12:35 佳人剧场:心居(26~29)
16:30 星辰大海(11~13)
19:30 风起陇西(17、18)
21:26 高兴的酸甜苦辣(16、17)
23:05 以家人之名(9~15)

湖南卫视
07:30 你迟到的许多年 12
08:30 偶像独播剧场
12:30 偶像独播剧场
20:00 好好说话(18-19)
22:00 声生不息(重播)

5月6日 星期五

中央电视台-1(综合频道)
09:24 特战行动(17~19)
13:15 温暖的味道(14~17)
20:06 新居之约(11、12)
22:38 故事里的中国(第三季)

中央电视台-3(综艺频道)
08:22 综艺喜乐汇
10:03 幸福账单:为你买单
11:28 文化十分
11:44 经典咏流传(第五季)
13:26 越战越勇:笑语欢歌
14:52 2022年五四青年节特别节目
17:07 开门大吉
19:05 中国文艺报道
20:28 经典咏流传(第五季)
22:08 综艺喜乐汇
23:23 综艺盛典

中央电视台-4(中文国际频道)
09:30 中国文艺
13:13 枪口(18~22)
20:00 国家记忆
23:01 正是青春璀璨时(41~42)

中央电视台-5(体育频道)
08:00 2022年ATP1000男子网球大师赛迈阿密站决赛
09:30 2021年世界技巧锦标赛精选
12:35 2021年世界体操锦标赛单项决赛精选
14:05 2022年世界室内田径锦标赛精选
15:35 2022年射箭世界杯安塔利亚站精选
16:05 2021/2022赛季世界斯诺克锦标赛精选
19:30 2021/2022赛季中国男子篮球职业联赛季后赛总决赛精选
22:05 2021/2022赛季世界斯诺克锦标赛精选

中央电视台-6(电影频道)
08:04 故事片:情况不妙
09:52 狄仁杰之通天帝国
12:08 狄仁杰之无头神将
13:46 比莱(拉脱维亚)
15:45 故事片:侠骨钢拳
18:07 故事片:追虎擒龙
20:17 故事片:侠捕
22:23 巨鳄风暴(美国)
00:11 故事片:神州第一刀
01:56 故事片:美丽小渔村

中央电视台-8(电视剧频道)
07:35 一代洪商(40)
08:30 风起陇西(1~4)
12:35 佳人剧场:心居(30~33)
16:30 星辰大海(14~16)
19:30 风起陇西(19、20)
21:26 高兴的酸甜苦辣(18、19)
23:05 以家人之名(16~22)

湖南卫视
07:30 你迟到的许多年 14
12:30 偶像独播剧场
19:30 好好说话(20)
20:10 春天花会开(8/12)
22:00 向往的生活(2/14)

5月7日 星期六

中央电视台-1(综合频道)
08:34 特战行动(20~23)
13:14 温暖的味道(18~22)
20:06 专题节目
22:38 开讲啦

中央电视台-3(综艺频道)
08:36 综艺喜乐汇
12:11 经典咏流传(第五季)
13:52 越战越勇: 笑语欢歌
17:08 幸福账单:为你买单
18:33 天天把歌唱
20:55 中国梦·劳动美--2022五一国际劳动节“心连心”特别节目 22:32 国家宝藏

中央电视台-4(中文国际频道)
09:30 中国文艺
14:00 枪口(23~27)
20:00 国家记忆
23:01 铸匠(2~4)

中央电视台-5(体育频道)
07:30 健身动起来
11:05 2021年世界艺术体操锦标赛精选
12:35 2022年亚洲羽毛球锦标赛精选
14:05 2021/2022赛季中国男子篮球职业联赛季后赛总决赛精选
19:30 北京冬奥会自由式滑雪女子大跳台决赛
20:30 北京冬奥会短道速滑比赛精选
21:00 北京冬奥会冬奥典藏
21:15 五环纪事:幕后
22:25 2021/2022赛季世界斯诺克锦标赛精选

中央电视台-6(电影频道)
07:53 故事片:杂技小精灵
09:29 译制片:神奇乐园历险记(美国)
11:09 故事片:非凡任务
13:39 故事片:喜欢你
15:41 故事片:七月与安生
18:10 故事片:少林寺弟子
20:09 故事片:火线之上
22:32 译制片:苏丹(印度)
01:24 故事片:神通佛影

中央电视台-8(电视剧频道)
07:35 风起陇西(5~9)
12:35 心居(34、35)
14:28 亲爱的小孩(1、2)
16:30 星辰大海(17~19)
19:30 风起陇西(21、22)
21:26 高兴的酸甜苦辣(20、21)
23:05 以家人之名(23~29)

湖南卫视
07:30 你迟到的许多年 16
12:30 周六做好菜(48/52)
13:20 偶像独播剧场
19:30 好好说话(21)
20:10 你好,星期六
22:00 中国婚礼--我的女儿出嫁了

5月8日 星期日

中央电视台-1(综合频道)
08:34 特战行动(24~27)
14:04 温暖的味道(23~26)
20:06 新居之约(13、14)
22:38 等着我

中央电视台-3(综艺频道)
08:32 综艺喜乐汇
09:28 典籍里的中国
12:39 经典咏流传(第五季)
14:19 越战越勇:笑语欢歌
15:44 我的艺术清单
18:33 舞蹈世界
19:04 中国文艺报道
19:30 星光大道
20:56 2022年五四青年节特别节目
22:43 国家宝藏(展演季)

中央电视台-4(中文国际频道)
08:00 今日环球
09:05 国家记忆
11:30 海峡两岸
13:32 枪口(28~32)
19:30 中国舆论场
20:30 海峡两岸
21:30 今日关注
23:01 铸匠(5~7)

中央电视台-5(体育频道)
07:30 健身动起来
11:05 2022年射箭世界杯安塔利亚站精选
12:00 体坛快讯
12:35 2022年世界职业拳王争霸赛
15:00 2022年汤尤杯羽毛球赛
18:00 体育新闻
18:35 北京冬奥会:冬奥典藏
18:50 五环纪事:幕后
20:00 2022年汤尤杯羽毛球赛
23:00 2021/2022赛季中国男子篮球职业联赛季后赛总决赛精选

中央电视台-6(电影频道)
07:31 故事片:潜艇总动员
09:11 大坏狐狸的故事(法国)
10:48 故事片:喵星人
12:47 译制片:苏丹(印度)
15:48 故事片:神探伍士德
17:40 故事片:瑞喜爱小白
19:40 故事片:你好,李焕英
22:23 记我的母亲(日本)

中央电视台-8(电视剧频道)
04:25 最美的青春(27~30)
07:35 风起陇西(10~14)
12:35 亲爱的小孩(3~6)
16:30 星辰大海(20~22)
19:30 黄金强档剧场:24集连续剧:风起陇西(23、24)
21:26 高兴的酸甜苦辣(22、23)
23:05 剧说很好看
00:50 以家人之名(30~34)

湖南卫视
07:30 你迟到的许多年 18
12:30 偶像独播剧场
19:30 好好说话(22)
20:10 声生不息(2/12)
22:00 天天向上(17/2022)

(节目如有变动,以当天播出为准)

娄底小偏方

百岁老人的养生方

□ 献方人:胡丽云

北京卫视《养生堂》栏目,曾请来一位106岁的宁奶奶。

在节目现场,一位观众跟宁奶奶比赛穿针,没想到宁奶奶很快就穿过去了,足以看出宁奶奶虽然106岁了,却手不抖、眼不花。给宁奶奶测血压,也在正常范围内。

宁奶奶没有高血压、高血糖、高血脂等基础病,精神矍铄,口齿清晰。她是怎么做到的?

每天一碗米糊

宁奶奶每天早晨起来都会吃一碗米糊,米糊里有大米、小米、糯米、紫米、黑米、红豆、核桃仁、大枣等,用豆浆机打成糊糊吃。再配上一杯牛奶和一个鸡蛋,加餐以蒸的粗粮为主,如蒸山药、南瓜、红薯、胡萝卜等。

这样的吃法,充分满足了老年人的营养需求,值得大家借鉴。

常喝大枣茶

宁奶奶每天都会喝大枣茶。大枣的做法很有讲究,先将大枣完全炒焦,然后放入杯子中泡5分钟再喝。她已经喝了80多年。

大枣味甘、性温,具有补益中气、养血安神的作用,而炒焦的大枣功效更强。

车前草代茶饮

宁奶奶106岁高寿,唯一的小毛病就是脚踝水肿。宁奶奶在脚水肿时,会用10克左右的车前草泡水喝。

制法:取车前草10克,放入保温杯中,加入适量开水冲泡,代茶饮。

车前草,味甘、性寒,喝起来有点甜,能淡渗利水、清肝明目,尤其适合小便不利的人。

天天好心态

宁奶奶家是五世同堂的大家庭,一家40多口人都非常团结,儿孙们也很孝顺。所以,宁奶奶每天都很开心,心情舒畅,自然能够长寿。

职业紧张、腰背痛算不算职业病?专家解读来了

职业紧张、腰背痛,算不算是职业病?今年4月25日至5月1日是全国第20个《职业病防治法》宣传周,主题为“一切为了劳动者健康”。有关专家就此向公众解读。

职业紧张、肌肉骨骼疼痛都属于工作相关疾病

职业紧张,是由于职业活动导致的精神和心理上的紧张。

哪些因素会导致职业紧张?专家认为,职业紧张,常由于客观要求与个人适应能力之间的失衡所致,其失衡的主要因素包括“工作环境、工作负荷、管理风格、人际关系、作息安排、个人因素”等多方面。

有研究表明,职业紧张可诱发肌肉骨骼疼痛,其包括神经、肌腱、肌肉和骨骼各个部位的损伤与症状。这里提出的腰背痛,就是由于工作导致腰背部长期过度负荷,或不良作业方式而引起的疾病。

有关专家称,目前在我国,职业紧张和肌肉骨骼疼痛,没有列在《职业病分类和目录》中,因此还不能称之为职业病,但它们都属于工作相关疾病。

专家建议:用人单位要预防工作相关疾病

专家认为,职业紧张虽然不像噪声、粉尘或化学毒物那样导致职业病,却能以非特异性的方式损害身体健康。

《职业病防治法》第二章第15条第五款规定:用人单位的设备、工具、用具等设施应符合劳动者生理、心理健康的要求。

专家表示,上述规定反映了法律对用人单位的要求。“既然职业紧张、肌肉骨骼疼痛属于工作相关疾病,用人单位就应当采取积极措施来预防其发生。”

此外,针对没有纳入《职业病分类和目录》的工作相关疾病,将加大疾病预防知识普及力度,持续提升职业人群健康素养与技能,努力实现劳动者少得病、不得病的目标。 (连肖)

如何吃得更健康?

最新版中国居民膳食指南给出参考答案

吃什么更营养,怎么吃更健康?中国营养学会编著的《中国居民膳食指南》时隔6年再次修订并于26日面世。新版指南突出了规律进餐的重要性,“手把手”给出了如何合理进餐和挑选、烹饪食物的科学建议。

随着经济社会发展和生活水平提高,我国国民膳食结构变化显著,肉蛋奶消费大增。中国疾控中心营养与健康所所长丁钢强说,1982年至今的监测显示,我国国民从最初的蛋白质、微量元素等普遍缺乏,到现在儿童生长迟缓率明显下降,人均预期寿命持续提高。

但同时,生活节奏加快使得三餐不规律、点外卖或外食情况增多等饮食行为越来越普遍,不尽合理的膳食结构“吃出”健康负担:成人超重肥胖率超50%、高血压患病率达27.5%、糖尿病患病率达11.9%……各类慢性病发病上升态势明显。

对此,指南在上一版6条核心推荐的基础上,新增“规律进餐,足量饮水”“会烹会选,会看标签”2条膳食准则。指南提出,规律进餐是实现合理膳食的前提,应合理安排一日三餐、定时定量、饮食有度。两餐间隔时间以4-6小时为宜,早餐用餐时间为15-20分钟,午、晚餐用餐时间为20-30分钟。早餐提供的能量应占全天总能量的25%-30%,午餐占30%-40%,晚餐占30%-35%。推荐成年人每日饮水7-8杯,多喝白水和茶水。

如今,国人对饮食健康的关注与日俱增。中国科协联合某搜索引擎的相关研究显示,食品安全和营养健康占到民众查询内容的一半以上。中国营养学会理事长杨月欣说,面对愈加丰富的食品选择,尤其是加工食品的比例日渐增大,如何更好地认识、挑选和烹饪食物,显得越发重要。

指南建议,了解食物营养素密度,一般来说,五颜六色的新鲜水果和蔬菜、瘦肉、鸡蛋、全谷物都是营养密度高的食物,少选如糖果、油炸面筋等“空白能量”的食物;利用当季、当地食物资源,新鲜的食材可以最大限度保留营养。

选购商品还要学会看标签:通过配料表和营养成分表选购食品,还可关注“高钙”“低脂”“增加膳食纤维”等标注。烹饪食物则应多用蒸煮炒、少用煎炸等方式,多利用葱姜蒜等天然香料和微波炉、电磁炉等油烟释放少的烹饪工具,以减少油脂的使用和高温引起的致癌物的产生。 (温竞华)

遗失声明

娄底市行稳汽车销售有限公司(统一社会信用代码:91431302MA7N727U4F)不慎遗失公司行政公章(编号:43130210044753),特此声明作废。

娄底市行稳汽车销售有限公司(统一社会信用代码:91431302MA7N727U4F)不慎遗失公司财务章(编号:43130210044754),特此声明作废。

娄底市行稳汽车销售有限公司(统一社会信用代码:91431302MA7N727U4F)不慎遗失公司法人私章(编号:43130210044756),特此声明作废。

遗失声明

涟钢商贸实业公司金三角商场不慎遗失营业执照正、副本、注册号:88740647-3,特此声明作废。

遗失声明

涟钢商贸实业公司索桥干鲜果菜经营部不慎遗失营业执照正、副本,注册号:88740646-5,特此声明作废。

遗失声明

涟钢商贸实业公司大桥酒家不慎遗失营业执照正、副本,注册号:88740358-X,特此声明作废。

遗失声明

涟钢商贸实业公司聚金楼酒家不慎遗失营业执照正、副本,注册号:88740423-2,特此声明作废。

遗失声明

涟钢商贸实业公司步步高大酒店不慎遗失营业执照正、副本,注册号:4313001000110,特此声明作废。

遗失声明

娄底市娄星区生机庄园有机食品生活馆不慎遗失营业执照正、副本,组成形式:个人经营,统一社会信用代码:92431302MA4MQU5E4N,特此声明作废。

公告

富德生命人寿保险股份有限公司双峰支公司,经过中国银行保险监督管理委员会娄底监管分局批准,将公司经营许可证和营业场所变更为许可证机构编号:000061431321,机构住所:湖南省娄底市双峰县永丰街道光辉村龙形组双峰大厦8楼,许可证流水号:00068924,特此公告。

富德生命人寿保险股份有限公司娄底中心支公司

2022年4月26日

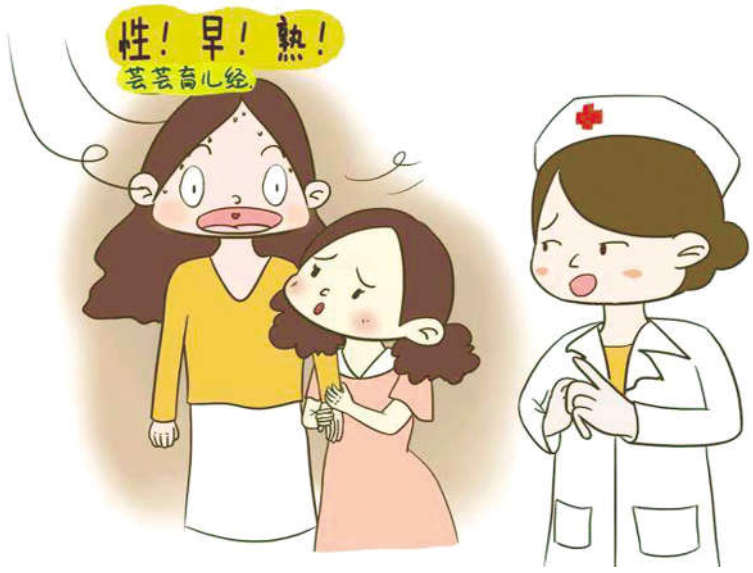
遗失声明

娄底市恒腾建筑有限公司不慎遗失建筑业企业资质证书正副本,证书编号:D343122619,特此声明作废。

儿童是否性早熟

家长需了解4大问题

性早熟是儿科内分泌系统的常见发育异常,孩子性早熟容易影响学习、造成心理障碍,甚至矮小症。生活中,很多家长都听说过性早熟,但是对如何辨别孩子是不是性早熟、需不需要治疗,误区非常多,需要提醒注意。



问题一　判断性早熟标准

性早熟是指青春期提早出现,即女性在8岁以前出现性腺增大和第二性征,或者在10岁前出现月经初潮;男性在9岁前出现第二性征。近年将快进程的青春期发育(如乳房开始发育时间正常,但初潮明显提前)及性发育次序异常(如乳房还没发育就来了月经)等特殊类型认作为性早熟。

问题二　影响性早熟的因素

性发育是一个非常复杂的过程,性早熟的发病机制尚不明确,可能与社会经济发展、营养状态改善、遗传等众多因素相关。具体来说,大致包括4个因素:大环境下儿童生长发育长期加速、提前;环境污染、洗涤剂、有机农药、塑料制品、添加剂、相关药物的促进作用;生活饮食习惯的改变,服用保健品、滋补品、农产品的催熟剂及误服避孕药等;影视作品、家庭环境及社会心理因素的影响。

问题三　性早熟的不良后果

造成心理障碍　性早熟儿童虽然身体发育提前,但心智发育仍处于实际年龄水平,孩子发现自身与周围人的不同性状特征后,极易产生自卑心理。此外,过早的性征出现亦会令孩子感到害羞和紧张。

影响身高,导致成年矮身材　性早熟的孩子往往伴随骨骼生长加速,使其看起来比同龄儿童长得高。但这仅仅是一个暂时的现象,由于性激素的提前催发,他们的生长期较正常儿童缩短,导致骨骺闭合大大提前,从而引起成年矮身材。

问题四　治疗误区

不少家长认为性早熟其实就是“早长”,不需要特殊治疗。殊不知,部分的性早熟还是其他疾病的一个表现,在男孩中,绝大部分的中枢性性早熟以中枢神经系统肿瘤为基础病变。因此,小年龄即出现性早熟时,应警惕是否合并其他疾病。

性早熟的治疗目标是抑制过早或过快的性发育,防止或缓释孩子或家长因性早熟所致的相关社会或心理问题,改善因骨龄提前而减损的成年身高,但并非所有的性早熟都需要治疗。有些情况是不需要治疗的:如孩子虽然发育了但进展缓慢经专业医生判断对孩子以后的身高影响不显著;还有些孩子发育虽然提前,但身高生长速度亦非常快,医生预测其成年身高不受影响。

部分家长担心治疗性早熟会影响孩子成年后的生育能力,其实中枢性性早熟的治疗药物其安全性已得到全世界的公认。在性早熟治疗结束后约1-2年内,性器官恢复发育,不会对生育功能造成影响。　(李艳鸣)

“三动”缓解脚跟痛

长时间走路、跑步会导致脚底肌肉疲劳,引发脚跟痛。下面介绍三种简单的活动,能有效缓解症状。

推墙拉腿　站在墙前,左腿在前屈膝,右腿在后挺直,双手压在墙面上,身体前倾,感觉右腿有拉伸感蔓延至脚跟,保持30秒,然后换边做,能够拉伸腿部以及脚跟肌肉。

推按脚底　双手握住脚底,用大拇指以一定力度从脚跟往脚心缓缓推按,一次约1分钟,可酌情重复数次,然后换脚做。推按能深层按摩脚底肌肉,达到缓解脚跟痛的效果。

踩冰水瓶　将水瓶装满水冰冻后,用毛巾包裹住,然后一只脚踩在上面慢慢前后滚动5分钟,然后换脚做。这个动作能通过冰敷,令脚底肌肉得到放松。需要注意的是,如果2周后脚跟痛的症状仍未缓解,建议及时就医,以免延误病情。另外,此项运动老年人要慎重练习,最好一手扶墙,以免跌倒摔伤。　(王峰)

心脑血管病人养生“三保”

春季气压时高时低,人体跟着温度和气压紧赶慢赶,会比较疲累。此时防心脑血管病,要特别注意讲平衡,还要做到“三保”。

保冷热平衡　冷热的变化直接影响着心血管的舒缩功能,平时就有心脑血管病的病人要根据天气预报随时关注天气变化,及时增减衣物,室内温度应保持在20℃左右。日常生活中避免过凉过热,如洗澡水过热,游泳时水过凉;长跑开始穿的太簿凉风袭人,长跑时间过长又大汗淋漓身上燥热等等。

保血压平衡　引起血压升高的诱因主要有兴奋激动、愤怒火盛、骤冷刺激、劳累过度等等。因而心脑血管病人情绪要稳定,切忌大喜大悲,大恐大惊、过度兴奋,还要科学锻炼,选择有益促进血液循环和新陈代谢功能的活动,注意劳逸适度,最好能保持一种轻松愉快的心态。另外,腹腔压力的变化对人体血流影响很大,老年人和心脑血管病人要防止腹压突然加大,如便秘者用力过大,运动过于激烈,把重物突然猛劲背上肩等等。

保饮食平衡　对于心脑血管病人来说,在任何时间、任何情况下,千万要管住自己的嘴。春天,饮食要以清淡、均衡、科学、适度为原则,适当摄取动物脂肪和蛋白质,如新鲜瘦肉、鱼类、禽、蛋类、豆类等。主食宜选择粗粮及粗纤维食物(如红薯、玉米等),防止大便秘结对心脏产生不良影响。　(魏俊)

培养四种能力 宝宝入园更适应

孩子从咿呀学语到摇摇晃晃学走路,转眼间就要入园了。想让宝宝早点适应幼儿园生活,并且拥有基本的自理能力,父母就应该早日重视宝宝日常生活习惯的培养,如懂得如何穿衣、如何收拾自己的东西、什么时间该做什么事情等,以下四种能力的培养不能忽视。

养成固定的作息习惯

学龄前的孩子需要通过玩耍来释放天性,但是孩子在玩耍的过程中也需要有一些约束,让孩子明白什么时间做什么事,应该先做什么,后做什么,多长时间做一件事,做不完会怎么样等。有规律的作息会让孩子更有安全感。

比如,睡觉前可以先让孩子自由玩耍一会儿,然后洗脸、刷牙、讲故事,最后睡觉。有时孩子遇到喜欢的玩具或游戏,会想要无限制地一直玩下去,这个时候应该告诉他:“你可以多玩一会儿这个游戏,但是今晚就没有时间讲故事了哦”。慢慢的,他会开始理解时间的有限性,两件同样喜欢的事情是需要分配时间取舍。习惯了固定作息规律的孩子,将来到了学习中也会更有秩序感,懂得如何分配玩耍和学习的时间。

鼓励孩子参与家务劳动

很多长辈会觉得让小孩子做家务是“瞎捣乱”,殊不知学龄前的孩子总是对生活中的事物有浓厚兴趣的,也许他们做得不够完美,但是在一次次尝试和鼓励中,他们会找到做家务事的乐趣,并且在这个过程中锻炼身体的灵活性。

孩子从3岁开始就可以从事一些力所能及的家务了,如3~4岁的孩子可以学会倒垃圾、收拾玩具、练习刷牙、抹桌子、整理衣物并叠放整齐等;4~5岁的孩子可以学会饭前收拾餐桌、饭后把用过的餐具放回厨房、准备第二天要穿的衣服等;5~6岁孩子可以学会整理自己的小书包、洗自己的内裤袜子、收拾房间、自己穿衣脱衣、铺床叠被、清洗瓜果蔬菜等简单的活动。

集中注意力做一件事情

孩子入学后如果专注力不够,上课就会左顾右盼,思想开小差,老师布置的学习任务也听不见记不清;无法专心写作业,一会喝水,一会儿上厕所,一会说肚子饿等。其实良好的专注力不是一下子形成的,是需要从小培养的。

比如,孩子小时候玩玩具或看动画片时,都是培养专注力的好时机。有的家长认为玩耍或看电视不是什么重要的事情,一直打断孩子,久而久之,容易导致孩子做事的持续性缩短,对于创造性的任务也失去兴趣。其实,孩子在专注做一件事情的时候,是学习与探索的过程,玩玩具、画画、看电视都一样,这对于他们来说是一个创造的过程,家长尽量不要打扰。

学会耐心听别人讲话

上课时,老师会进行提问,和小朋友们互动,在这个过程中,一个不会倾听的孩子就会丢失很多信息。因此,学会耐心倾听别人讲话也是一个需要提前培养的好习惯。“倾听涂色”是个很有趣的训练倾听能力的小游戏,比如,家长们可以找一块涂色模版,让孩子根据指令在纸上完成相应的任务,如“请将地板涂成黄色”,再比如“读出黑板上方的英文字母,并将它们涂上颜色”等。玩游戏的过程,既达到了玩耍放松的目的,又培养了孩子倾听的能力。

知识是永远学不完的,但良好的习惯一旦养成,可以让日后的学习效率事半功倍。当然,好习惯的养成不是一朝一夕的事情,需要我们父母的身体力行与悉心陪伴。　(瞿佳立)

那乡那人那情实难忘

□ 新化 邱清疆

上个世纪50年代末,我从邵阳师范毕业,与十多名隆回籍同学分配到新化县任教。70年代初,新化县革命委员会由“造反派”掌权,发出指令,要求教师回原籍,以便接受贫下中农的再教育。大家兴奋不已,纷纷回迁。

一个星期天,我去找公社康厚武书记,他是教师出身,也是学生的家长。我提出回原籍的要求,他说:“邱老师,你是科班出身,我们好不容易把你要来,凡进吉庆公社的师范生,不管是本县的还是外县的,一个都不让调出去,我到县教育局‘打了封条’。你想想,调走一个科班出身的,补充一个民办教师,既加重社员经济负担,又降低了师资质量,这蚀本生意做不得呀,至于你的实际困难,你去找公社抓教育的鄢功焕书记,他会具体安排的……”

又过一星期,我去找鄢书记,他开门见山地说:“公社党委已研究去留问题,坚决把你留下来,你去团结小学教书,家属暂住在学校,你家属落户团结五队,这里水利条件好,交通方便。”我赶忙插嘴:“人家肯要”“怎么不要?你妻儿姨妹四人落户,公社给队里减了2000斤公粮,大队支书刘道德满口答应。"他抽了一支喇叭烟说,“没房住,给你竖一座!"我又插嘴:“谈何容易!”“公社和大队担硬担,建座房有何难处?没粮,给你五百斤返销粮指标,每百斤9.5元;没钱,吉庆区教育工会评困难补助费,我去打招呼,给你评甲等;建房用工,发动社员搞义务劳动——兴工时,在你处吃饭,到队里记工分,还有雷管炸药,由办点张干部带来……”

1970年2月底,刘支书持五队社员户户签名盖章,同意我家属落户的协议书,并安排三个社员,将我家从吉庆中学搬至团结小学,孩子由姨妹看管,以便让我认真地工作。妻子被安排在全大队6个生产队做缝纫工,工资投至五队记工分。我和其他两名民办教师每天上课至下午二点半,然后在学农基地劳动。晚上办六所夜校,上南盘山,穿蔡家湾,进观音洞,爬邹家岭,扫除文盲150人。我任教的三、五年级48人复式班,统考成绩每科均为全区第一名,其他两班成绩均名列前茅。1972年被《湖南日报》报道,这是破天荒的大事,引来吉庆区各公社的师生前来参观学习,全校学生由原来48人增加至120多人。

说到建房,刘支书对我说:“你只专心教书,建房由大队具体安排。”比如每天做什么工夫,来多少人,带什么工具全由刘支书先天用广播通知。我妻只负责做饭菜。社员上工时,大多带来蔬菜,每天食用有余,我家买些荤菜,比如八毛钱一斤的油渣或鱼干,菜汤搭配,让社员们吃饱吃好!

1972年10月,全大队社员共花副工120多个,平整宅基,搬运木料,制做砖瓦,竟在山清水秀的五队,给我建起面积240平方米的房子,厅堂、卧室、厨房、储仓、猪圈、一应俱全。有了新家,结束了居无定所的尴尬局面,一家人笑逐颜开,从内心发出呐喊:“我们有房子了!”

一天晚上,在我家办的夜校放学了,孩子们睡觉了,煤油灯下,妻满脸愁云,说:“房是建好了,可又亏钱,又缺粮,工资要到月底才发,咋办?”我却满怀信心地说:“天无绝人之路!”果不其然,细心的社员知道了我家的暂时困难,因怕露富,每到夜深人静之时,常有人悄悄地送来粮食,少则几升几斗,多则一担担的稻谷或薯干,帮我家渡过难关。这笔账直到1984年家属农转非之后才还清。

1996年,我从新化十二中教导主任兼语文教师的岗位退下来后,知恩图报之心更切。村里的红白喜事我去写对联,记账;免费当家庭教师,辅导村里的中小学生做家庭作业;协助新化十二中、吉庆镇中心小学做留校生工作,将厌学的学生送至学校……每做好一件事,心中就多一份愉快!

退休前我的子女均端上铁饭碗并成家立业,我与妻仍勤俭节约,种菜养猪养鸡鸭,既充实了生活,又锻炼了身体。每月只买点米,蔬菜荤腥自给自足,节约2.5万元,做无息贷款。当时,少部分村民手头仍紧巴巴的,买种子农药化肥,送孩子读书,建房娶媳妇,看医生缺钱的,我就把钱借给他们。我从1997年元月到2012年上半年,借给他们做动用的账目共567笔,一般每笔一二百元,最大的为5000元,边借边收,记了一本流水账。每当向我借钱的高中生毕业后考上理想大学,寒假来给我拜年时;每当向我借钱的夫妻双双抱着孩子到我家串门时;每当一座座小洋楼掩映在苍松翠柏之中时;每当借钱治病长者荷锄晨曦中,穿行陌阡间时……我心潮涌动,快乐无比!

标号的土鸡蛋

□ 曾敏

因为疫情,公职人员取消休假,加上后来我又被组织上派到市防疫指挥部支援,加班加点,一个多月没有回老家。父母很牵挂我,打了几次电话来问情况,我都说没事。父母说,给我攒了一些土鸡蛋,想捎过来,找了两次“回头的士”都未果,因为的士不愿意来娄底,怕被封住了,回不去。父母生怕时间一久,鸡蛋坏了。我要他们自己吃。后来一忙碌,这事也忘记了。

有一天,一个陌生电话打进来,我以为是快递,一接,是回头的士。司机问我在哪里?原来,是老人家帮我捎鸡蛋过来了。妻子细心地将鸡蛋一个一个地放冰箱里,她惊讶地告诉我:爸妈给每一个鸡蛋都标了日期呢!

我看着大小不一、色泽不一、标了日期的鸡蛋、鸭蛋,思绪有一些复杂,既有温暖、感动,又有一点无奈。因为,我曾经是很反对他们喂鸡的。

父母回农村住后,爱上了养鸭喂鸡。他们喂鸡特别讲究,要将米煮熟后,再拌上麦麸、剁碎的蔬菜叶子一起喂。白天将鸡放出来活动,晚上再关进杂屋。在桂花树上搭了一个棚子,便于鸡鸭乘凉。挖了一个池子,便于鸭子游泳。鸡越喂越多,其领地不断扩大,将原有的小路也占据了。到了夏天,菜园子里有一股气味。有了这些鸡鸭以后,父母想要到哪里去,都不自由。经常晚上11点了,他们还在煮鸡食。我觉得他们太累了,再三建议他们不要喂这么多鸡,为此还发生过小小的争执。有一段时间,我甚至拒要鸡和蛋,不吃他们喂的鸡和蛋,以示我的态度。

我和他们苦口婆心算过一笔“成本效益帐”:“别人喂鸡,都是丢一把米和菜叶子就行。你们喂鸡,就像服侍鸡太爷(读ya,第二声)一样,太累了!我并不是完全反对你们喂鸡,但建议你们少喂一些。你们想吃鸡和蛋,买就是。我们做子女的要吃鸡和蛋,也可以买,不用你们提供。你们有一点退休工资,注意保重身体,多活一年,可多领几万退休工资,鸡鸭蛋可买好多巴多了。你们这么喂鸡,成本是很高的,划不来。做父母的,身体健康、寿命长、无病无灾,就是赚钱,就是为子女做贡献。你们活得轻松自在,做子女的看着也高兴。”

我说了多次,他们每次“态度很好,顽固不改”,照样喂。妈妈还振振有辞:“反正我没有其他爱好,不喂点鸡,我做什么呢?我一辈子做惯了,喜欢做点事!”我无言以对,只好随他们去了。

喜欢看书写字的爸爸其实不太想喂这么多鸡,背后向我吐过几次槽,但他拗不过长期做“一把手”的老婆,只能以七旬老弱之躯,埋头喂鸡。

去年8月,父亲腰椎间盘突出,起不了床,在娄底中心医院做手术,住了一个月院,花了五六万元。我说:“如果不喂这么多鸡,可能就不会出这个事。你们看你们看,五六万块钱,可买多少鸡和蛋了!你们的鸡和蛋,真的很昂贵啊!”妈妈被我说得有一些紧张,连忙说“不喂了、不喂了!回去就将家里的鸡处理掉!”

父亲出院后,处理鸡的话题妈妈再也不提起,鸡鸭照样喂。不过,父亲不能弯腰,妈妈只得担负起了喂鸡的重任。我每次回去,妈妈穿着蓝色的工作服、套鞋喂鸡,并自豪的对我说:“我一点事也没有,不用担心我!”看着忙碌的母亲,我只能在心中祈祷,不要有什么事就好!

我和一位朋友聊过这个事,朋友开导我:“老人家有老人家的习惯和理念,我们做儿女的,只能尽力理解、尊重。孝顺孝顺,顺从父母,也是一种孝道呢!”

他还说了自己家的事:“我们兄弟几个,都搞得好,也孝顺父母,没少给父母钱。我妈妈七八十岁了,还喜欢在外面捡垃圾,被我讲了几次。我说:妈妈,您不要在外面捡废品了,别人如果不知情的话,还以为我们做儿女的不孝顺呢。妈妈嗫嚅着,应着好。以后,她知道我要回来,就赶紧提前将捡的废品藏起来。有一次,被我发现了,那时我有一些心酸:为什么不能让母亲做她自己喜欢的事呢?从此,我再也不说她,甚至帮她收拾废品。我慢慢地理解到了母亲的心:她是从那个物质极其贫乏的时代走过来的人,吃了很多苦,节约成了一种根深蒂固的习惯,而且,她想通过捡废品帮我们减轻一些负担,这是她的价值观、存在感,我们做子女的要理解。”

我很佩服这位朋友的孝顺体贴和思想境界,也有所悟。从此,我对父母养鸡,表面上再也没有说过,但内心总有一丝担忧。现在父母捎来一一标上日期的土鸡蛋,我既深深地感觉到了父母的关心,又有一丝无奈。因为我知道,前段妈妈还在新化县城一家诊所做着中医康复呢!

儿行千里母担忧。儿女再大,在父母眼里,仍然是孩子,这是一种中国式的情结。从某种角度上说,读懂父母的情,开心地接受父母的关心,就是一种孝顺;对个人成长来说,也是一种进步!

图说我们的价值观

劳动创造美

四川井研县农民画

富强 民主 文明 和谐
自由 平等 公正 法治
爱国 敬业 诚信 友善

中宣部宣教局 中国文明网

湖南城市广播电视报娄底广播电视出版 总编辑:陈汉树 本报社址:娄底市乐坪大道525号(十单位四楼) 总编办8311028 办公室8328916 采编部8328300 广告发行部8313798 活动部8328328
邮政局(所)订阅发行 邮编:417000 全年订价:96元 零售价:2元 广告经营许可证:湘工商广字004号 网址:www.ldgdb.com QQ:524176707 E-mail:ldgdb@163.com 长沙金源印务有限公司印刷