

娄底广播电视

第20期 总第1545期 2022年5月19日出版

湖南省新闻出版局主管 | 娄底广播电视中心主办



本期20版 介绍2022年5月23日至5月29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



2022年“中国旅游日” 湖南娄底主题活动正式启动

5月18日,2022年“中国旅游日”湖南娄底主题活动在国家AAA级景区双峰县水府庙生态旅游度假区正式启动。

本次活动以“感悟中国文化·享受美好旅程”为主题,由市委宣传部指导,市文旅广体局、双峰县人民政府主办,省文旅厅二级巡视员王鹏、副市长康艳华等参加启动仪式。

上午10时许,启动仪式在柔美的开

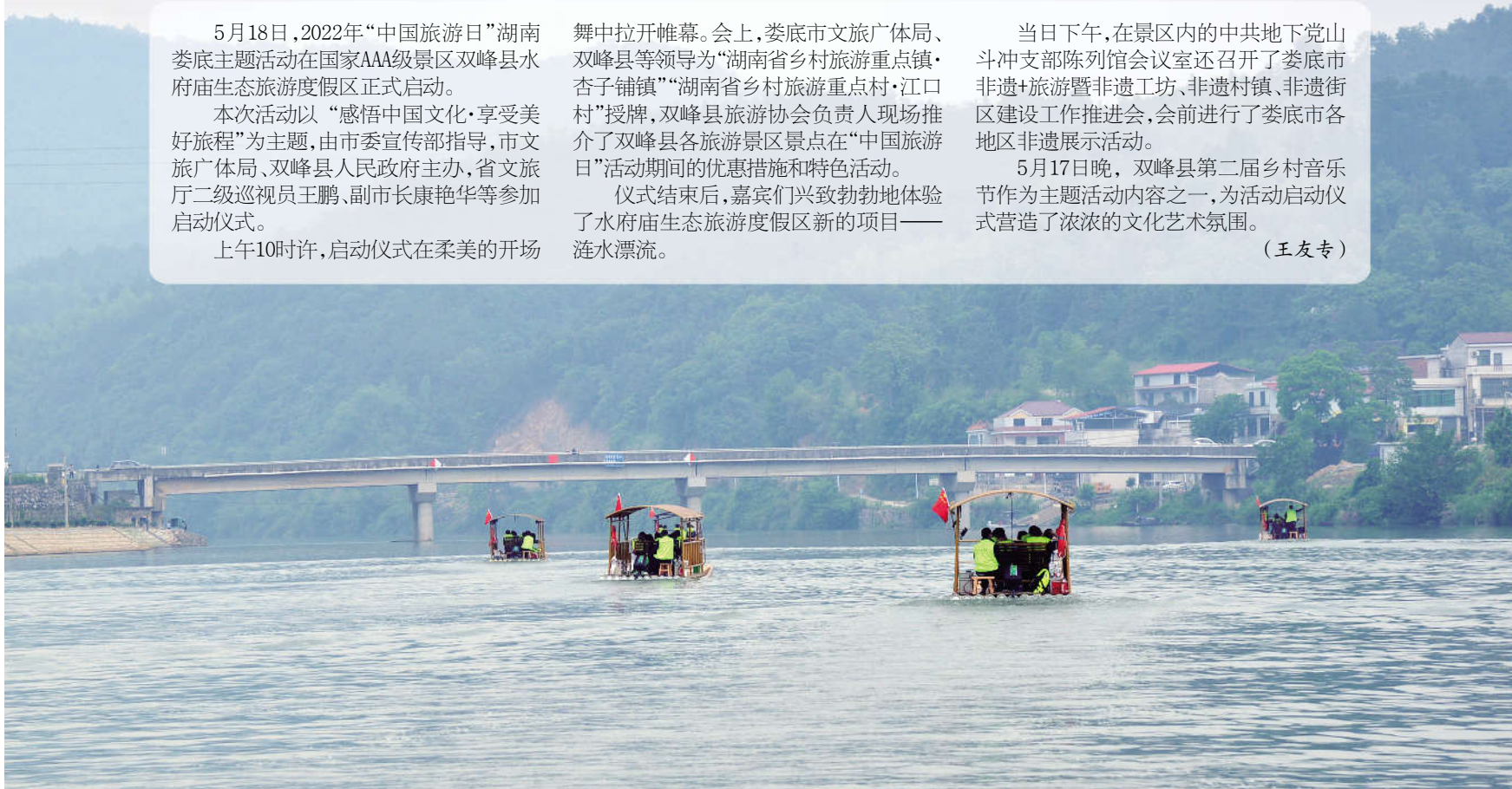
舞中拉开帷幕。会上,娄底市文旅广体局、双峰县等领导为“湖南省乡村旅游重点镇·杏子铺镇”“湖南省乡村旅游重点村·江口村”授牌,双峰县旅游协会负责人现场推介了双峰县各旅游景区景点在“中国旅游日”活动期间的优惠措施和特色活动。

仪式结束后,嘉宾们兴致勃勃地体验了水府庙生态旅游度假区新的项目——涟水漂流。

当日下午,在景区内的中共地下党山斗冲支部陈列馆会议室还召开了娄底市非遗+旅游暨非遗工坊、非遗村镇、非遗街区建设工作推进会,会前进行了娄底市各地区非遗展示活动。

5月17日晚,双峰县第二届乡村音乐节作为主题活动内容之一,为活动启动仪式营造了浓浓的文化艺术氛围。

(王友专)



第五届趣味运动会在市体育中心举行

5月13日,娄底市第五届趣味运动会在市体育中心风雨篮球场内火热开赛,来自市直36个机关企事业单位39支代表的400余名干部职工在妙趣横生的比赛中尽享运动健身的乐趣。副市长康艳华宣布开幕,市总工会党组书记、副主席曾小坤致开幕词,市文旅广体局党组书记、局长彭一伶主持开幕式。

本次运动会由市文旅广体局、市总工会主办,娄底市纵野户外拓展有限公司承办。比赛以“享受运动、快乐运动”为主题。比赛共设置虎跃龙腾、财源滚滚、超级明星、功夫足球等4个比赛项目,采用团体竞赛模式进行,名次录取采用积分制,以取得成绩并获得相应积分的多少进行名次排名。

“加油!加油!”比赛现场,虎跃龙腾作为开幕式后的第一个比赛项目,瞬间点燃了现场观众的热情,参赛队员们拧成一股绳,铆足力气奋力拼搏,体育中心人声鼎沸,加油声、助威声一浪高过一浪,连绵不绝。生动有趣的比赛项目内容设置,充分体现竞技运动与群众体育的特色,极大地提高了广大机关干部职工踊跃参与全民健身的积极性,更好地展现了娄底行政企事业单位干部职工的风采和健康向上、充满活力的精神面貌。

赓续前行,奋楫争先。经过一天的激烈角逐,娄底市社会福利院、娄底市城发集团、娄底市自然资源和规划局以积分优势获得前三名。



近年来,在市委、市政府正确领导下,娄底市紧紧围绕贯彻落实《健康中国2030》规划纲要和《娄底市全民健身实施计划》这两条主线,积极促进全民健身运动深入开展。趣味运动会连续举办

五届,已成为娄底全民健身的一项常规活动。本次活动旨在调动全市干部职工参与全民健身运动的积极性,在全市党政机关事业单位营造以强健的体魄、饱满的热情迎接党的“二十大”的浓厚节

庆氛围,是激发广大干部职工创新意识、团结意识,增进全市党政机关事业单位间的交流与合作的重要举措,也是新时代全力倡导全民健身、广泛开展群众体育活动的生动实践。(王友专 周益群)

市文旅广体局传达邹文辉带队赴省文旅厅对接工作主要精神

5月12日,市文旅广体局传达市委书记邹文辉带队赴省文旅厅对接工作主要精神会议在市5楼会议室举行,市文旅广体局党组书记、局长彭一伶等局领导以及各县市区文旅广体局主要负责人参加。

5月10日上午,市委书记邹文辉带队到省文旅厅对接工作,邹文辉等领导就我市主要从高质量推进全域旅游:加快推进紫鹊界梯田景区创建国家5A级旅游景区,协调景区内省道改道绕行,力争早日破零。积极推动锡矿山矿区发展工矿旅游,申报国家级矿山遗址公园。娄底旅游线路与周边市州的对接与延伸;办好旅游发展大会;加强文

物保护利用;抓好非遗保护传承;加大公共文化产品;做好艺术工作;争取对口帮扶支持;推动文旅融合;深化平安市场建设等与省文旅厅进行了对接和汇报,省文旅厅对娄底文旅工作给与了充分肯定和支持。

会议指出,市委书记亲自带队到省文旅厅对接工作,极大地鼓舞了全市文旅广体系统干部职工工作的热情,极大地提振了高质量发展娄底文旅广体事业的信心。在市委政府的坚强领导下,“娄底文旅的春天已经来临”。

会议要求,全市文旅广体系统干部职工要深刻学习领会,坚定信心、胸怀热爱、鼓

足干劲,紧盯目标任务,坚持不懈抓好会议精神贯彻落实。各分管领导、各科室、局属单位、各县市区文旅广体局要主动认领会议安排的各项任务,对照确定的目标要求,靠实工作责任,把每一项任务融入到平时工作中,以时不我待的紧迫感狠抓落实。

会议要求,下一阶段,全市文旅广体系统要落实落地各项工作任务,高质量办好娄底市首届旅游发展大会,将建优公共文化服务体系,加强文化遗产保护利用和传承,高质量推进全域旅游,深化平安市场建设,推动产业融合快速发展。

(王友专 邓志文)

市文旅广体局举行首届旅发大会座谈会

5月12日下午,市文旅广体局召集各县市区文旅广体局、湖南经视团队,就娄底市首届旅游发展大会整体宣传策划等工作进一步交换意见并进行深入研讨,市文旅广体局党组书记、局长彭一伶等局领导参加座谈研讨。

座谈会上,经视团队从指导思想、大会目标、宣传主题、活动内容、活动宣传等方面详细介绍了娄底市首届旅游发展大会初步创意策划方案。

随后,各县市区文旅广体局负责人、市局有关科室、相关单位围绕如何立足娄底基础、展示地方特色、丰富活动内容等方面进行了发言讨论。

彭一伶对湖南经视团队前期所做的策划工作表示感谢,她希望湖南经视团队要进一步打磨,进一步与各县市区加强沟通,完善方案。同时,各县市区要宣传先行,整合资源,加强对接,要借助湖南经视的平台,首届旅游发展大会,着力宣传文化旅游等方面的工作,展示娄底形象,促进我市经济社会高质量发展。

据悉,湖南经视将按照座谈会意见,深度挖掘娄底文化旅游资源优势,更有针对性的深化策划宣传方案后再研究讨论。(王友专 邓志文)

娄底文旅志愿者韩媛媛荣获全国“圆梦工程”优秀志愿者

5月12日上午,2022年全省文化和旅游公共服务领域高质量发展工作会议在长沙召开,表彰了2021年度全省文化和旅游公共服务领域获得国家级和省级表彰荣誉的单位和个人,娄底市文旅志愿者韩媛媛荣获全国“圆梦工程”优秀志愿者。



韩媛媛,中国同盟成员。她自2014年参与志愿服务以来,一向秉持“奉献、友爱、互助”的志愿服务精神开展志愿活动,是志愿者公益活动的骨干参与者和组织者之一,组织并亲自参与了大小二十余次志愿者公益活动,受到各级组织和社会的一致好评,也赢得了广大志愿者的普遍赞誉。

她开展的志愿服务主要是关爱残疾儿童和孤寡老人;看望留守儿童;开展乡村小学支教等,她还以乡村支教艺术课程教学为主要方向,开设了舞蹈、戏剧、口才等课程,组织计划演出活动,让大山里的孩子有机会在舞台上展示自己的风采。

韩媛媛荣获全国“圆梦工程”优秀志愿

者是娄底文旅志愿者的一个缩影,2021年以来,娄底市文化和旅游志愿服务努力提升文化志愿服务管理规范化、服务常态化、项目品牌化水平,取得了明显成效。

市文旅广体局先后下发了《关于开展全市文旅志愿者招募活动工作的通知》和《文化旅游志愿者管理办法(暂行)》,根据《娄底市文明行为促进条例》和《娄底市志愿服务终身积分、星级评定、礼遇褒奖办法》,制订实施细则,进一步规范了文旅志愿者的招募管理。市文旅广体局机关、市文化馆、市图书馆、市博物馆、市美术馆、市地域文化传承研究中心等机关企事业单位均已设立了文化旅游志愿服务队,在各文化场馆设置了固定的“学

雷锋志愿服务站”。市地域文化传承研究中心志愿服务队能用“流动演出车”开展送戏下乡等文化惠民活动。市文化馆“创文有我”惠民服务自2018年启动以来在全市巡演100多场次。全市各级文艺院团积极开展“送戏曲进万村,送书画进万家”文化惠民活动,每年开展送戏下乡、送戏进校园、进企业文艺演出活动500场次以上,送书画作品10000幅以上,极大地丰富了人民群众的业余文化生活。通过文化惠民巡演、“文化大讲堂”“周末剧场”“雅韵娄底”高雅艺术演出、“群星汇”文化志愿服务演出等内涵充实、形式多样的群众文化活动,培养市民内化于心的文明风尚。

与此同时,2021年以来,市文旅广体局选择了13家临街的旅游企业,建立了旅游行业首批13个雷锋志愿者服务岗示范站点;在各大景区宣传“志愿服务,让旅游更文明,让旅游更美好”的理念。同时,还着力做到了“三个统一”:统一标识,统一安排,统一标准。(王友专 王叶辉)

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5月19日 本版责编:王友专 邮箱:ldgdb@163.com

娄底市举行招商引资重大项目集中签约仪式

本报讯 5月11日下午,在2022年全省第一批省级招商引资重大项目集中签约仪式结束后,娄底市举行招商引资重大项目集中签约仪式,共签约省、市级重大项目29个,总投资163.7亿元。市委副书记、市长曾超群讲话。副市长康艳华主持,市政府党组成员、秘书长杨维参加。

曾超群表示,近年来,市委、市政府坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指引,坚决贯彻落实党中央、国务院和省委、省政府决策部署,全面落实“三高四新”战略定位和使命任务,抢抓娄底被纳入全省综合绩效考核A类地区契机,强力推进钢铁新材和工程机械以及其他8条工业新兴优势产业链建设,推动娄底发展进入上升曲线和新一轮快速发展期。

曾超群指出,这次招商引资重大项目集中签约活动,是娄底市深入贯彻落实习近平总书记“疫情要防住、经济要稳住、发展要安全”重要要求的具体行动,也是娄底市坚持高水平对外开放、大抓项目和实体经济、推进高质量发展的重大举措。项目的签约落地,必将为娄底高质量发展注入新的动力。娄底全市上下将进一步统一思想、提高认识,站在全局和发展的角度,牢固树立项目意识,切实优化营商环境,全面提供一流服务,全力做好项目开工、建设、投产等各项工作。相信经过双方共同努力,项目一定能够早落地、早开工、早达效。同时,也期待各位企业家朋友能够一如既往地关心支持娄底,多来娄底看看,

多来娄底投资兴业,实现双方更多领域合作、更高层次的互利双赢。

签约仪式以“云签约”和线下签约相结合的形式进行,新疆贵汇海贸易有限公司在娄底经开区投资30亿元的娄底钛材料深加工产业园项目、青拓集团在冷水江经开区投资10亿元的年产15万吨无机非金属材料建设项目在省主会场现场“云签约”。年产300万吨非金属材料项目、智能电源及数字化云管理系统建设项目等14个市级重点项目在娄底会场现场“云签约”,另有13个项目各自在线下签约。此次签约项目大部分属于“湘商回归”“娄商返娄”项目,涵盖钢铁新材、工程机械、智能制造、电子陶瓷等领域,与娄底市“材料谷”建设高度契合。(龚合)

上要“置顶” 下要“落地”

党管武装,是我党在领导中国革命与建设中创造和发展起来的重要制度成果之一,是人民武装力量建设的根本原则。江苏省淮安市淮安区狠抓党管武装工作末端落实的鲜活实践启示我们:只有军地联动、上下同心,坚持向上“置顶”、向下“落地”,才能把党管武装工作抓硬、抓到位、抓出彩,切实提高工作质效。

当前,少数地方党管武装工作之所以存在虚化、弱化、边缘化、随意化等倾向,既有认识不清、重视不够的问题,也有抓手不实、落点不准的因素。思想是行动的先导。我们必须深刻认识到:党管武装不是一项可大可小、可有可无、可紧可松的工作,而是各级党委和领导干部必须担起的政治责任。不论过去、现在还是未来,都要将党管武装置于“置顶”位置,须臾不能削弱和动摇。

既要心动,又要行动。顶层设计再好,如果说起来重要、做起来次要、忙起来不要,不能在末端落实上见行动、见成效,则只能是“镜花水月”。应坚持抓经济不忘国防、抓发展不忘强武装,充分发挥年度目标责任考核“指挥棒”作用,加大党管武装工作在地方高质量发展中的分量,以此压紧压实地方党政领导的主体责任,增强工作落实紧迫感。军地应联手树立良好的用人导向,着力破解专武干部成长空间受限、进出渠道不畅等问题,让有为者有位,有效激发专武干部建功立业的热情,增强工作动力。同时,还应加强基层武装部规范化建设,通过正规化建设牵引应急应战能力提升。

党管武装是历久弥新的重要课题,也是必须答好的重要考题。在新时代党管武装的大考场上,我们要想交出好答卷、考出好成绩,不仅要精准把握党管武装根本原则,把党政军民的力量凝聚到党管武装这个“大棋盘”上来,夯实基层武装工作末端落实的群众基础;还要主动担当践行党管武装使命责任,按照“部队提需求、国动委搞协调、政府抓落实”的要求,科学构建军地各司其职又密切协调的国防动员新格局,形成畅通高效的作战指挥链、坚强领导链和服务保障链,让党管武装工作持续迸发新活力。(据《中国国防报》)

娄底市本级特殊门诊实现“即评即用”

本报讯 从5月份起,娄底市本级特殊门诊实现“即评即用”。经评审通过享受特殊门诊待遇的参保人,不需再到医保大厅来回奔波,选择就诊购药医药机构,可到任意特门定点医院或药店就诊购药。

在过去,市本级特殊门诊实行“两月一评”,每批人数在1000人以上,多的时候达到2000余人。经评审通过享受特门待遇的参保人,必须到医保服务大厅窗口登记选择就诊购药的医院或药店,

由医保工作人员在系统中完成相关信息录入审核后,才能到选定的医院或药店就诊购药。如此一来,不仅受限于就诊购药的医院和药店数量,而且要等待待遇信息录入、审核后才能享受特殊门诊待遇。因人数较多,工作人员完成一批特殊门诊人员信息录入审核,一般需要20余天,耗时费力。

今年以来,市医疗保障事务中心扎实开展“走流程、解难题、优服务”行动,转变工作方法,落实“四减三化”措

施,突出减流程、减时限,放开享受特殊门诊待遇参保人定点就诊购药的限制,患者可到任意一家定点医院或药店就诊购药。同时,特殊门诊审批实行月评,对申请特殊门诊待遇参保人的信息,采取提前录入、事后批量审核的办法,从而大大缩短了参保人享受待遇的“等待期”,实现了“即评即用”。这一改革举措,大大提升了参保人获得感,备受好评。(龙洪)

娄底“楼宇会”助力基层小区治理

本报讯 涟邵矿务小区是一个建于20世纪80年代的老居民区,时入初夏,小区中心绿地风景如画,环境宜人,以前垃圾乱扔,电动车“飞线”充电等乱象已不再见。“小区能有这样的好环境‘楼宇会’功不可没。”娄星区小花社区党支部书记刘竹文说。

基层小区难题如何治理?娄星区在开展“三基三创”活动中推出“楼宇会”措施。即以小区、楼栋为单位,在小区楼栋中搭建党支部、居民、物业、业主委员会四大主体共同参与、民主协商、议事解难的“楼宇会”,聚焦群众急难愁盼问题,形成“依托楼栋、立足群众、高度自

治、共促和谐”的基层治理新格局。

“我们先收集居民意见,然后分类列出问题,最后由大家投票如何解决。”刘竹文说。今年2月份小区召开了第一次“楼宇会”,参会的52户居民代表对“飞线充电”问题形成一致意见:由小区物业负责安装3个智能充电桩集中充电,派专人管理,居民扫码缴费。

就这样,通过“楼宇会”,困扰涟邵矿务小区多年的“飞线充电”问题解决了。

如今,在娄底中心城区,“楼宇会”不仅让群众省了心、解了题,还搭起了沟通的桥梁。

“住在城里的人,可能对面住着是

谁都不晓得!”长青街道甘子冲社区党支部书记马洁说,有了“楼宇会”,就像拆除了大家的“隔心墙”,生人变熟人。

群众不隔心了,事情就好办了。困扰华达老旧小区多年的噪声污染、油烟污染等问题,在陆续召开的“楼宇会”中得到彻底解决。

“楼宇会”群众工作法实施仅5个月,一批群众“急难愁盼”的问题就形成了处理闭环。目前,长青街道当地10个社区全部成立了“楼宇会”,共有43个楼栋、114家商铺、450多名居民参与,解决了22个老百姓急难愁盼的问题。(康承贵 刘建安 邹国栋)

娄底家庭教育进学校入乡村

本报讯 近日,市妇联组织家教老师,来到新化县田坪镇开展家庭教育宣传活动。普及立德树人家庭教育理念和知识,提升广大群众依法教子、科学育儿能力。

在新化县十一中,全国家庭教育宣讲团成员康海燕,以“以时代需要觉醒青年”为题,为同学们上了一堂励志课程,教育引导同学们,无论在什么时代,青年都要有理想有信仰有抱负,坚持走正

道,做好人,有社会担当。将自己的“小我”融入祖国的“大我”、人民的“大我”之中。

在田坪镇土桥村会议室,家庭教育高级讲师、新化县思源学校教师贺智力与村民一道,共同分享了与孩子有效沟通的技巧和方法,希望引导村民要善于与孩子沟通,注意聆听孩子的感受,与孩子交流应保持期盼的眼神、微笑的表情和友善的坐姿,应该对孩子多加肯

定、赞赏、鼓励。通过活动,让村民们对如何与孩子相处、如何正确教育孩子有了全新认识。

随后,妇联工作人员、家教老师和镇村干部,还来到村民家中,宣传《中华人民共和国家庭教育促进法》《湖南省家庭教育促进条例》。引导村民要用正确有效的方法教育孩子,要以德育人,弘扬家庭美德,树立良好文明家风。(颜文辉 曾湘涛)



我市庆祝共青团成立100周年座谈会召开

本报讯 5月17日,我市庆祝中国共产主义青年团成立100周年座谈会召开。市委书记邹文辉出席并讲话,他强调,要深入学习贯彻习近平总书记在庆祝中国共产主义青年团成立100周年大会上的重要讲话精神,激励和动员全市广大团员青年发扬光荣传统,勇担时代使命,把青春奋斗融入党和人民事业,为推动全市经济社会高质量发展争先创优、建设社会主义现代化新娄底贡献青春力量。

市委副书记、政法委书记尹华凯主持会议。市领导谢君毅、谢学龙、朱鸿宾、袁华荣出席。

座谈会上,邹文辉代表市委向全市

广大共青团员和各级共青团组织、团干部,致以热烈的祝贺和诚挚的问候。他强调,要深入学习领会习近平总书记在庆祝中国共产主义青年团成立100周年大会上对新时代共青团明确的“四个始终成为”要求和广大共青团员提出的“争当五个模范”殷切希望,与党同心、跟党奋斗,满怀激情干事业,勇挑重担当先锋。

邹文辉强调,全市各级共青团组织要不断增强引领力、组织力、服务力,团结引领广大青年奋进新征程、建功新时代。矢志不渝听党话、跟党走,帮助广大青年坚定信仰信念信心,忠诚拥护“两个确立”、坚决做到“两个维护”。团结带

领广大青年担当尽责,在打造中部地区“材料谷”、推动乡村振兴、全面优化“四个环境”、深化改革开放、办好民生实事、加强基层治理、维护社会和谐稳定等各个领域冲锋陷阵、勇当先锋,在奋斗中实现价值。充分发挥好党联系青年的桥梁纽带作用,把服务青年作为工作生命线,自觉践行群众路线,真正把工作做到青年心坎上。以自我革命精神全方位加强政治、思想、组织、作风、能力等各方面建设。

邹文辉强调,全市广大团员青年要牢记习近平总书记“争当五个模范”的要求,走好成长成才的正确路子。坚定理想信念,练就过硬本领,锤炼品德修为,勇

于担当任事,深入“作业面”,当好“施工员”,把个人理想奋斗融入到党和人民的共同奋斗之中,锻造成长的好坯子,打牢干事的好底子,走稳人生的好路子。全市各级党组织要高度重视共青团工作,充分信任、十分关心、大力支持青年成长进步。认真落实好36条“人才新政”,加强和改进对共青团工作的领导,积极为青年实践创新搭建更广阔的舞台,为青年塑造人生提供更多丰富的机会,为青年建功立业创造更有利的条件。

会上,团市委书记罗建湘作汇报发言,陈伟、隋亚飞、曾庆欢、邹玖霖、肖源、张承志等6位青年代表作交流发言。(陈泽宇)

市统计局召开挂职干部见面会

本报讯 5月11日,娄底市统计局召开挂职干部见面会,欢迎省统计局工业处干部周颖江到该局挂职锻炼,并担任局长助理。省统计局党组成员、副局长黎雁南,市委常委、市委组织部部长谢忠阳出席会议并讲话,市统计局党组书记、局长李应泉主持会议。

见面会上,谢忠阳对省统计局选派

优秀人才到娄底挂职锻炼表示感谢。他指出,省统计局选派优秀人才到娄底挂职锻炼,既是深入贯彻中央、省委人才工作会议的具体行动,更是对娄底统计工作的关心和支持,对于加强省、市两级统计工作交流意义重大。他希望娄底市统计局以此为契机,进一步加强与省统计局工作对接,不断夯实统计基层基

础工作,切实提升统计服务水平,为推动娄底经济社会高质量发展贡献统计力量。

见面会后,黎雁南一行赶赴涟源市白马镇黎溪村实地调研乡村振兴驻村帮扶工作,并就如何巩固拓展脱贫攻坚成果同乡村振兴有效衔接召开省、市、县、乡、村五级工作座谈会。(谢正华)

娄底千余名民兵接受集中点验

本报讯 “我是中国民兵,我宣誓:服从中国共产党领导,积极参加国家建设,忠实履行国防义务,遵纪守法,服从命令……”5月17日,2022年娄底市民兵应急营暨娄星区基干民兵集中点验大会在娄底军分区举行。接受点验的千余名民兵右手握拳,用嘹亮誓言展现新时代民兵的责任担当。

点验大会宣读了民兵干部任职命令,宣布出入队人员名单,对基干民兵进行点验。随着声声呼点,民兵响亮答“到”,声音高亢干脆,展示出了良好的精神风貌和过硬的军事素养。

“我将认真履行民兵的各项义务,发扬民兵的光荣传统,在遂行抢险救灾任务中发挥突击队作用,为娄底市基干民兵建设贡献自己的一份力量。”谭小龙是娄底一家户外拓展企业的经理,擅长山地户外救援,作为今年新入队的基干民兵,第一次参加集中点验的他感到既光荣,又责任重大。

今年是党的二十大召开之年,是实施民兵建设“十四五”规划实质性开启之年,是全面提升军事训练转型升级的关键之年,娄底军地合力周密筹划组织实施,把民兵调整改革工作纳入党管武装绩效考核内容,军地联合部署、联合发文、联合调研、联合督导。市本级把民兵建设工作纳入党委第一书记履职重点工作。采取县域为单位集中点验、民兵分队为单位分散点验、集中点验和分散点验相结合的模式,抓实集合点验。

同时,按照规模适度、结构科学、布局合理的要求,突出“实战、实效、实用”,娄底军分区着力在提升全市民兵新质力量建设水平上下功夫,充分挖掘辖区高新技术产业和各类新区、开发区、工业园以及社团、社会组织等潜力,提高新质力量编组质量,着力做好专业技术岗位人才队伍储备。2021年,娄底市民兵编组布局进一步优化,练兵备战基础进一步夯实,全年共完成7000余名基干民兵编组任务,其中党员、退役军人、高中以上文化程度和专业对口率均提高了2至4个百分点,民兵建设整体质效得到提升。(李琴 周梁 李奕)

娄底经开区“三举措”预防野生蘑菇中毒

本报讯 5月17日,娄底经开区组织开展“全省预防野生蘑菇中毒宣传日”活动。

娄底经开区充分发挥区食安办平台牵头作用,组织市场监管分局、两个街道办事处进行广泛宣传。工作人员通过摆放宣传展板、发放宣传资料等方式,向群众宣传野生蘑菇相关知识,通过现场答疑解惑,教育引导群众“不要吃”野生蘑菇;充分发挥全区28个村居协管员作用,利用村村响、张贴海报等方式,将野生蘑菇中毒防控宣传触角延伸到各村、各住户;加强对农贸市场、超市和餐饮店等重点食品销售和采购场所的监管,严防农贸市场、超市销售不认识和变质野生蘑菇,要求餐饮店等食品经营者不得采购加工销售不认识和变质的野生蘑菇。

通过以上举措,多方位、多渠道、多形式广泛宣传不采摘、不买卖、不食用



野生蘑菇,切实提高群众食品安全意识。此次活动共有1000余人参加,张贴宣传海报100余张,发放宣传资料2000余份,摆设宣传展板10块,悬挂宣传横

幅12条。下一步,该区将继续加强预防野生蘑菇中毒宣传与防控工作,切实保障辖区人民群众“舌尖上的”安全。

(罗尚海 李姣)

娄底城管拆除老旧危房保安全

本报讯 5月16日上午,伴随挖掘机械的轰鸣声,位于娄星区春园路地段的原市检察院落的一栋老旧危房瞬间倒塌。

为认真落实习近平总书记关于安全生产的重要指示精神,深刻吸取长沙望城4.29房屋垮塌事故教训,积极防范和化解重大风险隐患,防止娄底市中心城区发生房屋垮塌事故,市城管执法支队违法建设执法大队始终坚持“先劝导后拆违、边拆违边劝导”的原则,确保人民生命财产安全。

执法人员积极向周边居民宣传城市管理法律法规知识,争取群众的支持和认同,以便拆除工作进行顺利。

今年5月份以来,按市委市政府的要求,市城管支队加大对城区危房、违法建设的排查和拆除力度,违法建设执法大队协同当地办事处、居委会对危房、违法建设进行排查摸底,对群众反映大,存在严重安全隐患的楼盘、违建行为详细制定拆除方案,在报请上级部门裁定后立即组织拆除工作。(邓辉斌)



娄星区税务局首“槌”拍卖抵税450余万元

本报讯 5月15日,娄星区税务局委托湖南省鑫邦达拍卖有限公司举行首场抵税资产拍卖会,对欠缴税费房地产公司的两处资产孙水明珠和景明佳园公开拍卖,此次共拍卖抵税453.86万元。

近年来,娄星区税务局全面落实税

收政策,服务市场主体,积极探索税费治理重点领域“税务+”模式,有效解决房地产项目中税费收缴难、“无籍房”办证难等问题,着力构建税费精诚共治生态圈。该局严格履行税收征管法赋予的职责职能,对房地产行业欠税情况进行全面清理和全力催缴,对没有在规定期

限范围内缴纳欠税的,对所在企业资产采取强制执行,予以查封,并以委托拍卖方式,将拍卖所得抵税,确保国家税收不流失。

娄星区税务局此次查封的孙水明珠和景明佳园两个项目共有14个商铺,资产权属比较清晰,地理位置

相对优越,配套设施比较完善,有广阔的发展空间。税务部门还加强与政府相关部门对接,协助竞拍者办理权证事宜。近期该局还将委托资质公司对其他欠缴税费房地产公司查封的门面、商铺等资产进行分批拍卖。(张长青)

屋场会打通普法“最后一公里”

本报讯 5月12日下午,涟源市三甲乡司法所在碓下村组织了一场有司法干部、村干部参加的小范围屋场会,通过民法典等法律法规的宣讲以及邻居的思想工作,让因房屋纠纷积怨达一年多的两村民握手言和。

“普法屋场会不是简单生硬地宣读法律条文,发放宣传资料,而是精心挑选农村易发多发的典型案例,进行以案说法,引导群众领会法律精神,明白违法后果,增强守法意识。”涟源市司法局党组书记李杰说。为增强现场互动,普法人员开出“宣讲菜单”,由到场群众根据实际需要“点菜”,做到群众想了解哪些法律问题,宣讲团就重点讲什么,什么案例对群众有感染力,就讲什么案例。

涟源市将屋场会普法宣传与审议制订村规民约、化解矛盾纠纷相结合,让法律法规不仅得到宣传普及,还得以现场运用。在制定村规民约时,引导村民从遵纪守法、弘扬正气、诚信友善、孝老爱亲、移风易俗、保护生态等方面把准法律政策。对部分村规民约中滥设罚款和强制措施,随意扩大村民义务等与法律法规不符的条款进行修订,让村规民约更加合理合法。

在需要通过屋场会化解相关矛盾时,参会党员干部和宣讲队员会前进行认真分析研判,做好相关准备,把法律法规、政策要求、情况问题全部摆到桌面上,面对面和当事人沟通,并邀请参会群众一起商量评价,形成民事民议、民事民办、民事民管,营造办事依

法,遇事找法,化解矛盾靠法的氛围。

此外,涟源市司法局运用自主设计的“屋场会App”管理平台,推出“微普法”栏目,将部分优秀宣讲员的宣讲内容录制成短视频,将一些典型案例制作成图文并茂的普法文章,让更多群众可以随时点击查看,截至目前,平台观看人数达2万余人次。

通过5000多场普法专题“屋场会”,涟源市搭建起群众学法懂法、干部说法讲法的农村普法新平台,依法及时就地化解矛盾纠纷1100余起,为基层有效治理发挥了重要作用。在2021年国家宪法日暨法治湖南建设年度盛典上,“涟源屋场会”荣获湖南省“七五”十佳精准普法创新案例。

(肖星群 李杰)

双峰县启用异地就医备案语音自助平台

本报讯 近日,双峰县的参保人员孙先生因病需在广州住院治疗,他拨打了双峰县医保局的异地就医备案电话,回复的是一串悦耳的语音提示。照着提示,老孙收到了一条如何通过手机备案的短信,在短信的指引下,不到10分钟,老孙独自完成了备案操作。“这项服务很贴心,我们老人不再事事都得依靠儿女了”,孙先生感慨道。

这是双峰县医保局为了方便群众异地就医备案而上线的语音自助平台。当前,医疗保险异地联网结算已全面开展,但参保人员异地住院前都必须先行备案,否则无法结算。这可难倒了不少人,尤其是老年群体,他们仍习惯于通过电话手把手的完成相关操作。双峰县医保局顺应群众的操作习惯,开发了语音自助平台,将异地就医备案的操作流程通过语音、短信等方式传达给参保对象,同时还提供人工服务。

据悉,双峰县有近80万参保人员,每年在外地就医的有上万人次,以前通过电话备案,自语音自助平台启用后,群众可以随时通过平台指引进行备案,便利性大幅提升,工作效率也提高了,广大群众纷纷为该局创新举措点赞。(龚禾)

双峰县三塘铺镇开展“促进家庭健康,弘扬婚育新风”活动

本报讯 5月17日上午,双峰县三塘铺镇开展了以“促进家庭健康,弘扬婚育新风”为主题的家庭健康促进活动。镇计生协组织全镇各村(居)计生协秘书长共40余人参加家庭健康知识竞赛,评选出一、二、三等奖共10名,分别颁发了荣誉证书和奖金,并对4名优

秀村计生协工作者和4个“健康幸福家庭”进行了表彰奖励。

据悉,该镇为了全面开展“促进家庭健康,弘扬婚育新风”主题活动,向全镇各村(居)计生协秘书长发放了健康知识宣传手册200余册,同时通过组织收听家庭教育直播、健康讲

座、运动健身等线上线下活动大力宣传健康知识,营造全民健康浓厚氛围,倡导文明绿色环保生活方式,推动健康成为新时代家风,并通过表彰奖励优秀村计生协工作者和“健康幸福家庭”等先进典型,积极促进乡风文明建设。(刘玲凤)

娄底工匠刘晓菊“绣”出最美半边天

本报讯 娄底工匠、“菊姑娘湘绣圆梦馆”创始人刘晓菊挚爱湘绣技术,传承湘绣文化,用一双巧手“绣”出最美半边天。

这天,刘晓菊正在绣制一面党旗湘绣作品。这幅作品于一个月前开始,当时正处在绣制党徽的阶段。一针一线的动作,诠释着刘晓菊对湘绣艺术的不懈追求。

“绣这面党旗,使我时刻胸怀感恩之心,让党旗永远在我心中飘扬。”娄底工匠、“菊姑娘湘绣圆梦馆”创始人刘晓菊说。

刘晓菊现年35岁,小时候患过一种脆骨病,15岁那年便成了一个身材瘦小萎缩、身高不足1米的瓷娃娃,但依然坚持在家里自学写字绘画。后来她抓住机会参加了湖南省首届残疾人湘绣培训班,被省残联保送推荐到长沙纺云湘绣厂实习上班。刘晓菊对湘绣情有独钟,从2001年开始不断参加国家、省、市各级各类湘绣技能比赛。2014年,她荣获湖南省第五届残疾人职业技能大赛刺绣项目二等奖,2019年荣获湖南省湘绣技能大赛一等奖。



“刘晓菊从小身残志不残,能达到湘绣这样高的水平,残疾人能有这种精神,确实值得我们每一个人来学习。”上海街道十字街社区“上梅红”志愿者肖求田说。

2020年5月,刘晓菊在新化县上梅街道的支持下,成立了“菊姑娘湘绣圆梦馆”。一年多以来,她多次举办了免费湘绣培训班,带动了20多个残障人

士实现就业,发扬光大,将湘绣这项非遗文化传承下去。

“今后我准备加大湘绣作品电商市场推广,加大对湘绣技能人才的传帮带,让更多的年轻人学习湘绣技术。结合当前文化旅游发展,把湘绣艺术打造成为新化一张靓丽的名片。”娄底工匠、“菊姑娘湘绣圆梦馆”创始人刘晓菊表示。(游进)

蓝田街道慰问“疫”线人员家属

本报讯 5月16日,涟源市蓝田街道办事处对在上海市某医院做护士的梁子怡家属进行慰问。

蓝田街道文艺路社区的梁子怡是上海某医院一名护士,自上海新冠肺炎疫情集中暴发以来,她积极报名参加疫情防控,在某集中隔离点工作,自始至终奋战在抗疫第一线。5月3日,梁子怡得知其父亲离世,悲痛万分,准备返回涟源。当她从蓝田街道疫情防控专班了解到涟源对疫情中高风险地区返乡人员相关管控政策后,考虑自身疫情防控工作岗位的需要,毅然取消返乡行程,留在上海继续参与疫情防控“战斗”。

为了最大限度解决“疫”线人员的后顾之忧,体现街道党工委、办事处的关怀之情,蓝田街道办事处和文艺路社区招募了3名志愿者,全程参与和帮助他们家人处理梁子怡父亲的丧事,并送上慰问物资和慰问金。对此,梁子怡和家人纷纷表示感谢,其爷爷激动地说:“目前上海疫情仍处于攻坚阶段,蓝田街道和文艺路社区干部如此重视,我已跟子怡联系,要她安心留在上海,继续参加疫情防控工作,为家乡人民争光,为国家做贡献”。

(杨岭梅 梁昊伟)

娄底市委出台《关于加强新时代检察机关法律监督工作的若干措施》

为贯彻落实《中共中央关于加强新时代检察机关法律监督工作的意见》和《中共湖南省委关于加强新时代检察机关法律监督工作的实施意见》，进一步加强党对检察工作的绝对领导，进一步细化和加强法律监督工作措施，确保中央、省委文件在娄底落地见效，经市委常委会会议审议通过，2022年5月9日，娄底市委制定出台《中共娄底市委关于加强新时代检察机关法律监督工作的若干措施》(以下简称《若干措施》)。

《若干措施》坚持问题导向，立足娄底实际，从9个方面对加强新时代全市检察机关法律监督工作提出了28条具体措施，着力解决影响法律监督工作发展的重点难点问题，打通法律监督工作“最后一公里”。

《若干措施》重点强调了坚持党对检察工作的绝对领导的政治要求。将加

强检察机关法律监督作为推动更高水平法治娄底建设的重要手段，党委定期听取检察机关党组工作情况汇报，统筹推进有关部门(单位)支持配合检察机关开展法律监督工作，及时研究解决法律监督工作中遇到的重大问题。

《若干措施》重点强调了检察机关服务保障经济社会高质量发展的重要职责。围绕落实“三高四新”战略定位和使命任务，强化成员意识、角色意识，立足检察职能，找准“作业面”，保障娄底先进制造业强市战略实施和中部地区“材料谷”建设，全力维护风清气正的政治环境、公正透明的营商环境、山清水秀的人居环境、平安稳定的社会环境，推动娄底高质量发展。

《若干措施》重点强调了加强法律监督实效性和权威性的落实举措。将支持检察工作纳入法治政府建设一体推

进，强调政府及其工作部门、监察机关、审判机关、公安机关、司法行政机关、刑罚执行和监管机构要全力支持配合检察机关法律监督工作，明确了各方责任。接受和配合法律监督工作情况要纳入党内监督、人大监督、政协民主监督和党委政法委执法监督范围。加强检察监督与人大监督、纪检监察监督的有效衔接和融合贯通，共同推动相关单位(部门)依法履职，改进工作。检察建议整改落实情况要纳入党委和政府绩效考核、人大执法检查、平安建设考核内容，切实强化法律监督刚性。

《若干措施》重点强调了完善检察机关法律监督工作的保障措施。加强检察机关干部双重管理，落实上级检察院党组对下级检察院班子成员的重点协管职能。加大检察干部交流力度，畅通检察机关干部交流渠道。加大地方性检

察经费保障力度，切实保障检察人员职业待遇。加快推进智慧检务建设，党委政法委要牵头打通公安机关、检察机关、审判机关、司法行政机关、刑罚执行机关的数据壁垒，畅通监督渠道。

《若干措施》重点强调了对检察机关法律监督工作的监督制约。人大及其常委会要加强对检察机关法律监督工作的监督，政协要加强民主监督，纪检监察机关要加强对检察人员履职行为的监督，检察机关要强化自觉接受监督意识，接受各界监督。

《若干措施》重点强调了树立现代司法理念的内在要求。政法机关要统一思想认识和法律适用标准，强化共同责任，认真贯彻落实“少捕慎诉慎押”刑事司法政策，深入推进认罪认罚从宽制度适用，推动司法办案政治效果、社会效果、法律效果有机统一。(颜雯)

娄底市检察院组织青年干警开展素质拓展活动

5月13日，娄底市检察院青工委、团工委组织青年干警开展“喜迎二十大，永远跟党走，奋进新征程”主题户外素质拓展活动。市检察院党组副书记、副检察长罗灿，党组成员、副检察长朱纪文，涟源市检察院党组书记、检察长廖斌以及娄底市直机关团工委、市检察院政治部、机关党委、妇委会等领导受邀参加活动。

为缅怀革命先辈，重温红色记忆，青年干警们参观了李聚奎故居及其生平陈列展，深入感受李聚奎将军信仰坚定、对党忠诚、不计得失、甘于奉献的生平经历。随后举行青年座谈会，青年干警们结合工作实际，畅所欲言，讲述学习习近平总书记在庆祝中国共产主义青年团成立100周年大会上的讲话精神的收获与感悟，畅谈个人理想信念，交流工作心得、分享学习体会。

罗灿对青年代表的发言表示肯定，围绕立足岗位成长成才对青年干警提出殷切希望。罗灿指出，娄底检察的高质量发展离不开青年干警的努力，青年干警要政治过硬、志存高远，在实干担当中展现青春底色；要珍惜机遇、勇于攻坚，在迎接挑战中彰显青春亮色；要善于学习，明辨是非，在



严于律己中淬炼青春本色。在今后的工作与生活中，始终要有“三人行必有我师”的学习精神，坚持“横看成岭侧成峰”的换位意识，牢记“从善如登、从恶如崩”的人生哲理。

廖斌致欢迎词，分享自己对青春的感悟，表示青年干警要牢固树立纪律意识和规矩意识，始终坚守司法底线；要依法能动履职，在办案中做到“三个效果”的有机统一；要注重平衡工作、学习与生活，积极锻炼，养成健康积极的生活方式。

活动期间，青年干警参观了湄江地质

博物馆，感受当地的风土人情和文化底蕴，进行了“破冰舞”“同心鼓”“巨人脚步”等形式多样的素质拓展项目，开展了“健步跟党走、青春在行动”徒步健身活动。

此次活动充分展现出娄底检察干警蓬勃向上的活力与朝气，缓解了紧张繁忙的工作压力，增强了娄检青年的凝聚力和战斗力，大家纷纷表示将满怀斗志，一路前行，以更加饱满的精神状态为娄底检察高质量发展作出积极贡献。

(刘巧丽 曾叶)

检察长再上讲台 “未”你护航

“家庭、学校、社会以及司法等各方面在未成年人保护工作中作用不同、相互影响，都不可少、都不能弱，只有四个方面共同努力，形成保护未成年人的合力，才能有效保障未成年健康成长”。5月17日晚，涟源市检察院党组书记、检察长廖斌到涟源工贸职业中专开展法治讲座，同时举行了聘任仪式，被聘任为该校法治副校长。

“什么是法律”“如何避免电信诈骗”“遇到校园欺凌该如何应对”法治课堂上，廖斌检察长以《学法守法，尊法用法，争做社会主义法治时代好少年》为题，运用通俗易懂、图文并茂的画面和语言，结合真实、生动的案例，让学生们明白什么是违法，什么是犯罪，违法与犯罪之间的联系。告诫同学们要管理好自己的情绪及行为，培养健康良好的生活习惯，远离犯罪。指导学生珍惜学习机会、提高鉴别能力、学会感恩、谨慎交朋友、增强防范意识、掌握自救本领等。

“这是一堂高水平的法治课，对下一步全市做好未成年保护工作具有重要指导作用。”涟源市教育局副局长黄旭明聆听了法治课。“检校合作是共建平安校园的重要举措，市检察院开展此次活动，不仅提高了广大师生的法律意识和法治观念，也让法治的种子在青少年的内心深处播种、成长。”

据悉，涟源市检察院近年来积极贯彻高检院“一号检察建议”，通过开展“送法进校园”等活动，有效推进青少年法治教育的深入开展。其中，检察长担任法治副校长成为该院普法宣传的一大特色品牌机制。下一步，该院也将以此为契机，不断探索、创新校园普法形式，营造未成年人学法、知法、守法的良好氛围，引领并帮助青少年扣好人生的第一粒扣子。(袁慧)

双峰检察：12名检察官获聘法治副校长

5月16日，双峰县2022年中小学法治副校长聘任与管理培训工作会议在县教育局举行，双峰县检察院党组书记、检察长罗志高等12名检察官受聘担任双峰县12所中小学校法治副校长。

县教育局党组书记、局长张波，县检察院党组成员、副检察长王志辉出席会议并讲话，教育局相关负责人及聘任法治副校长的12所学校校长参加聘任仪式。

会议组织学习了《双峰县中小学法治副校长聘任与管理实施方案》，明确了检察官担任法治副校长的职责职能，宣读了《关于聘任中小学法治副校长的决定》及聘任名单。县教育局党组书记、局长张波依次向受聘法治副校长颁发了聘书。

“担任学校法治副校长使命崇高、责任重大。”王志辉在会上作表态发言，他表示，青少年是祖国的花朵，是未来的希望。检察机关的“司法保护”和教育系统的“学校保

护”是维护未成年人合法权益的重要保障，检察官受聘担任法治副校长，能积极引导和促进法治教育与学校素质教育的有机结合，营造有利于青少年健康成长的社会环境。同时他要求，法治副校长要有责任心，认真履职，勇于担当，要经常性地、有针对性地开展学生法治教育，帮助学校做好校园的综合治理和依法治校工作，帮助学校切实解决一些实际困难和问题。

张波对检察机关长期以来对双峰县青少年法治教育工作的支持表示感谢。他表示，聘任检察官担任中小学法治副校长是贯彻落实最高检、教育部关于《检察官担任法治副校长工作规定》的要求，是进一步做好依法治校、依法治教的重要举措，也是构建和谐稳定校园环境、增强师生法律意识的现实需要。县教育局会全力配合检察机关的工作，加强检教亲密协作，丰富教育形式，深入推进双峰县青少年法治教育工

作不断取得新进展。同时希望12所学校为法治副校长开展工作创造良好条件，借助检察机关的专业力量和资源优势，切实运用法治思维和法律手段加强学校管理、解决实际问题，构建和谐稳定的校园环境。

“平时学校更注重的是文化学习方面的教育，缺乏专业的法治教育课程。法治副校长这一制度有利于提高学生的法律素质，增强学生的法制观念，预防和减少青少年犯罪。”双峰县第三中学校长朱建东说道。

据了解，法治副校长在“上岗”后，将积极参与到各学校的法治教育工作中，如参与制订学校法治教育工作计划，协助学校创新法治内容和形式；参与学校学生权益保护制度的制定、执行；指导学校对未成年学生进行有针对性的预防犯罪教育；参与建立学生教育保护辅导工作机制，对有需要的学生进行专门的辅导、矫治等等。(江映贵)

电话预警+见面劝阻

娄底公安全力守护好人民群众“钱袋子”

“你好,我们这里是娄底市公安局娄星分局反诈中心。你近期是否接到过诈骗电话?你近期是否下载过投资类APP?你近期是否购买过非正规网络平台投资理财产品?我们在这里向您预警,接到陌生来电,不听,不信,不转账……”

这是娄底市公安局娄星分局反诈中心预警劝阻专班里每天重复最多的话语。他们不厌其烦、重复着相同的工作,达到精细宣传、精准预警、精确掌握的实际效果。

“诈骗分子非常狡猾,他们会故意不让受骗的市民挂掉电话,让其边打电话边操作,让我们的预警电话无法拨打进去,以便他们诈骗得逞。而这个时候,我们要一遍一遍打,多次打不通后,还要赶紧联系他的相关联系人,以便及时联系到受骗市民。”预警专班民警许卫华介绍说,这样的预警电话,娄星公安预警劝阻专班平均每天的拨出量达300多次,最多时达1000多次。

许卫华是刑侦大队的一名“老将”,1999年参加公安工作,24年的基层工作经验,练就了他一身过硬的业务素质。虽然身体慢性病较多,但在反诈预警劝阻工作中,他一丝不苟的敬业精神也感染着专班里的每一个人。

今年4月中旬一天下午,专班接到国

家反诈中心推送的涉诈高危信息,许卫华立即打电话与潜在受害人汪先生联系,但汪先生的电话一直占线,许卫华又想方设法联系到其家人,得知汪先生正准备去银行转账。许卫华便带上队员迅速赶往银行,并第一时间找到前来转账的汪先生,通过苦口婆心的沟通,及时阻止了其高危行为,止损9万余元。事后,汪先生感激万分:多亏民警及时劝阻,才保住了自己家多年辛苦存下来的积蓄。

当前,电信网络诈骗手段五花八门,为从源头预防各类电信网络新型违法犯罪案件发生,娄星公安分局刑侦大队立足实际,以反诈预警为导向,以提高拦截效率为目的,建立了一套快速高效的预警工作机制,成立了电信网络诈骗劝阻专班,工作模式三班倒,全天24小时进行反电信网络诈骗劝阻工作,采取电话预警+见面劝阻等精准预防措施,全力遏制案件高发,筑牢防范电信网络违法犯罪“防火墙”,全力守护好人民群众“钱袋子”。

据了解,娄星公安分局反诈中心预警劝阻专班目前共有警力3名,承担着每天24小时接收并完成部、省、市三级电诈预警平台下发的各类诈骗预警劝阻指令,根据预警系统中提示的受骗类型,对预警对象进行提醒,询问是否有相关高危行为,劝阻其立即停止相关操作。同时,

对无法接听或者不听劝阻的当事人,立即下发通知至辖区派出所,或上门劝阻。

据统计,今年以来,娄星反诈中心预警专班已拨打劝阻电话2万余次,成功拦截警情200余起,完成登门劝阻指令30余次,避免群众经济损失300余万元,辖区电诈发案率较去年同期明显降低,较好完成了预警工作任务,有效维护了辖区人民群众的财产安全。

5月12日,预警专班辅警周向北在值班时,出现潜在受害人风先生多次被预警但一直不接听96110预警电话的情况,周向北随即通过手机申请添加其微信,多次发送申请说明情况,当天晚上23时,风先生总算发来微信信息,原来,风先生一直在外跑车,不方便接听电话,收到向北发来的预警信息后,立即卸载了诈骗APP,规避了潜在的经济损失。事后他再三对向北表示感谢。“只要群众不被骗,再苦再累,我也心甘情愿。”周向北这样说。

周向北今年2月调入预警劝阻专班,工作以来,她恪尽职守,认真对待每一起预警,做到每一起都细心逐一进行筛查,密密麻麻的通话笔记是她扎实工作的最好证明。通过电话向群众宣传防骗知识,一遍不行就两遍,两遍不行就三遍,这中间遇到不理解的群众,更是

不厌其烦耐心劝阻,不轻易放弃,及时点醒深陷诈骗陷阱不自知,要给诈骗分子转账、汇款的群众。

预警专班辅警周冰是大队最早开始参加电诈预警工作、也是工作经验丰富的预警员。“部分群众不接或拒接预警电话的情况也时常发生,给我们及时预警有效劝阻工作带来了难度。”小周深有感触地说,我们办公室最流行的几句话莫过于“那个‘高危’的预警电话打通了没有”“怎么还不接电话”“赶紧研判,又一个关机的”……“群众能及时接听96110预警电话就是对我们工作的最大支持”。

预警专班人员少,预警工作任务重,时间长,预警员手酸、眼痛、嗓子哑的状态早已成为常态,即使偶尔被一时不理解的群众投诉,但他们依然在阻击电信诈骗犯罪、保护人民群众财产安全的道路上奔走着,脚步从未停息。

警方温馨提示:96110是反电信网络诈骗专用号码,专门用于对群众的预警劝阻和防范宣传等工作。如果当你接到“96110”这个号码打来的电话,千万别当做诈骗电话直接挂断,请一定耐心听取工作人员的劝阻。96110是仅用于反诈预警劝阻等功能,而非紧急号码,如遇到报警报案等紧急情况,应第一时间拨打110求助! (刘艳)

“跑分团”的覆灭

冷水江公安一举抓获12名涉诈人员

遭遇电信诈骗,为什么钱财一旦转账就难以追回?就是因为存在着一大批“跑分团”。所谓“跑分”,就是提供大量的银行账号,给实施电信网络诈骗或者跨境赌博的上家,帮助其转移资金、洗白黑钱,只为从中赚取佣金的违法犯罪行为。5月14日,冷水江市公安局金竹山派出所通过持续追踪,成功捣毁一个外地的“跑分洗钱团”,相继抓获犯罪嫌疑人12名,涉案金额上千万元。

在“反诈打跨”专项行动中,金竹山派出所不断拓宽工作思路,从存量案件中进行线索摸排,成功在经办的网络信息诈骗案件中,分析出可能还存在一个专业刷流水跑分洗钱的团伙。发现线索后,金竹山派出所联合矿山派出所迅速开展工作,通过刑侦、网技等部门的支持,经过顺线追踪、深入摸排和分析研

判,一个以吴某豪、夏某明、戴某为首的“跑分”洗钱团伙逐渐浮出水面。

5月10日,在掌握该团伙成员在长沙市活动的情况后,办案民警连夜赶往长沙开展追踪抓捕,在历经四天四夜的摸排蹲守后,于5月14日成功捣毁了以吴某豪、夏某明、戴某为首的“跑分洗钱”团伙,相继抓获团伙成员12人。据调查,该团伙成员以吴某豪、夏某明、戴某三人为主,通过在网上发布招聘信息,吸引不法人员加入团队为电信诈骗资金跑分洗钱并从中牟利。犯罪嫌疑人吴某豪等人对其涉嫌帮助网络信息犯罪违法事实供认不讳,目前,该团伙的12人已被冷水江市公安局采取刑事强制措施。



民警提醒广大市民:打击“跑分洗钱”,就是为了切断资金流向境外犯罪团伙的源头,增加追赃挽损的成功率。广大市民绝对不能出租、出借、出售或购买银行卡、电话卡、支付账户等,否则可能因涉嫌违法被处理。同时,大家也要保护好个人隐私,妥善保存手机卡和银行卡,切勿因贪图小利,而让自己身陷囹圄。(谢继长 刘美珍)

贪利出借银行卡 两人受处罚

双峰县公安局严厉打击“两卡”违法犯罪活动,持续推进“断卡”行动纵深发展。近日,双峰县公安局成功侦办两起涉“两卡”案件,依法刑事拘留1人、行政拘留1人。

双峰县公安局石牛派出所民警陈栋祥在工作中发现,辖区居民刘某的银行卡资金流水异常,可能涉嫌电信网络诈骗,遂传唤刘某到派出所进行调查。

经民警询问,刘某供述其在4月11日晚散步时遇到一辆私家车,车上的人问他要不要赚钱,刘某当即上车,将名下的两张银行卡出借给对方,对方通过刘某银行卡先后转账四万六千余元,随后给刘某1800元好处费。

5月9日,刘某因涉嫌掩饰、隐瞒犯罪所得罪被双峰县公安局依法刑事拘留,案件正在进一步侦办中。

双峰县公安局开派出所民警左成林在工作中发现,永丰街道居民李某名下的银行卡资金流水异常,可能涉嫌电信网络诈骗。随后,李某被传唤至派出所接受询问。

经询问,李某对出借自己银行卡给他人用于实施电信网络诈骗的违法事实供认不讳。今年2月,李某在明知他人利用银行卡实施电信网络诈骗的情况下,依然将名下的银行卡以及绑定的微信、支付宝帐号出借给他人,从中获取好处费3400元。

4月26日,李某因为危害网络安全行为提供帮助犯罪被双峰县公安局依法予以行政拘留,案件正在进一步侦办中。(成超 王凯)

警民联手 新化公安侦破多起盗窃案

小案连着民心,破案关乎民生,新化公安紧盯辖区多发性盗窃案,警民联手、主动出击,近期抓获多名盗窃犯罪嫌疑人,有力提升了群众安全感、满意度。

光天化日入室行窃 严惩!

5月6日11时许,炉观派出所接到辖区居民报警,称一男子到其家中行窃被抓现行。

民警罗旭智等人迅速前往,与群众一起将嫌疑男子廖某控制,并当场查扣其盗窃的现金若干及相关作案工具。

经查,廖某见受害人家中无人,偷偷从屋后破窗入室,盗窃现金后准备逃离,被回家的屋主发现。

目前,廖某因涉嫌盗窃罪被依法采取刑事强制措施,案件在进一步侦办中。

结伙盗窃工地建材 刑拘!

5月6日,某高速建设工地向琅塘派出所报警,称有人在工地盗窃金属建材。值班民警迅速出击,将嫌疑人孙某阳抓获。

所长邹新亮高度重视,对嫌疑人突审深挖,发现并锁定其同伙赵某梁、曾某。5月7日,副所长彭城达带队将该2名嫌疑人一举擒获,同时查扣该团伙作案工具面包车一辆、盗窃的金属建材若干。

经查,孙某阳等人驾驶面包车,先后在某高速施工路段盗窃钢板、金属吊具、钢筋等建材20余次,价值10万余元。

目前,孙某阳等3人因涉嫌盗窃罪被依法刑事拘留,公安机关已追回部分被盗建材,该案在进一步侦办中。

盗窃男友家存款 女子涉嫌犯罪被抓

5月8日,奉家派出所接到村民报警,称其同居女友盗走其母亲存折,偷偷取走现金2万余元。

所长李琦迅速带队行动,将嫌疑人彭某抓获归案,并在其天门乡家中搜出涉案存折。

经讯问,彭某如实供述其2021年12月初偷走男友母亲的存折后,分四次共计盗取27800元钱用于自己家开支的犯罪事实。

目前,彭某因涉嫌盗窃罪被依法采取刑事强制措施,案件在进一步侦办中。(杨文星)

发挥教育基金推动教育高质量发展作用

市教育基金会第三届四次理事会暨县市区工作研讨会召开

近日,娄底市教育基金会第三届四次理事会暨县市区工作研讨会召开。副市长禹敏出席并讲话,市教育基金会理事长颜桂兰作工作报告。

2021年,市教育基金会努力践行“服务教育、关爱师生”宗旨,全年共开展13项公益服务活动,拓展教育公益品牌项目取得新成效,力推筹资和投资增值获得新发展,着力推进县市区教育局基金会的建设发展,教育基金

会整体实力不断提升;注重教育基金会服务意识、能力和效率的提高,加强自身建设,内部管理朝着“法治化”“社会化”“专业化”“信息化”方向发展。

会上,审议通过了市教育基金会第三届理事会理事、监事会主席人员调整名单、工作报告,以及《湖南省娄底市教育基金会章程》(修改草案)及有关重大事项。

禹敏充分肯定了市教育基金会

2021年为全市教育高质量发展作出的贡献,并要求2022年要在服务教育、拓展基金规模、组织建设等方面取得新进展,努力开创市教育基金会工作新局面。各级各部门要履职尽责,密切配合,进一步为市教育基金会开展工作创造条件;加强宣传,形成全社会捐资助学、关爱教育的氛围,广泛凝聚支持教育基金会事业发展的强大力量。(杨中奇 岳君)

双江中学开展心理健康教育系列活动

近日,娄星区双江中学为进一步推进学生心理健康教育工作,提高学生心理健康知识普及度,并通过对学生进行考前心理疏导,提高学生心理素质,培养学生积极乐观的心态,特组织开展“与心灵相约,与健康同行”心理健康教育系列活动。

为了使能够正确看待生活、学习上的压力,并学会与压力和谐相处,学校首先组织学生观看《与压力和谐相处》心理健康教育微课,在观看微课的过程中,学生们在纸上认真地写下了让自己感到“压力山大”的事情。通过写下压力,他们找到了“我的压力从哪来?”的问题答案,懂得了压力不可避免,面对压力应先找到压力的源头,再利用自己掌握的调节方法“对症下药”的道理。

微课观看结束后,毕业班165班班主任罗毅这样对学生总结道:“面对学习、考试大家感到有压力和紧张,这并不是坏事。也许压力会转变为动力,使我们的学习状态变得更好!当然,在课余闲暇时间也应适当地进行一些娱乐活动、体育运动,享受生活中的美好,在轻松、快乐的氛围中学习。”

随后,双江中学副校长严哲主持开展了一次中考、会考学生心理疏导动员会。整个动员大会上,他围绕学生健康生活、考前心理减压方面与学生进行了面对面地交流,并引导学生保持良好的心理状态,以积极的心态迎考。(严哲 黄巨源 罗佳钰)

市第一职业中学开展防震减灾应急演练活动

为贯彻习近平总书记对长沙望城区“4.29”房屋倒塌事故的重要指示批示精神,娄底市第一职业中学组织开展校园建筑安全隐患专项排查整治工作和防震减灾系列主题活动。5月14日,娄底一职组织开展了防震减灾应急演练活动,进一步增强全校师生防震减灾意识,提高突发公共事件下的应急反应能力和自救互救能力。

为了确保本次演练活动安全有序开展,学校召开了专题会议,讨论并制定了详细周密的方案,细化分工,明确职责。演练前召开师生动员大会,对疏散路线及需要注意的安全事项作了具体要求,严防楼道拥挤、踩踏等意外事故发生。各班开展了“5.12防震减灾专题教育”主题活动,观看安全教育平台视频,了解防震减灾相关知识,提高避险自救能力。

应急演练疏散过程中,全校教师组织到位,保障有力,同学们做到了沉着冷静、有条不紊,按照预定路线



在规定时间内完成了疏散,没有发生任何互相推挤或踩踏事件。为给广大师生进行科普,校医从地震灾害与应急避险、自救互救等方面进行了详细的讲解,并模拟了紧急救助之心肺复

苏八步骤:判断意识——呼救——成仰卧位——打开气道——检查呼吸——口对口吹气——检查脉搏——心脏按压。

(张婷 谭珍)

涟源市教育局到蓝溪中学开展调研

5月16日,涟源市教育局局长阳克之一行人前往蓝溪中学开展调研工作,深入学校教学楼、宿舍楼、食堂等各个区域,详细查看了实际情况。

阳克之认真听取了学校负责人关于学校基本情况和发展规划、学校存在困难与问题、促进学校健康发展的建议等情况汇报,充分肯定了蓝溪中学的办学成果,指出了存在的问题,同时分析了学校发展过程中遇到的难题及解决措施,下一步将加快田径场的建设,进一步完善学校设施设备,并希望蓝溪中学牢牢树立质量立校观念,增强办好教育的紧迫感和使命感,坚守安全底线,后发赶超,培养更多优秀人才,为全市教育事业作出积极贡献。(谢珍)

娄底四中开展高中心理委员培训

为积极发挥娄底四中湖南省心理健康教育特色学校和省市心理健康名师工作室的示范、引领作用,研究学生成长规律,完善“1366”模式,日前,娄底四中心理健康辅导中心特组织心理委员培训活动,全校高中心理委员90多人参加了培训。

在培训过程中,学校心理老师胡志英给大家带来专题讲座《如何做优秀心理委员》。胡志英从几只狐狸的

故事引出什么是心理健康,带领大家了解了心理委员设置的意义、心理委员的职责,以及心理委员在日常工作中应该注意的原则。心理老师唐福给大家带来了专题讲座《抑郁症和抑郁情绪简介》。唐福老师告诉大家抑郁情绪不等于抑郁症,展示了抑郁症通常会有表现,让大家警惕抑郁症,叮嘱同学们如果有抑郁倾向,一定要及时寻求帮助。

在两场精彩的讲座之后,娄底四中正高级教师、特级教师、湖南省心理健康名师工作室主持人谢平英老师给各位心理委员发放了《心理晴雨表》,明确了心理月任务。同时,在谢平英老师的主持下,经过同学们统一讨论,选出了心理社团年级长。此外,谢平英老师还亲切地为同学们答疑解惑,帮助他们进一步了解心理委员的重要性。(罗玢 罗玲)

娄底一中组织教师观看安全警示片

为进一步加强全校教职工的安全责任意识,树牢安全发展理念,切实做好学校安全管理工作,近日,娄底一中组织全体教职工在正兴楼一楼报告厅集中观看《生命重于泰山》电视专题片。

观看专题片前,范彦江校长结合目前安全形势,就校舍安全排查整治、消防安全、校园周边环境安全、防学生溺水、食品安全、自然灾害预防、疫情防控等安全问题进行了讲话。他要求全校教职工立即行动起来,认真排查安全隐患,切实做

好教育教学和安全管理工作的。

会议就落实中央八项规定精神,深入推进党风廉政建设与反腐败斗争给全体教职工作了警示教育。传达了上级关于开展自建房安全隐患自查自纠活动的文件精神,并对学校的自建房安全隐患自查自纠工作进行了全面部署。

该专题片紧紧围绕安全生产的重要性,弘扬生命至上、安全第一的理念,强调发展决不能以牺牲人的生命为代价,生动诠释了人民至上、生命至上的价值理念。片中

一个个触目惊心的案例也警醒着我们安全生产必须警钟长鸣、常抓不懈,才能真正守住安全生产的底线和红线。

活动结束后,教师们纷纷表示,教育是人民的事业,守护青少年的安全是我们的职责所在,除了勤勤恳恳教学,还要有风险意识、底线意识,要时刻绷紧安全生产这根弦,要不断提升安全防范能力,要不断增强使命感和责任感,为青少年的成长保驾护航。

(刘星燎)

学生习作 |

诗二首

□ 金海学校 曾天屿(10岁)

世界

世界真奇妙,处处有生命
深海无尽头,最美大自然。

小山城

花园草地红玫瑰,天上白云随风移。
谁吹笛声空中鸣,歌声飘落满山城。

娄底:进口冷链食品“入娄先入监管仓”

5月10日,娄底市市场监督管理局党组书记、局长付凯军一行赴娄底市进口冷链食品集中监管仓调研,了解前期运行情况,要求严格落实市疫情防控指挥部相关通告要求,入娄进口冷链畜禽肉、水产品必须先入监管仓进行查验、消杀、核酸检测,坚决阻断进口冷链食品疫情传播风险。

娄底市进口冷链食品集中监管仓是市新冠疫情防控指挥部根据国务院联防联控机制和湖南省疫情防控指挥部要求设立的,地点位于湘中诚通商贸物流园,今年“五一”假日期间投入运行,目的是为了最大限度阻断进口冷链食品疫情传播风险,严厉打击冷链食品走私行为,对于实现进口冷链食品全覆盖管控、全链条管理、全过程溯源,确保人民群众身体健康和生命安全具有重要作用。

当天,调研组详细考察监管仓功能设置、日常运作、货物进仓、疫情防控等



情况,重点对人员闭环管理、核酸检测频次、是否开展消毒效果评价进行督

查,同经营负责人探讨电费、人工、租赁费用等成本收支。调研组指出,监管仓

建设管理将是一个长期过程,要加快合同推进、协调电费优惠,在运营过程中,既要做到严格执行疫情防控政策,又要注重节约成本,在坚持政府主导、市场运作、财政补贴、联合监管的前提下,确保集中监管仓顺利有序运营。

日前,娄底市新冠疫情防控指挥部发布2022年第6号通告,自2022年5月8日零时起,凡进入娄底市的进口冷链畜禽肉和进口冷链水产品,一律进入集中监管仓进行查验、消杀、核酸检测,取得“集中监管出仓证明”后方可运输、贮存、生产加工、销售。《通告》要求,广大市民购买进口冷链食品前应主动查验《出仓证明》、“湘冷链”溯源码。《通告》同时明确,市场监管、公安等部门成立联合执法工作组,对拒不执行冷链食品疫情防控相关规定的单位和个人,依法依规予以处罚;情节严重构成犯罪的,依法追究刑事责任。(罗达意 张萍)

工作讲评会:让工作更有动力

5月11日,娄底市市场监管局召开第二次工作讲评会,5位科室负责人被现场指定汇报4月份工作、5月份计划,分管局领导逐一到每个科室进行点评,党组书记、局长付凯军做总结讲评,要求大家保持高度警醒、突出工作重点、提升工作质效、狠抓工作落实、加强宣传引导、守住工作底线,确保工作成效。

建立工作讲评制度,是娄底市市场监管局主要领导今年2月调整以来,推出的新工作举措。

在4月15日举行的第一次讲评会上,付凯军明确告知6位首次被点将的科室负责人,讲成绩,更要讲不足,而且时间不能超过5分钟。

这确实是一个大考验。

在党政机关,讲、写、做,是三种必备的能力。但要在很短的时间内,详略得当、条理清

楚地汇报好自己过去所做的工作,并非易事。

首先是有没有东西讲。这直接牵涉到平时肯不肯干、务不务实。平时做了事的,自然心中不慌,张口就来。没做事的,难免就捉襟见肘、脸红心跳了。其次是讲什么、怎么讲。平时的工作可能千头万绪,在几分钟的时间里,汇报哪些工作、怎么汇报工作,直接检验你对工作的熟悉程度,你的归纳能力、逻辑思维能力和语言表达能力。甚至,检验你的工作作风。作风实的干部,对过去取得的成绩不夸大、不矫饰,对存在的问题不回避、不遮掩。作风漂浮、平时喜欢做表面文章的干部,往往会把芝麻大的成绩说成西瓜,对存在的不足和问题,则语焉不详、一笔带过。

所以,千万别小看几分钟的大会发言。她是晒场,让你亮亮成绩单;她是赛场,让你和别人比比看;她更是检验场,检验你的敬业精

神、能力水平、工作作风,甚至行为品德。

从已经被点将的11位科室负责人的反应看,他们除了确实感到了压力,更多的是感谢局党组给了他们展示自己、检视自己、提高自己的机会。

可贵的是,分管局领导的点评也不含糊,大多能点到“穴位”、评出高下。如此看来,工作讲评,对领导们又何尝不是一种无形的压力?

付凯军强调,推行工作讲评制度,就是要形成一种倒逼机制,倒逼大家去查找存在的问题、倒逼大家去检视工作中的漏洞、倒逼大家养成“回头看”的好习惯、倒逼大家形成务实的工作作风。

老话说,当局者迷,旁观者清。有了工作讲评制度,“当局者”“旁观者”经常碰碰头,且各尽其责,讲的讲得实在,评的评得到位,各项工作开展起来一定会更有动力、更具活力、更有方向感,更加充满朝气。

真心为工作讲评制度点赞。(段汉中)

新闻速递

▲2022年5月15日是第29个“防治碘缺乏病日”,市市场监管局、市疾控中心、娄底盐业公司等部门和企业联合在职业病防治医院开展“智慧人生健康路,科学补碘第一步”为主题的宣传活动,向群众发放宣传资料3480多份,现场接受咨询1500多人次。(卢建华)

▲5月12日,市市场监管局、市禁毒办、市卫健委联合举办2022年度娄底市药品不良反应监测工作会议,总结2021年工作,部署重点工作任务,并表彰有关机构。省药品审评与不良反应监测中心领导到会指导,中心两位老师对全市业务骨干进行培训。(伍琪)

▲5月10日,全市2022年药品(疫苗)医疗器械监管暨药品安全专项整治工作会议获悉,各级市场监管部门要按照省药监局文件要求,督促药店依托省监测系统,严格退热、止咳、抗病毒、抗菌类“四类药品”监测,不得随意要求下架或提供书面台账。(罗达意)

非公党建

天客物流园党支部牌匾下的4852次核酸检测

物流运输行业作为一个城市同外界接触的前沿,是各级政府十分关心的疫情防控重点行业领域。

5月15日,笔者来到位于娄底城南的天客物流配送园,园区内正在组织开展从业人员核酸检测,红色的中共娄底市天客超市有限责任公司党支部牌匾下,公司员工沿着几十米长的货物装卸阶梯间,井然有序地排成一排,着蓝色外套的工作人员在前面登记信息,两名“白大褂”在后面逐个采样,员工采样完后,可以直接回到工作岗位。

“天客物流园不仅给我们这些外来司机,提供单独吃饭和休息场所,还给我们停放在园区的车辆和货物免费消毒。”刘先生长期在全国各地跑长途运输,他赞叹道,“跑长途有时难免变成红黄码,园区协助集中隔离,还给提供生活物资保障,沟通生活情



况,这样的暖心之举,真是令人感动。”

据了解,娄底天客超市2006年成立,2009年组建天客物流配送园区,2012年成立党支部,2015年、2016年陆续招商进了德邦、市邮政分拨中心、市顺丰分拨中心、顺丰快运、极兔快递、京东商城重货集散中心等项目,已成为湘中地区本土农村物流体系骨干企业。

“今年疫情发生以来,公司党支部闻令而动,党员、预备党员、入党积极分子全

都参与到防疫志愿服务,园区大门口设立专人值班岗,党员志愿者们天天通过大喇叭宣讲防疫政策,开展84消毒消杀,循环检查入园人员正确佩戴口罩、扫场所码。”支部书记贺立介绍,“根据疫情防控要求,物流园区、配送中心特殊群体必须每周2次核酸,支部主动联系邮政管理和疾控部门,在园区设立检测点,有效解决了快递从业人员的务工和检测矛盾,3月中旬以来,每次检测都在386人次以上,目前已累计完成核酸检测4852人次。”

“公司将为红黄码居家隔离员工保留工作岗位,打消他们隔离完之后没有工作的顾虑。”董事长梁科武表示,天客超市将严格落实疫情防控主体责任,履行好社会责任,保障快递从业人员工作稳定,不出现感染,为娄底人民收发包裹的安全到家护航。(罗达意)

中医中药湖南行·娄底站 —中医药文化传播行动启动

5月16日,中医中药湖南行·娄底站——中医药文化传播行动正式启动。副市长禹敏出席并讲话。省、市名中医、医务工作者、观摩群众等参与活动。

该活动以“弘扬中医文化 健康万户千家”为主题,活动内容主要包括娄底市“中医中药湖南行”启动仪式、中医药知识讲座、健康科普义诊等,旨在进一步扩大中医药文化影响力,提升中医药健康文化素养,推动人民群众增进对中医药的认知和了解,不断开创中医药产业高质量发展新局面。

禹敏指出,希望全市卫健系统和相关部门、中医药企事业单位以此次活动为契机,传承精华、守正创新,推动传承创新发展中医药与服务健康娄底建设同频共振,建立中医药文化科普宣传长效机制,加强中医药人才队伍建设,推进中医中药惠及千家万户,提升全民健康保障能力和水平,全力争取开展湖南省全国中医药综合改革示范区先导区建设,促进全市中医药



事业全面协调可持续发展。

近年来,市委、市政府积极推进“健康湖南”“健康娄底”战略,不遗余力推进中医药高质量发展。2021年,印发了《娄底市促进中医药传承创新发展的若干措施》,进一步加快中医药文化传

和开放发展步伐。目前,全市中医药健康文化传播渠道不断拓宽,市民中医药健康文化素养水平持续提升,群众信中医、爱中医、用中医,支持中医药传承创新发展蔚然成风。

(邓美兰 罗治勇)

2022年娄底市“两癌”免费检查技术培训班举办

为进一步推进2022年全市“两癌”免费检查项目落实,规范项目管理,确保省委省政府重点民生实事项目保质保量完成,5月13日,2022年娄底市农村适龄妇女和城镇低保适龄妇女“两癌”免费检查专项培训班在娄底市妇幼保健院门诊十楼会议室举行。市妇联妇女发展部部长

曹俊、市卫生健康委妇幼健康科科长李爱君出席开班仪式,市妇幼保健院副院长龚伯雄主持。开班仪式上,曹俊、李爱君对2021年两癌项目先进集体及个人进行颁奖。

培训班上,市妇幼保健院妇保科主任李良华总结了2021年娄底市农村适龄和城镇低保适龄妇女“两癌”

免费检查项目情况并讲解了2022年“两癌”项目工作要求;胡海蛟讲授了2022年1季度“两癌”项目进展及“两癌”直报系统信息管理。市妇幼保健院妇女保健部副部长徐高、妇科副主任医师王新珍、超声科主治医师刘琦进行了相关知识的授课。

(胡海蛟)

市中心医院隆重庆祝“5.12”国际护士节

5月12日上午,娄底市中心医院隆重举办庆祝“5.12”国际护士节暨“护理30年奉献奖”表彰大会。党委书记吴小阶发表讲话,院长李红辉致辞,全体在家院领导出席会议。全体护士长、受表彰的护理人员和护理专业的职工代表参加了大会。

首先,李红辉代表医院领导班子作了热情洋溢的致辞。他说,护士队伍是卫生健康战线的重要力量,对实施健康中国战略发挥着重要作用。特别是近年在抗击新冠肺炎疫情工作中,护士队伍在疫情防控 and 医疗救治过程中作出了突出贡献。他强调,广大护理工作要继续弘扬南丁格尔精神,深入推进护理高质量发展,聚焦人民群众对护理工作的新期盼新要求,创新护理服务方式,延伸护理服务领域,一以贯之

坚持“人民至上、生命至上”的理念,在疫情防控和医疗救治工作中作出新的更大贡献。

随后,该院党委副书记、纪委书记姜海燕宣读了表彰决定,授予孙艳红等28名同志为“三十年护理奉献奖”、曾明耀等10名“优秀护士”。院领导上台为获奖者颁奖并合影,勉励大家珍惜荣誉,为医院发展再创佳绩。

表彰仪式结束后,医院为新入职护士举行了授帽及宣誓仪式。在该院护理主任刘晓红的领读下,全体新入职护士庄严宣誓,2名新入职护士代表进行了入职表态发言。现场还进行了音诗画表演和护士礼仪展示,充分展现了新时代青年护士朝气蓬勃、务实进取的精神风貌。

吴小阶在总结讲话中向医院广大护理人员提出了四点希望:一是要

以梦为马,以对护理事业的满腔热爱和忠诚,脚踏实地,在拼搏奋斗中成就职业理想。二是要苦练内功,精益求精,努力成为行家里手、服务能手,更好地履行救死扶伤的护理职责。三是要奉献爱心,坚守责任,为人民群众提供全方位、多层次、高质量、有温度的护理服务。四是要恪尽职守,堵塞漏洞,在严防死守中筑牢院感工作底线。

据了解,为进一步激励广大护理工作发扬爱岗敬业的精神,积极担当作为,“5.12”护士节前后,该院还组织了关爱护士队伍系列活动,通过慰问临床一线护理人员、抗疫一线困难护士,为每位护理人员发放康复治疗卡,帮助护士减轻工作和心理压力,增强职业认同感和对工作的热爱,以更饱满的热情为健康娄底建设贡献力量。(邹连兵)

市康复医院召开党风廉政建设暨纪检工作专题会议

5月13日上午,娄底市康复医院召开党风廉政建设暨纪检工作专题会议。


会议再次组织学习《娄底市深化整治领导干部违规收送红包礼金问题工作方案》和中共娄底市退役军人事务局党组印发《关于深化整治领导干部违规收送红包礼金问题的工作方案》的通知。会上传达学习了市纪委监委派驻市人社局纪检监察组召开的2022年度片区纪检监察工作会议精神和工作要求。会议报告审议通过了医院2021年纪检工作总结和2022年纪检工作计划及2022年医院落实廉洁风险点排查及防控措施情况。

会议指出,党风廉政建设永远在路上,要求全院党员干部职工树立全心全意为人民服务的宗旨,不忘初心和使命。党总支将持之以恒履行全面从严治党主体责任,落实“一岗双责”,守住党风廉政建设底线。纪检要当好监督“探头”,聚焦执纪问责。要加强全院作风建设和廉政建设,加强党内法规、法律法规和医院规章制度学习,树立红线意识、底线意识,确保不出事。最后分管领导和参会负责人纷纷表示,将严守政治纪律和规矩,落实“一岗双责”,加强学习,严格按照制度办事。(陈鸿鹄)

娄底博爱医院 关注女性健康调养

近日,娄底博爱医院接受产后康复的一位李女士说:“产后压力很大,看着走样的身材,情绪很不好,困扰着我很久!听朋友说娄底博爱医院有产后康复,效果好!抱着试试看的态度,来到了医院,经康复师检查后,建议做骨盆和腹直肌修复,做完后很舒服,回家后感觉效果很好。经过一段时间的康复治疗,看镜子里的自己感觉恢复的差不多了!”她感谢医院产后康复,让她恢复自信身材。十月怀胎,一朝分娩,让每一位新妈妈都难以忘怀。不少娄底的宝妈们亲身体会到了产后康复护理人员无微不至的关怀和照顾,感受了她们饱满的工作热情,视客户如亲人的工作态度,尽职尽责,兢兢业业为母婴服务。

娄底博爱医院女性健康调养中心负责人表示,产后康复对每个女性而言都很有必要性,选择正规的医疗机构,通过整体康复可以更有效的改善体态与身材的尽早恢复,做个健康漂亮的妈妈。(胡莎)



**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

产前专家门诊
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、周日全天

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

娄底企业家协会携手市慈善志愿者协会 大同分会开展扶残助残慰问活动

5月15日,娄底企业家协会携手市慈善志愿者协会大同分会志愿者,到冷水江市铨山镇塘冲村开展“崇德扬善 奉献友爱”扶残助残慰问活动。老领导丛树英,老领导、市志愿服务联合会会长伍美华参加。

当天,志愿者们冒着大雨来到铨山镇塘冲村,为村里9位残疾老人送去问候和祝福,以及7000多元的食用油、大米、面条等物资和慰问金。志愿者的爱心活动得到了当地

群众的一致好评。

5月15日是第十二个全国助残日,主题是“促进残疾人就业,保障残疾人权益”。为推进扶残助残文明实践,促进社会文明进步,娄底老字号企业家协会、市慈善志愿者协会大同分会爱心志愿者积极响应号召,组织开展此次活动,让残疾老人们深深感受到了社会的温暖与关怀,进一步帮助他们树立起了身残志坚的意识。(潘琳 钟志敏)



娄底家和家政有限公司为 52名残疾人圆梦“微心愿”

“这是你要的轮椅,这是你要的名著《飘》……”5月15日,娄底市家和家政有限公司携手娄星区花山办事处在新九龙商厦广场举办全国助残日“助残圆梦·圆梦“微心愿”活动,帮助52名残疾人员圆梦“微心愿”。

在第32个“全国助残日”到来之际,作为市内一家残疾人居家托养机构,为弘扬人道主义精神,让更多人关心、关爱残疾人,呼吁社会各界共同助力困难残疾人,帮助残疾人解决小困难、满足小需求、实现小梦想,使这一特殊群体感受党和国家及社会大家庭的温暖,娄底市家和家政有限公司精心策划了这次活动,通过微信群或电话向娄底城区残疾人征集“微心愿”,备好了残疾人所需要的各种小礼品。

这天,虽下着大雨,但没有阻挡志愿者们那颗火热的心,大家满脸春风给残疾人发放抽纸、米、食用油、洗衣粉、书、浴椅、轮椅等“微心愿”礼品。对因为肢体残疾行动不便的残友们,志愿者们还开展上门服务。黄泥塘办事处洪家洲社区一名特困残疾人陈香华,体重280斤,一直由近80岁的外婆照顾,需要一个坐便椅,志愿者们立即把坐便椅送到她的家中。(罗宗)

朱协兵:二十五年不离不弃 演绎人间真爱

“你还需要什么?下次来,就给你换个软点的枕头。”5月12日,在夕阳红养老院,来自永丰街道松坪村的朱协兵一边给瘫痪的妻子肖良田铺被,一边说。“朱协兵确实是个好丈夫,只要在家就经常来看望妻子,还给她带吃的。25年不离不弃,真的不简单。”护理员朱女士在旁边点赞道。

1990年,经媒人撮合,朱协兵与肖良田从相识到走进婚姻的殿堂,过上如胶似漆的恩爱日子。1991年生下女儿朱燕。

朱协兵父亲退伍后担任过村支书。受传统家教的熏陶,他勤劳肯干,起早贪黑,也没有打牌赌博、酗酒吸烟等不良习气。他在附近打零工,1993年在秋湖煤矿当合同工,下煤窑。年轻的肖良田圆脸,扎着2个长辫子,清秀娇美,人见人爱。来自石牛山村的她,传承了祖辈的秉性,吃得苦、霸得蛮,性格也温柔。里里外外的事,她拿得起、放得下。插田、扮禾,背树、砍柴,男人的活她会干;煮饭、炒菜,洗衣、做鞋,家务事也不赖。“妻子到我家后,做事很勤快,很麻利,2.2亩水稻她1个人1天就割完。”说起过去的妻子,朱协兵颇感自豪。

记得肖良田生下孩子,刚满月,碰上村里林木间伐,她不顾一切,和丈夫一起去背树。本来就有风湿的她,在过了两三天后就感觉身体不适,腰疼了好长一段时间。但她没想到的是,从此也埋下了祸根。

1997年,肖良田手指疼痛,不能做事,只能勉强做些煮饭、炒菜等轻活,虽然请医生开了药,但不见好转,反而

越来越严重,发展到手脚关节疼,只能靠拐杖走路,被诊断为类风湿,先后到邵阳、湘潭、长沙、广东等地治疗。到2020年,股骨头坏死,她完全不能走路,从此,大多数时间是躺在床上。现在的她完全像换了一个人,面色憔悴,脸部浮肿,牙齿脱落,肢体变形——过去的秀丽已荡然无存。

朱协兵父亲早些年去世了,家里还有80多岁的老母亲。母亲身体也不好,有心脏病、哮喘,走几步就得歇息。“家庭生活压力大,我不能不外出挣钱。”朱协兵在秋湖煤矿干了10年,“下煤窑虽然工工资高,但那是吃阳间的饭,做阴间的事,危险性很大。”说起那段经历,朱协兵至今心有余悸。幸亏命大,他侥幸捡回了一条性命。那是2002年9月,秋湖煤矿发生瓦斯突出事故,之前他感觉心慌就提前请假回家,有幸躲过那次矿难。从此后,他就离开了煤矿。

生活虽然艰难,但还得要过。家里人老的老、病的病、小的小,朱协兵肩上的担子很不轻松。他又没有特长。于是,凭着能吃苦耐劳的优点,他就跟着一些老板走南闯北,走遍陕西、甘肃、广东、浙江等大半个中国做小工,抢修桥梁、道路,来维持一家人生计。

真是“麻绳专挑细处断,厄运专找苦命人。”2014年8月20日,朱协兵唯一的女儿朱燕在新化打工时失联。那是肖良田生日先天。朱燕准备第二天回家。她说晚上和朋友去玩,然后就失联了。当时,朱协兵正在陕西打工,他直到9月2日才回到新化报案,但破案难度大,至今仍杳无音信。

“世上还是好人多。我病后,得到过不少人的帮助。”命苦的人更知道感恩,肖良田对照顾她的好人们感激不尽。

朱协兵在外打工时,家里来人不间断。婆婆也关心媳妇,但终究年纪大,也很难。“有事你就打电话,我们第一时间赶过来。”邻居们给她说得最多的是这句发自内心的朴实的话语。树奶奶年纪也不小,但她一天不少于2次,帮肖良田洗衣服、煮饭、擦身、倒尿尿,俨然是贴身保姆;宋新姿,家里也有小孩要照顾,但只要肖良田一个电话,就会立马从1公里外的地方赶过来;就连王祝林家的小孩也经常帮着做这做那……帮扶责任人、县审计局局长王玉成,县审计局驻松坪村帮扶工作队队长戴庆平和村“两委”干部也给予了很大的帮助。

近年来,肖良田病情严重了些,已完全不能下床。朱协兵就只能在附近打零工,在村上蔬菜基地干活,但工资不高,很难维持生活。为了能放心外出挣钱,去年,就选择了把妻子安置在夕阳红养老院。今年因疫情影响,朱协兵目前还呆在家里,就三天两头地到养老院给肖良田送她爱吃的菜。

“妻子也时刻牵挂着我。我在外面,每次打电话,她都会劝我:‘你是高空作业,要注意安全,不要担心家里,要吃好、休息好,有事我会打电话给你。’”说起妻子,朱协兵感觉很温馨,丝毫也没觉得妻子是个累赘。

仔细看去,55岁的朱协兵皮肤黝黑,头上布满白发,沧桑的脸庞中分明透露出一丝坚毅和乐观。(谢展南)

“福康工程”进双峰 辅具助残暖人心

5月12日,是第32个全国助残日。双峰县民政局组织乡镇(街道)民政工作人员,扎实开展“福康工程进双峰,康复辅具送上门”服务活动,着力解决困难残疾人生活自理难、出行难问题,有效改善他们的生活质量。

据了解,“福康工程”项目是民政部门实施的一项惠残助残行动,主要为低保家庭、特困人员、脱贫人口中有意愿的残疾人,免费配置康复辅助器具。2022年,湖南省民政厅重点关注困难残疾人,着重在大湘西片区县实施“福康工程”项目,解决家庭困难的残疾人康复服务缺失、康复辅具缺乏等现实问题。

今年3月,为提高困难残疾人生活自理和参与社会活动的的能力,双峰县民政局积极与省、市民政部门协调,争取“福康工程”项目免费为有需求的困难残疾人配置康复辅助器具。通过前期挨家挨户摸底调查和精准筛查评估,对301名符合项目救助条件的残疾人开展一对一康复辅助器具评估适配。

在此次服务活动中,该县共为301名困难残疾人配送轮椅、护理床、腋拐、助行器、洗浴椅、助听器等辅具301件。在当地村(社区)干部的带领下,乡镇(街道)民政工作人员把辅具送到残疾人家中,根据他们的身体状况调试好辅具,并教会他们及其家属如何使用辅具。(刘景堂)

爱,是温暖之光,点点滴滴,汇聚璀璨星河
这束光,是你,是我,是每一个人,传递不止,生生不息

安老 扶孤 助残 济困

娄底慈善 真情无界 大爱无边



市慈善总会办公室地址:湖南省娄底市娄星区乐坪大道500号娄底市人大第一办公楼一楼
账号:1913100319024915208 账户名称:娄底市慈善总会 开户银行:工商银行娄底分行
捐赠热线:0738-8216759 联系人:周业 电话:18073809152



经济形势怎么看？稳就业、稳物价如何发力？

国家发展改革委回应经济热点

日前发布的前4个月国民经济运行情况显示，经济新的下行压力进一步加大，部分指标增速回落明显。当前经济形势怎么看？稳就业、稳物价如何发力？国家发展改革委新闻发言人孟玮5月17日在新闻发布会上作出回应。

经济运行会很快回归正常轨道

受疫情点多、面广、频发的影响，当前需求收缩、供给冲击、预期转弱三重压力更为突出。4月份，全国固定资产投资环比下降0.82%，社会消费品零售总额同比下降11.1%，全国规模以上工业增加值同比下降2.9%，显示疫情对经济运行造成较大冲击。

“在2020年初，突如其来的新冠肺炎疫情也曾给中国经济发展带来前所未有的冲击，导致主要经济指标出现明显下滑。但是随着疫情得到有效防控，复工复产扎实推进，经济运行迅速扭转了下滑局面，发展态势逐季恢复。”孟玮说。

她表示，目前，国内疫情反弹得到有效处置，各项政策靠前发力，政策效应逐步释放，“相信正常的经济秩序将快速恢复，经济运行会很快回归正常轨道。”

孟玮说，下一步，将按照“疫情要防住、经济要稳住、发展要安全”的要求，高效统筹疫情防控和经济社会发展，更好统筹发展和安全，扎实做好各项工作。一方面，下更大力气抓好已出台政策落实，靠前安排、加快节奏，力争在上半年大头落地，尽快形成实物工作量，确保取得实实在在的政策效果。另一方面，抓紧谋划增量政策工具。

进一步加大就业优先政策实施力度

就业是民生之本。3月份以来，受国内疫情冲击和国际形势更趋复杂严峻等



影响，市场主体困难明显增多，就业形势持续承压。4月份，全国城镇调查失业率为6.1%，比3月份上升0.3个百分点。

针对就业领域的严峻形势和挑战，近期，党中央、国务院多次部署研究就业问题，多个部门纷纷出台有关举措。孟玮说，下一步，将进一步加大就业优先政策实施力度，落实落细稳就业各项举措，重点推动四方面工作。

一是通过保市场主体保就业。在做好疫情防控条件下，推进企业复工复产。加快落实退税减税降费、缓缴社保费等助企纾困政策，加强对制造业、接触型服务业、中小微企业和个体工商户的精准支持。

二是通过促创新创业带就业。清理取消对就业创业的不合理限制。继续办好双创活动周系列活动。加强新就业形态劳动者权益保护，不断释放创新创业动能。

三是通过抓重点群体稳就业。落实国务院办公厅发布的《关于进一步做好高校毕业生等青年就业创业工作的通

知》精神，鼓励地方出台更多支持政策。深入推进农村产业融合发展示范园建设，在农村基础设施建设领域积极推广以工代赈方式，拓展农民本地就业渠道。

四是通过人才培训强化就业支撑。深化职业教育产教融合、校企合作，继续支持职业教育提质培优和产教融合试点城市建设。加大公共实训基地建设支持力度。

有条件、有能力、有信心继续保持物价平稳运行

今年以来，主要受全球疫情和乌克兰危机影响，全球通胀压力显著上升。与之相比，我国物价总体保持温和上涨态势。

数据显示，今年前4个月，我国居民消费价格指数(CPI)同比上涨1.4%，4月份涨幅虽扩大至2.1%，但仍处在合理区间；4月份全国工业生产者出厂价格指数(PPI)同比上涨8%，涨幅比3月份回落0.3个百分点。

“展望后期，我国经济韧性强、市场空间大，政策工具箱丰富，特别是粮食生产连年丰收，生猪产能充足，工农业产品和服务供给充裕，完全有条件、有能力、有信心继续保持物价平稳运行。”孟玮说。

孟玮表示，将坚持综合施策、精准调控，全力做好大宗商品保供稳价工作。稳定播种面积和产量，保持粮食量足价稳；通过完善煤炭产供储销体系、强化市场预期管理等措施，引导煤炭价格在合理区间运行，通过稳煤价来稳电价；加大铁矿石等国内勘探开发力度，加快矿产品基地建设，增强国内资源保障能力；会同有关部门，加大期现货市场联动监管力度，特别是对于资本的恶意炒作，将予以坚决打击。

推动产业链供应链安全稳定运行

3月份以来，受疫情影响，部分地区出现人员返岗受限、跨区域物流受阻、疏港运输不畅等问题，对重点地区、重点领域的产业链供应链稳定运行造成了一定冲击。

孟玮表示，国家发展改革委会同有关部门着力疏通堵点、卡点，畅通运输通道保障物资通达，督导地方建设和启用中转站，加强产业链供应链风险监测预警，全力保障产业链供应链稳定运行。

数据显示，截至5月16日，长三角货车流量降幅持续收窄，涉疫重点地区收费站、服务区全部开通。

“下一步，国家发展改革委将继续强化部门间、地区间协同和工作衔接，进一步健全产业链供应链风险监测预警体系，完善风险研判处置机制，提升风险识别、精准有效处置能力，力争做到风险早发现、早报告、早研判、早处置，全力打通卡点、堵点，推动产业链供应链安全稳定运行。”孟玮说。(魏玉坤 安倍 杨思琦)

“云”健身、露营热、智能电器“潮”……当前新消费扫描

疫情对消费形成了压力，同时一些新的消费习惯和消费模式正兴起。记者近日在北京、湖南、宁夏等地采访了解到，“云”健身、露营热、智能电器“潮”，相关产业快速发展。

线上购物、近郊露营、“云”健身受到青睐

4月以来，去哪儿网露营相关词汇搜索量同比增长2.5倍，是2020年同期的4倍；今年以来露营相关产品(住宿、出游)预订量是去年同期的3倍左右。淘宝天猫发布的数据显示，今年“五一”前后淘宝鲜花销售额同比增长超160%。

银川市民叶先生今年每周要到周边露营一次。“我年初在手机上刷短视频了解露营装备，刚开始尝试买了一些，带着家人和孩子体验几次后便一发不可收拾。”叶先生说，现在身边喜欢露营的人越来越多，他已经加了好几个露营微信群。

记者采访发现，更加健康、智能的新型家电受到越来越多人青睐。苏宁易购数据显示，“五一”期间，健康家电、“懒人家电”销量保持增长，例如融合吸

尘和拖地双重功能、能够解放双手的洗地机，销量同比上涨133.7%。烘焙工具销量同比上涨15.41%，其中无油空气炸锅销量更是同比增长了740.8%。

“云”健身也成为居家生活的新热潮之一。各大购物平台健身设备的搜索热度大幅上扬，苏宁易购数据显示，跳绳、瑜伽垫、跑步机等运动器材销量同比上升197.5%，速干T恤、运动鞋、运动裤等运动服饰同比上涨142.1%。

政策大力支持、平台优惠促销，产业发展加速

业内人士指出，近郊露营、“云”健身等沉浸式、体验式的消费新场景不断涌现，电商、网络直播、外卖等增长明显。消费者不断追求更加健康、便利、智能的生活方式，相关产业得到了更快发展。

——政策大力支持释放“潜力”。今年4月国务院办公厅印发《关于进一步释放消费潜力促进消费持续恢复的意见》提出，“创新消费业态和模式”“适应常态化疫情防控需要，促进新型消费”等。

——直播带货和优惠补贴。今年“五一”期间，湖南省湘西州进行线上直



播，推广全州景点和农特产品，2000张古城门票、德夯景区门票“秒”光，带货农产品销售千万元以上。根据苏宁数据显示，“五一”期间，苏宁易购在北京、深圳、天津等百余个城市开展家电3C惠民补贴、以旧换新服务等活动。苏宁易购门店换新订单环比增长87%，消费电子以旧换新业务环比增长65%。

——新消费“带火”相关产业发展。露营越野爱好者王渊亲眼见证了露营

的爆发式增长，他接触的一个小众的露营火炉加工厂只用了3年就成为行业内的大企业。看准露营这个新兴行业的他投入130多万元改造建成400亩左右的银川露营基地，“五一”期间，露营基地每天客流量都在1000人次左右。

北京交通大学经济管理学院教授李红昌认为，疫情下新的消费形态兴起，人们传统消费模式、消费习惯正发生改变。(吴文渊 刘芳洲 许晋豫)



娄底市首家民俗文化研究基地在石牛乡挂牌成立

5月15日,经娄底市民间文艺家协会批准,娄底市首家民俗文化研究基地在石牛乡漣田村杖理民俗馆举行了揭牌仪式。市、县民间文艺家协会相关领导、专家,娄底市石牛旅促会部分成员,石牛乡相关领导,漣田村村支两委成员出席揭牌仪式。

民俗文化又称传统文化,是民间

民众的风俗、生活文化的统称。是一个国家、民族、地区中集居的民众所创造、共享、传承的风俗生活习惯。双峰县石牛乡是湖湘文化的重要发源地之一,成长了我党第一个工人党员李中,“湘军之父”罗泽南等。研究本地民俗文化既丰富人民的文化生活,又增强了民族凝聚力。

据了解,今年81岁的彭校林老人退休后,回到老家石牛乡漣田村,创办了杖理民俗馆。他平时最大的爱好就是调查、研究、收集、整理当地的民风民俗,对老物件,情有独钟,彭老不仅自己爱收藏,还发动自己的四个女儿,一起来收藏。彭老的民俗爱好很广,从明清瓷器、农耕工

具、先祖遗物,到百年前的炊具、文房四宝、雕花牌匾、书籍报纸,到文革时期的物品,每一个时期都有涉及。彭老的执着,感动了市民间文艺家协会的领导 and 专家。市民间文艺家协会希望杖理民俗馆能打造成双峰民俗文化研究的桥头堡和根据地。(李诚健)



做一个书生校长

□ 匡易才

苏霍姆林斯基曾说:“校长对学校的领导首先是思想上的领导。”

我非常欣赏的一句话就是“校长是学校学习的首席执行官”,要求教师和学生热爱书籍,而校长不喜欢读书,校长就会失去和教师在思想上平等交流的权利,也就失去了话语权,难以实现思想上的引领。因此我要求自己首先在学校里做一个“书生校长”,把读书当成工作中非常重要的一部分,每天无论多忙,也要抽时间读书。在阅读中,不仅生活充盈着,更重要的是收获着思想。

张圣华先生在《陶行知名篇精选》(序二)发出这样一句呐喊:“一个没有读过陶行知的人,怎么可以在中国做校长呢?”此话掷地有声,引起我心灵的强烈震撼。当我在教学管理上感到“山重水复疑无路”时,读一读陶行知的教育故事,顿然有一种“柳暗花明又一村”的豁然开朗的感觉。

在阅读中,陶行知的教育思想给我很大的启发。有一次,陶行知手拿一只大公鸡,掏出米放在讲台上,按住公鸡的头,强迫它吃米,大公鸡只叫不吃。他又拿米往公鸡嘴里塞,还是不肯吃。然后,陶行知放开手,大公鸡竟然津津有味地吃起来。陶行知开始讲话:“教育

就像喂鸡一样,教师强迫学生学习,把知识硬灌给他,他是不情愿的。如果让他自由地学习,效果一定好得多!”蕴含教育真谛的故事给我深深的启示:教育要营造一种宽松、自由的氛围,让学生主动参与,变“要我学”为“我要学”。

阅读《教师怎样做叙事研究》时,书中的“研究树木比研究森林更重要,如果把一棵棵树木研究明白了,大体也就知道了整片森林的特性”这一观点引起了我的深刻反思:教师应该关注每个学生的个性特征,根据学生的特性采用不同的教育方法,让他们张扬个性、展示自我。世界上找不到两片相同的树叶,也找不到两个相同的学生。我们的学校就像是一个大花园,只有让各种奇花异草竞相开放,才会满园春色。如果把班里的每个学生研究透了,那么整个班级的特色就出来了,如果把学校里的每个班级研究透了,那么整个学校的特色就出来了。

我认为一个人的精神发育史就是他的阅读史。以色列每年都有一天全国停止一切活动,唯有图书馆可以开放,可见他们对阅读的重视。我想一个喜爱阅读的民族是充满希望的民族,一个喜爱阅读的校长是有思想的校长,

一个喜爱阅读的老师是有智慧的老师,一个喜爱阅读的学生是大有前途的学生,就让我们“爱上阅读,和阅读结婚吧!”

凯勒说:“一本新书像一艘船,带领我们从狭隘的地方,驶向生活的无限广阔的海洋。”书生校长能够成为爱学习、善学习、乐学习的楷模,能够成为终身学习的引导者、推动者,能够引导教师多读书,读好书,让书香溢满师心,让书香飘满校园。书生校长亲手种下一棵书香大树,一定能结出一堆书香果实。爱因斯坦说:“人的差异在于业余读书时间。”这话很经典,书生校长应该手不释卷,保持一份书生特有的情怀,充满儒雅的书卷气。我们每个校长都应该让读书成为一种习惯,一种思想,一种责任,一种情怀,一种追求。书中那一个个鲜明的观点,一篇篇经典的文章,一种睿智的思想,如春雨般滋润着我的心灵,又如响雷般震撼着我的灵魂,更如大海般激荡着我的情怀。书籍是大海,书生校长能像鱼儿自由游行;书籍是天空,书生校长能像鸟儿自由飞翔;书籍是森林,书生校长能像百兽自由呼吸。在精神的圣殿中,我不断反思,不断徜徉;在读书的历程里,我不断蜕变,不断升华。

歌趣

□ 李一红

也不知是什么时候开始喜欢唱歌,一直爱好着。如果一个月不进歌厅唱几首,似乎觉得生活缺少点滋味,觉得人生少了点乐趣。

唱歌登过几次大雅之堂,记得小学五年级的,班主任老师让我们四个男生边唱边跳,那是平生第一次上场唱歌。肯定是没有获奖的,只是上个场而已。高中时参加过一次比赛,出了一次丑,给比赛增添了一些笑料。

成家后,当时流行家里买音箱,放碟片,所以在家里唱歌的时候比较多,到了星期天,可以到家里唱半天的歌,让邻居都知道我在家,又在乱吼了,一吼就是半天。

第一次上卡拉ok厅唱歌,是在金竹山煤矿的一个歌厅里。到了歌厅,第一次去唱,点好歌,拿着话筒竟然还紧张,手微微颤抖,手心冒汗,一开口唱还跟不上节奏,多唱几句心里才平静下来,真有点刘姥姥进大观园的感觉。

有了第一次,就有了许多次,到现在为止真不知进了多少次歌厅了。反正在歌厅里面就是一阵子乱吼,也不管什么音准节奏,自己想唱就唱,慢慢地乱吼也吼出名声,单位的人都知道我爱唱歌。1997年,娄底人事系统举办香港回归卡拉ok比赛,参赛选手18人。我的参赛歌曲是《心中的太阳》《篱笆墙的影子》。为了把音唱准,我在歌厅里独自唱了好多次,女儿告诉我学习普通话,把那两首歌里面的词唱准。比赛结束,我的分数最高,获得第一名。当时的奖金是400元,后来单位又奖了400元,第一次唱歌赚了800元,也是平生仅有的一回。

什么事情有成功就有失败,记得自己偷偷地去参加过比赛。那次是在冷水江宾馆,市里面组织的青年歌手大奖赛之类的,我去参加。老婆和女儿说别去出丑吧,自己觉得反正是玩,也不碍事。我选的歌曲是江涛的《愚公移山》,在歌厅练习时觉得蛮好的,比赛时紧张,唱歌完全没在调上,自然是出个丑就回家了,只是得到了一次锻炼的机会。

2005年的《超级女声》一开始,让我这个喜欢唱歌的人找到了快乐。只要有比赛我就一定要看,看到后面就越来越喜欢何洁,变成了一名“盒饭”。对于李宇春、周笔畅、张靓颖,没有那么喜欢的。后来的超女就喜欢谭维维,喜欢她的原因,就是喜欢她嗓音高,那个气势足,让我佩服得五体投地。

我这么喜欢唱歌自然有喜欢的歌星,读书阶段喜欢蒋大为的歌,高亢雄浑;郭峰出现后,就喜欢上他,他作词作曲,留一头飘逸的头发,每首歌都写得让我惊叹;后来一度喜欢上汪峰的歌,车上碟片就是汪峰的,所以汪峰的歌大多数会唱;台湾歌星赵传的那首《我很丑但我很温柔》流行后,我才知道,歌星原来也是可以长得丑的。

朋友讲我生活中是比较斯文的人,说起话来轻声细语,也从不与人红脸,但进了歌厅,就变了个人似的,气势很足,歌声嘹亮,直抵天花板。我想或许是在生活中压抑得太久,所以才在歌厅中用吼叫来释放出来吧。每个人都有许多面,在歌厅的是我人生的另一面,显示出自己的天性,唱出我自己。

数字化,提升博物馆力量

□ 刘曙光

5月18日是第46个国际博物馆日,今年的主题是“博物馆的力量”。博物馆的力量来自哪里?在我看来,首先和主要来自博物馆丰富多彩的藏品。自然标本、考古遗物、艺术珍品、革命文物……不同类型的博物馆藏品,记录着自然历程与人类文明活动的多元信息,承载着各个国家与民族的社会记忆与美学风范,蕴含着提升审美水平、教育社会大众的力量,包含着厚植家国情怀、促进文明交流的力量,还有丰富文旅体验、助推经济社会发展的力量。由此可见,博物馆的力量既是一种有形的、真实的、物质的力量,也是一种无形的、深沉而持久的文化软实力,具备跨越不同文明和时代,在政治、社会、经济等多领域,在知识、认同、体验、情感等多层次产生影响的潜能。

当前,人工智能、大数据和5G通信等数字技术快速发展,给博物馆升级带来无限可能。在今年的主题阐释中,国际博物

馆协会将“数字化与可及性创新”视作彰显博物馆力量的一种重要途径。应如何理性推进数字化建设,更有效地培育和发挥博物馆的力量?

博物馆的数字化建设,要适用和适当。不同博物馆的发展基础和个性特色迥异,对于数字技术的具体需求也各有差异。应秉持“量力而行,重点开发”的原则,立足博物馆的实际情况,厘清资源特点,评估开展数字化的条件与可行性,而不是一味“赶时髦”。一方面,从基础工作做起,先完成文物藏品的数字保护和信息留存,形成数据库;另一方面,把握好内容和形式的关系,让数字技术为内容主题锦上添花,而非喧宾夺主,凌驾于藏品阐释和内容传播之上。

博物馆的数字化建设,要共建和共享。在今年国际博物馆协会提交全体大会审议表决的博物馆新定义中,首次提出“致力于提供教育、深思和欣赏”的目标宗旨。其中,“深思”的新提法,体现出国际社会对博物馆提供更具思想性和内涵性文

化服务的期待。为此,应多方合力,将日新月异的数字技术应用于博物馆的学术研究、知识生产等,加强藏品数据信息基础建设和关联数据分析能力建设,深入挖掘与鲜活呈现积淀深厚的中华文明。同时,新定义还强调博物馆应“以具有包容性、多样性和参与性的方式与社区和公众交流”。相应的,博物馆和数字化团队应持续研究观众的参观动机和行为习惯,结合自身特色,探索构建线上展览、直播导览、线上教育课程等数字文化服务矩阵,开发更有深度、更具个性体验的公共文化服务产品,不断满足人民群众对美好生活的需要。

文化是博物馆力量的根基,数字化是博物馆获取力量的重要渠道,也是发挥力量的重要途径。只有数字技术以更实用的方式与文化内容相结合,以更亲民的姿态引发大家的共鸣和认可,才能最大限度地提升博物馆的力量,促使博物馆在文化强国建设中扮演更积极的角色。

(作者为中国博物馆协会理事长)

2023年亚洲杯将易地举办

2023年亚足联亚洲杯中国组委会5月14日发布公告宣布,受疫情影响组委会难以在当前对明年的亚洲杯按完全开放模式办赛作出承诺和安排,经各方商议决定,本届亚洲杯将易地举办。

“2023年亚足联亚洲杯原定于2023年6月16日至7月16日在中国举行。受疫情影响,中国组委会当前难以对明年的亚洲杯按完全开放模式办赛作出承诺和安排。经亚足联、中国足协与2023年亚洲杯中国组委会共同商议后决定,本届亚洲杯足球赛将易地举办。新的比赛地点将尽快确认。在此,我们对亚足联、各承办城市和社会各界对前期亚洲杯筹备工作的大力支持表示衷心的感谢!”亚洲杯中国组委会在公告中说。

亚足联表示,在前期筹备过程中,亚足联与中国足协、2023亚洲杯中国组委会密切合作,已完成一系列重要里程碑事件,包括赛事标识的发布等。

“感谢各方为了亚洲杯赛事的共同利益,做出了这个十分艰难但又必要的决定,这为亚足联提供了所需的时间来评估当前的形势及研究选择2023年亚洲杯备选场地。”亚足联说。

中国在2019年6月获得2023年亚足联亚洲杯举办权,本届赛事原计划在北京、天津、上海、重庆、成都、西安、大连、青岛、厦门和苏州10座城市共同举行。

(据新华社)

《春天花会开》受好评 让民歌链接新时代大众

民歌竞唱节目《春天花会开》近日在湖南卫视播出,实力派歌手将民歌演绎出新味道。节目播出后,民歌创新形式受到观众好评。节目组表示,《春天花会开》不是对民歌的单纯表达,而希望通过创新与传播,让民歌与新时代的大众群体产生联系。

《春天花会开》寻找的音乐人划分为三大类:学院派的专业民歌手、原生态唱法的民族歌手以及能将传统民歌做创新表达的流行音乐制作人。其中,拉丹珠和张群航(如图)属于学院派代表。节目中她们挑战



经典曲目《天路》,在演出前得到原唱韩红的指点,放弃了技术性的表达,选择

延续歌曲的情感来进行演绎。“蒙新组合”傲日其楞和小麦属于原生态唱法的歌手,他们对《父亲的草原母亲的河》进行改编演绎,用极致的情感张力诉说对家乡故土的思念,收获了大批观众的喜爱。

此外,作为流行歌手代表,节目中华晨宇首次演唱民乐版《小镇里的花》。这首歌诠释了新民乐的魅力,搭配编钟乐器敲出了歌曲果敢坚定、无畏前行的磅礴生命力。导演王蕾表示,新时代民歌要做到守正创新,希望这首歌可以成为“将传统民歌做创新表达”的新范本。

(高爽)

<p>遗失声明 娄底市志忠环保科技有限公司不慎遗失单位专用章(印章编号:4313000124962)、财务专用章(印章编号:4313000124963)各一枚,特此声明作废。</p>	<p>遗失声明 谢宏玉不慎遗失娄底泓达房地产开发有限公司购房收据一张,票据号:00001163(金额:105487元)、开票日期:2016年7月6日,特此声明作废。</p>	<p>遗失声明 彭营长不慎遗失娄底泓达房地产开发有限公司购房收据二张,票据号:0004773、金额:5000元,票据号:0004993、金额:142825元,特此声明作废。</p>	<p>遗失声明 苏辉不慎遗失娄底泓达房地产开发有限公司购房收据二张,票据号:00014610(金额:10000元)、开票日期:2017年10月14日,票据号:00015881(金额:103602元)、开票日期:2017年10月6日,特此声明作废。</p>			
<p>遗失声明 李长松、毛慧不慎遗失娄底泓达房地产开发有限公司购房收据一张,票据号:00016496(金额:490000元)、开票日期:2017年12月12日,特此声明作废。</p>	<p>遗失声明 肖鸿达不慎遗失军人保障卡一张(卡号:8135001181229573025)和士官证一个(证号:20130144031),特此声明作废。</p>	<p>遗失声明 李海、严献平不慎遗失娄底泓达房地产开发有限公司购房收据二张,票据号:00014902、金额:10000元,票据号:00015783、金额:140271元,特此声明作废。</p>	<p>遗失声明 谢馨妍不慎遗失娄底泓达房地产开发有限公司购房收据一张,票据号:0010158(金额:58530元)、开票日期:2017年8月12日,特此声明作废。</p>			
<p>遗失声明 王清泉、范贤凤不慎遗失娄底泓达房地产开发有限公司购房收据二张,票据号:0004199(金额:10000元)、开票日期:2017年2月5日,票据号:0004239(金额:84556元)、开票日期:2017年2月6日,特此声明作废。</p>	<p>遗失声明 娄星区星辰幼儿园不慎遗失民办办学许可证正本,证件号:教民143130260001460,特此声明作废。</p>	<p>遗失声明 彭育旗、周泽彪不慎遗失娄底泓达房地产开发有限公司购房收据二张,票据号:00014244、金额:140000元,票据号:00014245、金额:170000元,特此声明作废。</p>	<p>遗失声明 曾娜不慎遗失娄底泓达房地产开发有限公司购房收据1张,票据号:00000377(金额:107429元)、开票日期:2016年5月23日,特此声明作废。</p>			
<p>遗失声明 兹有经营业户湘KU790挂道路运输证(证件号码:431382206874)不慎遗失,特此声明作废。 兹有经营业户湘KD0628道路运输证(证件号码:431382207688)不慎遗失,特此声明作废。</p>				<p>兹有经营业户吴叶兰的道路运输经营许可证(证件号码:431382203004)不慎遗失,特此声明作废。 兹有经营业户谭青辉的道路运输经营许可证(证件号码:431382005385)不慎遗失,特此声明作废。 兹有经营业户卢辉的道路运输经营许可证(证件号码:431382203024)不慎</p>	<p>遗失,特此声明作废。 兹有经营业户欧阳业的道路运输经营许可证(证件号码:431382201351)不慎遗失,特此声明作废。 兹有经营业户邱正浩的道路运输经营许可证(证件号码:431382004505)不慎遗失,特此声明作废。 兹有经营业户夏海霞的道路运输</p>	<p>经营许可证(证件号码:431382006146)不慎遗失,特此声明作废。 兹有经营业户成孺辉的道路运输经营许可证(证件号码:431382202102)不慎遗失,特此声明作废。 兹有经营业户蒋建峰的道路运输经营许可证(证件号码:431382201475)不慎</p>



《凭栏一片风云起》定档5月19日

胡一天章若楠 点燃“文武救国”的星火

由金琛导演执导，胡一天、章若楠、王劲松、张晞临、张赫、林子璐领衔主演、高伟光特邀出演的电视剧《凭栏一片风云起》，正式定档湖南卫视5月19日起20:00播出。

该剧聚焦硝烟弥漫的特殊年代，讲述了三个知识分子家庭以及一群青年飞行员，传承文化，航空救国，面对时代的大动荡和大变局，与命运做抉择的故事。其中所展现的青年血气，和国土们的爱国精神十分令人动容。

“以吾之火种，燃彼之光芒。”胡一天饰演的热血机长张启投笔从戎，从复华大学物理系高材生，到筑桥中央航校“含光中队”队长，骨子里铭刻着“你要战，那便战”的青年志气。章若楠饰演的新时代女性孟海棠出生书香门第，从不满意父亲将志愿改为教育学，到励志成

为一名青年教师，孟海棠构筑了时代女性的成长缩影。两人因婚约结缘，因海棠花相知，在战火纷飞、国难当头的时代背景下，他们的爱情亦几经聚合离散。

在张启和孟海棠两位热血青年的缘分牵引之下，逐渐铺陈展开了两代人“文武救国”的波澜群像。面临家国危难的时候，张启、曾念乔、曾破山、丁焕生等航校精英敢为人先，将一腔热血抛洒在蔚蔚蓝天；辗转乱世离别的途中，孟海棠、凌浅樱、龙珍珠、许媛茵等新时代女性，尽显“巾帼不让须眉”的担当；在赓续文化血脉的进程里，凌问岳、孟无染、傅衡真、曾穆等文人国土，擎起文化的笔杆，传承中华文脉，传播文明火种。

两代人的信仰力量，三个家庭的星星之火。在近日发布的

预告中，跨越百年的鸿沟，以盛世青年的烦恼，对话乱世青年的信仰，将战火烽烟中的爱情、友情、亲情极致表达，感受到在面对牺牲、背叛与救赎时，青年和文人之间思想洗礼铸就的凭栏精神。尤其是王劲松、张晞临等老戏骨的加入，让人看到了青年热血之外的骨气，于乱世中守文人风骨，在硝烟中护文明火种，令人对《凭栏一片风云起》更添期待。

有人选择守护中华文化，赓续文化血脉；有人选择投笔从戎，高举枪杆救国。《凭栏一片风云起》是一群爱国志士的集合，他们允文允武，百折不挠，是理想主义者的追梦者，也是现实生活的捍卫者，在“文武”双视角叙事节奏中，将带领观众一同感受那个年代热血肆意的青春与灼灼爱国情怀。

(湖卫)

黄轩白百何首次搭档

《欢迎光临》 勾勒“小人物”理想生活

都市生活轻喜剧《欢迎光临》5月18日登陆北京卫视、东方卫视。该片改编自鲍鲸鲸小说《我的盖世英雄》，袁子弹任编剧，李雪执导，侯鸿亮任总制片人，赵子煜任制片人，黄轩、白百何领衔主演，朱雨辰、白宇帆、丁嘉丽、杨昆、柴碧云、薛昊婧主演。

该剧透过张光正（黄轩饰）、郑有恩（白百何饰）等都市青年打工人和广场舞阿姨们的生活点滴，展现普通奋斗者的快乐哲学，勾勒小人物的理想生活。

该剧紧扣小人物的酸甜苦辣，以“超级英雄”为题引出普通人对生活的思考。无论是酒店“掌门人”张光正，还是飞天入地的“侠女”郑有恩，身处服务行业的他们都练就了一身“能忍”的本领。但在平凡人生里，他们不甘于“囿于地活着”，也向往做个“能人”，也许不必呼风唤雨，只要能重拾勇气，能在无路可走时拼出一条绿色通道，就能成为自己生活里的“超级英雄”。



人生好比舞台，纵然平凡，每个人也都是自己人生舞台的主角，每个人都拥有被聚光灯照耀的闪光一刻。舞台之上，有从事服务行业的青年打工人的张光正、郑有恩、王牛郎（朱雨辰饰）、陈精典（白宇帆饰）、佟娜娜（柴碧云饰）、豆子（薛昊婧饰）、孙广庭（岳旸饰）、九斤（张佳宁饰），也有老年广场舞女团代表孙彩霞（丁嘉丽饰）、柳美莉（杨昆饰），他们尽情伸展，以积极的姿态拥抱生活，背后的灯光散落满场，将昂扬向上的他们映照得闪闪发光。

据透露，《欢迎光临》多线并行，由张光正、王牛郎、陈精典组成的门童三兄弟，“亲密”同居50平小屋，互相扶持的打工经历让他们暖得鲜活；爱情线则围绕张光正、郑有恩的生活圈，刻画出三组起点不同、却努力寻找灵魂共鸣的情侣，他们携手并进，诠释理想爱情。而缺少子女陪伴的阿姨们通过广场舞挥洒对生活的热忱，力图在舞台上谋出一番天地，夕阳岁月重新绽放，再度潇洒走一回。

《欢迎光临》是一部聚焦都市小人物的乐观现实主义轻喜剧，该剧将镜头对准大城市中的“无名之辈”，以风趣细腻的表达，捕捉平凡人生的悲欢，描绘出一幅烟火气十足的当代都市图鉴。他们的人生没有惊天动地的磨难和一步登天的逆袭，鸡毛蒜皮足以泛起生命的涟漪，却在前行的道路上积极寻找着与生活和解的钥匙。

(曾索狄)



5月19日起

湖南卫视每日20点播出
芒果TV、腾讯视频
全网首播

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

六20:25) 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
娄底政法(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)
娄底新闻(20:00、22:20首播,次日07:25、12:00重播)
文明娄底(周二12:30首播,周一、三、四、五、六、日20:25重播)
娄底政法 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23日 星期一

中央电视台-1(综合频道)
09:24 高兴的酸甜苦辣(36-38)
13:15 特赦1959(10-14)
20:06 新居之约(36,37)
22:37 故事里的中国(第三季)
中央电视台-3(综艺频道)
08:49 开门大吉
10:27 非常6+1
11:23 文化十分
11:40 星光大道
13:06 越战越勇
14:31 我的艺术清单
15:26 幸福账单:为你买单
16:48 越战越勇:笑语欢歌
18:33 综艺喜乐汇
19:30 开门大吉
20:57 非常6+1
21:54 艺览天下
22:53 黄金100秒
中央电视台-4(中文国际频道)
08:00 今日环球
10:13 远方的家
11:30 海峡两岸
13:14 悬崖(20-24)
20:00 国家记忆
21:30 今日关注
22:00 美食中国
23:01 天涯热土(14-16)
中央电视台-5(体育频道)
08:00 2021/2022赛季中国男子篮球职业联赛季后赛总决赛
12:35 2022年国际田联钻石联赛伯明翰站精选
14:05 2021/2022赛季世界斯诺克锦标赛决赛
16:00 2022年汤姆斯杯羽毛球赛决赛
19:05 天下足球:你好,世界杯
22:05 2022年法国网球公开赛第1轮
00:05 顶级赛事:高尔夫
中央电视台-6(电影频道)
09:02 故事片:铁血阳泉
10:58 故事片:忠烈杨家将
12:52 译制片:会计刺客(美国)
15:09 故事片:搜索
17:32 故事片:刺杀小说家
20:04 故事片:精武英雄
22:23 译制片:爱玛(英国)
中央电视台-8(电视剧频道)
07:35 绝境铸剑(29-33)
12:35 正是青春璀璨时(29-32)
16:30 今生有你(27-29)
19:30 女士的法则(29,30)
21:26 海之谣(12,13)
23:05 爱情的边疆(54)
湖南卫视
07:30 你迟到的许多年 48
08:30 第二次人生(67-73)
15:30 青春欢乐聚
20:00 凭栏一片风云起(6-7)
22:00 没有工作的一年(13)
5月24日 星期二
中央电视台-1(综合频道)
09:24 高兴的酸甜苦辣(39,40)
13:15 特赦1959(15-19)
20:06 新居之约(38,39)
22:37 故事里的中国(第三季)
中央电视台-3(综艺频道)
08:16 综艺喜乐汇
09:11 星光大道
10:34 非常6+1
11:46 开门大吉
13:09 越战越勇
14:33 回声嘹亮
15:29 幸福账单:为你买单
16:51 越战越勇:笑语欢歌
18:10 中国文艺报道
20:56 黄金100秒
23:18 以家人之名(1-4)
中央电视台-4(中文国际频道)
09:00 今日亚洲
10:13 远方的家
11:30 海峡两岸
13:14 悬崖(25-29)
17:15 远方的家
20:00 国家记忆
21:30 今日关注
22:00 美食中国

23:01 天涯热土(17-19)
中央电视台-5(体育频道)
09:00 2021/2022赛季法甲联赛第32轮(雷恩-摩纳哥)
12:00 2021/2022赛季世界斯诺克锦标赛精选
14:00 2022年汤姆斯杯羽毛球赛决赛
16:00 2022年世界职业拳王争霸赛精选
16:55 天下足球:你好,世界杯
17:20 2022年国际冰球联合会男子冰球世界锦标赛顶级组A组
20:00 2021/2022赛季欧洲篮球联赛决赛
21:30 2022年国际田联钻石联赛伯明翰站精选
23:00 北京冬奥会冰壶女子循环赛(瑞典队-中国队)
中央电视台-6(电影频道)
08:00 故事片:北京爱情故事
10:16 故事片:许世友出拳
12:02 故事片:保持通话
14:02 译制片:老爸当家(二)(美国)
15:40 故事片:宴遇奇缘
17:50 故事片:拆弹专家(二)
20:13 故事片:冒险王
22:23 故事片:少林三十六房
00:43 故事片:太极战士
中央电视台-8(电视剧频道)
07:35 绝境铸剑(34-36)
10:34 二炮手(1,2)
12:35 正是青春璀璨时(33-36)
16:30 今生有你(30)
17:34 三妹(1,2)
19:30 女士的法则(31,32)
21:26 海之谣(14,15)
23:05 正阳门下小女人(7-13)
湖南卫视
07:30 你迟到的许多年 50
08:30 第二次人生(大结局)
12:30 偶像独播剧场
20:00 凭栏一片风云起(8-9)
22:00 没有工作的一年
5月25日 星期三
中央电视台-1(综合频道)
09:24 新居之约(2-4)
13:15 特赦1959(20-24)
20:06 特约剧场
22:38 故事里的中国(第三季)
中央电视台-3(综艺频道)
08:07 综艺喜乐汇
09:02 开门大吉
10:26 黄金100秒
11:38 向幸福出发
14:29 非常6+1
15:25 幸福账单:为你买单
16:48 越战越勇:笑语欢歌
18:10 中国文艺报道
18:34 综艺喜乐汇
20:56 回声嘹亮
23:19 剧场:以家人之名(5-8)
中央电视台-4(中文国际频道)
09:30 中国文艺
13:14 悬崖(30-34)
19:30 今日亚洲
20:00 国家记忆
23:01 天涯热土(20-22)
中央电视台-5(体育频道)
07:30 健身动起来
11:05 2021年世界短池游泳锦标赛精选
12:35 2022年法国网球公开赛第1轮
14:05 2021/2022赛季世界斯诺克锦标赛精选
16:00 2022年汤姆斯杯羽毛球赛半决赛
18:35 法国网球公开赛第2轮
22:00 法国网球公开赛第2轮
中央电视台-6(电影频道)
07:32 故事片:白鸟飞飞
09:40 故事片:超级保镖
11:27 故事片:滚蛋吧!肿瘤君
13:38 译制片:巧克力(法国)
15:46 故事片:不见不散
17:52 故事片:南侠展昭之困兽危笼
19:48 故事片:龙门飞甲
22:23 译制片:汪星卧底(英/美)

中央电视台-8(电视剧频道)
07:35 魅力剧场:二炮手(3-7)
12:35 正是青春璀璨时(37-40)
16:30 热播剧场:三妹(3-5)
19:30 女士的法则(33,34)
21:26 海之谣(16,17)
23:05 正阳门下小女人(14-20)
湖南卫视
08:00 中华文明之美
08:30 偶像独播剧场
12:30 偶像独播剧场
20:00 凭栏一片风云起(10-11)
22:00 哎呀好身材(11/12)
5月26日 星期四
中央电视台-1(综合频道)
09:24 新居之约(5-7)
13:15 特赦1959(25-29)
20:06 特约剧场
22:38 故事里的中国(第三季)
中央电视台-3(综艺频道)
08:06 综艺喜乐汇
09:01 向幸福出发
10:25 回声嘹亮
14:27 黄金100秒
15:23 幸福账单:为你买单
16:45 越战越勇:笑语欢歌
18:10 中国文艺报道
18:34 综艺喜乐汇
20:56 我的艺术清单
21:53 星光大道
23:19 以家人之名(9-12)
中央电视台-4(中文国际频道)
09:30 中国文艺
10:12 远方的家
13:29 悬崖(35,36)
15:05 中流击水(1-3)
20:30 海峡两岸
23:01 天涯热土(23-25)
中央电视台-5(体育频道)
09:01 2021/2022赛季法甲联赛第34轮(里尔-斯特拉斯堡)
10:31 2021/2022赛季欧洲篮球联赛半决赛
14:05 2021/2022赛季斯诺克锦标赛精选
16:00 2022年尤伯杯羽毛球赛半决赛
18:35 2022年法国网球公开赛第2轮
00:05 世界技巧锦标赛精选
中央电视台-6(电影频道)
08:21 故事片:无双
10:48 故事片:枪响之后
12:37 故事片:我的唐朝兄弟
14:18 故事片:南斗官三斗北少爷
16:06 故事片:震天桥傻王
18:04 故事片:夺命枪痕
20:03 故事片:霍元甲
22:23 译制片:教授与疯子
中央电视台-8(电视剧频道)
07:35 二炮手(8-12)
12:35 正是青春璀璨时(41,42)
14:28 有你才有家(1,2)
16:30 热播剧场:三妹(6-8)
19:30 女士的法则(35,36)
21:26 海之谣(18,19)
23:05 正阳门下小女人(21-27)
湖南卫视
08:00 中华文明之美
08:30 偶像独播剧场
12:30 偶像独播剧场
20:00 凭栏一片风云起(12-13)
22:00 最美基层高校
5月27日 星期五
中央电视台-1(综合频道)
09:24 新居之约(8-10)
13:15 特赦1959(30-34)
20:06 特约剧场
22:38 故事里的中国(第三季)
中央电视台-3(综艺频道)
09:01 越战越勇
10:25 我的艺术清单
11:37 幸福账单:为你买单
13:03 星光大道
14:27 回声嘹亮
15:23 幸福账单:为你买单
16:45 越战越勇:笑语欢歌
18:10 中国文艺报道
18:34 综艺喜乐汇

20:54 经典咏流传(第五季)
22:31 黄金100秒
中央电视台-4(中文国际频道)
09:30 中国文艺
13:38 中流击水(4-8)
20:00 国家记忆
23:01 天涯热土(26-28)
中央电视台-5(体育频道)
08:30 2022年国际田联钻石联赛伯明翰站精彩
10:31 2021/2022赛季欧洲篮球联赛决赛
12:35 法国网球公开赛第2轮
14:05 2021/2022赛季世界斯诺克锦标赛精选
16:00 2022年汤姆斯杯羽毛球赛1/4决赛
19:30 2022年法国网球公开赛第3轮
21:30 体育世界
22:00 2022年法国网球公开赛第3轮
00:05 顶级赛事:象棋
中央电视台-6(电影频道)
05:48 故事片:解忧杂货店
07:40 故事片:我的上高
09:40 故事片:匹夫英雄传
11:30 故事片:消失的凶手
13:41 译制片:生死恋(日本)
15:10 故事片:浮城大亨
17:55 故事片:师父
20:05 故事片:倚天屠龙记之魔教教主
22:23 译制片:攻壳机动队(美国)
00:27 故事片:终极硬汉
中央电视台-8(电视剧频道)
07:35 二炮手(13-17)
12:35 有你才有家(3-6)
16:30 热播剧场:三妹(9-11)
19:30 女士的法则(37,38)
21:26 经典剧场
23:05 海之谣(20,21)
湖南卫视
08:30 偶像独播剧场
12:30 偶像独播剧场
19:30 凭栏一片风云起(14)
20:10 春天花会开(10/12)
22:00 向往的生活(4/14)
5月28日 星期六
中央电视台-1(综合频道)
08:34 新居之约(11-14)
13:14 特赦1959(35-39)
20:06 经典咏流传(第五季)
22:38 开讲啦
中央电视台-3(综艺频道)
08:59 幸福账单:为你买单
10:23 经典咏流传(第五季)
12:03 开门大吉
13:26 金牌喜剧班编辑版
17:13 非常6+1
18:34 综艺喜乐汇
19:30 星光大道
20:56 越战越勇
22:19 幸福账单:为你买单
23:44 以家人之名(17-20)
中央电视台-4(中文国际频道)
09:29 中国文艺-致敬经典
14:20 中流击水(9-13)
20:00 深度国际
23:01 天涯热土(29-31)
中央电视台-5(体育频道)
07:30 健身动起来
11:05 2021年世界短池游泳锦标赛精选
12:35 2022年法国网球公开赛第3轮
14:05 2021/2022赛季世界斯诺克锦标赛精选
16:00 2022年尤伯杯羽毛球赛1/4决赛
18:00 体育新闻
18:35 足球之夜
19:30 2022年法国网球公开赛第3轮
中央电视台-6(电影频道)
06:56 故事片:浴血边关
08:30 儿童片:自古英雄出少年
10:12 译制片:奇怪的袜子精灵(捷克/斯洛伐克)

11:53 故事片:追龙(二)
14:04 译制片:神秘巨星(印度)
17:42 故事片:肥龙过江
19:46 故事片:投名状
22:32 译制片:刺猬索尼克(美国)
00:40 故事片:决战狂沙镇
中央电视台-8(电视剧频道)
04:25 远方的山楂树(32-35)
07:35 二炮手(18-22)
12:35 有你才有家(7-10)
16:30 热播剧场:三妹(12-14)
19:30 加油!妈妈(1,2)
23:05 海之谣(22,23)
00:50 正阳门下小女人(33-37)
湖南卫视
08:30 偶像独播剧场
13:20 偶像独播剧场
16:00 向往的生活
19:30 凭栏一片风云起(15)
20:10 你好,星期六
22:00 我的女儿出嫁了
5月29日 星期日
中央电视台-1(综合频道)
08:34 新居之约(15-18)
13:15 无名卫士(1-5)
20:06 特约剧场
22:38 等着我
23:32 正大综艺
中央电视台-3(综艺频道)
08:31 综艺喜乐汇
09:26 开门大吉
10:50 星光大道
13:41 金牌喜剧班
17:13 黄金100秒
18:10 中国文艺报道
18:34 综艺喜乐汇
19:30 从延安出发
20:38 非常6+1
21:34 开门大吉
23:00 以家人之名(21-24)
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
13:50 中流击水(14-18)
19:30 中国舆论场
20:30 海峡两岸
21:30 今日关注
23:01 天涯热土(32-34)
中央电视台-5(体育频道)
07:30 健身动起来
11:05 2021年世界短池游泳锦标赛精选
12:35 2022年世界职业拳王争霸赛
15:00 2022年法国网球公开赛第3轮
16:30 2022年国际田联钻石联赛尤金站
18:35 2022年法国网球公开赛第4轮
00:05 2021年世界健美操锦标赛精选
中央电视台-6(电影频道)
08:02 故事片:自古英雄出少年--岳飞
09:45 译制片:飞越环游记(美国)
11:32 故事片:西线无战事
13:38 译制片:刺猬索尼克(美国)
15:56 故事片:杀破狼(二)
18:17 故事片:扫毒(二)天地对决
20:23 故事片:临时拍档
22:23 译制片:时空穿越者(法国)
00:32 故事片:画魂
中央电视台-8(电视剧频道)
07:35 二炮手(23-27)
12:35 有你才有家(11-14)
16:30 热播剧场:三妹(15-17)
19:30 加油!妈妈(3,4)
21:26 经典剧场
23:05 海之谣(24,25)
00:50 正阳门下小女人(38-42)
湖南卫视
08:30 偶像独播剧场
12:30 偶像独播剧场
16:00 声生不息第5期(重播)
19:30 凭栏一片风云起(16)
22:00 天天向上(20/2022)
(节目如有变动,以当天播出为准)



娄底小偏方

健胃利肠荞麦粥

献方人: 郭旭光

主料: 荞麦 100克
辅料: 鸡腿 50克、土豆 100克、白扁豆 20克、胡萝卜 20克
调料: 盐 2克、酱油 10克 各适量
制作方法:

1. 把荞麦米洗净, 沥干水分。2. 鸡腿肉片成小块; 马铃薯去皮切小块; 胡萝卜切成片。3. 锅中倒入适量的水, 放入荞麦煮20分钟, 捞出沥水。4. 把所有的调味料(高汤4杯、低盐酱油10克、盐2克)倒入锅中煮开, 放入荞麦米、鸡腿肉片和马铃薯、胡萝卜、扁豆一起煮20分钟。5. 直到所有的材料煮变软, 就可以盛出来了。

营养解析:

荞麦: 荞麦蛋白质中含有丰富的赖氨酸成分, 铁、锰、锌等微量元素比

一般谷物丰富, 而且含有丰富膳食纤维, 具有很好的营养保健作用。荞麦含有的烟酸和芦丁(芸香甙), 芦丁有降低人体血脂和胆固醇、软化血管、保护视力和预防脑血管出血的作用; 它含有的烟酸成分能促进机体的新陈代谢, 增强解毒能力, 还具有扩张小血管和降低血液胆固醇的作用。荞麦含有丰富的镁, 能促进人体纤维蛋白溶解, 使血管扩张, 抑制凝血块的形成, 具有抗栓塞的作用, 也有利于降低血清胆固醇。荞麦中的某些黄酮成分还具有抗菌、消炎、止咳、平喘、祛痰的作用, 因此, 荞麦还有“消炎粮食”的美称, 另外这些成分还具有降低血糖的功效。祖国医学认为, 荞麦性味甘平, 有健脾益气、开胃宽肠、消食化滞的功效。

几种常见的婴幼儿营养缺乏性疾病

一、维生素A缺乏症

维生素A缺乏症是一种以眼部及皮肤症状为主的全身性疾病, 最早出现的是眼结合膜及角膜干燥、角膜软化, 故又称“干眼症”或“角膜软化症”, 是婴幼儿常见的营养缺乏症。

(一) 维生素A缺乏症的原因

1. 摄入不足。维生素A在肝脏的含量最多, 乳类及蛋黄次之。植物性食物中的胡萝卜素是维生素A的前身, 在肝脏内可转化为维生素A。含胡萝卜素的食物有胡萝卜、番茄、红薯、南瓜、豆类、绿叶蔬菜以及香蕉、柿、桃等水果。

传统的婴幼儿食物缺乏维生素A, 例如长期以淀粉类食物、豆浆喂养, 又没有及时添加辅食, 可发生维生素A缺乏。母乳中维生素A也不能满足婴儿的需求, 同样引起维生素A摄入不足。

2. 吸收、利用、储存障碍。因消化系统疾病或肝胆疾病, 影响维生素A的吸收、利用和储存。

3. 需要增加。早产儿肝内维生素A的储存量不足, 生长发育迅速, 对维生素A的需要量增加, 如果得不到补充, 容易发生维生素A缺乏症。

(二) 维生素A缺乏症临床表现

1. 眼部症状。眼膜干燥、泪少, 出现畏光、眨眼等现象, 因眼睛干燥, 婴儿常常用手去擦眼睛。大一点的儿童出现夜盲, 婴幼儿不会诉说故不易早期发现。

2. 皮肤症状。皮肤干燥、脱屑及毛囊角化, 以四肢和肩部明显。头发干枯易脱落, 指趾甲变脆易折。

3. 体格生长迟缓, 体重和身高都偏低。

4. 由于呼吸道和泌尿道黏膜病

变, 容易发生反复感染, 脱落的上皮可以形成泌尿道结石。

(三) 维生素A缺乏症治疗和家庭护理

1. 预防。调整饮食, 供给维生素A和胡萝卜素丰富的食物, 满足机体对维生素A的需要。食物补充不足者可以直接补充维生素A制剂或鱼肝油, 一粒伊可新中含有维生素A1500单位, 每日一粒, 可连续2-3个月, 最好进行维生素A的检测遵医嘱进行预防。早产儿应及早添加维生素A制剂或鱼肝油。

2. 维生素A治疗。在医生指导下使用维生素A治疗, 症状会很快好转, 夜盲症于2-3天后改善, 结膜干燥1-2周内逐渐减轻或消失。症状消失后应继续服用一段时间的维生素A维持量, 每天补充维生素A1500-2500单位。

二、锌缺乏症

锌缺乏症是由于人体锌缺乏所致的全身性疾病, 多数是由于儿童食物中锌含量不足引起的。锌是人体需要的一种重要的微量元素, 参与体内70多种酶的合成, 能够影响人体的生长发育、免疫功能、创口愈合、生殖发育等重要的生理功能。

(一) 锌缺乏症的常见病因

1. 食物中缺锌。食物中都含有锌, 动物性食物(如肝、瘦肉、蛋黄、鱼类)所含锌的生物活性大, 易吸收利用, 植物性食物含锌少, 又难于吸收。婴幼儿食物单一, 动物性食物少就容易引起锌缺乏。

2. 先天不足。早产儿、双胞胎体内锌储存少, 婴幼儿生长发育迅速, 需要量较大, 容易发生锌缺乏。

3. 疾病的影响。胃肠道病、肾脏病、肝脏病、外科手术等可使锌吸收减

少而排泄增多导致缺锌。

(二) 锌缺乏症的表现

1. 味觉减退, 食欲低下, 厌食。部分小儿有食泥土、石灰、蛋壳、头发等怪癖, 称作“异食癖”。

2. 生长发育延迟, 表现为体重减轻, 身材矮小。

3. 抵抗力低下, 易生病, 反复发生口腔溃疡。

4. 检查血液中锌含量降低, 尿锌也降低。

(三) 锌缺乏症的家庭护理

1. 合理喂养。多食含锌丰富的食物, 如肝脏、鱼肉、瘦肉及花生、核桃等坚果。

2. 补锌。在医生指导下使用锌剂补充, 连续2个月。

3. 定期健康检查。3岁以内每半年检查血锌1次, 可以早期发现锌缺乏并得到早期治疗。

三、铁缺乏症

如果宝宝缺铁, 不仅会引起精神不振、烦躁不安、食欲减退等症状, 严重的还会导致缺铁性贫血, 影响大脑发育, 对认知发育造成损害。各月龄段宝宝对铁的需求及补充方法是:

1. 0-4个月, 无须额外补充。对于健康的足月宝宝来说, 储存在体内的铁足够维持出生后4个月的生长所需。

2. 4-6个月, 建议母乳喂养的宝宝补充口服铁剂。母乳中铁的含量很低, 对纯母乳喂养、混合喂养中母乳量过半的婴儿, 从4月龄开始强化补充口服铁剂1毫克/千克·天, 直到饮食中有足够的铁。对于配方奶粉喂养的宝宝, 如果能从铁强化奶粉和辅食中获取足够的铁, 就不用额外补充了。

3. 6-12个月, 辅食必须有足够的

铁元素。如果宝宝能从辅食和配方奶粉中获取足够的铁, 就不用额外补充。要是宝宝的饮食以母乳或低铁配方奶粉为主, 高铁辅食吃得少, 并出现缺铁或贫血的症状, 就要在医生的指导下进行补铁。肝脏、肉类、海鲜、家禽等动物性食物含铁丰富, 易被人体消化吸收。深绿色的叶类蔬菜、豆类、强化谷物等植物也含铁丰富, 但不易被人体吸收。

4. 1-3岁, 多吃富含铁元素的食物。如果孩子的饮食结构不利于铁的获取和吸收, 应该在医生的指导下, 根据孩子的缺铁情况口服液态铁剂。

对母乳喂养的早产儿应从1月龄开始每天额外补充铁元素2毫克/千克, 直到能从强化铁配方奶粉或含铁辅食中摄入足够的铁。

四、钙缺乏症

中国人普遍缺钙, 高龄产妇、非头生的婴儿更容易缺钙。3岁以下的婴幼儿缺钙会明显表现为: 头发枕秃, 青蛙肚(肌肉缺钙松弛导致), 指甲扁平外翻, 夜间哭闹。3岁以上儿童缺钙会表现为: 厌食、偏食, 不易入睡, 易惊醒, 易感冒, 头发稀疏, 智力发育迟缓, 出牙不整齐, 阵发性腹痛腹泻, X或O型腿, 鸡胸。

中国妈妈大多担心小儿缺钙, 要树立主要通过饮食科学补钙的理念, 切忌滥用补钙药品。做好儿童补钙工作, 要保证饮奶量, 保证补充维生素D, 注重均衡饮食, 多食含钙高的食物, 并适当进行户外运动。如果儿童出现缺钙症状, 应在医生指导下合理使用补钙产品。

(肖升红)



养生“多”“少”才相宜

养生现在是最热门的话题,谁都想长寿谁都想健康,因此各种各样的养生方法层出不穷,把原本简单的问题变得复杂起来。其实,养生很简单,注意“多”“少”的合理才是养生之道。

少肉多豆 一个人每天最好只摄入瘦肉75克,即一副扑克牌大小的一块。其中,体力劳动者、男性可以多吃红肉,脑力劳动者、女性及身体机能退化的老人,应多吃白肉。尤其是患有肥胖、心脏病、高血压等的人,更应少吃肉,多吃豆制品,特别是用大豆做的各种豆制品,蛋白质高。

少盐多醋 自家做饭时,除了少放盐,也要尽量控制酱油、番茄酱、辣椒酱、咖喱等调味品的摄入量。醋则称得上是厨房里的保健调味品了,炒菜时不妨放一点,用米醋腌泡菜可以降低血脂,用陈醋配着面食吃能助消化,做鱼和骨头汤的时候放点醋,还有助于其中钙质的吸收。

少衣多浴 提到少穿,便会让人想到“春捂秋冻”。其实,秋冻不是让人挨冻,而是指缓缓添衣。适当的凉爽刺激,有助于促进身体代谢,提高对低温的适应力。洗个热水澡既能解乏,又助睡眠,最重要的是在洗澡时做点“小动作”,比如用手掌在腹部顺时针方向按摩,并淋浴腹部,可以防便秘,在水流中搓脸能加速血液流动,能缓解疲劳。

少食多嚼 管住自己的嘴,不要吃



资料图片

得太饱。一般来说,每口食物咀嚼15-20次,有助消化,避免发胖,还能缓解紧张、焦虑的情绪。不妨用小汤匙代替筷子,或者轮流使用勺子和筷子吃饭,保证每口食物都能充分咀嚼。

少药多练 不管平时多大方,吃药时最该“抠门点”,遇到伤风感冒这样的小病,最好扛一扛,别随便吃药,老年人还应遵守“岁加量减”的原则,且同时最多只能服4种药。如果没有养成锻炼的习惯,吃药也等于白吃。最新研究显示,只要每天坚持锻炼15分钟,平均可延寿3年,比如快走、慢跑、骑自行车等,都称得上最好的“药物”

少欲多施 不妨多给予别人帮助,如借给陌生人纸、笔,给街头乞讨者食物或钱,参与募捐活动等等。小小的善行能让你感到自己生存的社会价值,给你带来情感满足,烦恼自然就烟消云散。

少虑多笑 笑不仅能增进肺活量,还能帮你减肥,给心脏松绑。开怀大笑15分钟能够消耗40卡热量。任何人都会有情绪失控的时候,不妨准备一个“心情急救箱”,比如看场电影、跑几圈、到某个地方吃点心、和孩子们在一起、购物排队时与别人分享笑容,让笑容如阳光般照亮生活,同时也“温暖”心脏。(任万杰)

如何让孩子远离烧烫伤

随着天气逐渐变热,人们的穿着越来越轻薄,烧烫伤多发。儿童的防范意识差,更容易发生烧烫伤,那么,该如何预防儿童烧烫伤,不慎发生后又该如何处理呢?

烧烫伤是个较为宽泛的概念,指热力包括热液(水、汤、油等)、蒸汽、高温气体、火焰、炽热金属液体或固体(如钢水、钢锭)等所引起的组织损害,主要指皮肤、黏膜的损害,严重者可伤及肌肉、骨、关节甚至内脏。具体来说包括热水烫伤、厨房内热油热汤烫伤、火灾引起的烧伤、烟花爆竹火焰烧伤、化学烧伤、电击伤等。

记住“三要、三不要”及“五字箴言”

如果不慎发生烧烫伤,一定要牢记“三要、三不要”及“五字箴言”。

“三要”即要立即脱去着火衣物、要就地打滚、要立即跳入附近有水源的地方;“三不要”包括不要奔跑、不要呼喊、不要用手打火。

“五字箴言”是指如果只是轻度烫伤,应按照“冲→脱→泡→盖→送”五个步骤处理。“冲”是指将伤处冲冷水或浸于冷水中,如无法冲水,可用干净的毛巾浸湿冷水,覆盖在伤处;“脱”是指尽快脱去伤处的衣物或饰品,若被粘住了,不可硬脱,可用剪刀小心剪开;“泡”是指将伤处继续浸泡于冷水中或冷毛巾湿敷,注意毛巾每隔1-2分钟需要重新浸湿冷水,直到创面疼痛明显减轻为止,一般需要半小时以上;“盖”是指用干净纱布或毛巾覆盖伤处;“送”是指尽快送医院。



家长如何做好防范工作?

1. 父母不要把小孩单独留在家中,一定要有专人看护。
2. 儿童好奇心强,家中的易燃物品和高温物品,如热水瓶、火柴、打火机、火炉、电熨斗等,一定要放置在孩子触摸不到的地方。
3. 给婴幼儿喂奶前,家长一定要先将奶液滴在自己手背上试一下温度。
4. 给宝宝洗澡时,应先在澡盆中放冷水,然后慢慢加入热水并调整水温。
5. 桌上不要放台布,以免小儿在拉扯台布时,弄翻桌上热稀饭、热菜饭、热牛奶或开水而引起烫伤。
6. 孩子坐在餐桌边吃饭时,要将热菜热汤放到离孩子远一点的地方,以免孩子抓翻热菜热汤引起烫伤。
7. 室内尽量不要用蚊香驱蚊,以免蚊香引燃被絮、衣物、纸屑等可燃物,造成火灾。
8. 家用饮水机应尽量放在儿童不易碰到的地方,以免孩子无意间打开热水开关,引起烫伤。
9. 家里的电插座应有防护措施,以免孩子因为好奇将小勺子、钉子、玩具上的细小零件等塞入插座,造成电击伤。

这些“土方法”不要用

1. **涂牙膏** 烫伤处涂上牙膏后当时会感觉凉凉的,很舒服,但是牙膏干了之后会附着在创面上,增加了清理的伤口难度不说,还会影响烧伤处散热。
2. **涂抹有色药物** 在烧烫伤处涂抹红药水、紫药水等有颜色的药水,不但会影响医生对创面的判断,而且这些药水多是消毒剂,对烫伤治疗意义不大。
3. **涂抹酱油** 酱油含有大量盐分,涂在伤口处不仅不会加重疼痛感,还会在伤口产生色素沉着,影响医生对病情的判断。
4. **抹老鼠油** 老鼠油就是小老鼠泡在香油里,在伤口处涂上这种油治疗烧烫伤属于民间偏方的一种。从科学角度看,随意涂抹这种油很容易增加伤口感染的概率。
5. **擦青草膏** 青草膏是近些年较为风靡的产品,对于烫后只有一点点红的,擦点青草膏也无大碍。如果伤口已经破皮,建议不要再抹青草膏,以免刺激伤口。(据《大众卫生报》)

绵绵雨季 女性少穿紧身裤

研究表明,气温闷热而潮湿时,霉菌及病毒等致病菌容易滋生。台湾妇产科医生观察发现,当连日阴雨、环境潮湿期间,到医院求诊的阴道炎患者较平时增加。医生认为,这与潮湿空气易滋生细菌有关外,还与年轻女性喜穿紧身裤密切相关。

女性常穿的紧身裤包括牛仔褲、运动贴身褲及褲袜等,因为紧贴着阴部,长时间闷着不透气,更易成为细菌温床。现代女性压力过大、经常熬夜,当人体免疫力下降时,就更易患上阴道炎。阴道炎多与两类病菌感染有关。一是“念珠菌”感染:分泌物呈现起丝、豆腐渣状,会阴部也会出现红肿、搔痒等症状,临床上常见患者痒到睡不着;二是“厌氧菌”感染:阴部鱼腥味会很重,同时分泌物也会增加、变得更浓稠。感染阴道炎除引起诸多不适外,如不及时治疗,有可能导致多种病菌混合性感染,甚至合并尿道、膀胱炎,严重还可能引发盆腔炎炎。

所以,在南方潮湿闷热天气,或者霉雨季节,女性朋友应多穿通风的裙子、宽松的裤子;洗澡后可先用吹风机把内裤吹到全干再穿;运动、游泳完也应尽快换上干燥的衣服和内裤。(蒲昭和)

用药不当 易加重肝损害

由于各种原因在目前临床中,定期接受肝功能检查的肝病患者为数不多。特别是病情得以基本控制的患者,很多听信虚假广告宣传,私自滥用“保肝药”和“转阴秘方”,大约有20%以上的病人因用药不当而导致肝功能损害。

肝脏是进行药物生物转化和代谢的重要器官,患肝病时有不同程度的功能下降,各种进入肝脏的药物,常造成肝代谢负荷过重,发生内环境紊乱,加重肝脏损害。由于肝脏疾病大多缠绵难愈,药物治疗见效缓慢,加上目前医药市场大小药店遍地开花,肝病药物品种繁多,导购人员有意无意引导,导致肝病患者盲目改变治疗方案,自购药物,大量服用或经常换药。这些药物对肝病的康复并无多大益处,反而加重肝脏的负担,损害了肝脏代谢,以致造成肝功能的严重损害,同时给患者带来不小的经济负担。

在此提醒广大肝病患者,在治疗肝病及其并发症或治疗同时存在的其他疾病时,应在正规医院专科医生的指导下,根据疾病的特点制定相应的治疗方案,按照全程服药,切忌擅自更改药物和剂量。(李永贵)

遗失声明

娄底市娄星区川厨火锅店不慎遗失个体工商户营业执照正、副本,注册号:431302600489367,特此声明作废。

父亲抗癌记

□ 梁文武

十几年前,市医院的一纸诊断证明像宣判书给花甲之年的父亲重重打击。肝癌!父亲的脸如锈迹斑斑的铁,黝黑,黝黑。父亲没有说话,头低垂:“就这样了,我死了,你们保重,反正我也活了一把年纪。”我、母亲、弟弟都不这么看。弟弟说:“不会的,爸爸。去长沙复诊一下吧!”我和母亲都附和。弟弟租了车,给父亲办了转院手续。

一家四口,开了车去长沙。父亲选择了曾给他做过心脏手术的那家医院。他对医生说,心脏手术前,我已经垂垂欲死,是你们给了我第二次生命,所以,今天我又把命交给你们!记得那次心脏手术,父亲真正是赌命,一个病室七个人,只有他活了下来,这一回,他依旧像胜券在握的将军。父亲说,再给我来次外科手术吧,干净利落。主管医生是副教授,似乎也没多说什么,答应了他,先做检查!我们帮父亲上上下下跑,几天后,结果出来了,是肝癌,不过是早期,还有救。母亲急着给外婆家打电话,希望姨能过来帮忙,守夜班。姨也风尘仆仆赶过来了。手术前,需要家属签字,病室主任把我叫去了。

你们确定要手术?主任神色凝重,脸黑红黑红,有些像京剧中曹操的脸。我不懂,所以支支吾吾,只说病人的意愿是做外科手术,彻底根治。主任摇了摇头,肿瘤位置特殊,挨着几条大血管,因为心脏的缘故,你爸又长期服用抗凝药,也就是说,一旦手术,你爸就会大出血,九死一生!失败的可能性很大!不建议手术!

我把主任的判断转告了父亲,他又一次垂了头,像一个犯错的孩子等待着老天严厉的惩罚。老天要收我了,老天要收我了,父亲的绝望让我们如百针穿心。我又去找主任,问他还有没有其他办法。开些药,你们先回家,有好消息,我再和你们联系。

一家人垂头丧气回去了,家里没有了欢笑,别人来看父亲,他说自己活着的意义就是等死。

父亲靠吃药治疗。几年后,我突然接到一个陌生电话,以为是房屋中介,想挂掉,一看是长沙的,索性又接了。是个好消息,附三医院进了一套先进设备,可以通过放疗治肝癌,且是全国首家。父亲得知后,喜上眉梢,饭都多吃了好几碗,嚷嚷着就去就去。到达

医院,医生说,先做放疗,把出现的肿瘤先处理,再回去吃药,把肝炎治好,肝炎是肝癌的根。果真,放疗很顺利,无痛不出血,临走时,记得回去吃药,也是政策好,要是几年前,这种从印度进口的药加上国家关税要好几十万,没钱的病人就只能保守治疗,你们是赶上了好时代,人民至上,生命至上,国家免了大部分抗癌药的关税,花上个万把块,就可以安心心养病了。

我们全家兴高采烈地回去了。我对父亲说,不是你命大,是党的政策好,要是药要个几十上百万,那就真的无可奈何了。按照医嘱,一段时间后,要去复查,父亲给我的信息是,先前那个肿瘤已经越来越小,可是,又发现一个新肿瘤,医生说,这次要化疗。

化疗药要好几万,父亲选了副作用最小的那种。几次用药后,医院检查说影片中肿瘤颜色越来越浅,显然是化疗有了作用。我们都说,老爸,天无绝人之路,您会越来越好的。

父亲说,怎么我觉得出气不赢,而且肋骨那里疼。去了长沙,医生说,那只能停化疗药,肋骨疼

是因为做放疗时,把骨头烤脆了,稍稍一动,肋骨断了。老爸咬着牙,拳头攥得很紧,牙也白晃晃地闪,脚在地上一蹬,像极了年轻时他常练的武术套路。再做放疗!爸说。医生说,那好,回家乡办转院手续,来长沙久住!

我们一家都心情沉重,好像地心引力陡然增加了几百倍,腿都迈不动,也许,父亲抗癌这一关难过了。弟又准备租车,载着母亲回家乡办转院手续。我说,先打个电话,落实好现在要走哪些程序。电话一接通,是一位女士的声音,很温柔很甜:请问您要办什么事?想转院来长沙要哪些程序?弟瓮声瓮气。一说名字,对方好像很熟悉,不用,不用,像你们这些需长期治疗的癌症患者,已经录入电脑,只要一个电话就行了,这边会自动处理。全家人像绷紧欲断的弹簧一下子松了下来,脸上的笑像涟漪一层一层荡漾开来,久久不散。

在长沙租了房,父亲继续他生命中的抗癌之旅。我和弟都回了单位,认真工作。现在,父亲的肿瘤已经越来越小,几近康复,费用也在可承受范围内。我在电话里对他说:早点回家,等着您来抱孙子!电话那头父亲的笑声如山谷里的回声,传得很远,有如生命中恢宏的交响乐。



泡在故事里的童年

□ 姜国建

童年的我,是泡在故事里长大的。

我出生在上世纪七十年代的农村,那时候,孩子们在填饱肚子之后,就没有什么可供玩耍的了。还好,爷爷有说不完的故事,把我深深吸引,给懵懂天真的我以启蒙、智慧和梦想。

白天,爷爷下地回来,故事开讲了:“公冶长,公冶长,南山有只摔死獐,你吃肉,我吃肠,肠子挂到大树上。”至今我还得爷爷绘声绘色地讲述《公冶长》的故事。讲完后,爷爷总不忘启发我:“做人呐,一定得讲诚信……”

夜晚,繁星满天,清风徐徐,我依偎在爷爷怀里,继续听故事。老虎听说王小被关进牢房,立刻跑回山里,召来八百只猛虎,把东京团团围

住……”《八百老虎闹东京》的故事惊险刺激,虽然已经听了无数遍,但还是缠着爷爷讲。末了,我会抢着说:“做人呐,一定得知恩图报……”爷爷笑着竖起了大拇指。

爷爷的故事浸润着我童稚的心,让我明辨是非,懂得事理,知晓哪些事情可为,哪些事情不可为。

一次,生产队分菜,母亲偷偷摘了两个西红柿藏在筐底。临走的时候,我眼瞪着筐子,不说话也不让她走,队长过来查看,把母亲羞得下不了台。走出几步后,她咬着牙在我胳膊上狠狠拧了一把,疼得我龇牙咧嘴也没敢吭声,悄悄走到她背后虚晃一拳,比个胜利手势,得意地跑开了,引得群众一阵哄笑。爷爷说,就是要用故事,把我培育成一个正直善良的人。

村子里唱大戏了,看戏是母亲的最爱。舞台上锣鼓家什好不热闹,演员们搽着花脸,叽里哇啦时哭时笑。戏场儿里各种玩具、零食摊点才是我们的阵地,一个个挤挤搡搡,伸长着脖子流口水。穆桂英、花木兰、红脸关公、包青天,母亲故事里的人物,都是从传统戏里看来的,听起来有板有眼。

随着我一天天长大,家里有了收音机,一个更广阔的故事天地,出现在我的童年里。

“小朋友,小喇叭开始广播了,嗒嗒嗒,嗒嗒嗒,嗒嗒嗒,嗒……嗒……”收音机里的故事精彩无比,《草原英雄小姐妹》《渔夫和金鱼》《神笔马良》等,给了我无限的想象空间,在我脑海浮现的画面纯真唯美。我会随着故事铺展,时而上天人

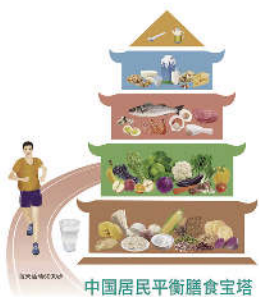
海,时而悲伤落泪,完全融进了故事里。

后来,上了小学,课堂上有老师给我们讲故事,在课外,学校有各种故事书、连环画,故事的范围遍及全世界。再往后村里有了电影,上演过《闪闪的红星》《地道战》《神秘的大佛》等影片,这种立体直观的故事表现形式,给我留下了不可磨灭的记忆。

童年的故事里有李白、杜甫、白居易,还有《水浒》《三国》《西游记》,故事里的端午不只有香囊、龙舟和粽子,更有忠心爱国的屈夫子。泡在故事里的童年多姿多彩,无忧无虑。得益于这些故事的滋养和启迪,如今我也成为了讲故事、写故事的人,我要把这些经典故事一代代传下去,让后代也知道说:“做人呐,一定得讲诚信……”

段奕宏
全民营养周宣传大使

与我一起践行 中国居民膳食指南



中国居民膳食指南 (2022)

- 一、食物多样, 合理搭配
- 五、少盐少油, 控糖限酒
- 二、吃动平衡, 健康体重
- 六、规律进餐, 足量饮水
- 三、多吃蔬果、奶类、全谷、大豆
- 七、会烹会选, 会看标签
- 四、适量吃鱼、禽、蛋、瘦肉
- 八、公筷分餐, 杜绝浪费

国家卫生健康委员会 指导 | 中国营养学会 编著



中国营养学会官微



中国营养学会微博



中国营养学会科普官微