

娄底广播电视

第9期 总第1583期 2023年3月2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2023年3月6日至3月12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



今年是毛泽东等老一辈革命家为雷锋同志题词60周年。60年来,学雷锋活动在全国持续深入开展,雷锋的名字家喻户晓,雷锋的事迹深入人心,雷锋精神滋养着一代代中华儿女的心灵。近日,习近平总书记作出重要指示,强调新征程上,要深刻把握雷锋精神的时代内涵,更好发挥党员、干部模范带头作用,加强志愿服务保障和支持,不断发展壮大学雷锋志愿服务队伍,让学雷锋活动在人民群众特别是青少年中蔚然成风,让学雷锋活动融入日常、化作经常,让雷锋精神在新时代绽放更加璀璨的光芒,为全面建设社会主义现代化国家、全面推进中华民族伟大复兴凝聚强大力量。

3月1日,冷水江市在禾青镇芙蓉学校举行新时代文明实践“中国心·锺都红·雷锋家乡学雷锋”主题活动启动仪式。仪式结束后,“小雷锋们”在学校禾文化研究教育基地采摘自己种下的新鲜蔬菜,送到禾青敬老院,并给老人们按摩捏肩,表演舞龙舞狮、竹竿舞、篮球操等节目,以实际行动践行雷锋精神。

当天,冷水江市还在滨江公园广场开展“四季同行·雷锋家乡学雷锋”志愿服务一条街活动。冷水江市直各单位、两新团组织、市青年文明号集体等17支志愿服务队108名志愿者,倾情为市民提供法律援助、医疗义诊、免费理发等志愿服务,为群众切实解决急难愁盼问题,受到广大市民点赞。

(曹丹 郭渺洋 刘毅斌
刘可欣 苏固邦)

娄底:建设新型足球学校 探索足球青训新模式

□ 娄底市文旅广体局党组书记、局长 彭一伶

为贯彻落实《中国足球改革总体方案》文件精神,在省体育局的指导下,市委、市政府始终把做好足球改革发展工作作为体育强市建设的重要内容,以建设新型足球学校为突破口,探索适合青少年足球训练发展的新模式,积极当好中国足球改革“试验田”。

近年来,全市足球改革工作成效明显,足球水平从全省排位相对靠后逐步攀升到全省第一方阵,在第十四届省运会上娄底市取得了足球项目1枚金牌、各代表队均进入全省前八名的省运会历史最好成绩。

强化顶层设计,做到高位推动

我市切实贯彻落实习近平总书记关于“要下决心把中国足球事业搞上去”的指示精神,把足球改革发展工作摆上重要议事日程,成立了由分管副市长任组长的娄底市足球改革发展工作协调小组,办公室设在市文旅广体局,专门协调处理全市足球工作。

从2016年开始,娄底市着力做好足球改革发展的顶层设计,提出打造“足球之城”的口号,出台《娄底市足球改革发展规划纲要》《娄底市校园足球场地对社会开放管理办法》等政策文件。市足球改革发展工作协调小组每年至少研究一次足球工作,且足球工作连续多年写入市政府工作报告。足球青训工作作为足球改革的重要内容,娄底市予以重点推进,提出组建专门的足球学校。2016年10月引进恒大足球学校到在娄底市设立娄底分校,2017年市长办公会议决定由原市文体广新局组建新型足球学校,挂靠市体校;2020年市委编委发文明确市体校增加一名副校长、增编两人,设立副科级足球训练中心;为娄底市足球青训工作的开展打造了专业平台,同时市财政每年安排足球青训工作专项经费100多万元。2023年,市委、市政府主要领导亲自过问足球改革工作,市委进行了专题研究,市长、常务副市长多次就足球工作召开现场办公会议。

目前,娄底市已将足球改革工作列为市重点改革项目,由市委常委、宣传部部长亲自分管。



娄底市第五完全小学足球比赛

强化足校建设,创新青训体系

一是创新训练基地模式。我市新型足球学校以本地中小学校为依托设置足球训练基地,确保运动员“不离开学位、不离开家庭”,全市共建13个足球训练基地。目前已培训学生3.7万余人,培养足球教师和足球教练157人,在训运动员超过1000人,足球青训中心在训230人。

二是夯实体教融合。实行“U系列联赛+综合考察”青少年足球运动员选拔办法,以全市U系列校园足球联赛为基础,参考运动员U系列联赛的成绩,重点考察运动员的综合素质,评选出各年龄阶段的最佳阵容,由“最佳阵容”组建成足校运动员梯队,目前全市已拥有7—15岁各年龄阶段运动员梯队。同时,打通青少年足球运动员的升学通道,与相关中心小学签订联合培养协议,打通小学、初中到高中的足球运动员升学“上升”途径。

三是建设高水平足球教练员裁判员队伍。加快建设一支水平较高、适应青训需求的教练员和裁判员队伍,承办国家一级足球裁判员培训班七期、举办国家二级足球裁判员培训班二十四期,培养二级足球裁判161人、一级足球裁判95人、国家预备级足球裁判2人。举办了足协D级教练员预备培训班十五期、中国足协D级教练员培训班十二期,承办了亚足联C级教练员培训班三期,培养了D级足球教练员137人,C级足球教练员26人。着力构建青训总监体系,

建立足球青训总监制度,聘请塞尔维亚籍欧足联职业级教练米西奇为技术总监。并引进欧盟等世界先进足球青训教练员评价体系,结合实际进行改进,抛弃“唯金牌论”“唯成绩论”的教练员评价体系。实施百名教练下基层计划,与湖南人文科技学院和娄底职业技术学院两所高校合作,选聘一批优秀足球专业在校大学生赴各训练基地从事足球青训工作。

四是创办足球品牌赛事。娄底先后举办了中非少年足球友谊赛、“高铁城市·直达娄底”青少年足球邀请赛、U系列校园足球联赛、湖南省六地足球青训俱乐部杯赛,多次承办“我爱足球”中国足球民间争霸赛湖南赛区海选决赛等重要赛事,通过高规格、高水平赛事吸引青少年参与足球运动,并达到以赛促练的目的,大力促进娄底足球运动大发展。

强化外引内联,形成工作合力

为推动娄底足球事业的全面发展,娄底市引进了湖南星锐足球俱乐部,其随后收购了湖南湘涛俱乐部。

从打通足球运动员青训人口和职业出口的问题出发,娄底市与湖南星锐足球俱乐部联合建立各年龄梯队,共同制定教案、训练计划和选材标准,高中阶段梯队训练主要由湖南星锐足球俱乐部负责,如产生职业合同运动员,按照《中国足协运动员联合补偿机制》共同获益。目前全市已形成教育部门普及校园足球、体育部门走精英足球青训之路、职业俱乐部发展职业运动员的“三位一体”工作合力。

下一步,我市将按照“规划引领、青训筑基、赛事支撑、场地保障、产业发展”的足球改革发展思路,编制好《娄底市足球中长期改革发展规划(2023—2035年)》,全面推进娄底市足球工作,努力在全省乃至全国走出一条具有娄底特色的足球青训发展之路。

游记 |

游杨材山紫云峰小记

山不在高,有仙则名;水不在深,有龙则灵。听说水洞底镇有座杨材山,山甚险峻,山上有个紫金寺。癸卯新正,土著民一众文友十七八人在黄老师的策划组织下,在水洞底镇相关人员的引导下,分乘四五辆车,蜿蜒而至。

坐我车的是几位女老师,恰好其中的吴老师婆家在杨材山下。说到家乡,她甚是自豪。自豪的当然是山有名,水有灵,物产丰富,人才俊秀。当车队拐进杨材山下的周观村时,只见路面不甚宽阔,但整洁美观,居民楼则错落有致地建在两旁山脚处,洋楼别墅自显时代气派,而碧瓦竹院亦见清幽静好。车到周观村,吴老师迅速下车,兴奋得如小孩般,与村民聊起天来,让旁人都感觉到她在这片土地的情结。

从村部远望,映入眼帘的便是高高的杨材山,因去年久旱不雨,而今春雨水也不丰沛,故高大的树木不甚青翠,有些光秃秃的枝杈向上托举,似乎在向上苍索取雨露春风。而繁密的荆棘把山包裹得如一个粽子般,不见一块岩石显露,也不见一块田土荒废。山顶隐约见一庙宇,甚是轩昂。

杨材山腰修有停车坪,车路弯曲险峻,车路两边的茅草时不时地探出身子,似乎要与游人打招呼,也好像在告诉司机朋友,弯急路窄,小心开车。当到达停车坪时,有个别女司机忍不住嘘了一口气,说下山时,方向盘还是交与男同胞为好。

世上本就没有路,走的人多了就成了路。我们攀爬于通向山顶的路,用原石铺就的路不是很平整,但光滑的石面与石隙间的苔藓见证了厚重的历史与时光的沧桑。在多少个百年以前,一群心中有信仰、手中有气力的水洞底人,靠锤子、用肩膀挑,千锤万锤开巨石,千辛万苦铺成此路。而我们呢?行走在此路时,是否会想到那些光着膀子、大汗淋漓的人修筑此路的情景?是否会想到因为心中的信仰,灵魂的归宿,通过一群一群人,一代一代人的努力,才有今天的紫金寺、杨材山的圣境?

爬上山顶,首先映入眼帘的是悬挂于神殿大门的“杨材圣境”四字,放眼望去,只见远处烟村渺渺,山峦起伏,东边群山中,佛教名山雷峰山与此遥遥相对。脚下的周观村,在山环溪抱中成长,在竹萌花光中安静。

这时,文友陆续抵达,聚于峰顶,望远揽胜,我们“土粉”(编者注:系土著民粉丝的昵称)中的著名活动家琨根老师正在为大家补钙补脑。在指点一片海市蜃楼般的迷幻中,大家的方位感觉逐渐恢复,娄底市区那一幢幢大楼似乎就在那片云天与乡村交汇之处矗立着,春风撩处,尽是芳菲,春花放处,皆是娇艳。那奔驰的高铁,穿梭的车辆,那翡翠般的池塘,红蓝相间的屋顶,构成一幅绝美的湖湘山水图。

身处其间,我不由感叹,世间美好多多,繁华尽善。唯自己亲历亲为,方知成一事不易。而我们这群“土粉”,为宣传家乡,弘扬美善,共同努力做着一件有意义的事,做着一件高尚而又纯粹的文化之事,这是多么不容易而又令人自豪呀! (彭中文)



春光正好 海棠依旧

月转廊。只恐夜深花睡去,故烧高烛照红妆。”足见其对海棠花的挚爱。宋代词人李清照的“昨夜雨疏风骤,浓睡不消残酒,试问卷帘人,却道海棠依旧。知否知否,应是绿肥红瘦。”更是为人们喜爱传颂。

姹紫嫣红的海棠花,让人怦然心动。蜜蜂嗡嗡,蝴蝶翩翩穿梭于花间。市民漫步花前树下,淡淡芳香弥漫,甚是惬意。人们纷纷拍照打卡,一幅美丽动人的生活画卷在春风里舒展开来。一朵朵娇艳的花朵如同人们的笑脸,写满对幸福生活的向往和追求,鼓舞人们不负春光,积蓄力量,去创造崭新的明天。(廖永华)



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
2023年3月2日 本版责编:王友专 邮箱:ldgdb@163.com

娄底荣获全省“2022年度真抓实干成效明显地区”称号

本报讯 2月27日,全省住房城乡建设暨自建房专项整治工作电视电话会议召开。副市长向乾勇在娄底分会场参加会议。记者从会上获悉,在保障性租赁住房供给、推进城镇棚户区和老旧小区改造方面,娄底市被省政府办公厅表彰为“2022年度真抓实干成效明显地区”。

2022年,市委、市政府高度重视保障性租赁住房工作,多次召开专

题会议研究部署。成立市人民政府保障性租赁住房工作领导小组,出台《关于加快发展保障性租赁住房的实施意见》,明确增加土地供应、减免税费、给予财政奖补、金融支持等多项支持政策。围绕打造中部地区“材料谷”建设和10条工业新兴优势产业链发展的产业布局,积极推进园区保障性租赁住房建设。精准服务住房需求,为高溪工业园区入驻企业解决了2500多名新就业人员

住房问题。投资近亿元,建设150套保障性租赁住房作为人才公寓,改造248套人才公寓。投资1.3亿元成功收购停建多年的“涟水明珠”商住小区一栋住房,改造建设576套保障性租赁住房。

2022年,全市新筹集保障性租赁住房1361套,提前6个月实现项目开工率、认定书发放率两个“百分百”,获得省政府真抓实干表扬激励。

(李敏)

让雷锋精神绽放更加璀璨光芒

60年一甲子,为何雷锋精神超越时空仍具有无限魅力?正如有的人讲,他是一个人却感染了一群人,他成长在那个特殊年代却走过了一个又一个时代,就像一块“磁石”,吸引感召无数人走近雷锋、学习雷锋、成为雷锋。这其中,最根本的是雷锋用实际行动,生动诠释了一心向党的忠诚精神、一意为民的奉献精神、一肩担当的敬业精神、一生节俭的艰苦精神,把对党的无限热爱转化为对人民的竭诚服务、对事业的感恩奋进以及对自身的严格要求,这无论是对定位个人生命价值还是培塑社会良好风尚都具有重要意义。

我们必须清醒认识到,无论时代怎么发展,见贤思齐的社会导向永远不会变,崇德向善的价值追求永远不会变,雷锋精神无论是在过去、现在还是将来,永远也不会过时,都需大力弘扬。

“雷锋是时代的楷模,雷锋精神是永恒的。”习主席强调指出:“新征程上,要深刻把握雷锋精神的时代内涵,更好发挥党员、干部模范带头作用,加强志愿服务保障和支持,不断发展壮大学雷锋志愿服务队伍,让学雷锋在人民群众特别是青少年中蔚然成风,让学雷锋活动融入日常、化作经常,让雷锋精神在新时代绽放更加璀璨的光芒,为全面建设社会主义现代化国家、全面推进中华民族伟大复兴凝聚强大力量。”

我们要像雷锋那样“永远做一个螺丝钉”,立足岗位担当作为,知责于心、担责于身、履责于行,尤其是锚定如期实现建军一百年奋斗目标这个中心任务,以狠抓落实的姿态全面推进练兵备战、全面提升胜战能力,确保锻造更强大的能力、更可靠的手段打赢未来高端战争。我们要像雷锋那样“把有限的生命投入到无限的为人民服务之中去”,始终恪守全心全意为人民服务的根本宗旨,发扬拥政爱民优良传统,积极在遂行急难险重任务上打头阵、在推进共同富裕建设上当先锋、在加强文明新风培育上作表率,更好地促进军民团结。我们要像雷锋那样“在生活上向水平最低的同志看齐”,牢记“三个务必”要求,赓续艰苦奋斗的优良传统,保持廉洁奉公的政治本色,特别是自觉遵守全面从严治党、全面从严治军各项要求,检身束行当好纪律规定的尊崇者、维护者、力行者。

平凡可以铸就伟大,细流势必汇成江海。学习雷锋、弘扬雷锋精神,人人有责也需人人尽责,人人都要为人人都可为,要切实从小事做起,从本职做起,从当下做起,不断推动学雷锋活动常态化长效化,努力争做新时代雷锋传人。(据《中国国防报》)

娄底扎实抓好“春苗”行动

本报讯 我市全面落实省田长办决策部署,全市上下扎实开展新增耕地“春苗”行动,抢抓春耕时节,全面落实耕种,确保农田农用、良田粮用。近日,市自然资源和规划局开展新增耕地实地核查,抽查了5个县市区70多个地块,对现场发现的耕地质量有待提高、耕地丘块有待规整、种植成活率低于50%、出土农作物没有超过2厘米等问题提出整改要求。

市自然资源部门加强与气象、水利、农业农村、林业等部门的工作衔

接,下好“天地人物政”五子棋,做到天气预报相对精准,水利设施蓄水及时;坚决遏制耕地“非粮化”“非农化”,充分调动农民种粮积极性;加大农药、化肥、种子等农资储备,保证市场平稳供应,防止价格伤农;落实惠农政策,全方位夯实粮食安全根基,确保饭碗牢牢端在自己手中。市田长办第一时间调度新增耕地“春苗”行动和国土变更调查工作,将“春苗”行动任务图斑逐一下发到各县市区,明确工作范围、工作任务及耕种标准。

各级田长办组织县乡村三级干部走家人户进行宣传对接,广泛听取意见建议,采取合理种植措施,并根据2023年耕地恢复工作目标,科学选取耕地恢复图斑。县级相关部门单位按照职责分工,紧密配合、各司其职,加强工作业务指导。

通过高位推动,县市区迅速行动,全力推进新增耕地“春苗”行动,确保补充耕地、恢复耕地、违法违规整改耕地项目落实种植。目前,全市约50%的新增耕地已出土长苗。(肖敏)

娄底清廉文化街成师生家长打卡新“景区”

本报讯 “好漂亮啊,原来不起眼的一道墙变成了亮丽的廉洁墙。”2月22日,娄底大科小学20名少先队员以及10名家长代表、党员教师齐聚环府路——清廉文化街,举行“清风拂校园 廉洁润童心”主题教育活动,通过参观清廉文化墙,聆听清廉故事等方式贴身感触从古至今清廉思想脉络,历代先贤、近世先驱、当代楷模的勤廉事迹。

据了解,娄底市清廉文化街于2023年春节前建成,位于娄底城区的环府路上,总长接近2公里,以50多个古代人物清廉故事、红色革命故事、清

廉家书为主要内容,共分为古代廉洁人物小故事、当代廉洁人物小故事、廉洁家风故事、红色家书等四大板块。“千锤万凿出深山,烈火焚烧若等闲。粉骨碎身浑不怕,要留清白在人间。”活动现场,一位家长站在清廉文化墙前,对着墙上贴着的《石灰吟》诗词,低低吟诵,频频点头,若有所思……驻足间,家长警醒自己做孩子的表率,擎好家庭廉洁之柱;抬头间,教师对照要求时刻绷紧廉洁从教之绳,对照榜样找差距求进步;互动中,学生被感染被激励,种下了一粒廉洁做人的种子。

清廉文化街打造,只是市纪委监委

推动廉洁文化建设走深走实的一个缩影。去年以来,市纪委监委充分发挥廉洁文化的教育、引导、激励、浸润作用,按照“增强针对性,提高廉洁文化的渗透力;注重群众性,提高廉洁文化的吸引力;倡导多样性,提高廉洁文化创造力;把握实效性,提高廉洁文化作用力”的工作思路,创新载体、拓展领域、活跃形式,通过打造廉洁文化阵地、开展廉洁文化下乡、创作廉洁文化作品、发挥媒体资源等方式,持续提升廉洁文化供给,让清廉之风吹进全市每个角落,让廉洁文化浸润每个人的心田。(张海波 李文)

网络不是法外之地

主播造谣诋毁城管被批评教育

本报讯 2月23日,娄底星公园主广场看台上,四名公安干警对一名正在公园直播的网络主播进行训诫和批评

教育。据悉,2月10日因该主播在公园活动时音量过大影响周边群众,娄底市城管支队、娄底星公园服务中心工作人员进行劝导时,该主播对工作人员进行辱骂和人身攻击,并在网络上发布不当言论,严重影响城管工作形象。城管工作人员报案后,就有了前面一幕。公安部门对当事人进行批评教育,

当事人认识到错误并承诺今后将自觉遵守公园管理规定。

城市是我家,管理靠大家。城市公园广场是满足市民休闲娱乐需要的重要场所,需要城管工作者的精细管养,更需要广大市民游客的支持和配合,共同营造和维护文明、和谐的游园环境。(周军)



市国资国企代表团赴广东省开展招商与学习考察

本报讯 日前,市政府副秘书长刘建率市国资委、市创投集团等国资国企有关领导组成的代表团,一同赴广东清远、珠海、广州等地招商引资。围绕娄底打造中部地区“材料谷”建设战略目标,在深化交流合作中谋项目、促投资,加速项目落地,为娄底高质量发展引入活水、育好新苗。

作为地方经济社会发展的主力军,市国资委进一步强化国资国企招商引资理念,扎实推进招商引资工作,成立以市属国企主要负责人为成员的国资国企招商引资工作领导小组,推动国企一把手牵头抓总,亲自研究招商方案、亲自统筹资源要素,提高国企招商的质量和效率,把国资国企发展优势转化成招商引资的最新动能。

2月17日下午,代表团抵达广东省清远市。在市委常委、副市长、清城区委书记邱泽军陪同下,代表团一行实地走访了清远市财源五金铸造有限公司、清远市泰业金属模具制品有限公司、广东泰都钢铁有限责任公司、广东佛冈县金城金属制品有限公司,参观考察企业生产运行情况,深入了解公司概况、发展历程、运营模式、核心产品等情况,并就废钢铁产业对接交流,为娄底市创投集团下一步扩大清远废钢市场,进一步做大做强废钢产业打下坚实基础。

2月19日,在珠海娄底商会,代表团一行拜访了珠海国能新材股份有限公司董事长、商会会长葛凯,中国兴业太阳能技术控股有限公司总经理谢文,珠海特普力高精化工有限公司董事长刘志等娄底籍企业家,与企业家亲切恳谈,认真听取他们的发言,全方位、多层次介绍娄底市优质资源要素、经济社会发展情况、区位优势、产业布局等,重点介绍了娄底“材料谷”建设发展情况。代表团表示,娄底市今年为加速经济高质量发展,在招商引资、项目建设上出台了一系列惠企助企政策,营商环境持续优化、服务保障扎实提升,发展势头向上向好。诚挚邀请企业家们回家乡实地考察投资,探寻商机、携手共进,共谋发展新机遇,实现双方互利共赢。

国能新材股份有限公司是一家从事移动通信、高端民用和航天军用行业的复合材料关键零部件的生产加工和系统集成等高分子材料微结构改性超材料技术开发和产品应用的高新技术企业,是国内目前为数不多从事高频板材生产的专精特新公司企业之一。在企业生产一线,代表团重点考察了公司技术创新、零部件生产,详细了解了公司未来发展方向。沟通交流中,双方表示将进一步加强合作交流,充分发挥各自优势,开创合作发展新空间,培育经济

发展新动能,打造合作新标杆。

2月20日,代表团抵达广州,与华达空调副总经理王奇桂一行参观了广州松下电器压缩机生产线,在双峰籍老乡、松下电器统括本部长彭超良陪同下,与日方总经理就产业提质增效进行了会见洽谈,达成初步合作意向。2月21日,代表团一行还拜访了涟源籍老乡、广州黄埔区人大常委会副主任黄建强,在他的陪同下,参观了黄埔区科学城展示馆,并实地考察了中国汽车智能装备企业广州明珠装备股份有限公司,争取相关合作。

“在高效对接推进招商引资项目的同时,我们还向企业介绍了娄底市优化营商环境等相关情况,推介了一批国资国企正在实施的产业投资、城市开发、企业混改等各类合作项目。通过对接邀请,已有企业表示将择机来娄底进行实地考察对接,洽谈合作。”市国资委党委书记、主任石峰表示。下一步,市国资委将聚焦娄底资源和产业优势,特别是国资国企运营发展的关键项目、产业链配套上下游项目、产业链延伸薄弱环节等,把招商引资作为调整优化国有资本布局结构、更好服务娄底经济高质量发展的重要举措,吸引更多的优质股权投资机构与投资项目落地,开创国资国企高质量发展新局面,为娄底经济社会发展做出新的更大贡献。(陈梅)

娄底水文中心召开2023年度工作务虚会

本报讯 2月21日,娄底水文中心召开2023年工作务虚会。会上,机关各科室及各县局负责人结合各自工作实际,畅所欲言,各抒己见。通过认真梳理自身发展情况,大家说问题、谈思路、提建议,通过查摆问题和矛盾,共同交流思路、寻找对策。

会议要求全体干部职工拔高工作标准,在思想上只紧不松,在标准上只升不降,在力度上只增不减。在对标对表、守正创新上下实功,坚持学思用贯通,做到知行合一,在新征程上展现水文担当、水文作为。会议指出,即将进入汛期,要求高度重视防汛工作,各科室、各县局围绕防汛重点工作摸好底、盯重点、建方案、明举措、压责任。要立足防大汛、抗大旱、抢大险、救大灾,科学谋划、超前部署,全力做好水文测报工作,为地方经济社会发展守牢水旱灾害防御底线。下一步,娄底水文中心将以党的二十大精神为指引,紧紧抓住水文高质量发展这条主线,聚焦主责主业,守正创新、踔厉奋发,全面推动娄底水文现代化建设。(张磊)

“数字点亮乡村振兴梦”主题大会在新化举行

本报讯 日前,由航天宏图信息技术股份有限公司主办的“数字点亮乡村振兴梦”主题大会在新化县油溪桥村圆满举行。数字乡村领域的专家、学者及乡企代表走进全国数字乡村研发及培训基地油溪桥村,探讨乡村振兴的新场景、新路径、新模式。

交流中,农业农村部农产品监测预警团队分析师王昕对《中共中央、国务院关于全面推进乡村振兴重点工作的意见》进行了全面解读分享;湖南农业大学资源环境学院教授分享了《土壤剖面调查与采样》主题报告,重点介绍了土壤调研的技术亮点;湖南省农业经济和农业区划研究所研究员刘军结合中央农村工作会议的发布的“三个任务,分享了《农业强国发展路径》主题报告。

近年来,无人机在我国农业领域快速普及,成为现代农业的“新标配”。本次活动,参会代表实地参观了航天宏图自主研发的PIE-U15无人机,无人机飞手现场启动飞行,展示无人机获取飞行数据构建实



景三维全过程。无人机产品和农业场景深度融合,农业无人机在智慧农业赋能,有效加快农业现代化建设,助力乡村振兴中发挥越来越重要的作用。结合空天地一体化、数字化、智能化技术优势,航天宏图已

在宏图实景上发布油溪桥村实景三维模型,并标绘出包括油溪桥漂流景区、荷花园、九姐种养殖基地等13处地标兴趣点,让用户足不出户,即可领略油溪桥村古桥流水最美乡村实景。(李峰)

装修破坏承重墙 多部门迅速处置当场叫停

本报讯 近日,市城管执法支队收到市住房和城乡建设局的综合执法请求,称接群众举报反映“月塘生活小区一业主在装修过程中敲打房屋门窗破坏房屋承重结构存在严重安全隐患”,希望综合执法部门一同前往处理。

为遏制安全事故发生,尽快消除安全隐患,2月20日下午,市城管支队住建大队配合市住房和城乡建设局联合市住房保障中心开展综合执法,三部门工作人员一同来到月塘生活小区对现场勘察检查。经市住房和城乡建设局工作人员勘验,该处房屋为砖混结构,系80年代所建房,房屋的每一处墙都是承重墙,不得随意敲打破坏。执法人员通过月塘居委会负责人找到装修业主,告知其房屋装修改造破坏承重墙的行为违反了《住宅室内装饰装修管理办法》相关规定,并以2022年长沙4.29房屋倒塌事故为例讲述了破坏承重墙的危害性,告诫其要深刻教训,同时,现场责令其立即停止施工,要求在规定期限内将破坏的承重墙恢复原状。

后续将由月塘居委会监督业主按照要求恢复原状,三部门工作人员将密切关注整改进度,若业主在规定时间内未予整改,城管住建执法大队将进行立案处置。(周松青)

娄底职院接受就业创业工作“一把手工程”现场督查

本报讯 2月21日,以衡阳师范学院副院长刘俊学为组长的2023年湖南省普通高等学校就业创业工作“一把手工程”第十督查组一行来到娄底职院检查指导就业创业工作。通过听取汇报、现场查看、查阅资料、教师座谈会、电话核查、意见反馈会等方式对该校近两年的就业创业情况进行了整体评估。

在督查意见反馈会上,以刘俊学为代表的专家组反馈了督查情况,认为娄

底职院高度重视学生的就业创业工作,将其列为学校重点工作,制度完善,营造了全员参与的良好氛围;各方面保障到位,机构健全,资金、人员充足;服务体系完善,落实政策到位,就业创业整体情况良好,就业率稳步提升;探索建立了“学分保障+奖金鼓励+素拓加分”激励机制,证赛融合取得良好效果;对接产业服务地方,探索了校企合作多种合作模式,就业渠道畅通,提升了毕业

生的就业能力和质量。最后刘俊学就我校实际提出了相关建议。

娄底职院党委书记朱忠义表示,将认真落实督查组意见,在七个方面努力:做实就业创业措施;做强就业指导队伍;做优校外实训就业基地;做特创新创业培训体系;做大定向就业的专业面;做通学生的就业观;做宽、做准专业面向。多措并举,进一步提高就业创业质量。(姜帅 司马超)

普通人的故事

廖劲晖:专注中医疼痛康复的“杏林天使”

2月24日,在新化阳光中医医院,来自新化县维山乡水口村76岁的曹宗瑞握住该院医生廖劲晖的手激动不已:“谢谢您,我们全家都要感谢您,现在我又可以下田干活了……”曹宗瑞有长期的腰椎间盘突出症,导致手脚麻木和疼痛,严重时不能弯腰抬腿,走不了多远得休息,腿发麻发凉。多年来,一直求医问药,但效果不是很好。2月2日,通过别人的介绍,来到了新化阳光中医医院,并找到了该院的业务院长廖劲晖。廖劲晖仔细询问查体后,诊断为:腰椎间盘突出症合并椎管狭窄。当天下午,廖劲晖便为其实施C臂监视下“射频消融+针刀松解+侧隐窝注射”手术,当即疼痛麻木消失。通过廖劲晖和他助理的全方位检查以及会诊和微创手术,2月6日,曹宗瑞就可以下地了,通过调养和中医治疗,现在已无大碍,可以干点轻松的农活。

无独有偶,在该医院的住院病房,记者碰到了廖劲晖正在查房的患者郭细林,她今年60岁,是新化县石冲口天龙山人,因“脑梗塞”住进了这家医院。她说,她刚刚进来时手脚都是硬的,根本就无法干活和从事劳动,就是拿水杯喝水都拿不稳。通过在医院的治疗和康复训练,她现在的病情大有好转,“刚刚来的时候根本就不能动,来这里后一天比一天好,希望我妈妈回家后能够自己自理,养点鸡鸭。”她女儿显得很是开心。“这位大姐主要是一个脑梗塞,来的时候不是很好,我们主要给



她做了些特色治疗,比如:醒脑通络术及头部下微创手术,还有目前就是在做三氧大自血,三氧大自血对她的脑梗塞的话效果是非常好的,所以她这里康复得很快,缩短了康复时间,从另一个方面讲,给老百姓降低了费用。”廖劲晖介绍道。与此同时,在另一个病床,来自隆回的黄银甫是专程赶过来的。“我朋友在这里调理好了,所以特意介绍我过来。我对廖院长很有信心,把我爸爸这个病治好。”

廖劲晖现任新化阳光中医医院业务院长、中共党员、主治医师。湖南省中医药中西医结合疼痛专业委员会、湖南省中西医结合针刀专业委员会委员、湖南省中医药中西医结合风湿与疼痛专业委员会委员、中华中医药疼痛委员会委员。

“爱中医、信中医、用中医”廖劲晖对中医药的那份情结来自于小时候父亲在路边随手拈来的草药。他说,有一年,夏天感冒拉肚子呈水样便,父亲在田埂上找了叫“龙王草”的止泻药(后来才知道是中药仙鹤草)煎一大碗,“涩涩的口味,在我父亲的鼓励下,我喝下去了,喝下去后很是灵验,拉肚子很快就止住了。”在农村,夏季双抢是少不了的劳动活,受热暑湿后就容易小便涩痛,他爸爸便去田间扯一大把带籽的车前草,煎煮一碗汤剂服下去立马神清气爽,小便不便便药到病除。就这些小方让他感觉中草药好是神奇!

在这份情结的牵引下,他在初中时课外就看一些简易《中医治病不求人》之类的小丛书,高考毕业后父母鼓励去学医,他就选择了“中医学”这专业,从此就与中医结下不解之缘。

廖劲晖不仅中医临床辨证遣方用药,法度严谨,同时也是一位思想活跃,勇于学习创新的临床中医,立志当一名

好中医,他对于疑难病症疼痛康复类疾病一贯主张“中医主导下的中西医结合模式”来进行疼痛康复治疗。中医讲“无问其病,以平为期”的阴阳平衡理念,西医讲“循证医学,靶向治疗”。为了做到看好病、不漏诊、不误诊,边临床边学习,他数十次参加全国各地举办的疼痛康复微创技术培训进修班。他多次在长沙、武汉、山东、辽宁、浙江、河南、甘肃、广州、珠海、天津等地三甲医院疼痛康复科进修跟名师学习,能熟练掌握“小针刀、拨针、银质针、侧隐窝针、射频消融、臭氧消融、等离子、PRP”等各种中医或中西医结合疼痛康复微创诊疗新技术,并在此基础上大胆创新探索,形成了真正意义上的中西合璧,有自己独特完整的一套中西医结合疼痛康复诊疗体系。

功夫不负有心人,廖劲晖也成为新化区域内第一位开展射频联合臭氧微创治疗“重症腰椎间盘突出”的医生。同时开创了第一位应用开展射频介入治疗“脊髓型颈椎病”;第一位应用开展三叉神经半月结射频介入治疗“天下第一痛-三叉神经痛”;第一位应用开展三氧免疫自体回输治疗,并率先提出“中医辨证+三氧自血”的慢病管理新理念;第一位应用“醒脑通络术”治疗心脑血管病;第一位应用开展PRP(富血小板)治疗骨性关节炎与股骨头坏死,并提出不开刀保膝保髋新理念,在临床实践中解决了一个又一个疼痛康复难题…… (王友专)

刘凤英:点燃深山孩子的希望

新化县奉家镇,有着“新化的边疆”之称,报木小学是该镇最远的教学点,离县城约100公里。目前,该教学点有学前班至四年级共五个年级,学生44人,教师3人。这里地广人稀,海拔高,学校环境差,条件艰苦,来这里的老师走了一波又一波,很少有能坚持留下来的。这成了报木小学校长段同山二十多年来的一块心病。

2021年,在县城某民办学校任教的刘凤英通过招聘考试考到奉家镇,她主动申请来到最偏远的报木小学,开始了她的乡村教学之旅,点燃了山村孩子的希望。

在学校,记者见到了正在上课的刘凤英,同学们满脸绽放笑容,洋溢着幸福与快乐。刘凤英告诉记者:“这所小学其实是我的母校,我很小的时候也是在这里读书。我大学毕业之后是在一所私立学校任教,在那里我能够学到一些不一样的教学方式,我就想把这些不一样的教学带给山里的孩子。”

她坚持五育并举,倡导素质教育、快乐教育,带着孩子们玩游戏,给他们上奥尔夫音乐课,教他们学手势舞,带着他们看望村里的孤寡老人。

她实行积分制管理,以贴花算积分。学生每次作业写得好好,得个A+A-,或者帮老师做事情,或帮同学做好事,都会给他们奖励贴花,两个贴花就可换一个套圈,到星期一的时候就投圈奖励。孩子们都特别期待星期一的到来,因为在这一天,他们能吃到平时吃不到的零食,得



到平时见都没见过的玩具。

刘凤英来教学点之前,有一个孩子有厌学倾向,老师家长多次沟通,收效甚微。刘凤英上课问她什么都不搭理,喊她回答问题也不理,从没见过她笑过,成绩一直是倒数第一。刘凤英以鼓励为主,只要她有一点点进步,就会当着全班同学表扬她……后来,慢慢的,她愿意回答问题了,只是声音很小。再后来,她愿意举手回答问题了。现在,老师跟她说话,不管是批评还是表扬,她都会微笑着回应。现在,她每天来学校都是最早的,每次考试都是班级第二。

有一次,刘凤英为了鼓励孩子们,她给孩子们每个人定了一个目标,达到目标的同学就可以吃到肯德基。结果,所有的孩子都超过了目标分数。刘凤英为了让孩子们吃到热气腾腾的肯德基,

星期天下午,她将两个半小时的车程压缩成了两小时,然后将孩子们召集到学校。看到孩子们吃到肯德基后脸上露出了纯真的笑容,她的心被震撼了。

这里的孩子每天上学都要走山路,一下雨,山路泥泞不堪,深草上的露水也很烦人,家里出发时还穿着干干爽爽的衣服,到学校已经全身湿透了。山里的夏天早晚温度低,为了让孩子们不受凉感冒,刘凤英特意在学校准备了一个吹风机。每当下雨的日子,刘凤英就用吹风机帮孩子们一个一个的把衣服吹干才上课,她觉得最有意义的不是当这群留守孩子的老师,而是成为了他们的“妈妈”。

山里孩子留守儿童、单亲家庭多,刘凤英就变着法子给予他们关心。她用自己微薄的工资给孩子们买儿童节礼物、

新年礼物,买奖品。学生的学习也进步显著,所教科目多次在全镇名列第一,她多次在镇里的公开课上荣获一等奖”。

为了让更多人关注大山里的孩子,刘凤英将与孩子们在一起的点滴拍成精彩的短视频,上传到了短视频平台。这些精彩瞬间的发布,让越来越多的爱心人士关注到了这个小山村,关注到了这群孩子,在爱心人士的帮助下,学校的教学和办公环境也改善了不少。“捐赠新书包、课桌、滑梯等学习娱乐用品、发放助学金。”学校也吸引了越来越多爱心人士的关注。

2022年10月,教育部中国关爱下一代基金会彭主任刷到了刘凤英的抖音,翻山越岭,为孩子们送来新衣、新书包。

大山深处,凤凰归来,刘凤英用自己的青春回馈这方山水的养育之恩。她的付出,得到了当地村民和广大师生的交口称赞。

奉家镇中心学校校长蒋新凌说:“她是一位充满阳光有活力的教师,在她的工作过程中积极推行素质教育,让我们的孩子在娱乐中去学习生活,通过她的努力,我们的学生脸上的笑容更灿烂了。刘凤英也是一位充满爱心的教师,为了让山区的孩子了解到外面的世界,她积极宣传,吸引了许多远方的爱心人士来我们学校献爱心,为我们学校捐款捐物,特别是对贫困学生进行了资助。她作为一位年轻教师,是值得我们学习的。”

(廖美新 胡华源 谢玖隆)

新化县创新金融服务 助推产业发展

本报讯 “等这笔贷款签下来，准备换掉店里的一些老旧设备，趁着现在价格低，再囤点文印耗材，把规模做大。”2月23日，在新化县富康路，刚完成“文印e贷”面签的文印老板康银新，与记者聊起新的发展计划。

“文印e贷”是农行新化支行围绕文印产业推出的个性化金融产品。该产品充分考虑文印商户规模小、分布散等特点，以信用作担保，从商户的从业年限、规模、营收等方面，设定授信测算模型，实现线上自助用款、随借随还、实时到账。同时，新化组织金融机构推出“置业贷”“实业贷”“创业

贷”“惠农e贷”等金融产品，全方位支持企业产业发展。

新化有“中国文印之乡”“中国黄精之乡”“全国电子陶瓷之乡”等美誉，文印、电陶、林下经济等占据产业主导地位。该县充分发挥金融在产业发展中的支撑作用，围绕本土特色产业，展开个性化金融产品定制，通过精准“滴灌”，帮助企业解决资金难题。目前，该县金融机构已推出“茶叶贷”“黄精贷”“电陶贷”“文印贷”等多元化金融产品，普惠金融重点领域贷款余额占比达40.61%。

新化按照“一银行一主链”金融服务模式，引入主办银行为产业链核

心企业、上下游企业提供综合性金融服务，为链上企业提供“管用”“实惠”的金融产品；开展融资对接活动，推广银税互动、银保合作、政银担合作等模式，通过“信易贷”“潇湘财银贷”等平台和工具，增加信用贷款、首贷投放，推广随借随还贷款；建立企业信用“白名单”制度，将符合条件的企业推荐到县内各银行机构，作为重点服务对象，畅通融资渠道、简化办事流程。

目前，全县金融机构共向茶叶、黄精、特陶、文印等产业链企业授信近20亿元，提供贷款12亿多元。

(谭婷 刘萍)

农业保险撑起农民“保护伞”

本报讯 “2022年，种植晚稻852亩，中稻977亩，中晚稻受灾面积303亩，中国人保财险湖南省双峰支公司理赔了11万多元，减少了灾害损失。”2月24日，正在与农户签订土地流合同的双峰县花门镇种粮大户张弼双，对农业保险赞赏有加，“保险理赔到位，农户种粮无忧，今年计划再增加200多亩种植面积，为助力粮食生产作贡献。”

花门镇是个典型的农业大镇，全镇耕地面积3.6万亩，年产粮食3.8万吨，连续14年评为市、县粮食生产先进单位。近年来，该镇党委政府，狠抓粮食生产不动摇，采取最严厉的举措，千方百计扩双压单，严禁耕地抛荒，出台优惠政策，建立奖惩机制，催生大批种粮大户脱颖而出。至目前，全镇种粮300亩以上的种粮大户42户，大户加散户7811户，有力地筑牢了粮食生产保险大堤，特别是党和政府加大对粮食生产的扶持力度，有了农业保险的“保驾护航”，为粮食生产提供了强力支撑和机制保障。

据了解，2022年该镇中晚稻受灾面积2952亩，县支公司派员分中稻和晚稻2次查勘受灾情况，根据受灾面积，分别于当年的10月和12月2批理赔到户，受到了广大农户的点赞和好评。

“今年，按照镇党委政府的安排部署，加大对农业保险的投入力度和宣传力度，确保农户种粮无忧。”镇财政所长罗驰宇表示。

(王毅芳 王玖华)

市市场监管局直属分局举行组织生活会

本报讯 为深入学习贯彻新时代中国特色社会主义思想 and 党的二十大精神，进一步提升基层党组织的执行力，近日，市市场监督管理局直属分局党支部召开组织生活会，开展民主评议党员工作。

组织生活会前，支部高度重视，精心准备，分成4个党小组紧紧围绕“党的二十大报告”、“新修正的《中国共产党章程》”及中央、省、市相关重要会议精神等方面进行了深入学习交流，班子成员纷纷以普通党员身份参加各小组的学习、谈心谈话、自评互评。全体党员对照有关要求，认真查摆问题，深入剖析，为高质量开好组织生活会，在思想上、组织上、程序

上作了充分的准备。

会上，支部书记、分局局长秦国栋代表支部委员会报告工作，通报支部委员会查摆问题等方面情况，带头把自己摆进去、把职责摆进去、把工作摆进去，深刻剖析问题产生原因，有针对性地提出了努力方向和整改措施，接受党员评议。支委委员逐一对照检查，做到自我批评不遮掩、分析问题深刻深入、整改措施务实有效。与会党员坦诚相待，相互批评真诚中肯、直戳要害，共同经历一次深刻的思想洗礼和严格的党性锻炼，达到了凝聚共识、增进团结、相互促进的目的。

市局督导组和市纪委监委派驻

市局纪检组进行了点评，认为组织生活会准备充分，程序严格，气氛严肃，检视深刻，民主氛围浓厚，既打扫了思想政治灰尘，又增强了党支部和党员依靠自身力量解决自身问题的能力，并对如何开展下一阶段支部工作提出相关工作要求。

支部各党员干部纷纷表示，一定以此次组织生活会为契机，认真查找问题不足，积极整改落实，坚持做到在思想上有所触动、行动上有所改进、工作上有所提高、作风上有所改变、纪律上有所增强，发挥好基层党员先锋模范作用，齐心协力，共同努力为推进分局高质量发展做出积极贡献。

(李姣)

新化枫林街道：260余名学校管理人员集中充电 筑牢安全防护网

本报讯 为进一步加强管理人员的责任意识和能力，近日，新化县枫林街道中心学校邀请县教育局校安办、营养办有关同志到校授课，开展安全知识培训，给全体管理人员集中充电，筑牢安全防护网。

县教育局校安办主任邹同以为《提升安全治理能力，筑牢校园安全防线》为主题，全面分析了学校安全工作的极端重要性和当前学校安全工作的新情况，介绍了提升学校安全管理的主要抓手、学校突发事件的处置流程、教职员工的禁止行为等。县教育局营养办伍飞同志开展食堂及食品安全培训，提出了餐饮服务操作规范要求，要严格执行主食材质量标准，要加强工友的培训，提升防范意识和操作水平。要进一步落实责任，做到价实相符、财务管理规范。县校安办刘波同志开展《班主任安全管理培训》，从班主任和科任教师岗位安全职责、班级排查并建立的几种台账、课后服务期间安全管理、防性侵工作及强制报告制度、关于教育惩戒等五个方面内容进行了分析。

培训从身边的典型事例入手，讲解深入浅出，干货满满，在培训学员中产生良好反响。

通过培训，进一步增强了全街道学校管理人员的责任感和使命感，为校园安全提供了有力保障。枫林中心学校全体人员、辖区内各中小学校行管人员及各班主任、幼儿园园长、培训学校负责人等260余人参加培训。

(廖美新 王娟)

书法大咖为农民 书法爱好者传经送宝

2月25日上午，中国书协会员、湖南省书协原副主席刘广文带领娄底小红屋艺术馆的书法家，来到涟源市龙塘镇洞庭村，为农民书法爱好者点评书法作品，并书写赠送了“福”字和家规家训。这是“寻美娄底”小红屋艺术馆艺术系列活动的第一站，其目的是“让艺术记住乡愁，让乡村活力四射”，把书法的种子播散到农村，丰富农民的精神文化生活，为乡村振兴添砖加瓦。原市委常委、宣传部长伍美华出席活动。

(金元)



娄星区老干部服务中心组织观看廉政教育电影《何叔衡》

本报讯 为深入学习贯彻党的二十大精神 and 党史学习教育，引导和激励党员干部传承伟大建党精神，永葆清廉政治本色，2月24日下午，娄星区老干部服务中心组织党员干部职工集中观看“光影铸魂”电影党课《何叔衡》。

电影讲述了何叔衡同志担任中华苏维埃共和国临时中央政府第一

任工农检查部长期间，厉行反腐、公正断案，推进公平正义的故事。《何叔衡》用鲜明的党史人物坐标，生动诠释了坚持真理、坚守理想，践行初心、担当使命，不怕牺牲、英勇斗争，对党忠诚、不负人民的伟大建党精神，对大家学习百年党史、赓续红色血脉、传承红色基因、弘扬革命精神具有重要的历史意义和现实意义。

“何叔衡身上不怕牺牲、对党忠诚、追求理想、坚守真理的品德，值得我们每个人学习。”观影结束后，中心党员干部为何叔衡一心为民、廉洁为公的精神所感动，纷纷表示今后将以何叔衡同志为榜样，在自身岗位上廉洁奉公、积极作为，用实际行动建设清廉单位，在新时代新征程上贡献“娄星老干”力量。(谢伦巧 邵云霞)

喜提10项省级表彰! 娄底检察在全省检察长会议上大丰收

2月27日上午,全省检察长会议召开。娄底市检察机关荣获多项表彰。娄底市检察院被表彰为全省检察机关“利剑护蕾”专项行动先进集体,娄底市检察院党组书记、检察长李太平上台领奖。

会上,娄底2个基层检察院被表彰为全省2022年度先进基层检察院;3个检察院被评为全省检察机关“利剑护蕾”专项行动先进集体、1名检察官干警被评为“利剑护蕾”专项行动先进个人;2个检察院被评为全省检察机关2022年度常态化扫黑除恶斗争先进集体、2名检察官干警被评为常态化扫黑除恶斗争先进个人。

(谢特波)



全省2022年度先进基层检察院

娄底市委星区检察院
冷水江市检察院

全省检察机关“利剑护蕾”专项行动先进集体

娄底市检察院
涟源市检察院
新化县检察院

先进个人

周旦 娄底市检察院第一检察部检察官助理

全省检察机关常态化扫黑除恶斗争先进集体

涟源市检察院
新化县检察院

先进个人

张勇 娄星区检察院第一检察部副主任
曾潇翔 双峰县检察院第一检察部副主任

全省第二! 请为娄底检察点个赞

2月27日,从全省检察长会议上传来好消息,娄底市检察院在全省检察业务2022年度综合考核中,名列全省第二,创历史新高。五个县市区检察院综合考核全部进入全省前列。娄底市检察院已连续两年在省院

综合考核中进入先进行列,站稳全省第一方阵。2022年,全市检察机关在市委和省检察院的坚强领导下,坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,全面学习宣传贯彻党的二十大精神,

坚持为大局服务、为人民司法,忠实履行法律监督职责,各项检察工作呈现新气象、实现新发展、取得新成效。娄底检察凭的啥?带您来看看——

领导班子 精诚团结

市院党组书记、检察长李太平带领院领导班子把方向、抓大事、谋全局,坚持把政治建设作为第一位的要求,不断提升政治判断力、政治领悟力和政治执行力。认真贯彻落实《中国共产党政法工作条例》和重大事项请示报告制度。严格执行民主集中制,坚持公正公平公开。班子成员之间相互交心谈心,形成了班子成员戮力同心、团结民主、风清气正、心齐劲足的良好氛围,被评为全市优秀领导班子。

检察业绩 节节攀升

以中央、省委出台加强法律监督工作意见为契机,市委在全省率先出台《关于加强新时代检察机关法律监督工作的若干措施》。全市检察机关乘势而上、主动作为,积极争取各方支持,最大限度汇聚共识,赢得良好外部环境,为检察工作高质量发展提供坚强保障。娄底市检察院在全省检察业务综合考核中,名列全省第二,五个县市区检察院综合考核全部进入全省前20名,检察事业迈向“新高度”。

检察队伍 昂扬向上

抓住换届契机,选优配强领导班子,大力培养年轻干部,提拔任用35人,推动交流25人,晋升职务职级76人。强化示范引领,获省级以上表彰36人,涌现出党的二十大代表谢新星、全国青年岗位能手曾登辉等先进典型,全市检察人员干事创业激情空前高涨,检察队伍“一池春水”全面激活。

检察品牌 层出不穷

以“完成工作任务是法定职责,矢志争先创优是政治要求”为目标,把争先创优作为“一把手”工程,全市上下个个勇当“排头兵”,人人争比“贡献度”。荣获国家级荣誉8个,省级荣誉37个,市级荣誉18个,11项工作经验在全国、全省检察机关推介,13个案件入选全省优秀案件、典型案例。

检察文化 活力四射

充分发挥检察文化的引领、渗透、融合、凝聚作用,定期组织全市检察机关文艺汇演、元宵喜乐会、气排球比赛、乒羽团体赛等文体盛事,活跃氛围,展现风采。五个基层院先后荣获全国文明单位、全国检察文化建设示范院、全国职工书屋示范点、湖南省文明标兵单位、全省检察文化先进单位、全省检察机关新闻宣传先进单位、省内外和全市多家单位到院观摩交流宣传经验,娄底检察好声音破层出圈。

检察行政 美美与共

强化检务保障,真心关爱干部,改善办公办案条件,为离退休人员隆重举行荣退仪式,为退役军人精心送上节日问候,为青年干警搭建成才平台。精耕细作,守正创新,娄底市检察院网站被评为全国检察机关规范化管理优秀网站,官方微博多次进入全国检察机关影响力排行榜20强,多个基层院荣获全国检察新闻宣传先进单位,省内外和全市多家单位到院观摩交流宣传经验,娄底检察好声音破层出圈。

接力寻凶 千里奔袭

潜逃25年重大命案逃犯落网



因财起意,无辜群众遭横祸

1998年的冷水江市布溪街道,正逢全面开展经济特区建设,大量的外来人口汇集于此,工地建设火热,经济发展繁荣。1998年10月27日,一起突如其来的案件却打破了这座滨江小城的宁静,某市民因长时间联系不到自己的家人,上门查看时却隔着反锁的防盗铁栏门发现已倒在血泊之中,后经刑侦民警现场勘查,此案有多人死亡。

案件发生后,冷水江公安调集全部警力开展全面摸排,对布溪街道区域所有房屋和路段进行包点摸排,并结合现场唯一留有的男性鞋印展开追踪调查,最终成功掌握两名湖北籍男子段某和江某具有重大作案嫌疑,但此时两人早已分开潜逃至外省。民警通过艰苦卓绝的布控抓捕,奔赴湖北省某地成功将案犯江某抓捕归案,江某如实供述了两人入室盗窃后抢劫杀人的犯罪事实,民警随即掌握了段某潜逃至北京市的重要线索。但当民警马不停蹄赶赴北京市开展追踪抓捕时,狡猾的段某早已消失在茫茫人海之中。

艰苦寻凶,深林戈壁无觅处

湖北神农架,千峰陡峭,深不见底,是我国最神秘的区域之一,由于特殊的自然形态和复杂的地理状况,其深处被很多人称之为生命禁区。而这个特殊而又神秘的地方,却是在逃案犯段某的家乡。

为了抓捕案犯,当时的办案民警一

2月24日晚,冷水江市公安局大厅内灯火通明,历任刑侦大队长和办案民警自发集结,在主要领导的带领下等候于此,专程迎接“1998.10.27”案件追逃组的胜利凯旋。至此,历经冷水江公安7任局长、6任刑侦大队长以及数代刑警的不断积累和艰辛努力,潜逃25年之久的最后一名主犯终于成功到案,为该案画上了圆满的句号,也为“雷霆2023”专项行动再添重大战果。

路追击,在神农架区域一呆就是几个月,陡峭的原始山林到处留下了他们的脚步。在徒步翻越神农架茫茫草甸时,一天一夜没有吃喝是常态,有时只能靠着嚼几口草叶上的薄冰解渴!现在有些已经退休的办案民警,至今都能清晰回忆起当时跟着当地向导日夜翻山越岭的艰苦和痛楚。

有一年,办案民警突然掌握一条重要线索:段某可能在新疆地区米泉市活动,当时的办案民警二话不说立即奔赴新疆。由于时间紧急,在湖南还穿着秋衣的他们没有了解天气情况,到了地方后突然遭遇零下二十多度的恶劣天气。来不及再去准备御寒衣服,当时的办案民警们顶着严寒,在凛冽风雪中开展排查布控,但是依然没有任何收获。

但就是凭着这样高度的敏感度和责

任感,几代冷水江公安刑警围绕段某展开全面追踪,每个人笔记本上记载的线索信息写了又划,划了再写,个人特征和相关信息早已是烂熟于心,也更加坚定了办案民警的工作决心。他们不厌其烦地一次次复盘,一次次研判,又一次次出击,只为了将这个罪恶滔天的案犯绳之以法。

锲而不舍,天理昭昭终被擒

案犯在逃,是受害人家属的心结,更是冷水江公安刑警的“心债”。25年来,虽然经历岗位调整、人事更迭,但“1998.10.27”案件的追逃工作从未停止。历任局长、刑侦大队长都把侦破此案的重任扛在肩上,每一年新年都会赶赴湖北省神农架地区开展布控,并且一有线索便奔赴全国各地进行排查。

就是这样二十五年如一日,冷水江公安盯案不放、接力攻坚,排查追踪的足迹遍布全国各地,也逐渐织就了一张疏而不漏的恢恢法网。时间来到2023年,新一任的冷水江市公安局党委再次对此案进行接力追踪,依托“情指行”实战作用和刑事科学技术的发展,“1998.10.27”案件的追逃工作也迎来了质变的关键时刻。

2月23日,冷水江市公安局刑侦大队掌握了一条重要的工作线索:在逃案犯段某可能在广西北海市活动。发现情况后,冷水江市公安局主要领导迅速调度部署警力,分管刑侦的副局长立即带队驱车千里奔袭展开追击,在2月24日成功将在逃25年之久的案犯段某抓捕归案,并连夜将其带回冷水江接受法律的审判,成功了结了冷水江公安多代办案刑警牵挂的心愿。

“如果不是我双腿摔伤弯不下来,我一定要磕几个头来道歉!”2月25日,到案后的犯罪嫌疑人段某在案发现场指认时,情绪激动地表达着自己的悔恨。在25年的逃亡岁月里,段某无数次因为当年的惨案而辗转失眠,因为没有办理身份证,他隐姓埋名过着朝不保夕、生不如死的生活,经常是有了上顿没下顿,甚至有跳塔自杀的行为,摔伤至今都还没好转。据段某交代,案发时自己才18岁,初入社会面临各种现实压力,他为了赚快钱走上了犯罪的不归路,不仅给他人带来了无妄之灾,也让自己的人生彻底毁掉,这个惨痛的代价不得不让世人深思和警醒!事实也充分证明:天不藏奸,正义或许会迟到,但永远不会缺席! (谢继长)

养了几十年儿子非亲生 法院这样判决

2月24日,涟源法院对该院适用《中华人民共和国民法典》所新增的否认亲子关系纠纷进行了宣判,这是《民法典》明确规定了亲子关系否认(确认)制度后,涟源法院首次判决的亲子关系否认之诉。

案件中,原告刘某与案外人郑某经人介绍相识,后同居生活。1990年与郑某生育一子即被告刘某某。1991年刘某与郑某登记结婚,由于感情不和,遂于2015年办理了离婚手续。被告刘某某一直随原告刘某共同生活。几年后,刘某通过亲子鉴定得知,被告刘某某与自己并不存在血缘关系,遂起诉至法院,请求确认原告刘某与被告刘某某之间不存在亲子关系。

涟源法院通过对案件的审理,认为原告提交的证据内容客观真实,形式来源合法,能够证实原、被告之间不存在亲子关系。故对原告的诉求予以支持,法院因此判决,原被告之间不存在亲生父子关系。

法官说法:2021年1月1日生效的《中华人民共和国民法典》第一千零七十三条第一款规定,对亲子关系有异议且有正当理由的,父或者母可以向人民法院提起诉讼,请求确认或者否认亲子关系。对亲子关系有异议且有正当理由的,成年子女可以向人民法院提起诉讼,请求确认亲子关系。《中华人民共和国民法典》首次确立了亲子关系的否认制度,对我国婚姻家庭的相关规定进行了完善,解决了此类案件当事人起诉无门的窘境,使其能够依法保障自己的权利。

(龚跃雄 肖洁)

“鸡”不可失! 盗窃的、销赃的全抓获

看似“偷鸡摸狗”的一些小案,对于人民群众而言却是涉及切身利益的大事。新化县上梅派出所积极落实“主防”措施,摸排线索抓现行,坚决遏制盗窃等侵财违法犯罪活动,近日成功侦破系列家禽被盜案,抓获嫌疑人2名,为受害人追回被盜土鸡9只。

“警察同志,我家圈养的鸡昨晚全被偷了……”2月19日7时许,上梅派出所值班四组接到报警后立即展开调查,发现辖区发生多起类似案件,疑为同一人作案。民生无小事!民警多方摸排线索,进一步分析研判,迅速锁定嫌疑人,并制定周密抓捕方案。

2月22日11时许,盗窃嫌疑人李某财前往销赃,被蹲守多日的民警一举抓获,查扣作案交通工具电动车1辆、涉案土鸡9只。当日12时许,民警循线深挖,抓获销赃嫌疑人李某庭。

经查,李某财自2022年12月以来盗窃家禽作案10起,涉案金额万余元。

目前,李某财因涉嫌盗窃罪被依法刑事拘留,李某庭因销赃被依法行政拘留,现场查扣的土鸡已发还给受害人,案件在进一步侦办中。

民警提醒:农户要尽量把牲畜和家禽关在有房盖的圈内,睡前把门锁好,确保安全。有条件的农户可以在家禽舍棚安装监控设备和报警器,如发现盗贼侵入,及时报警。(刘唐宗)

男子密织“温柔陷阱”行诈骗 难逃法网恢恢

如果有新认识的朋友多次找你借钱投资,你会借吗?近日,娄底市公安局娄星分局花山派出所破获1起合同诈骗案。请看犯罪嫌疑人是怎样实施诈骗行为?

2022年8月份左右,犯罪嫌疑人王某在朋友的介绍下来到娄底工地上打零工,因没有稳定收入,沉迷于网络赌博的王某输钱后萌生了诈骗他人钱财的想法。因其经常在一小区打麻将,认识了袁女士,其认为袁女士人比较单纯,容易被骗,于是就想以投资工地上的钢材为借口骗袁女士的钱拿去赌博

翻本。为进一步获取袁女士的信任,王某便展开“温柔”攻势,主动找袁女士聊天、套近乎,嘘寒问暖,并经常有意提起其与朋友一起投资钢材工程的事情,不断提高袁女士对他的好感度,为后续“借钱投资”做好铺垫。

2022年10月中旬,王某见时机成熟,便以投资钢材工程的名义向袁女士“借”钱。为防止袁女士对其产生怀疑,其每次借钱金额不会很高,基本都是几千元到一万元不等。从袁女士那里陆陆续续“借”来147000元后,王某并没有如其所说的将钱投入工程中,而是挥霍在

牌场里,妄想能够赌博翻本后再将钱还给袁女士。

今年2月15日,因王某多次借钱不还,袁女士越想越不对劲,觉得自己可能掉入了王某的诈骗陷阱,便来到花山派出所报警。接警后,为防止王某察觉后逃走,该所办案民警龙邀、刘家柱立即对王某展开侦查。随后,在王某的住处成功将其抓获归案。

经审讯,王某对自己的违法犯罪行为供认不讳。目前,其已被公安机关依法采取刑事拘留措施,案件正在进一步侦办中。(周琪)

娄底市促进义务教育高质量发展现场会在双峰召开

为贯彻全国、全省教育工作会议和《中共湖南省委 湖南省人民政府关于进一步提高义务教育质量的意见》精神,推介双峰县义务教育均衡发展经验,促进我市义务教育高质量发展,近日,娄底市促进义务教育高质量发展现场会在双峰县芙蓉学校召开。

现场会分两个阶段进行。第一阶段为集中学习、交流,第二阶段主要是现场观摩双峰县芙蓉学校的阅读教学、常规管理、课改教研等工作。

近年来,双峰县始终坚持立德树人

人,以“谋”“引”“提”“助”“兴”“督”6字方针,下活全县义务教育高质量发展这盘“棋”。全县阅读教学覆盖面广,体制机制健全,13年如一日推进阅读教学,实施“八个一”教学模式,形成了指导团队本土化、阅读培训多元化、阅读指导网格化、阅读评估专业化、结果运用及时化等特点。国家义务教育质量监测结果显示,双峰县三次监测均处于全省前列,特别是去年综合排名位居全省首位,12项监测指标均居全省前3,其中8项排名第1。

市教育局党组书记、局长刘国良

强调,全市教育工作者要提高政治站位,树立“质量”意识,要营造大抓质量、抓强质量的浓厚氛围;各县市区教育局要认真落实属地责任,各学校要切实肩负起质量提升主体责任,各教研部门要充分发挥质量提升关键作用,共同推动各项工作落地见效;要瞄准“教育质量提升年”总目标,落实立德树人根本任务,主动谋划、科学发力,落实各项质量提升措施,全力做好全市义务教育质量提升这篇大文章。

(胡依依 戴志远)

我市举办2023年中等职业学校技能竞赛

为深化“三教”改革、促进“岗课赛证”综合育人,近日,娄底市教育局分别在涟源市工贸职业中等专业学校和潇湘职业学院举办2023年娄底市中等职业学校技能竞赛。来自娄底市12所中职学校的253名学生选手和12名教师选手角逐工业产品设计与创客实践、电子电路装调与应用、新能源汽车检测与维修等14个比赛项

目奖项。无论是亮点纷呈的电子商务直播现场,还是火花飞溅的焊接技术赛场,选手们的精彩表现都充分展示了良好的职业素养、心理素质和技能水平。此次比赛共选拔91名选手(含6名教师)参加2023年度“楚怡杯”湖南省职业院校技能竞赛。

近年来,娄底市教育局坚持产教融合、守正创新,大力弘扬劳动精

神、劳模精神、工匠精神,积极搭建技能展示技艺切磋平台,通过以赛促学、以赛促教,检阅各中职学校教学水平和办学实力,拓展学校实践教学课堂,技能竞赛规模和质量逐年攀升,学生成才之路不断拓宽,职业教育质量、适应性和吸引力得到不断提高。

(王孟慧 谢春谔)

娄底三中举行高考百日誓师大会暨成人仪式

2月27日,娄底三中2023届十八岁成人礼暨高三百日誓师大会在体育馆隆重举行。学校党委书记阳壁晖、校长曾国初率行政人员,与全体高三师生及家长一起参加大会。

曾国初校长代表学校向辛勤耕耘的全体高三教师、不辞辛劳的全体高三家长、好学上进的全体高三学子表示衷心的感谢,对光荣步入成人行列的高三学子致以最美好的祝福,并对学子们的成长提出了三点期望:要明目标,悉政策,沉着冷静,审视高考;要巧谋划,勿懈怠,精准施策,迎战高考;要强体魄,葆活力,平心静气,决胜高考。曾校长勉励大家,不负青春、不负时代、不负母校,把十二年寒窗苦读的漫长期待,转化为踔厉奋发的动力源泉,把三中三年的熏陶润泽,转化为奔向目标的矫健步伐。不负社会各界的关注和期待,以铆足的干劲、奋进的姿态,向着梦想的高地,奋发兔(图)强、一路狂飙,不断去创造三中的新高度,新奇迹。

教师代表为同学们呐喊助威,表示将始终与高三学子携手并进,做到明责、负责、尽责。家长代表和学生代表相继发言,他们用真诚的



话语,表达对老师们的崇高敬意和对学校的美好祝福。十八而志,大任始成,在成长感恩为主题的成人仪式环节,高三的老师们一一为同学们佩戴上成人徽章,并发放了成人纪念品,学子们面向家长和全体高三教师鞠躬,借此仪式表达对家长和老师们真挚感谢。

活动中,娄底三中还特邀蜡炬志愿者协会创始人海枫老师为同学们

做励志演讲《相信奋斗的力量》,分享通向成功的秘诀,激发同学们破釜沉舟决战高考的信心。校党委书记阳壁晖宣布高三勇士出征,为各班级授旗,全体高三学子掷地有声、庄严宣誓,将会场气氛带入最高潮,尽显决战高考的力量、信心和勇气。随后同学们以稳健的脚步跨过成人门,冲向成功门,与成熟稳重相约,以责任履行使命。

(谢峰乳 毛裕浩)

娄底二中召开第十二届教工代表大会

近日,娄底二中第十二届教工代表大会暨工会换届选举大会在二会议室隆重召开,89位教工代表参加会议。

娄底二中党委书记李永福进行大会致辞后,娄底区总工会刘正才主席宣读了工会批复。会上,听取了娄底二中校长曾亦农作的学校工作(含学校财务工作)报告以及娄底二中工会负责人聂红星代原工会主席作的

学校工会工作(含工会财务工作)报告,李永福书记向教工代表介绍了第十二届教代会筹备情况,宣读了教工代表的产生及组成,工会主席、副主席及工会委员的提名及选举办法。

大会选举成立了新一届工会委员会,聂红星当选为工会主席,卢智力、朱卫和当选为副主席。

随后,李永福书记主持召开了

第十二届教师代表大会。会上,李书记对全校教师上交的校园建设与发展相关提案进行回复解答。并且详细解读了学校新修订的各项制度提案,各教工代表畅所欲言,对二中的进一步发展纷纷提出自己的宝贵建议,对学校各项制度进行审议并表决通过。

(颜琛 陈芊芊 李优优)

娄底八小:学精神 明方向 促发展

2月27日,娄底八小特邀市教育局党组成员、总督学谢名权来校作党的二十大精神宣讲,学校党总支书记、校长李兰贵主持会议,全体党员教师参加了此次宣讲活动。

谢名权从党的二十大主题和主要成果、过去5年的工作和新时代10年的伟大变革、马克思主义中国化时代化、中国式现代化、全面建设社会主义现代化国家的目标任务、坚持党的全面领导和全面从严治党、应对风险挑战等方面进行宣讲。报告会还结合我市教育工作实际,就办好人民满意教育等方面进行解读。会上,谢名权还传达了全国教育大会精神,激励全体党员教师切实承担起传播知识、传播思想、塑造灵魂、塑造新人的时代重任,奋力谱写学校高质量发展新篇章。

李兰贵在此次宣讲活动总结中强调,全体教职工要持续深入学习党的二十大精神,对标高质量发展,全面贯彻党的教育方针,自觉担当好教书育人的使命,为教育工作赋能。

(李娜)

娄底一中附属实验学校举行主题升旗仪式

2月27日,娄底一中附属实验学校举行“学习雷锋精神·争当时代先锋”主题升旗仪式。四(9)班同学们朗诵的《三月的鲜花芬芳了你的名字》,声情并茂,催人奋进。国旗下的讲话,刘锦轩、谢佳璐2位同学表达了对雷锋叔叔的怀念,讴歌他的助人为乐、“钉子”精神,呼吁大家从身边的小事做起,帮助他人、做好值日、认真学习,争做生活中的“小雷锋”。

校长成英姿告诉同学们,新征程上,要深刻把握雷锋精神的时代内涵,更好的发挥模范带头作用,让学雷锋活动融入日常、化作经常,让雷锋精神在新时代绽放出更加璀璨的光芒,传承雷锋精神,把平凡的事情做好,做一个有理想、有作为、有担当的新时代好少年。

最后,大家一起宣誓:我是雷锋精神传人,发扬公仆精神、发扬敬业精神、发扬钉子精神,从我做起,从现在做起,从小事做起,争当时代先锋!(曾婷 彭志文 杨兴湘)

新化县21名教师参加特殊教育随班就读学习

2月24—28日,在娄底市师资培训中心组织安排下,新化县21名教师参加为期五天的“国培计划”娄底市特殊教育随班就读转岗骨干教师培训。

此次研修培训分专家专题讲座和小组反刍两大板块进行,特邀省内外知名专家教授作全程授课指导。专家们给我们带来了融合教育政策解读、随班就读评估和实操、融合教育经验分享等相关专业知识。在小组反刍过程中,参训学员经过与专家、学员之间的思想碰撞、共同探讨,大家对融合教育的方法和策略有了更加清晰的认识,对针对随班就读学生实施课程和教学调整有了更深入思考。

学员们纷纷表示在今后的教育教学中,将积极落实学科核心素养,认真践行课程标准,咬定目标、坚定信心,以永不懈怠的精神状态和锲而不舍的教育情怀投身学习和工作,抒写新化县融合教育新篇章!

(周娟)

2023年娄底市“两癌”免费检查技术培训班开班

为进一步推进2023年全市“两癌”免费检查项目的落实,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,2月25日,2023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、市卫生健康委妇幼保健科科长李爱君出席开班仪式,市妇幼保健院工会主席曾鹏永主持。各县市区“两癌”免费检查项目管理及相关专业技术骨干共100余人参会。

开班仪式上,曹俊强调,各部门要切实强化思想认识,提高工作的使命感,加强各部门的联动,严格按照文件要求做好“两癌”免费检查。李爱君对2022年全市“两癌”工作的进展与成效进行全面总结,并对下一步工作提出具体要求,她强调,要以对妇女健康高度负责的态度,切实抓好项目实施,确保项目任务高质量完成,保障广大妇女真正受益。

培训班上,市妇幼保健院妇保科主任李良华总结了2022年娄底市农村适龄和城镇低保适龄妇女“两癌”免费检查项

目并讲解了2023年“两癌”项目工作要求;B超室主任曾向军讲授《乳腺肿块超声评估规范》;妇女保健部副部长徐高对乳腺癌筛查国家项目进行解读;妇科副主任医师王新珍讲授《阴道镜的应用》;妇保科主治医师胡海蛟讲授两癌质控系统的信息管理及宫颈筛查阳性个案的规范随访。

会后,参会人员纷纷表示,培训内容联系临床实际,案例结合理论,内容丰富实用,对提高全市“两癌”筛查项目质量具有积极作用,争取“两癌”筛查工作有量的提升、质的飞跃。(张海蛟)

市骨伤医院成功为严重骨关节炎患者置换膝关节

近日,娄底市骨伤医院关节科成功为2名严重骨关节炎患者实施全膝关节置换术(TKA)和单髁膝关节置换术(UKA)。它标志着该院关节科骨科技术水平迈上了一个新的台阶。

全膝关节置换术(TKA): 10年关节痛,手术一朝除

74岁的患者刘大爷双膝关节疼痛不适10余年,病情加重跛行一年,长期夜不能寐,深受疼痛折磨。经朋友介绍来到娄底市骨伤医院关节科专家门诊就诊,关节科主任、副主任医师王开颜接诊后,对刘大爷仔细检查发现,其双膝关节膨大畸形,内侧压痛明显,右膝主动伸直0度,屈曲约110度,外翻约25度,畸形固定;左膝关节研磨试验阳性,主动伸直0度,屈曲约110度,外翻约15度。BP:164/99mmHg,门诊拟“双膝关节骨性关节炎”收入院。

入院后经完善相关辅助检查,多学科会诊,以刘卓华院长为首的专家团队通过心理疏导,精心制定手术计划,术前沟通后,刘大爷如释重负,化解了压在他心里多年的忧虑。

2023年2月7日,刘大爷接受了腰麻下右膝关节单间室置换术,手术顺利,术后刘大爷感觉良好,刘卓华、王开颜查房时,刘大爷脸上洋溢着微笑,竖起大拇指一个劲为专家们点赞:“感谢你们,为我解除了多年的关节疼痛困扰。”

单髁膝关节置换术(UKA):疼痛难忍无法行走,置换术后展笑颜

周大叔今年53岁,双膝疼痛不适10余年伴随跛行加重,来娄底市骨伤医院关节科就诊,王开颜接诊后,予以PRP保膝治疗,效果良好。但天不遂愿,周大叔在一次行走时意外扭伤膝关节,导致左膝关节半月板卡压、交锁,周大叔疼痛难忍、不能行走,于2月9日再次到该院就诊,门诊以“双膝关节退行性骨性关节炎”收入院。入院后院长刘卓华、关节科主任王开颜立即组织科内讨论,一致认为膝关节单间室置换术是单间室的骨关节炎的首选治疗方案。

经充分讨论,精心制定治疗方案后,专家团队于2月11日为周大叔在全麻+插管下实施左膝关节单间室置换术,术后效果良好,周大叔被疼痛折磨十多年的愁容终于舒展开了,脸上不时露出欢心的笑颜。

该院关节科自2018年成立以来,在以刘卓华为首的院班子带领下,关节科团队以高度的责任心、精湛的专业技术为无数患者解除病痛折磨。每年为患者实施关节置换术200余台次,为大量的膝关节病变患者开展阶梯保守治疗,受到广大患者的一致好评。(李中连)

娄底市抗癌协会妇科肿瘤专业委员会成立

2月26日,由市抗癌协会妇科肿瘤专业委员会主办,娄底市中心医院承办的娄底市抗癌协会妇科肿瘤专业委员会成立仪式暨娄底市妇科肿瘤学术沙龙会议在娄底市鸿源紫荆大酒店召开,会议特邀省内知名专家前来讲学。娄底市中心医院党委委员、副院长龚铁逢出席会议并讲话,会议由肿瘤内科主任陈尚忠主持,大会选举娄底市中心医院妇科副主任邱奕为市抗癌

协会妇科肿瘤专业委员会主任委员。

开幕式上,娄底市中心医院党委委员、副院长龚铁逢致辞并公布委员会名单,并为市抗癌协会妇科肿瘤专业委员会主任委员邱奕颁发聘书。随后,邱奕代表市抗癌协会妇科肿瘤专业委员会作工作报告。

培训会上,湖南省肿瘤医院原妇科肿瘤一科主任陈亦乐、娄底市中心医院肿

瘤内科(十二病室二区)副主任李燕、娄底市中心医院妇产科主任医师李凡国、娄底市中心医院肿瘤内科(十二病室二区)副主任医师邹媚等专家先后就《卵巢癌治疗失败教训分析及卵巢癌2023年指南更新要点》《浅谈宫颈高级放化疗》《好药趁早,给患者好的选择》《十年耕耘,经典之选》等课题进行了精彩的授课,为与会人员带来了内容丰富、实用性强的知识盛宴。(邹佳运)

83岁高龄新冠病毒感染重症康复患者的生死时速

近日,患者周老的家属将一面印有“医术精湛,医德高尚”的锦旗送到娄底市中医医院针灸推拿康复中心康复二科医护人员手中,以表达家属对医护人员浓浓的谢意。

83岁的周老是一名脑梗塞后康复病人,患有高血压、冠心病等多种基础疾病。去年12月份因感染新冠病毒引发重症肺炎,出现严重的呼吸困难,氧饱和度持续下降,情况十分凶险,生命危在旦夕。面对病情变化,科室负责人谢芳和主治医生罗雄辉经验丰富,临危不乱,积极采取各种抢救措施稳定病情,同时因患者患有多种疾病,病情复杂危重,立即向医院报告请求支援。

医院主要领导、分管业务领导接到



患者家属赠送锦旗

报告后高度重视,第一时间赶到病床前,积极了解病情,立即指导医学科成立有呼吸内科、心血管内科、神经内科等多学科参与的医疗救治专家组,调用医院最先进

的医疗设备,对患者全力进行救治。通过近2个月的精心救治,周老病情终于转危为安,再次恢复“自由的呼吸”,创造了生命奇迹。

在此期间,康复二科的医护人员主动放弃休息,冒着被感染的风险,日夜坚守病房。密切观察病情变化,给患者以安慰鼓励,帮助患者翻身拍背排痰,协助患者进行肢体康复,指导患者进行呼吸锻炼。用实际行动诠释了“敬佑生命,救死扶伤,甘于奉献,大爱无疆”的职业精神,体现了医生的担当,感动了患者及家属。在周老的救治过程中,既应用了新型抗病毒药、无创呼吸机等现代医学成果,也充分发挥了中医药的优势。辨证使用中医、中药对救治的成功立下了汗马功劳。(罗雄辉 唐彩艳)

市中心医院康复科获评湖南省中医重点专科


近日,从湖南省卫生健康委、湖南省中医药局传来好消息,经单位申报、市州推荐和专家评审,娄底市中心医院康复科被确认为省级中医重点专科(一类),为湖南省申报国家中医重点专科的备选专科。

据悉,娄底市中心医院康复医学中心是集中医科、针灸科、康复医学科于一体的中西医结合康复医学中心。学科专业团队力量雄厚,其中湖南省名中医1人,娄底市名中医3人,主任医师5人,副主任

医师9人,硕士研究生11人。该中心本着“中西医结合、守正创新”的发展思路,不断完善学科建设,逐步形成了既有传统医学优势,又具有时代特色的新理念、新技术、新护理模式为一体的中西医结合临床科室,尤其是在抗击新冠肺炎疫情期间,始终坚持中西医结合,中西药并重,发挥中医药优势,打好中西医结合救治的“组合拳”,有效阻断或减缓重症向危重症的发展,促进重症向轻症的转变,减少病

亡率,向医院、社会交出了满意的答卷。

下一步,该院将继续对照国家级和省、市重点专科建设标准,结合“十四五”学科建设发展规划,立足优势,创新方式,持续加强专科建设、规范专科管理,提升服务能力、优化诊疗服务,建立健全有利于中医重点专科发展的管理体制和运行机制,充分发挥重点专科的示范、引领、带动、辐射作用,提升医院整体服务水平,为健康湖南建设贡献新的力量。(梅舒)



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

60年,踏着雷锋足迹走

——记娄底市全国最美志愿者、中国好人朱鹏涛

“我们怀着崇高的敬意无限的深情,歌唱我们年青的榜样英雄雷锋,他短促的生命发出了不灭的光辉,他平凡的脚步走过了非凡的里程……”。六十年前的春天,毛主席题词“向雷锋同志学习”,神州大地掀起了学习雷锋的热潮。朱鹏涛,这位当时15岁的少年,最喜欢唱这首歌。当年,他在省重点中学邵阳市二中读高一,担任校团委黑板报《洪炉》的主编,他连续在《洪炉》上主编10期学雷锋专刊,发表校园内学雷锋的好人好事。他还参加校合唱团,在舞台上演唱《学习雷锋好榜样》《对着湘江唱颂歌》《神州处处活雷锋》等歌曲。岁月悠悠,六十个春秋,他不忘初心,恪守本色,坚持宣传雷锋,学习雷锋,踏着雷锋足迹走,走出了多姿多彩的人生。干一行爱一行,在每个岗位上都发扬雷锋的“螺丝钉”精神。雷锋有句名言“做一颗永不生锈的螺丝钉”,朱鹏涛把它作为座右铭,抄写在笔记本上,铭刻在脑海里,落实在行动中。他当过知青、矿工、秘书,记者、编辑、党政领导干部、退休后当志愿者。无论在什么岗位上,他都以雷锋为榜样,象一颗螺丝钉紧紧拧在那里,干一行爱一行干好一行。

上世纪七十年代初,他在绥宁县西河公社一个贫穷的山乡当知青,大年初二下田砍田,半夜三更茅棚守野猪,翻山越岭送公粮,披星戴月搞“双抢”,冒着生命危险扑山火,为抢救难产农妇献鲜血……,三次被评为全县先进下乡知青。

上世纪七十年代中期,他在涟邵矿务局桥头河煤矿当矿工,总是下井在先,出井在后,危险艰苦的地方冲在前。1976年5月20日,矿里搞高产,他工作面扒煤8个小时,下来后已十分劳累,到主井口时又去帮助推矿车,不幸被下坡溜走的重车撞倒压住受重伤。在局医院住院两个月期间,他左手吊着绷带,右腿撑着拐杖,在医院采访医护人员学雷锋的好人好事,办黑板报宣传,向矿工报投稿。著名作家谭谈(当年任矿务局新闻专干)还采写了朱鹏涛井下受伤住院期间坚持写稿宣传学雷锋的通讯稿——《他井下井上学雷锋见行动》,刊登在当年7月的《湖南日报》二版。

后来,他担任矿新闻专干,新闻频道连续三年获全局第一,81年还在全省工矿新闻报道现场经验交流会上介绍经验;担任矿宣传科长,宣传科年年被评为全局先进宣传科;担任重点工区党委书记,月月超额完成生产任务,并创造日产原煤一千吨的记录;负责筹办《娄底日报》任常务副总编,获得娄底地区第一个新闻高级职称;担任地方志办主任,从热



2月18日,朱鹏涛带领两名志愿者到洪源社区慰问捐助特困群众。(龚雅丽/摄)

门到冷门,从新闻到“旧闻”,他毫无怨言,仅两年时间,就组织编纂了300万字的《娄底地区志》,获得娄底市社科特等奖;担任市科协主席,组织“娄底科技千里行”,在全省科协大会上介绍经验;担任市政府副秘书长兼驻京办主任,白手起家,艰苦创业,两年时间就在京城建好了一栋近3000平方的“娄底在北京之家”大楼。

帮助别人,快乐自己,象“雷锋走千里,好事做万件”那样助人为乐。2021年7月,为庆祝建党100周年,娄底市委组织部、市直机关工委组织“讲讲我身边的优秀共产党员”宣讲比赛,宣讲朱鹏涛退休不退志、坚持学雷锋,像“一团火一头牛一杆旗”一样投身引领公益慈善志愿服务感人事迹的《初心如磐耀党徽》,初赛获一等奖,决赛获特等奖。

2003年至今,他退休后负责组建市慈善志愿者协会,担任会长已十年。他弘扬雷锋助人为乐精神,帮助别人,快乐自己,关爱弱势群体,组织帮扶平台,先后荣获全市、全省、全国最美志愿者、娄底好人、湖南好人、中国好人。2015年2月14日,朱鹏涛精心策划现场指挥的娄底市大型公益助学活动《穷娃盼过年——面对面捐助农村100个贫困学童》在娄底一中体育馆举行。这是湖南卫视支持的公益活动,当天在全省九个市州同时举行。朱鹏涛到长沙争取到了娄底主办权,又争取了市文明办、市教委、市机关工委等

多个部门的大力支持,使当天的活动圆满成功,从早到晚,爱心市民络绎不绝,现场捐款现金407.84万元,获全省九个专场第一。朱鹏涛从早晨七点忙到子夜一点,送走最后一名孩子和老师后才开车回家,由于太劳累,小车碰到了马路牙子上。

2021年4月18日,朱鹏涛组织的“十送乡村”活动在双峰县甘棠镇祠堂村举行。前一个月,他每天四处奔波,发扬雷锋的“钉子”精神,像雷锋一样“对工作象夏天一样火热”,争取了多个单位捐助资金、物资20多万元,慰问资助70名困难村民。活动当天雨下个不停,现场参与人数近两千。他冒雨指挥,头发全被淋湿,皮鞋泡在水里,也全然不顾。在发送慰问金时,一位90岁的抗美援朝老兵,握着朱鹏涛的手久久不愿松开,激动地说:“朱会长,你真是个活雷锋”。

十年来,朱鹏涛策划组织这种大型的“十送乡村社区”志愿服务活动58场,组织协会争取社会各界献爱心伸援手,关爱弱势群体2万多人,捐助现金1700多万元,协会在他的带领下先后荣获全市、全省、全国最佳志愿服务组织。他本人共捐助困难群众50多人,捐助金额2万多元。学习雷锋好榜样,踏着雷锋足迹走”,朱鹏涛这位年过古稀的老党员,心中永远充满阳光,充满激情,永远有诗和远方!

(唐敏 刘玘)

耄耋老人 拾金不昧暖心田

“彭细英老人是个大好人,真是非常感谢她,在寒风中站了2个多小时,送点礼品去都被她老人家拒绝了。”电话那头传来双峰县荷叶镇尖石村村民贺祥民连声致谢。

近日,双峰县荷叶镇天坪村联村工作组组长谢蓉、天坪村党总支书记肖文胜走访了天坪村拾金不昧老人彭细英。彭细英老人回忆说,2月17日下午,从邻近闲聊后回家经过一段马路,忽然发现马路旁有个白色“垃圾袋”,他顺手捡起来想带回垃圾桶,提着蛮重,感觉里面装了东西,由于她不识字,担心失主着急,于是站在路旁等失主,想着一定会回头来找,等到下午5点多。

这时,肖文胜恰巧骑摩托入户收缴医保费经过此路段,看到站在寒风中的老人,上前询问,了解情况。经肖文胜查看,确认快递里是厚厚的书籍,想必是有读书孩子家庭落下的,经快递上预留个人电话,拨通了对方的号码,在说明来意后,失主才从慌乱中淡定下来。

彭细英老人今年80岁,育有2个儿子,老伴是党员,曾担任过村干部,多年前因病去世,4个孙女,目前有两个大学生。“一个好家长就是一个好榜样,一个好家庭就是一种好教育,家长的一言一行都潜移默化影响着孩子。”彭细英老人说道。

荷叶镇是全国文明镇,荷塘村是全国文明村,该镇多个村、学校近年来纷纷荣获省市县文明村(校园)。荷叶镇党委、政府历来重视精神文明建设工作,以文明创建为抓手,让每个村富有文明内涵,又有“颜值”,以文明乡风暖群众的生活点点滴滴。充分利用村活动为载体,开展“好家庭”“好儿媳”“好婆婆”“好乡贤”“好组长”“文明家庭”等评比活动,持续提升宣传氛围,营造“讲文明、树新风”的良好环境。同时,积极打造1个新时代文明实践所,39个新时代文明实践站(3个示范站),深入推进新时代文明实践志愿服务活动,帮助特殊群众开展送温暖和关爱活动,切实解决群众“急难愁盼”问题,通过一系列活动和宣教,带动广大群众树立和践行社会主义核心价值观。(孙彪)

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




国际市场份额连续13年居全球第一

中国造船扬帆远航

船长399.99米,型宽61.3米,载重量达22.8万吨,甲板面积相当于3.5个标准足球场,满载后可达22层普通住宅的高度……日前,由南通中远海运川崎船舶工程有限公司建造的24188标箱集装箱船试航,我国超大型集装箱船再迎新突破。

船舶交付捷报频传、后续订单接连不断、产业升级稳步向前,近年来,我国船舶行业持续巩固全产业链竞争力,不断提升国际市场地位。近日中国船舶工业协会发布的《2022年船舶工业经济运行分析》显示,到2022年,我国造船业国际市场份额已连续13年位居全球第一。



需求旺、订单足、生产忙,眼下,不少船舶企业正开足马力,加紧建造。

江南造船在今年2月开启了“双坞双线”建造新模式。在有限的船台资源上,增加新的产品线、协调多型船舶的节点周期,将有效提升船舶建造节奏。今年,江南造船计划完成6批次20艘船出坞,出坞船舶数比去年翻一番。

沪东中华大力推动LNG船产能倍增计划。目前,长兴造船基地二期工程船坞、车间及配套设施等已具备雏形,计划于今明两年陆续完工投产。

外高桥造船将在今年迎来邮轮、民船、海工这三型产品完整交付的第一年。“预计全年交船23艘,产值同比增长40%。”外高桥造船总经理陈刚说。

补齐短板,加快产业升级

春节刚过,位于上海浦东的中国船舶集团外高桥造船厂区内一派繁忙,船坞里停满了正在建造的大型船舶。其中最引人注目的,无疑是总长323.6米、约24层楼高的首制国产邮轮。

大型邮轮是我国目前唯一尚未攻克的高附加值船型。自2019年10月首制大型邮轮开工点火以来,外高桥造船通过引进消化和自主创新,先后攻克了邮轮重量控制、安全返港等关键设计技术。

各式管线接连铺设、设备系统紧张调试、内部装潢加快进度,眼下,首制国产邮轮正紧锣密鼓加紧施工。到今年2月中旬,工程进展已达87%,整船预计将于今年年中出坞、年底命名交付。

“未来几年,我国船企将迎来交船的高峰期。2023年至2024年是大型集装箱船集中交付期,按计划将交付44艘1.5万标箱及以上大型集装箱船。2025年至2026年是大型LNG船集中交付期,多家企业属于首次建造大型LNG船。”李彦庆建议,船企全面加强生产计划、物资配套管理,坚持质量第一、安全第一,确保手持订单船舶按期交付。

对于船舶行业下一步的努力方向,行业专家也提出了一些建议。

一方面,要提质增效、把握节奏,提高订单质量。

“近两年来,全球新造船市场保持活跃,不同船型市场需求呈现轮动发展,大型集装箱船、汽车运输船、大型LNG船等新船价格大幅增长,在一年之内同型船的价格差高达数千万美元。”李彦庆说。

针对现状,李彦庆建议,船舶企业要加强国际航运与造船市场发展动态追踪,避免盲目跟风,结合自身手持船舶订单和船位安排情况,在保证企业生产连续性的前提下,优化经营策略,把握好接单节奏,进一步提高新接订单质量。

另一方面,要探索创新,化解人力资源不足矛盾。

“当前,我国船企生产快速增长与劳动力供给不足的矛盾日益突出,已成为制约行业高质量发展的重要因素。”李彦庆建议有关政府部门加大对船企职工招聘、专业岗位培训等的政策扶持,船舶企业也要探索改革用工模式,通过提高工人待遇、改善工作环境等措施保持员工队伍稳定,提高技术水平。

“此外,还可根据现有基础和条件,稳妥推进智能制造,提升生产效率,缓解劳动力不足问题。”李彦庆表示。

(刘志强)

实力突出,领先国际市场

“去年,我们创造了中国造船史上单笔LNG(液化天然气)运输船订单最大金额纪录,目前累计手持订单近50艘,生产任务已排期至2028年。”中国船舶集团沪东中华造船公司纪委副书记柳颖高兴地向记者说。

自2008年建造交付首艘国产大型LNG船“大鹏昊”号以来,沪东中华建造这一船型的技术不断进步。“从跟跑到并跑再到领跑,建造工艺已更新到第五代,效率可比肩国际先进船企。”柳颖说。

技术过硬,实力突出,才能赢得市场青睐。2022年,抓住全球大型LNG船市场需求走高机遇,我国船企积极作为、主动出击。

在中国船舶集团,除了“一马当先”的沪东中华,江南造船和大连船舶重工去年也成功实现LNG船首单承接,集团2022年累计签约大型LNG运输船订单49艘,合同金额超100亿美元,订单总量全球市场份额从2021年的不足7%跃升至2022年的近30%。

不只是在LNG船市场,2022年,我国广大造船企业抓住机遇、积极作为,交出一份亮眼的成绩单——

国际市场份额持续领先。2022年,全国造船完工量、新接订单量、手持订单量分别为3786万载重吨、4552万载重吨、10557万载重吨,分别占世界总量的47.3%、55.2%和49%,较2021年分别增长

0.1、1.4和1.4个百分点。

船舶出口金额保持增长。2022年1至11月,我国船舶出口金额238.5亿美元,同比增长7.9%。出口船舶产品中,散货船、油船和集装箱船仍占主导地位,出口金额合计123.8亿美元,占出口总金额的51.9%。

船舶企业主营业务收入和利润实现增长。通过强化造船大节点计划管理,实施生产线智能化改造,加强成本管理等方式,船舶企业大力推进降本增效。2022年1至11月,全国规模以上船舶工业企业1093家,实现主营业务收入4572.9亿元,同比增长8%,实现利润总额136.5亿元,同比增长70%。

新船订单质量持续提升。2022年,我国船企巩固优势船型市场领先地位,夯实了新船订单基础。在全球18种主要船型中,我国共有12种船型新接订单位列世界第一。其中,新接散货船、集装箱船、汽车运输船和原油船订单分别占全球总量的74.3%、56.8%、88.7%和166.1%。

“2022年,中国造船产能利用监测指数为764点,与2021年相比提高22点,达到近10年以来的最高点。”中国船舶工业行业协会秘书长李彦庆表示。

创新驱动,未来前景可期

戴上3D眼镜,即能身临其境。在中国船舶集团江南造船公司数字化展厅,记者“走进”一艘高度仿真的“数字船”,

将船舱内的情况尽收眼底。

“借助‘虚实结合’体验,设计师可以对整条船的性能、工艺进行全面深入分析。各部件安放的位置是否合适、是否方便后期维修,各舱室的温度、声音、光照、气流等是否舒适宜人,都能在设计阶段提前排查。”江南造船副总经理林青山说。

近年来,随着数字化转型深入推进,江南造船的设计周期显著缩短,建造效率大幅提升。据林青山介绍,过去造一艘2万箱级的大型集装箱船平均需28个月,现在只需16个月。

去年以来,船舶企业紧紧抓住创新这个“牛鼻子”,推动产业水平不断迈上新台阶——

高端装备取得新突破。2022年,2.4万标箱集装箱船、17.4万立方米大型LNG船等高端船型实现批量交船;10万吨级智慧渔业大型养殖工船、第四代自升式风电安装船等海洋工程装备实现交付。

绿色动力船舶快速增长。去年全年,我国船企新接订单中绿色动力船舶占比达到49.1%,达历史最高水平。

国产配套产品应用加速。李彦庆向记者作了具体介绍:“一方面,国产船用主机、船用锅炉、船用起重机、船用燃气供应系统等配套设备装船率持续提高。另一方面,船用高端钢材研制能力不断增强,大型集装箱船用止裂板全部实现国产替代,化学品船用双相不锈钢国产化率由不足50%提高至90%以上。”

(李恒)

为罕见病患者增添生命色彩

“瓷娃娃”“蝴蝶宝贝”“黏宝宝”……这些罕见病别名背后,是患者经历的常人无法想象的痛。

今年2月28日,是第16个国际罕见病日。了解罕见病,关爱罕见病患者,才能为更多罕见病患者增添生命色彩。

罕见病是诊疗难度极大的疾病,也是一个比较突出的公共卫生问题。目前,全世界发现的罕见病超过7000种。在我国,不少罕见病患者依然面临“诊断难、治疗难、费用高”的难题。

据调查,以往罕见病患者平均确诊时间为4年。更快更准被诊断是许多罕见病患者及其家庭的心愿。近年来,我国发布第一批罕见病目录、建

立全国罕见病诊疗协作网、开展罕见病病例直报、发布罕见病诊疗指南、加强罕见病医师队伍培训、印发国家罕见病医学中心设置标准……一系列推进罕见病防治诊疗工作的有力举措,让更多罕见病患者“被看见”。

“有药可用”事关罕见病患者的健康福祉。从全球范围来看,目前已知的罕见病中95%的罕见病无有效治疗药物。对此,我国不断提升罕见病药物研发能力,对罕见病治疗药品实施优先审评审批,探索同情用药。国家药监局数据显示,目前已有60余种罕见病用药获批上市。这是以人民为中心的生动体现,也照见医学卫生事业高质量发展的价值温度。

罕见病治疗费用高,是横在全球罕见病患者面前的一大难题。今年年初公布的最新版国家医保药品目录,新增7个罕见病用药。5年来,医保目录内药品数量新增618个,其中包括22个罕见病用药,覆盖法布雷病、庞贝病、戈谢病、脊髓性肌萎缩症等罕见病。这一惠民生的举措有效减轻患者的医疗负担,温暖着他们的心。

在健康中国建设道路上,对每一个小群体都要关爱、都不能放弃。随着社会各界的携手努力,罕见病医疗保障体系建设的不断推进,我们相信,越来越多罕见病患者的生命健康将会得到更好地呵护和保障。

(李恒)



《许你万家灯火》定档央视 展现科技强国“核”实力

由中央电视台、中国国际电视总公司、中国核工业集团有限公司出品,中国核电、核动力院、中核工程、中国中原、秦山核电、福清核电、鹿鸣影业、曲江影视、美霖文化等联合出品的电视剧《许你万家灯火》3月1日登陆CCTV-1综合频道。

同时,该剧将于开播当晚22:00在芒果TV、爱奇艺、腾讯视频、优酷等新媒体平台会员上线,次日22:00新媒体非会员上线并通过YouTube、i talkbb、华语电视等海外平台,实现欧洲、美洲、澳洲的同步播出。

近几年,主旋律剧集几乎撑起了国产剧市场的“半边天”。从《山海情》到《觉醒年代》,从《功勋》到《香山叶正红》……内容题材涵盖了历史革命、扶贫、扫黑、反腐等多种类型,实现了数量与质量的双向增长,取得了社会价值和商业价值的双向互赢。

电视剧《许你万家灯火》以中国完全自主知识产权的三代核电技术“华龙一号”诞生过程为创作题材,展现了几代中国核工业人三十多年的奋斗历程。剧集创新年轻化的表达手法,兼具价值引领和市场潜力,或将成为又一部主旋律爆款。

聚焦核工业发展史 以小见大展现大国崛起之路

电视剧《许你万家灯火》讲述了中国核工业人以非凡的志气、骨气、底气,为实现“中国拥有自己的世界一流核电站”这一强国梦而努力奋斗的故事。《许你万家灯火》通过几代人的“接力”奔跑,着力刻画了以林奇、孟晓薇、叶启辰、叶家明等为代表的核工业人的奋斗人生,传递了“青年向上,国家向前”的精神内涵。在叙事结构上,《许你万家灯火》专注于“人”与“人的故事”,以质朴、细腻的镜头,将人物命运的起伏置于时代变迁的大背景下,将“小家”与“大国”的命运紧密相连。以小见大的表达方式,

让角色形象更加鲜活、接地气的同时,也无限拉近了与观众的距离,从而引发受众内心深处的共鸣。

在选角上,《许你万家灯火》邀请到了郑业成、刘芮麟、李兰迪等深受年轻人喜爱的青年演员领衔担纲。在外形上,他们具有极强的可塑性,积极向上的形象亦与角色极为贴合。除此之外,该剧还囊括了郭晓东、海一天、杨童舒、安冬、宋奕星、邢岷山、王大奇、侯岩松等众多实力派演员,他们将共同为《许你万家灯火》的品质保驾护航。

1:1还原核电核心场景 以匠心制作致敬燃情岁月

作为聚焦核工业题材的电视剧作品,《许你万家灯火》坚持“忠于历史、真实还原”的重要原则。在剧本创作之初,主创团队走访了多位核工业专家,深入了解我国核工业发展的进程,并试图将“核电”这一生涩枯燥的物理知识转化为观众喜闻乐见的艺术作品,从而实现“历史真实”与“艺术表达”的和谐统一。

据悉,《许你万家灯火》中有大大小小200余个场景,人物多、场景散、拍摄难度大。为此,剧组在中国核动力的发源地——九〇九基地内置景,1:1复刻了主要场景十余个,包括第一座陆上模式堆主控室、核电大院、核电办公楼、核电家属楼、零号点、医院、图书馆、大礼堂等,高度还原了老一辈核工业人的研发和生活环境。

据了解,九〇九基地戏份拍摄完成后,所有场景均得到了完整保留,并作为宣扬核工业精神的爱国主义教育基地的重要组成部分。这也从另一个侧面印证了《许你万家灯火》对细节场景的严苛要求。此外,该剧在历史细节的考证、人物台词、特技呈现、音乐等方面均反复打磨,真切而有力地回应“为时代画像、为时代立传、为时代明德”的创作要求。(北青)

《新时代 新雷锋》文艺晚会 3月5日举行

《新时代 新雷锋》——纪念毛泽东等老一辈革命家为雷锋同志题词六十周年文艺晚会将于3月5日19:30在湖南卫视、芒果TV双平台联合直播。来自各行各业、不同年代的英模人物将在晚会中展现风采,讲述他们的奋斗故事。

据了解,本次晚会集结了众多优秀的老中青文艺志愿者,并特别邀请不同年代雷锋式的“凡人英雄”,通过情景歌舞、音诗画、互动讲述、短片等多种文艺形式,生动讲述这些“凡人英雄”的故事,以青春的乐曲谱写新时代新雷锋的赞歌。到场嘉宾有1964年在暴风雪中为保护384只羊的“草原小妹妹”龙梅、玉荣等时代楷模;有在工作岗位上发光发热的新时代行业优秀代表;有以实干传承奉献精神、敬业精神的各个“雷锋班”代表;有在全国各地用行动“为人民服务”的志愿者代表……他们在各自岗位上敬业奉献、奋斗拼搏,用实际行动诠释了雷锋精神代代相传。

此外,本次晚会特别邀请学生青春代表组成千人方阵团,创新打造全程、全景、全场互动式舞台,让“雷锋”和新时代“新雷锋”们成为主角。打造“一次穿越60年与雷锋时空对话”、“一轮‘雷锋七问’来自新时代的崭新回答”、“一群22岁年轻人从雷锋家乡出发的毕业旅行”等多个亮点环节,融合互动式表演,在创意满满的文艺节目中彰显雷锋精神精神的永恒,用青春的力量讲述雷锋在家乡湖南的成长故事,展现雷锋精神对当代青年的影响力。(新快)

梅西再次当选世界足球先生

北京时间2月28日凌晨,国际足联2022年度颁奖典礼在法国巴黎举行。去年率队夺得卡塔尔世界杯冠军的阿根廷球星梅西毫无悬念地当选年度最佳男足运动员(世界足球先生),职业生涯第七次获得该奖项。

根据国际足联公布的最终投票结果,梅西以52分排名第一,紧随其后的是与法国队一起获得卡塔尔世界杯亚军的姆巴佩(44分),效力于西甲皇家马德里队的法国前锋本泽马排名第三(34分)。

梅西获得这一奖项可谓众望所归。在本次评选的参考时间段(2021年8月至2022年12月),他累计出场74次,打入45球、送出34次助攻,并率领阿根廷队拿下世界杯冠军和美洲杯冠军,随大巴巴黎获得法甲和法国超级杯冠军。其中,在卡塔尔世界杯上,梅西踢满全部7场比赛,打入7个进球、送出3次助攻,是阿根廷队时隔36年重夺世界杯冠军的头号功臣。

从国际足联主席因凡蒂诺手中接过奖杯后,梅西特别感谢了阿根廷队的队友,“他们中有些也坐在这里,没有这个成就(世界杯冠军),我们就不会出现在这里。这是我职业生涯中最棒的事。我要感谢我的家人,感谢所有阿根廷人,他们以如此热烈的方式经历了本届世界杯。”

此前,梅西曾在2009年、2010年、2011年、2012年、2015年和2019年当选年度世界足球先生(其中2010年、2011年、2012年和2015年为国际足联与《法国足球》合办的国际足联金球奖)。今年第七次获奖,让他继续刷新自己保持的获奖次数纪录。

世界杯冠军的成就让阿根廷队成为本次颁奖典礼的大赢家——主教练斯卡洛尼当选年度最佳男足教练;在世界杯多次做出精彩扑救的达米安·马丁内斯当选年度最佳男足门将;阿根廷球迷获评年度最佳球迷。

此外,去年底去世的“球王”贝利获得特别贡献奖;巴萨女足队长、率队夺得“三冠王”的西班牙球星普特利亚斯蝉联年度最佳女足运动员(世界足球小姐);去年夏天率领英格兰队夺得女足欧锦赛冠军的荷兰教练威格曼当选年度最佳女足教练;主动放弃比赛,救助头部受伤对手的格鲁吉亚后卫洛乔什维利获得年度公平竞争奖;波兰残疾人运动员马尔钦·奥列斯基在本国残疾人(截肢者)足球超级联赛中打入的“飞身倒挂金钩”当选年度最佳进球。(赵晓松)



我家在娄底……

烟火人间 最念乡味

在这个烟火的江湖里,每一道食物的风味形成,都充满故事。这些看似平凡的食物,总是会让身处异乡的人倍感怀念。这些人间烟火,让这片土地上的人们,即使笃定明天的去向,也始终不忘昨日的来处。



吊满木莲的胜梅桥,距今有三百多年历史。(李炎林/摄)

三合汤 远行路上的乡愁记忆



罗正东教儿子罗丰调制牛血。(彭鹏/摄)

较好,那时有酒席就会有三合汤。”六年前,罗正东创业圆梦,在洋溪镇上开了一家属于自己的酒楼。因为三合汤名气大,酒店生意一直都很好,“前面打工二十多年都没有赚这五六年的钱多。”罗正东一脸满足地说。

酒楼后厨,正在紧锣密鼓地备菜。新买回的新鲜牛血,马上就要进行加工。罗正东抓住机会给儿子传授调制牛血的秘诀。儿子罗丰原本在外从事打字复印,如今回乡正努力试着接过他的衣钵。

新鲜的牛血煮出来脆嫩与否,调制过程全凭手感,这么多年罗老板从未失过手。嫩滑的牛血、脆口的牛肚、嚼劲满满的牛里脊,要将这三种不同口感的食材融于一道,十分考验功力。

须臾间,一碗酸辣鲜香的三合汤就出锅了。罗正东父子俩试吃了当天的第一碗三合汤,“今天的三合汤味道不错”,可以放心迎客了。

临近中午,罗正东的后厨已是忙得不可开交。在这里,三合汤的点单数永远是最高的。驱车几十公里来到这里的食客们,都有着挑剔的舌尖,他们乐意大费周章地,在这儿吃一回酣畅淋漓。正在酒楼里就餐的食客说,除了大饱口福,“三合汤可以驱寒祛湿”。对他们来说,外地朋友到了新化,领着来吃一次三合汤,是必须的“待客之道”。

“有城镇处,必有新化文印”。罗正东告诉我们,酒楼最忙的时候当属暑假和春节。在全国各地从事文印业的洋溪人,“学校放假了,他们就有时间回来了”。不管是年底归乡,还是春天里背上行囊走天下,他们总要充满仪式感地来吃一次三合汤。走得再远,惦念的依然是家乡味道。这些故乡的美食,穿过时光,抵达舌尖,那是令人眷恋的往日时光,也是远行路上的绵绵乡愁。

故乡的味道,总是熟悉而顽固。出走他乡,辛苦谋生的新化人,回到家里放下行囊,只有吃上了一碗热气腾腾的三合汤,才算是真正踏进了家门。

新化,古梅山之地,特殊的饮食习惯,构成了这里野性鲜明的烟火味道。三合汤,正是其中的佼佼者,以鲜辣爽脆闻名湖湘。

洋溪镇,位于新化县城西南部。作为新化的经济大镇,洋溪还有另一个响当当的别称——“中国文印小镇”。

暑假到来,小镇的外地车牌明显多了起来。从街口拐进来,这一条满是老行当和面馆的老街,仿佛被时光凝固住。小镇集市的每一个角落,都能感受到太平盛世里的平安喜乐。“市场红人”罗老板,要赶在更多人的前面,把三合汤的食材备齐。

罗正东的三合汤,不仅是酒家安身立命的标识,也是这个小镇的特色招牌菜。经过一番挑选,罗正东买到了满意的牛血、牛里脊和牛肚。罗正东的厨艺来自于父亲的教导,“因为我父亲以前是在农村里做厨师,三合汤做得比



湖湘名菜——鲜辣脆爽的新化三合汤。(彭鹏/摄)

“有得菜夹辣酱” 记忆里的妈妈味道

“三两米，啧啧香，有得菜，夹辣酱”。从双峰的这句民谣，可以想见辣酱在这里的江湖地位。如果外地客人到了双峰，饭桌上大抵会有永丰辣酱，它口感细腻，辛辣中带有一丝绵甜，在湖南的辣酱中独树一帜。

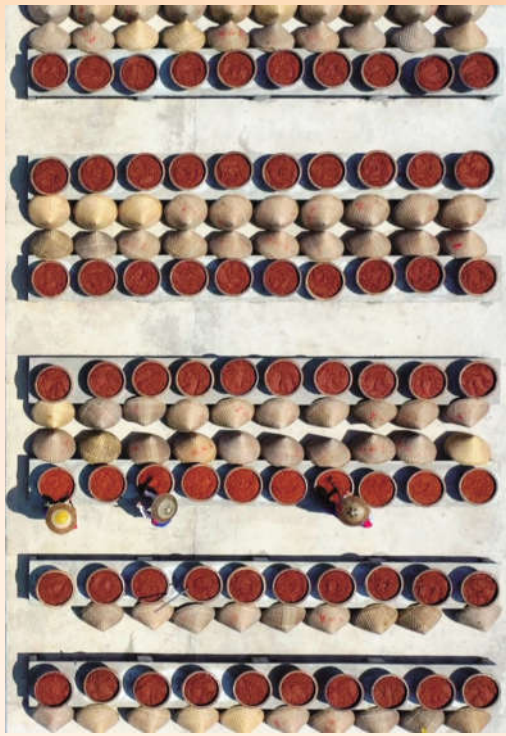
午后的老街，带着一丝慵懒。张小燕，当地有名的晒酱巧手。十多年前，她从婆婆手里学会了这门手艺，并创办了湘和森酱业。眼看晒酱的黄金季节要来了，她正四处寻找称心的工具——一种特制的“斗笠”。

进入三伏，辣椒大量成熟，阳光热量稳定，菌类开始活跃。双峰的家庭主妇们也开启了一年一度的盛事——晒辣酱。

空阔的酱场，有序排列着数百个酱钵。发酵充分的小麦酱坯，加入本地辣椒后，正在加速进行味道转换。七月流火，烈焰骄阳，此时地表最高气温接近四十摄氏度。张小燕和酱场里的工人一起顶着烈日翻晒辣酱。“一天要翻七八次，假如没有翻透就容易变味。”张小燕一边示范，一边叮嘱工人。

白天，辣酱接受烈日的炙烤。入夜，又可以享受露水的滋润。酱香日渐浓郁。每一个工艺细节，都是靠代代相传经验的积累。每到盛夏就一头扎进酱场的张小燕说，只要一天不去，“心里就会痒痒的，老是牵挂着这些辣酱，”只要闻到这个酱的香味，心里就开心。她说，想把辣酱晒好，也不难。“只要你用心去对待它们，总会有好的回报。”

这肆无忌惮的连续的骄阳，让今年的辣酱晒得格外成功。手机里不时传出来新订单的滴滴声，张小燕手脚麻利地打包发货，新出坛的永丰辣酱，将通过快递发往全国各地。“很多顾客辗转打听到我的电话，联系我给他们寄辣酱，说想念家乡的味道”。说到这里，张小燕眼里的光更亮了。



烈日骄阳下的永丰辣酱大酱场。(彭鹏/摄)

晒辣酱的工作即将收尾，周末张小燕到朋友的农庄，要好好犒劳一下家人和自己。一切准备就绪，永丰辣酱隆重登场。平淡的食材，经过一双巧手和细密的心思，成为不平凡的家常味道。辣酱蒸扣肉、辣酱回锅肉、辣酱炒鸡蛋，在浓郁酱香的激发下，再佐以丰收的喜悦，这是家人们最满意的下饭菜。



张小燕和工人在翻晒辣酱。(彭鹏/摄)



当年新出坛的永丰辣酱。(彭鹏/摄)

湘军水火席 承载历史与情感的家乡至味



林文连和儿子陈金龙在余庆堂里烹制水火席。(马驰/摄)



地方学者刘楚魁与陈金龙交流湘军水火席的礼仪文化。(马驰/摄)

历数百年而不衰的风味小吃，其背后承载着深厚的地域文化，凝聚着多样的风土人情。如果说永丰辣酱是一曲热烈烂漫的田野牧歌，那涟源杨家滩的湘军水火席，将湘军将领奔袭千里的纵横捭阖和坚毅傲岸，融进了这烟火味里。

据史书溯源，杨家滩古镇至少起源于唐代，鼎盛于明、清。它曾是湘乡、邵阳、安化交界处的交通要道，素有“小南京”之称，并流行“把把戏南岳山，花花闹闹杨家滩”的民谣。

水火席，原本是这里的人民用来敬奉水神和火神，祈求平安的席面。直到清朝末年，四处征战的湘军荣归故里，曾被当作湘军军宴的水火席，被赋予了新的意义。

地方学者刘楚魁介绍说：“据说是曾国藩把水火席的文化带入湘军，作为湘军的军宴，打了胜仗犒劳将士就用水火席，后来由于湘军在江浙一代招募了很多将士，他们吃不惯辣味，要求要有一点甜味掺在里面。”

从父亲手里接过烹制湘军水火席这门手艺，林文连的生活有了翻天覆地的变化。这位曾经一心想靠厨艺闯荡世界的餐饮女强人，最终被这个席面，拉回了山清水秀的千年古镇杨家滩。

清晨的古镇，天阔青蓝。提着竹篮的林文连，走过古朴的胜梅桥，准备到市场里挑选食材。在挤满顾客的猪肉摊前，看到提前预定的五花肉层次分明，“有七层”，质量上乘，林文连朝老板满意地点了点头。

这个传承了一百多年的席面，食材简单，甜辣交织的奇特口味，却能成功“俘虏”喜欢咸辣的当地人。林文连的儿子陈金龙也想把这门手艺学好。平时做事雷厉风行的林文连，指导儿子的语调变得舒缓温柔，“没有耐心就做不好水火席”，林文连反复说。

经过一上午的忙碌，湘军水火席隆重登场了。合菜、旗帜肉、精肉汤、黄花拌猪肝、酸辣猪肠汤、炒鸡、红烧鱼等十样荤菜按照固定的程序，依次上桌。菜品大方朴实，口味尚浓，注重菜肴的色彩和形象。做人要懂得和睦团结、珍惜人才、以和为贵，做事要坚定目标，百折不挠……每一道菜都有丰富的寓意。



曾被当作湘军军宴的水火席。(彭鹏/摄)

对很多人来说，吃水火席，是情怀。今天左邻右舍受邀相聚于此，大家吃得喜笑颜开，“记得还是小时候吃过，最喜欢的就是旗帜肉，还有酸辣猪肠汤。”“很好吃，现在很少吃到了。”吃得人生的酸甜苦辣，才能成为人上人。这也是祖先透过饮食，留给后人的生存哲理。

有人评说，如果把湘军的帅旗立在富厚堂，那在涟源的杨家滩就应该飘着一面威武的将旗，从胜梅桥顺着蜿蜒的孙水往下，老刘家、德厚堂、存厚堂、师善堂、云桂堂等建筑，如连绵的群雕，所有的历史都融进了这些古老的建筑里。湘军水火席，这段独特的饮食文化，另类记录了湘军那段金戈铁马的历史。

味道穿越历史，让我们看见祖先的足迹和身影，听见悠远过往的回响。烟火的江湖，归根结底，亦是历史文化的江河。

3月6日 星期一

中央电视台-1(综合频道)
09:24 三体(10-12)
13:15 山河锦绣(29-33)
20:06 许你万家灯火(7,8)
22:37 美术里的中国
22:54 山水间的家
中央电视台-3(综艺频道)
09:49 非常6+1
10:49 我的艺术清单:老艺术家系列冯骥才
11:44 文化十分
12:01 拿手好戏
17:36 天天把歌唱
18:09 中国文艺报道
18:34 综艺喜乐汇
19:30 开门大吉
21:53 艺览天下
22:53 暖阳之下(31-33)
中央电视台-4(中文国际频道)
09:00 中国舆论场
13:03 秘境之眼
13:11 青山不墨(2-6)
20:00 记住乡愁
22:00 美食中国
23:02 新居之约(8-10)
中央电视台-5(体育频道)
09:30 2023年世界速度滑冰锦标赛多项决赛
10:31 2022/2023赛季中国男子篮球职业联赛第31轮
12:57 2022/2023赛季斯诺克大师赛决赛
14:59 2022/2023赛季英格兰足球超级联赛第26轮
16:30 2023年四大洲花样滑冰锦标赛双人自由滑
22:05 2022年世乒联冠军赛澳门站单打半决赛
中央电视台-6(电影频道)
08:52 故事片:梭梭草
10:42 故事片:南口1937
12:37 故事片:整编岁月
14:23 科洛弗悖论(美国)
16:16 故事片:奇迹 笨小孩
18:25 故事片:白头小书记
20:23 故事片:东北警察故事
22:23 唐顿庄园(英国)
中央电视台-8(电视剧频道)
07:35 决胜零距离(23-27)
12:34 我们的日子(38)
13:31 麓山之歌(1-3)
16:29 高山清渠(7-9)
19:30 情满九道弯(35,36)
21:30 风雨送春归(32,33)
3月7日 星期二
中央电视台-1(综合频道)
09:24 三体(13-15)
13:15 情满九道弯(1-5)
20:06 许你万家灯火(9,10)
22:37 美术里的中国
22:54 山水间的家
中央电视台-3(综艺频道)
10:50 我的艺术清单:老艺术家系列冯骥才
14:53 星光大道
17:36 天天把歌唱
18:08 中国文艺报道
18:34 综艺喜乐汇
20:54 黄金100秒
22:50 剧场:暖阳之下(34-36)
中央电视台-4(中文国际频道)
10:12 远方的家
11:30 海峡两岸
13:11 剧场:青山不墨(7-11)
17:15 远方的家
19:30 今日亚洲
20:00 记住乡愁
21:30 今日关注
23:02 剧场:新居之约(14-16)
中央电视台-5(体育频道)
10:30 2022/2023赛季中国男子篮球职业联赛第32轮(北京首钢-深圳马可波罗)
12:35 艺术里的奥林匹克
12:57 2022/2023赛季斯诺克威尔士公开赛
14:59 2023年亚洲羽毛球混合团体锦标赛
16:31 2022/2023赛季欧洲冠军联赛1/8决赛第2回合
18:35 2022年世乒联世界杯决赛男单决赛
19:30 直播:2022/2023赛季中国男子篮球职业联赛常规赛第32轮(辽宁本钢-上海久事)

19:30 今日亚洲
20:30 海峡两岸
22:00 美食中国
23:02 剧场:新居之约(11-13)
中央电视台-5(体育频道)
10:31 2022/2023赛季中国男子篮球职业联赛第31轮
12:57 2022/2023赛季斯诺克威尔士公开赛
14:59 2022/2023赛季法甲联赛第26轮(巴黎圣日耳曼-南特)
16:30 2023年四大洲花样滑冰锦标赛冰舞自由舞
18:35 2022年世乒联大满贯赛新加坡站女单决赛
19:30 直播:2022/2023赛季中国女子篮球联赛决赛第1场
22:05 2022年世乒联冠军赛澳门站单打决赛
中央电视台-6(电影频道)
08:20 故事片:穿工服的青春
10:03 故事片:门巴将军
11:56 故事片:惊沙
13:50 环太平洋 雷霆再起
15:48 你是我一束光
17:55 故事片:北京爱上你
20:04 故事片:信仰者
22:23 故事片:情侠追风剑
中央电视台-8(电视剧频道)
07:35 决胜零距离(28,29)
09:34 跨过鸭绿江(1-3)
12:34 麓山之歌(4-7)
16:29 高山清渠(10-12)
19:30 情满九道弯(37,38)
21:30 风雨送春归(34,35)
23:08 幸福二重奏(20-25)

3月8日 星期三

中央电视台-1(综合频道)
09:24 三体(16-18)
13:15 情满九道弯(6-10)
20:06 许你万家灯火(11,12)
22:37 山水间的家
中央电视台-3(综艺频道)
10:38 我的艺术清单:老艺术家系列曹俊
13:26 向幸福出发
16:14 开门大吉
18:09 中国文艺报道
18:34 综艺喜乐汇
19:30 花开中国--2023年三八国际妇女节特别节目
23:54 暖阳之下(37-39)
中央电视台-4(中文国际频道)
10:12 远方的家
10:57 记住乡愁
13:16 剧场:青山不墨(17-21)
17:15 远方的家
20:30 海峡两岸
23:02 剧场:新居之约(17-19)
中央电视台-5(体育频道)
09:30 2023年世界单板滑雪锦标赛障碍追逐决赛
10:31 2022/2023赛季中国男子篮球职业联赛第32轮
12:57 2022/2023赛季斯诺克威尔士公开赛
14:59 2023年亚洲羽毛球混合团体锦标赛
16:31 2022/2023赛季欧洲冠军联赛1/8决赛第2回合
19:30 2022年世界举重锦标赛女子59公斤级决赛
22:05 2022年世乒联世界杯决赛
中央电视台-6(电影频道)
10:53 故事片:48小时
12:41 旋风司令韩先楚
14:26 故事片:萧十一郎
16:11 故事片:石兰峰
18:07 故事片:第一立案
20:13 故事片:突破口
22:23 玫瑰匠人(法国)
中央电视台-8(电视剧频道)
07:35 跨过鸭绿江(9-13)
12:34 麓山之歌(12-15)
16:29 高山清渠(16-18)
19:30 心想事成(1,2)
21:30 风雨送春归(38,39)
23:08 红旗渠(1-6)

3月9日 星期四

中央电视台-1(综合频道)
09:24 三体(19-21)
13:15 情满九道弯(11-15)
20:06 许你万家灯火(13,14)
22:37 山水间的家
中央电视台-3(综艺频道)
10:49 我的艺术清单:老艺术家系列曹俊
12:00 花开中国--2023年三八国际妇女节特别节目
13:43 越战越勇
18:09 中国文艺报道
18:34 综艺喜乐汇
20:26 我的艺术清单
21:22 开门大吉
22:49 鸡毛飞上天(1-3)
中央电视台-4(中文国际频道)
10:12 远方的家
10:57 记住乡愁
13:03 记住乡愁
13:16 剧场:青山不墨(17-21)
17:15 远方的家
20:30 海峡两岸
23:02 剧场:新居之约(17-19)
中央电视台-5(体育频道)
09:30 2023年世界单板滑雪锦标赛障碍追逐决赛
10:31 2022/2023赛季中国男子篮球职业联赛第32轮
12:57 2022/2023赛季斯诺克威尔士公开赛
14:59 2023年亚洲羽毛球混合团体锦标赛
16:31 2022/2023赛季欧洲冠军联赛1/8决赛第2回合
19:30 2022年世界举重锦标赛女子59公斤级决赛
22:05 2022年世乒联世界杯决赛
中央电视台-6(电影频道)
10:53 故事片:48小时
12:41 旋风司令韩先楚
14:26 故事片:萧十一郎
16:11 故事片:石兰峰
18:07 故事片:第一立案
20:13 故事片:突破口
22:23 玫瑰匠人(法国)
中央电视台-8(电视剧频道)
07:35 跨过鸭绿江(9-13)
12:34 麓山之歌(12-15)
16:29 高山清渠(16-18)
19:30 心想事成(1,2)
21:30 风雨送春归(38,39)
23:08 红旗渠(1-6)

3月10日 星期五

中央电视台-1(综合频道)
09:24 三体(22-24)
13:15 情满九道弯(16-20)
20:06 许你万家灯火(15,16)

22:20 冠军欧洲
中央电视台-6(电影频道)
08:31 故事片:照相师
10:35 故事片:火线青春
12:25 故事片:陈赓晋南大捷
14:11 生活本该如此(荷兰)
16:05 故事片:一点就到家
18:03 故事片:生死96小时
20:05 故事片:最后一次审判
22:13 译制片:新同学(印度)
中央电视台-8(电视剧频道)
07:35 跨过鸭绿江(4-8)
12:34 麓山之歌(8-11)
16:29 高山清渠(13-15)
19:30 情满九道弯(39,40)
21:30 风雨送春归(36,37)
23:08 幸福二重奏(26-31)
22:37 山水间的家
中央电视台-3(综艺频道)
10:54 我的艺术清单
12:06 拿手好戏
15:05 我的艺术清单
15:58 花开中国--2023年三八国际妇女节特别节目
18:34 综艺喜乐汇
22:51 剧场:鸡毛飞上天(4-6)
中央电视台-4(中文国际频道)
10:57 记住乡愁
13:16 剧场:青山不墨(22-26)
18:30 中国文艺
20:00 记住乡愁
21:30 今日关注
23:02 剧场:新居之约(20-22)
中央电视台-5(体育频道)
09:30 2023年世界自由式滑雪锦标赛U型场地决赛
10:31 2022/2023赛季中国男子篮球职业联赛第31轮
12:57 2022/2023赛季斯诺克威尔士公开赛决赛
14:59 2022年世界羽联巡回赛年终总决赛
16:31 2022/2023赛季欧洲冠军联赛1/8决赛第2回合
19:30 直播:2022/2023赛季中国女子篮球联赛决赛第2场
22:05 2022年世乒联世界杯决赛
中央电视台-6(电影频道)
08:29 故事片:五十八座 半
10:15 故事片:夜宿梨树湾
11:59 萧华挺进冀鲁边
13:45 铁人父子
15:27 平安中国之守护者
17:42 故事片:解放 终局营救
19:49 故事片:悬崖之上
22:23 译制片:黑豹(美国)
中央电视台-8(电视剧频道)
07:35 跨过鸭绿江(14-18)
12:34 麓山之歌(16-19)
16:29 高山清渠(19-21)
19:30 心想事成(3,4)
21:30 风雨送春归(40)

3月11日 星期六

中央电视台-1(综合频道)
08:32 三体(25-28)
13:15 情满九道弯(21-25)
20:06 许你万家灯火(17,18)
22:37 开讲啦
中央电视台-3(综艺频道)
09:50 非常6+1
10:49 我的艺术清单
11:47 拿手好戏
14:50 越战越勇
16:13 向幸福出发
21:51 我的艺术清单
22:50 剧场:鸡毛飞上天(7-9)
中央电视台-4(中文国际频道)
10:30 环球综艺秀
11:30 海峡两岸
13:30 中国绿
13:58 剧场:青山不墨(27-31)
18:00 中国文艺-致敬经典
21:30 今日关注
22:00 共和国符号
23:02 剧场:新居之约(23-25)
中央电视台-5(体育频道)
09:25 2023年世界单板滑雪锦标赛大跳台决赛
10:25 2022年世界沙滩排球职业巡回赛总决赛女子决赛
11:30 直播:2022/2023赛季美国职业篮球联赛常规赛、
14:00 直播:2023年世乒联大满贯赛(新加坡站)第1轮

16:30 2022/2023赛季中国男子篮球职业联赛第33轮
19:00 直播:2023年世乒联大满贯赛(新加坡站)第1轮
22:55 直播:2022/2023赛季英格兰足球超级联赛第27轮
中央电视台-6(电影频道)
08:35 译制片:小狗特福(波兰)
10:25 赵尚志智取五常堡
12:32 故事片:摩登年代
14:26 故事片:扫黑 决战
16:58 故事片:紧急救援
19:35 故事片:1921
22:32 舞动人生(英国/法国)
中央电视台-8(电视剧频道)
07:35 跨过鸭绿江(19-23)
12:34 麓山之歌(20-23)
16:29 高山清渠(22-24)
19:30 心想事成(5,6)
21:30 狂飙(1,2)
23:08 红旗渠(12-17)

3月12日 星期日

中央电视台-1(综合频道)
08:32 三体(29,30)
10:14 精选剧场
14:48 情满九道弯(26-29)
18:04 正大综艺
20:06 典籍里的中国(第二季)
22:37 山水间的家
中央电视台-3(综艺频道)
10:32 我的艺术清单
11:35 拿手好戏
14:34 花开中国--2023年三八国际妇女节特别节目
18:09 中国文艺报道
18:34 综艺喜乐汇
21:51 我的艺术清单:老艺术家系列韩美林
22:50 鸡毛飞上天(10-12)
中央电视台-4(中文国际频道)
09:33 国家记忆
13:30 鲁健访谈
13:58 青山不墨(32-34)
16:21 运河边的人们(1,2)
21:30 今日关注
23:02 剧场:新居之约(26-28)
中央电视台-5(体育频道)
09:30 直播:2022/2023赛季美国职业篮球联赛常规赛
12:50 直播:2023年世界职业拳王争霸赛
13:30 直播:2023年世乒联大满贯赛(新加坡站)第1轮
16:30 2022/2023赛季中国男子篮球职业联赛第33轮
18:35 2023年世乒联大满贯赛
19:00 直播:2023年世乒联大满贯赛(新加坡站)第1轮
22:00 直播:2022/2023赛季英格兰足球超级联赛第27轮
中央电视台-6(电影频道)
10:04 龙珠超:布罗利(日本)
11:58 战将周希汉
13:40 舞动人生(英国/法国)
15:48 故事片:八步沙
17:50 故事片:浴血誓言
19:53 千顷澄碧的时代
22:23 译制片:大黄蜂(美国)
中央电视台-8(电视剧频道)
07:35 跨过鸭绿江(24-28)
12:34 麓山之歌(24-27)
16:29 高山清渠(25-27)
19:30 心想事成(7,8)
21:30 经典剧场:狂飙(3)
00:03 红旗渠(18-22)
(节目如有变动,以当天播出为准)

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(周五20:10首播,周六20:10重播)
清廉娄底(周一20:30首播,周二12:15,周五20:25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20:35)
娄底人社(周四20:30,周五12:15,周

六20:25) 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)

娄底小偏方

米醋浸鸡蛋治手足皴裂

□ 献方人:邵方良

米醋500毫升,鸡蛋3个。将鸡蛋洗净,浸泡在米醋中,7天后将鸡蛋取出,用时患者洗净手足,将鸡蛋打碎,取蛋液涂于患处,连续外涂6天,即可治愈。

手足皴裂,俗称手足裂口,其产生原因较复杂,一般与遗传、营养、自身体质等因素有关,而冬天气候寒冷干燥也是诱发本症的重要原因。

米醋具有散瘀止血、解毒抑菌等功效,因醋含氨基酸、B族维生素、琥珀酸、糖分等成分,对皮肤有一定保护作用。温水中加米醋浸泡手脚,有松软皮肤、软化角质或减轻皮肤粗糙的效果。临床上有“手足皴裂”“湿疹性皴

裂”之病名,说明皴裂常与癣、湿疹相关,醋有治癣、止痒消肿的作用。鸡蛋有滋润、收敛、修复功效,经醋液泡数天,蛋壳全部被腐蚀掉,用来外涂皮肤,其蛋白及蛋黄油有润滑和柔软皮肤的效果。另外,经醋离子透入的鸡蛋,能刺激末梢神经,加强血管功能,还能改善局部代谢及营养状况,有治疗或减轻皴裂和粗糙的效果。据报道,有人采用上法治疗手足皴裂15例,有效率100%,一般在3~6天皴裂可消失。本方疗效可靠,患者可以试用。

提示:鸡蛋醋泡7天,将鸡蛋液放入瓶内装好备用。每次洗手后擦用,1日2~3次,初擦时裂口处或有灼痛感,但2~3天后可消失。



睡觉时卧室门还是关着好

你睡觉时,卧室门是开着还是关着?美国一位消防员在网上向大家科普了一个重要的防火盲区——睡觉要关门!

此前,美国某小镇的一处民宅发生了火灾,所幸房主和宠物犬都没有危险。但是卧室门两侧的对比足以证明“关门睡觉”的重要性。

卧室门外侧,即靠近火源的一侧墙壁和门已经完全被烟熏黑;卧室门内侧除了门框被熏黑外,其余部分基本完好。

关闭的卧室门在外侧严重受到火灾损伤时,仍能较好地保护卧室内的陈设。而如果这是一间有人住的卧室,那这扇关上的门就足以挽救一条生命。

研究发现:家中着火时,闭门卧室的平均温度低于37.7℃;而开门卧室的平均温度可能超过530℃,足以融化屋内的电器和摆设。即使是在火被熄灭后,敞开门房间内的温度也有近260℃。

除了高温外,火灾最可怕的是浓烟和一氧化碳中毒。美国消防安全研究所(ULFSRI)实验得出:开着门的卧室一氧化碳含量飙升至1%;而关闭房间的卧室里一氧化碳水平是前者的1/10。

不过上海市消防救援总队火灾调查处处长张晓锋表示,关闭房门躲避火灾还要具体情况具体分析,并不是说我们把房门关着、躲在里面等待就可以了。还是要第一时间观察火势发展,能第一时间逃生的话还是选择逃生,如果火灾火焰已经蔓延到周边,无法逃生的时候,那应该关闭房门。阻截火势蔓延和烟气的蔓延,可以采用湿木条、湿的衣物被褥,把门缝塞住,为受困人员争取时间,等待消防队员的救援。(张若冰)

19岁少年确诊阿尔茨海默病

近日,一则“19岁男孩患阿尔茨海默病”的消息冲上热搜。这一案例也让很多人意识到,阿尔茨海默病不是老年人的“专利”,年轻人也要提高认知和早防早治的意识。

少年短期记忆严重丧失

不久前,19岁男孩小程在父母陪同下来到医院求助。原来,小程17岁时开始出现注意力难以集中的情况,一年后短期记忆丧失明显。学习成绩也从班级中等以上水平,滑落到了末位,最终无法完成学业,不得不退学。

首都医科大学宣武医院神经疾病微创中心主任、神经内科主任医师贾建平介绍说,小程短期记忆丧失严重到常常会连昨天吃的什么饭也记不住,东西放在什么位置也经常忘记,因此总会找不到东西。

经过头部核磁扫描等全面检查和评估后,小程最终被诊断为阿尔茨海默病。专家表示,这位患者没有阿尔茨海默病

家族史,现有手段也无法查到基因突变,发病年龄十分罕见。

忘不等于阿尔茨海默病

阿尔茨海默病根据国际标准,一般以65岁为界分为早发型和晚发型。贾建平主任也表示,在门诊中,四五十岁的中年人出现记忆下降的现象比较多。

记忆力下降是阿尔茨海默病最典型的症状,不少人担心,自己生活中也经常会出现忘事,记忆力衰退,是不是阿尔茨海默病前兆呢?

贾建平主任解释,“忘”不等于阿尔茨海默病,阿尔茨海默病的忘主要是情景记忆障碍,也就是时间、地点、人物等要素发生了严重的记忆丢失,患者会把过去的事、近期的事都慢慢地忘掉。“偶尔忘一件事儿,我觉得问题不是那么大。如果总是忘事,总是固定在某一个认知域当中的忘事,就应该提高警惕,到专业医院进行检查。”

如何延缓记忆力衰退

提高记忆力,目前全世界尚无特效药物,如何攻克记忆力衰退的难题,可以说预防远大于救治。专家介绍,阿尔茨海默病出现明显的症状之前有一个中间阶段,叫轻度认知障碍,而在此之前就是无症状期。去年,阿尔茨海默病无症状期的诊断,被中国科协列为十大前沿问题之首。

据了解,通常60岁以后,阿尔茨海默病的发病率会逐年增高。重点人群可以提早进行专业检测,早发现、早干预。贾建平主任进一步补充道:“除了家族史、遗传因素等,阿尔茨海默病还与环境因素和其它不良生活习惯以及共病有关,比如,一个人同时患有糖尿病、高血压、心脏病、脑血管病等多种疾病。”

想要延缓记忆力衰退,专家建议,要“管住嘴,迈开腿,勤动脑,多社交,记忆好”。即坚持食用7种以上推荐饮食(包括:谷类、蔬菜、肉类、鱼类、饮茶等共12种),每周不少于150分钟的中等强度或不少于75分钟的高强度体育锻炼,每周不少于两次的社会活动,每周不少于两次阅读思考和书写等。(央视)

遗失声明

兹有经营业户李呈泉的道路运输经营许可证(证件号码:431382202466)不慎遗失,特此声明作废。

兹有经营业户涟源市益仁堂物流有限公司的道路运输经营许可证(证件号码:431382202158)不慎遗失,特此声明作废。

兹有经营业户刘嘉柱的道路运输经营许可证(证件号码:431382204311)不慎

遗失,特此声明作废。

兹有经营业户湖南大华洁净煤业有限公司的道路运输经营许可证(证件号码:431382202100)不慎遗失,特此声明作废。

兹有经营业户肖成松的道路运输经营许可证(证件号码:431382202467)不慎遗失,特此声明作废。

兹有经营业户刘长军的道路运输经营许可证(证件号码:431382202220)不

慎遗失,特此声明作废。

兹有经营业户肖乾的道路运输经营许可证(证件号码:431382203583)不慎遗失,特此声明作废。

兹有经营业户谢媚的道路运输经营许可证(证件号码:431382202436)不慎遗失,特此声明作废。

兹有经营业户湘KG1681的道路运输证(证件号码:431382205769)不慎遗失,特此声明作废。

遗失声明

原娄底市红颜雅韵旗袍协会现更名为娄底市华服礼仪文化促进会,不慎遗失开户许可证一张,统一社会信用代码:51431300MJK360968C,核准号为:J5620002818401,特此声明作废。

遗失声明

兹有经营业户彭立长的道路运输经营许可证不慎遗失,道路运输证号:娄431322202424,特此声明作废。

遗失声明

娄星区老湘好餐饮店不慎遗失食品经营许可证正本、副本原件,许可证编号:JY24313020385801,特此声明作废。

遗失声明

李黎生不慎遗失湖南省非税收入一般缴款书一份,编号:3898451485,征收单位:娄底市娄星区人民法院,开票日期:2021年6月9日,金额:3262元,备注:(2021)湘1302民初4109号,特此声明作废。

运动后,这些习惯要不得

春季是天地万物阳气初生的时刻,应顺应自然界阳气的生发,进行适当的健身运动。爬山、散步、快走、骑自行车、打羽毛球、游泳等室内外运动都有益于养生,但有些人在运动过后常存在以下一些不良习惯。

蹲坐休息 这是非常普遍的做法,运动结束后感觉疲惫,就蹲下或坐下认为能省力和休息,其实,这是一个错误的做法。健身运动后立即蹲坐下来休息,会阻碍下肢血液回流,影响血液循环,加深肌体疲劳。因此,每次运动结束后应采取“踩刹减速”的方式进行调整,进行一些低热量如稍舒展肢体或者简单深呼吸,促使四肢血液回流心脏,以利于还清“氧债”,加快恢复体能。

贪吃冷饮 运动往往使人大汗淋漓,随着大量水分的消耗,运动过后总会有口干舌燥、急需喝水的感觉,以年轻人为主,大多喜欢买一些冷饮解渴。然而此时人体消化系统仍处于抑制状态,消化功能低下。且运动过后阳气处于蓬勃发展的时刻,若图一时凉快和解渴而贪吃大量冷饮,极易抑制阳气的生发且耗伤阳气引起胃肠痉挛、腹痛、腹泻,并诱发肠胃道疾病。所以,运动后不要立即贪吃大量冷饮,此时适宜补充少量的温开水为宜。

立即吃饭 运动时,特别是激烈运动时,运动神经中枢处于高度兴奋状态。在它的影响下,管理内脏器官活动的副交感神经系统则加强了对消化系统活动的抑制。同时,在运动时,全身血液也进行重新分配,而且比较集中地供应了运动器官的需要,而腹腔内各器官的供应相对减少。上述因素使得胃肠道的蠕动减弱,各种消化腺的分泌大大减少,它需



在运动结束20-30分钟后才能恢复。如果急忙吃饭,就会增加消化器官的负担,引起功能紊乱,甚至造成多种疾病。

骤降体温 运动时,肌体表面血管扩张,体温升高,毛孔舒张,排汗增多。中医理论认为肺主皮毛,卫阳护卫人体肌表,运动时卫阳蓬勃发展,肺气得以调畅。倘若运动后立即走在风口纳凉小憩,或图凉快用冷水冲头,会导致卫阳受损,毛孔闭塞,肺气宣降不畅引起体温调节等生理功能失调,免疫功能下降而招致外邪入侵,疾病发生。因此,运动过后不宜聚降体温,反而应当注意保温。应适当休息至体温恢复正常。

立刻洗澡 大多数人认为运动后立即洗澡这样既可去污又可消除疲劳。其实,这种做法并不科学。因为在运动时,流向肌肉的血液增多,回心血量减

少。停止运动后,这种情况仍会持续一段时间,如果这时立即洗热水澡,就会使血液不足以供应其它重要器官,如心脏和大脑供血不足,就会感到头昏、恶心、全身无力,严重的还会诱发其它疾病,因此应格外注意。

吸烟 运动后体内代谢加快,需要排出代谢废物和增加氧气供应和恢复脏器供氧,若运动后吸烟,吸入肺内的空气混入大量的烟雾,肺脏宣发肃降和呼浊纳清的功能失调,且当人体吸入这样的带雾空气,导致机体缺氧影响脏器功能。

饮酒解乏 剧烈运动后人的身体机能会处于高水平状态,此时喝酒会使身体更快地吸收酒精成分而进入血液,对肝、胃等器官的危害就会比平时更甚。长期如此可引发脂肪肝、肝硬化、胃炎、胃溃疡、痴呆症等疾病。(周鸿图)

初春易感冒防治办法多

感冒是春季较常见的病,在生活中,通过以下一些方法,可以有效预防感冒。大家不妨一试。

热水泡脚 每晚用热的水泡脚15分钟,要注意泡脚时水量要没过脚面,水温以30℃-40℃为宜,双脚泡至发红,可达到预防感冒的效果。

按摩鼻沟 两手对搓,掌心热后按摩迎香穴(位于鼻沟内、横平鼻外缘中点)十余次,可以预防感冒及在感冒后减轻鼻塞症状。

呼吸蒸汽 初发感冒时,在杯中倒入开水,对着热气做深呼吸,直到杯中水凉为止,每日数次,可减轻鼻塞症状。

两手对搓 搓手对降低感冒的发病率大有功效。因为搓手可促进血液循环、疏通经络、增强上呼吸道抵御感冒的免疫功能。

喝白开水 初春时节,气候干燥,人体极易缺水,常喝白开水,不但能保证人体的需要,还可起到利尿排毒、消除体内废物的功效。

多吃“红食” “红食”是指食品为红色、橙红色或棕红色的食品,如红辣椒、胡萝卜、南瓜、西红柿、洋葱、山楂、红苹果、红枣等,这些食品的一个共同特点是含有丰富的β-胡萝卜素,可防治感冒。

姜蛋疗法 取50克生姜加水煮沸,放入鸭蛋2个,搅匀,再加白酒20毫升,盐少许,煎煮5分钟即可,吃蛋喝汤后盖被休息,对冬春季感冒的防治效果最佳。

体育锻炼 坚持进行体育锻炼,如散步、跑步、爬山、打球、练拳等,可提高机体的御寒能力,对防止感冒的发生有良好效果。(彭霞)

孕期合理运动有助自然分娩

怀孕后,制定合理的饮食计划往往是准妈妈们的重头戏。但与此同时,切莫忽略孕期运动保健。孕妇不是病人,不需要总是卧床休息,也不必担心因为运动危害到腹中的宝宝。科学、合理的孕期运动能减轻身体不适,还可以有效控制体重,并有助于胎儿的生长发育及自然分娩。

提高血氧含量 适当、合理的运动能促进孕妇的消化、吸收功能,也可提高供给腹中宝宝充足的营养。增进血液循环后,能提高血液中氧的含量,消除身体疲劳和不适,保持精神充沛和心情舒畅。

利于婴儿发育 适当的运动,加速了羊水的循环,从而刺激胎儿大脑、感觉器官以及循环和呼吸功能的发育。运动可促进新陈代谢,胎盘获得外界更多营养物质,能更好保护胎儿并使其健康成长。

利于顺利分娩 适当进行低强度的活动,可有效增加孕妇的体质,增强免疫力。此外,还可以增强腹肌、盆底肌、会阴肌的收缩能力,并改善盆腔内的血液循环,有利于婴儿顺利娩出。

不同孕期选择不同项目 在妊娠早期,身体没有异常时可参加一些不剧烈的活动,如短途自行车、简单体操等;到妊娠中期,则可以选择一些节奏缓慢的运动项目,如打太极拳、散步等;在妊娠末期,散步可以帮助胎儿下降入盆,



松弛骨盆韧带,为分娩做准备。

游泳也是孕妇们可以参加的一项运动。游泳可持续到孕末期,但最好在温水中进行,水温过低容易使肌肉发生痉挛。注意,胎膜破裂后,应停止此项运动。

头三个月不能盲目运动 在怀孕的前三个月无不适时才能选择运动,因为胚胎着床还不太牢固。运动不当很可能会导致流产。

选择户外阳光下运动 孕期运动,尽可能到空气清新,氧气浓度高、尘土和噪音少的地方,对母体和胎儿的身心

健康大有益处。阳光有利于孕妇身体对钙和磷的吸收、利用,为供应胎儿骨骼发育做好准备,也可防止孕妇本身骨骼软化症的发生。

做好运动时的防护 注意保暖,以免着凉,衣服要宽松,穿合脚的平底鞋。

感觉劳累要休息 即使在怀孕的4月到7月份,也不能掉以轻心,运动还要把握适度的原则。当感到累时,就停下来休息。如果怀了双胞胎,不要随意运动,最好征得医生同意。

(据《大众卫生报》)

运动辅治高血压

高血压病分原发性与继发性两种,以下介绍几种原发性高血压的运动疗法,坚持每日2-3次,每次20-30分钟,配合药物治疗,可获良好效果。

按摩头面 两手擦热,擦面数次,然后自额前如梳头状向脑后按摩数次。再从前额两侧向后至枕部,然后沿颈部向下分按两肩转至颈前,向下按摩至胸部,反复按摩20次左右。

甩手 自然站立,两臂前后自然放松摆动100-200次。

平举运动 两脚自然开立,左臂前举,右臂侧举,然后左臂经下向外绕环至前举,右臂经下向内绕环至侧举,重复上述动作,但方向相反,连做10次。

伸展运动 两脚前后开立,左脚在前,右脚在后,两手上提至胸前平屈,继续上提并翻掌上举。然后两腿慢慢下蹲成全蹲,同时两臂由体侧下落到体前,手指相对,掌心向上。身体慢慢直立,同时两臂上提并翻掌上举,反复做10次。换右脚在前,做10次。两手上提时吸气,下落时呼气。

捶背 两脚自然开立,两手半握拳由下向上,同时捶击腰背部10次,边捶腰背部上体边向前倾约45度。两拳再由上到下捶击10次,边捶腰背部上体边向后倾。

拍胸部 两脚自然开立,上体右转,同时带动两臂屈肘,右掌心在心前区拍打,左手背在后心区拍打。拍打10-15次。(李晓梦)

囧爸窘妈



近日,我在茶楼喝早茶。邻座一位操着外地口音的大爷找服务员要了碟辣椒酱,很专注地将酱涂在嫩白的广式肠粉上,然后才满足地吃起来。

这波操作,我好熟悉!记忆之门马上被打开,想起那些年我与爸妈外出旅行时在吃、住、行上经历的种种囧态与趣事。

不对味与不对胃

民以食为天,食以安为先。出门在外,若吃得不得意或不安心,就会麻烦不少或笑料不断。

2007年,在广西北海涠洲岛码头,爸妈见到刚刚打捞上岸的新鲜海味,好奇不已,挪不开脚步。我看了看,还算货美价廉,点了一大桌,一家人饱餐一顿。

未料想,老妈脾胃虚寒,上吐下泻,脸色惨白;老爸皮肤过敏,麻疹发作,挠到气喘。

幸亏从医的家婆在我背包里塞了和胃整肠丸、抗过敏药片等,分别让两人服下,到后半夜才转危为安。

从此,二老出门也必定随身携带急救包,备好常用药品。

2014年,游珠海。当时电视剧《父母爱情》正热播,主人公江司令第一次品咖啡、吃西餐的囧态,惹得爸妈笑出了眼泪。我灵机一动,决定带他们试试西式自助餐。

老妈像个好奇宝宝,每张食品台前都会停留,连菜牌上的字都认不全的都要壮着胆子取一点,且努力地认真地用起了刀叉,慢条斯理地吃起来。不喜冷食的她犹豫着舀了一勺冰淇淋,冰到牙痛,一口吐了出来,又怕被旁人笑话,赶紧用纸巾遮住。

老爸则成了郁闷宝宝,围着百余道菜品和三十多款糕点转了两圈,还是无从下手。老妈从面食摊取来一碟蘸酱,劝他就着酱吃个煎鸡蛋算了。老爸舔了下酱,吐了出来,受不了那甜酸味。这份窘态恰巧被主厨看在眼里,表示非常理解“不对味”的痛苦,火速遣人买来一瓶老干妈。

老爸一脸苦逼地又转了一圈,取来一块战斧牛排,两面都涂上老干妈,用手抓住骨柄,大口大口地啃起来。老妈戏谑道:又一个江司令来了!不会用刀叉还能旁若无人地自信!

自此,老爸远行必定把老干妈

揣兜里,自嘲道:“亲妈都不如老干妈好。”

方便与不方便

人在旅途,住很重要。老人要休息好,体力才能跟得上。

起初,我念着爸妈操劳大半生,骨头里都熬出了苦水,现在“再苦也不能苦父母”了。于是,我巧用消费积分兑换最好的酒店客房,原以为那份轻奢感会得到二老好评,但往往事与愿违。

2013年游澳门,为了体验枕着海风、听着涛声入眠,我预订了黑沙滩边的度假酒店。

“这个酒店不适合我们住!”刚入客房,老爸就敲我房门,惆怅地说。

“怎么了?八字不合?”我开着玩笑。

“八字倒是合,‘十’字不合。”他看上去很沮丧。

哈,他在卫生间遇到了拦路虎——日本进口的全自动马桶,操作面板上有很多按键,只有日英两种语言,陷入了“识字不合”的窘急之中。

我教了数遍,两人还是没信心,只好带去一楼大厅,用公用的普通马桶。老人起夜频繁,当晚不得不多次往返一楼。

“人有三急,马桶是用来方便的,那洋玩意儿也太不方便了嘛!”多年以后,老妈仍在抱怨它。

2014年在深圳。清晨六点,老爸就电话我,着急万分地说两人放在床头的手机手表都不见了,怀疑被客房服务员顺走了。我安慰他不会发生这样的事。去他房间翻箱倒柜掀床垫,折腾一个钟头,未果。

“算了吧,反正也不是什么值钱的东西。”我随口一说。

“你不晓得呢,不是钱的事,是没有它我就很不方便!”老爸很焦急。

原来,上幼儿园的儿子好奇心旺盛,两块表被他锁进了保险柜,还当玩具似的将密码锁盘转了无数圈。酒店工程师琢磨了半个钟头都打不开,只好请求厂家电话指导,好半天才解开。

“你为什么要把手表藏起来?”气得老爸扬手,假装要打外孙。

“我没藏。这里说‘请把贵重物品存放在保险柜’。”儿子指着指示牌,将“存放”二字念得很大声。

“我的手表不是贵重物品,是方

便物品!”老爸笑着说,“你锁住它,我的方便就变成不方便了。”

半斤与八两

带老人出门,行走于云水间。有时,风景在路上;有时,风景在心里。

除了吃和住不习惯,他们两人在“行”字上很适应,是我羡慕的“三不”人士:不晕车、不晕船、不晕机。总能像个孩子似的,走到哪看到哪,对当地风土人情充满了好奇。

然而,两人若在旅途中互怼起来,却让我窘急万分。

2006年,在前往北京的飞机上,老爸一直念叨着:“不到长城非好汉,一定要当一回好汉!”

我们选择了登居庸关前哨——八达岭。花了半小时,我们才爬完南面入口处的两个烽火台。老爸发现离位于北八楼的好汉碑还有十来里路,就说:“哎呀,只要到了长城就是好汉了,回去算了吧?”

“哼!我早就知道你是个懒汉,做不了好汉!”老妈立刻开怼。

“你行,你上,你去做个好汉!”老爸气得脸红,一屁股坐下,赖在石阶上一动不动了,我怎么劝都不起身。

我窘促得不知如何是好。抬头一看,老妈正迈着轻快的步子,快要消失在人群中。我只好嘱咐老爸呆在原地别动,赶紧起身去追老妈。

我刚爬过下一个烽火台,就发现蹲坐在城墙脚的老妈,也赖着不走了。

“看来,你也是懒汉,当不了好汉嘛!”我挑畔地说。

“嘿,我哪怕只比他多爬一级,就是好汉!”老妈狡黠地一笑。我秒懂这种“此生只赢你一人”的心理剧本。

“你一定要爬上去,到好汉碑给他拍个相。”老妈这样要求我。我又秒懂这种“你是我的眼”的心灵投喂。

我料想她打算在此等我,假装和我冲顶了,向老爸炫耀一番。我赶紧以飞机般的速度冲顶,匆匆在好汉碑打卡拍照,以火箭般的速度往下冲。当我发现自己已经冲到了城墙脚时,吓了一跳:一路并没有看见老妈和老爸!

老爸手机打不通,老妈当年还没有自己的手机。本来一路狂奔到气喘的我,急得头晕、出汗,好半天才在广场的零食摊边看到正有说有笑的他们。

“水和零食在你包里,钱包在我包里。我掐指一算你爸肚子该饿了,就来找吃的了……”老妈得意地说。

我才读懂她:看风景,不重要;照顾他的需求,最重要!

老爸与老妈青梅竹马,相识近八十年,执手六十载,形影不离,无话不谈,彼此熟悉到像是住了对方大脑子里。

两人都对墓葬文化有浓厚的兴趣,去过马王堆、南越王墓等。我隐约记得在北京参观明十三陵时,神道入口处有六道门,导游分别介绍了求财、求子、求缘等应从哪道门通过。他俩毫不犹豫地牵着彼此的手,选择了来生还能续缘的那道门。

从竹马之交到秦晋之好,从青春年少到两鬓斑白,他们一起苦过、笑过,从未分开过,生死相依。

感恩上苍垂怜,给我机会陪他们囧一阵,窘一场!愿爱有来生!

(成省敏)

野菜最抚凡人心

在朋友的推荐下,我开始看起了李子柒的视频。视频中,这个女孩用极具东方特色的生活元素,把典雅朴素的田园生活展现得淋漓尽致。其中最吸引我的,是她那大道至简的美食视频,没有过多的掺杂,没有珍稀的材料,没有繁复的步骤,只是寻常百姓家的食物,却轻易地击中了我的心房。

经常听到周边的人说,李子柒火了。真正看过她的视频之后,我才明白她火的原因——大抵就是那份满满的人间烟火气,让每个人都能找到内心的一份慰藉。而在我的记忆里,同样有着这份烟火气息的,自然少不了童年时的各种野菜。

小时候在乡村生活,物质相对匮乏,一日三餐,大多是粗茶淡饭。恰逢当时正是长身体的时候,肚里的馋虫时不时地会跳出来作祟,每每此时,母亲都会包一顿荠菜饺子给我解馋。那入口的滋味,至今终身难忘。

荠菜便是一种野菜,起源于中国,我国从南至北分布很广。在乡村,田间、路边、山坡随处可见。

初春时,暖阳高照,淡淡的微风轻拂过脸颊。母亲一手挎着菜篮子,一手拉着我去挖荠菜。那时候的母亲还很年轻,走起路来,轻快而有力。小小的我,跟在她身后,觉得她就是世界上最高大的人,有多少风雨,她都能替我挡住。

母亲在村里干活是出了名的麻利,每天家里收拾的干干净净,地里农活也样样在行。除草、打药、施肥、杀虫……哪里都有她迅捷的身影。

到了田地里,母亲开始教我挖荠菜的步骤要领。母亲说:“挖荠菜,要用力把它的根挖出,根比叶子好吃,越嚼越有泥香味。”我心里觉得这是多么简单的事情,可真正挖起来的时候,不是这里断了,就是那里没了,一根完整的荠菜也没挖好。母亲看着我笨拙的样子,语重心长地说道:“挖荠菜,这个看似简单的动作,其实包含了很多学问,因为荠菜挺难挖的,会因为干旱的缘故,荠菜变成土黄色,不仔细根本看不到,只看到一片片的麦蒿。”母亲笑笑,示意我去一旁玩耍。等她亲自上阵,不一会,一篮子荠菜就挖好了。

“走,回家,包饺子。”听到母亲的这句话,我开心起来步子飞快,一路上快乐地蹦蹦跳跳。

到家后,母亲把新鲜荠菜摘洗干净,然后切碎放入盆中,加入虾皮、精盐、味精、酱油、葱花、素油、麻油,配上过年才能吃的猪肉,拌匀成馅。那香味,即便在许多年后,我还感觉像是一呼吸就在嘴边。

荠菜饺子上桌后,我迫不及待的便往嘴里填,根本顾不上烫。一口荠菜饺子咬下去,满满都是春天的气息。猪肉的肥肉油脂多正好粘黏住荠菜,而且剁碎了的猪肉泥容易入味,加上不会被猪肉味道覆盖的荠菜香味,又缓解了猪肉的油膩感,给口腔带来猪肉的香味,又带来了荠菜清甜口感,仿佛恰好凑成人间的至极美味。

除了令人难忘的荠菜,伴随童年的野菜还有槐花、榆钱、马齿苋、蒲公英、三叶草等等。它们每一个都带着独特的滋味,点缀着童年的时光,也在教会我们感恩大自然的馈赠。

长大以后,渐渐吃过了各种山珍海味,珍馐美食。可每当腹中的馋虫再次活跃时,心里还是最想念那些野菜。若问及原因,大概因为我们都是凡人,而野菜,最抚凡人心。

(陈赫)

把雷锋精神 代代传承下去

【习近平总书记在参观抚顺市雷锋纪念馆时的谈话 2018年9月28日】



湖南省文明办 宣 雷锋精神公益广告基地 出品