



3411亿元!一季度全国减税“成绩单”出炉

记者23日从国家税务总局了解到,随着今年首个季度申报“大征期”结束,一季度减税“成绩单”已经出炉。数据显示,今年一季度,全国累计新增减税3411亿元。“今年以来,全国税务系统坚决贯彻党中央、国务院大规模减税降费的重大决策部署,牢固树立落实减税降费政策是政治任务、硬任务的理念,采取一系列措施,确保各项政策落地生根。”国家税务总局减税办常务副主任、收入规划核算司司长蔡自力说。

中国去年人均阅读12.4本电子书 全民数字阅读迎5G时代

近日,第五届中国数字阅读大会在杭州召开。会上发布的《2018年度中国数字阅读白皮书》显示,截至2018年,中国数字阅读用户总量达到4.32亿,人均数字阅读量达到12.4本,人均单次阅读时长达71.3分钟。我国数字阅读整体市场规模已达到254.5亿元,同比增长19.6%,大众阅读市场规模占比逾九成,是产业发展主导力量。

2019年云南森林覆盖率力争达60.7%

近日,记者从云南省林业和草原局获悉,今年,云南计划营造林800万亩以上,森林覆盖率力争达到60.7%。绿水青山就是金山银山,退耕还林更是可以减少水土流失、改善生态环境,是生态建设的重要组成部分。今年,云南省将全力开展国土山川“大绿化”,统筹推进自然生态“大保护”。全年计划完成营造林800万亩以上,退耕还林还草和陡坡地生态治理300万亩以上,全民义务植树1亿株以上,实施退化草原恢复和治理250万亩以上,森林火灾受害率低于0.9%,林业有害生物成灾率低于4%,湿地保护率达到50%以上,森林覆盖率力争达到60.7%。

公益广告

净化未成年人成长环境 保护未成年人健康成长



大理市报社宣

健康生活

每天吃几个鸡蛋合适 教你三招挑到好鸡蛋

经常有人问“一天应该吃几个鸡蛋”,其实这个没有固定答案,要根据自己的饮食结构来整体分析。

对于正常成年人来说,每天要摄入蛋白质为1.16g/(kg体重),也就是说一个体重60kg的人,每日蛋白质最低需要量约为70g。

按照每100g鸡蛋提供15g左右的蛋白质来计算,如果这些蛋白质全部由鸡蛋提供,就是460g鸡蛋,将近9个鸡蛋的量。

但是,实际上,我们还会从主食、牛奶、禽肉、鱼肉、豆制品等食物中摄取丰富的蛋白质,所以,我们没必要吃那么多鸡蛋。

总之,到底每天吃几个鸡蛋比较合适?

这还是要看你的饮食结构,包括食物种类和不同食物的占比,如果你的饮食中富含蛋白质的食物,如肉类、豆制品、奶类等丰富,一天1个鸡蛋是可以的,如果不丰富,那么一天3个鸡蛋也未尝不可。

三招挑到好鸡蛋

鸡蛋是很多人每天必吃的食物,但你知道应该怎么挑吗?不妨试试下面三招。

1.照一照:对着光,好鸡蛋呈半透明状,略带些红色,坏鸡蛋不透光,看起来很昏暗;2.摇一摇:好鸡蛋摇起来没有晃的声音,坏鸡蛋能听到水声;3.摸一摸:好鸡蛋粗糙,

坏鸡蛋光滑,有的坏鸡蛋蛋壳上还会有红色或黑色的霉点。需要说明的是,蛋黄颜色各异主要是因为叶黄素和胡萝卜素的含量不同导致,叶黄素含量高蛋黄发黄,胡萝卜素含量高,蛋黄发红。叶黄素和胡萝卜素当然有营养价值,但这不是鸡蛋品质的决定性因素,不必过于强调。

鸡蛋营养丰富,做法众多,要说哪种最营养健康,当属煮鸡蛋。但煮鸡蛋也有讲究,煮不好不仅营养大打折扣,甚至还可能产生有害物质。

具体怎么煮鸡蛋更健康呢?根据实验,无论热水煮还是凉水煮,在煮沸的状态下保持3-5分钟,这样煮出来的鸡蛋状态比较理想。

国外煮鸡蛋有的会标“5”或“3”,就是指煮5分钟或3分钟的鸡蛋。如果用合格的煮蛋器,只要水量适宜也能煮出这种理想状态的鸡蛋。

鸡蛋保鲜有诀窍:不冲洗、不横放、不裸放。

鸡蛋也有保质期,保存鸡蛋有“四不要”。

存放前不要冲洗。有些人认为鸡蛋外壳脏,需要清洗干净后再存放,这是不正确的。鸡蛋壳外面有一层“白霜”,既能防止细菌进入鸡蛋内,又能保持蛋液的鲜嫩。用水将鸡蛋冲洗后,“白霜”脱落,会造成细菌侵入、水份蒸发,导致鸡蛋加速变质。鸡蛋存放前不要清洗。烹调前,可先冲洗再下锅。



不要横放。鸡蛋不能横着放,应该大头朝上小头朝下、直立竖放。因为鸡蛋会呼吸,而蛋壳大头的部分有一些圆形小孔,这是空气进出的地方(称为气室),掌管蛋的“呼吸”,即使蛋白变稀,蛋黄上浮,也不会使蛋黄贴在蛋壳上。如果把大头部分朝下放,呼吸作用就会变差,从而减少其新鲜度。

不要“裸”放。天气热,鸡蛋应冷藏,但不要直接将其暴露

在冰箱里。这是因为蛋壳上有很多细菌,这些细菌在低温下可生长繁殖。不仅不利于鸡蛋的保存,也会对冰箱中的其他食物造成污染。鸡蛋不要放入冷冻室保存,因为冷冻会使蛋白质发生变化且蛋黄凝固。所以,买回来的鸡蛋要用食品袋或保鲜盒密封后再放进冰箱冷藏。

不要和“重口味”食物放在一起。鸡蛋不要和葱、姜、蒜等有强烈气味的食材一起保存,这是因为挥发性物质和气味大的食材,会通过气孔进入鸡蛋内部,加速鸡蛋变质或导致异味。

咬定三年目标不放松 以更精准的举措推进扫黑除恶专项斗争



中共大理市委办 内部资料 免费赠阅 欢迎广大博友关注大理时讯新浪微博 有新闻线索请@大理时讯 Email:dlsxtg@163.com

传真电话:2121743 新闻热线:2121743 13987250936



DALISHIXUN

2019年4月26日 星期五 农历己亥年 三月二十二

多云 12℃ ~ 26℃

第1342期 编辑/陈曙娟

微信扫一扫 了解更多资讯



我市平安文化市场建设卓有成效

我市按照文化市场综合行政执法改革要求,注重在维护全市文化安全和意识形态安全上下功夫,充分发挥文化市场综合执法大队生力军作用,深入开展平安文化市场创建活动,着力构建共建、共治、共享工作格局,有效推动全市文化市场繁荣发展,为全市经济社会发展提供和谐稳定的文化安全保障。

盯秩序,净化文化市场环境有作为。围绕洱海保护、文明城市创建、意识形态、“扫黄打非”“扫黑除恶”等工作开展18项平安文化市场执法检查。出动执法人员6884人次,发送各类检查通知1500余份,不断加强市场检查力度,规范文化市场秩序,提高行业自律能力,为市民营造安全、文明、放心、满意的文化市场环境。

抓源头,严管市场经营主体有效果。检查网吧、文化娱乐场所(KTV、电影院、电子游戏)、出版物、印刷业、“三小印”等文化经营场所2096家次,其中检查网吧928家次、KTV454家次、“三小印”362家次、出版物225家次、手鼓店44家次、电影院43家次、电子游戏24家次、印刷企业12家次、图书馆4家次。取缔兜售非法出版物游商地摊11个,集中销毁盗版及非法图书20000册。

查市场,开展专项整治行动有收获。大力开展2018“护苗、固边、秋风、清源、净网”五大专项行动,收缴非法出版物176136盘(册)、盗版及非法音像制品22000盘、非法电子游戏机电脑板30个、非法电子游戏机“老虎机”“水果机”15台。

办案件,打击违法经营行为有成绩。查处“养正书屋”网络销售非法出版物等典型违法案件2件。核查处结省、州、市“扫黄打非”线索、信访和投诉案件9件(信访3件,举报6件)。办结行政处罚案件7件,罚款39000元。

建机制,构建执法监管体系有突破。利用全国文化市场技术监管与服务信息平台系统,建立执法人员学习、工作、考评、抽查机制,不断提高新形势下执法人员监管工作水平。实施“扫黄打非”进基层“六个一”工程,在大理经开区、11个乡镇、111个行政村、31个社区和蝴蝶泉景区完成155个“扫黄打非”进基层工作站建设任务。

张光

杜淑敢主持召开市政府九届三十五次常务会议

4月24日,市人民政府市长杜淑敢主持召开大理市第九届人民政府第三十五次常务会议。

会议研究审议了《关于请求对适合发展区现有住宿业恢复办理相关证照的请示》《关于请求对大理市洱海流域水生态保护区核心区符合条件的经营户恢复营业的请示》。自2017年餐饮客栈专项整治工作开展以来,大理市洱海流域水生态保护区核心区餐饮客栈经营户自行停业1900户,通过整治规范,核心区内的餐饮客栈从2017年的1900户减少到2018年的1605户,同比减少15.53%,整治工作取得显著成效。现核心区未恢复营业的403户经营户中,部分已完成整改,具备恢复营业条件。会议原则同意对适度发展区现有住宿业恢复办理相关证照,对核心区符合条件的经营户恢复营业,要求各乡镇、市级各有关部门要坚持标准、严格把关,严禁在审核、审查、审批过程中出现把关

不严、放水跑风等现象,同时要持续强化巡查检查,严厉打击违规经营行为。

会议研究审议了《关于进一步加快推进大理市城镇棚户区改造安置房建设的实施意见(试行)》。为促进棚户区改造项目安置房建设,缩短安置周期,节省过度浪费,让群众尽快住上新房,逐渐实现先建后拆,进一步加快全市棚户区改造推进速度,市棚改指挥部结合我市实际,拟定了《实施意见》。《实施意见》对在建安置房建设项目建设时间、交房期限及责任追究、第三方综合性评审等方面内容进行了明确。会议原则同意《实施意见》,要求加快推进项目建设,高标准实施好街区建筑和老旧小区风貌提升、市政设施和旅游设施建设、古景观遗迹恢复等项目。

会议还研究审议了《关于请求批准大理市餐厨垃圾收运处理一体化特许经营项目试运行的请示》等议题,并听取了洱海流域清水疏导应急工程招标方式的报告。

记者 王淑云



4月20日,海东镇名庄村村民在水稻秧田灌水。连日来,我市各乡镇农业综合服务中心积极指导农户加强对水稻秧苗期的管理,为大春水稻栽插打下坚实基础。 杨进军 摄

银桥镇开展扫黑除恶专项斗争主题宣讲

4月16日,银桥镇召开扫黑除恶专项斗争主题宣讲报告会,进一步加大扫黑除恶专项斗争宣传力度,畅通各类黑恶犯罪举报渠道,将扫黑除恶专项斗争引向深入。

宣讲会上,市纪委监委部长桑景秀应邀作了专题宣讲,宣讲根据云南省扫黑除恶专项斗争的宣讲要求,从四个方面全面具体地阐述了扫黑除恶专项斗争开展的背景、意义、目标,2019年扫黑除恶专项斗争的工作任务,全省重点打击的十一类黑恶势力犯罪以及举报方式。宣讲还结合当前大理州有关案例,以案说纪,理论联系实际,让参会人员充分认识到扫黑除恶专项斗争的重大意义和党中央加强社会治理的坚定决心。

当天,银桥镇领导在宣讲会上作动员,要求全镇各级党员干部要提高站位、深化认识,认真学习贯彻习近平总书记关于扫黑除恶专项斗争的重要指示精神;切实扛起政治责任,进一步增强与黑恶势力犯罪斗争的行动自觉;加强组织领导,尽快成立银桥镇宣讲小分队,深入各行政村大力宣传,确保做到宣讲全覆盖。

银桥镇机关干部职工、各村党总支书记、村委会主任参加宣讲会。 记者 彭黎明

开展扫黑除恶 建设善美大理

中央扫黑除恶第20督导组 举报电话:0871-65235320 邮政信箱:云南省昆明邮政7322号信箱

大理市全民读书日活动举办

4月23日,由市委文明办、市文化和旅游局主办,大理图书馆承办的大理市全民读书日活动在大理文庙举办。

此次活动的主题为“书香大理·全民阅读”新时代文明实践实践活动,旨在通过第24个“世界读书日”之机,倡导全民阅读,建设学习型社会,传承和弘扬优秀传统文化,提升市民文明素质,建设书香大理,推进文化大理建设。

活动中,现场设置了流动书摊,向市民免费发放全民阅读倡议书,大理图书馆组织开展市民卡免费办证和图书借阅、“你选书,我买单”创意读者、图书馆免费开放等服务,开通便民服务热线,鼓励广大读者群众积极主动地参与阅读。同时为宣传大理地区民族特色和文化,增强民族责任感和自豪感,主办方组织开展“诵经典,学新知,链接美好生活”经

典诵读活动,邀请读者任意选读推荐经典图书中的一段或者经典散文、古诗词进行朗诵分享,朗读者可免费领取一本关于描写大理地区民族文化、艺术、本土神话、风物故事等方面的图书。参与阅读的群众络绎不绝,他们翻阅名著,品读经典,感悟文化。参与朗诵的读者感情饱满、字正腔圆,吸引了众多群众驻足观看,将活动推向高潮。

除翻阅纸质书籍外,参与活动的群众还可通过利用大理图书馆数字图书馆资源,扫描图书二维码、名师讲坛二维码进行线上阅读,无限畅享内容丰富的数字资源,让阅读成为一种习惯。

活动当天还组织开展了“多彩非遗,美好生活”主题展览,对大理市非物质文化遗产项目进行免费宣传展示。

记者 郭鹏昌

视野

周刊

第257期 策划 刘清华 杨娟

春风送暖,大地回春,2019年,这个春天对于大理经济技术开发区的党员来说,尤其温暖和振奋。大理经济技术开发区办公区迁址后,区党工委依托新建成的党群活动服务中心,组织全区党组织集中在3个月内开展“不忘初心,寻找自己”主题教育活动,进一步增强全区党员干部的使命担当意识,点燃大家干事创业的热情,有效激发全区各基层党组织的活力。

大理经开区党群活动服务主中心(大理经开区创业园C座1—4层),包括1—2层的政务服务中心和3—4层的党群活动服务中心,总建筑面积约7000平方米,3—4层的党群活动服务中心建筑面积约2700平方米。大理经开区党群活动服务中心以“风花雪月”和“白族庭院”为设计元素,以大理白族民居“三坊一照壁、四合五天井”为主线命名功能布局。“三坊”即:党史坊、党视坊、党视坊;“五天井”即:智慧天井、党源天井、儿童天井、健康天井和养心天井。党群活动服务中心设有党史陈列室、党校、宣誓厅、党建大数据管理中心、党员加油站、党建书架、党建展示、对话组织委员、书记驿站、人才驿站、心灵驿站、党建文化长廊、精神文明走廊、阅览室、健身房、儿童游乐池等20多个功能区,集党史教育、党建展示、党建指导、学习培训、智慧党建、创业就业、党群活动等功能为一体。



“不忘初心,寻找自己”主题教育活动为大理经开区升级高质量发展注入活力

◎罗建新 彭黎明 文/图

特别报道

寻回入党时的初心

一部中国共产党的历史是中国共产党安身立命的基础,铭记党史,才能不忘来时时的初心。一名党员就是一面旗帜,党员的先进性不仅表现在思想意识上,也体现在日常工作中。“不忘初心,寻找自己”主题教育活动倡导党员干部要立足岗位作贡献,在任何岗位、任何地方、任何时候、任何情况下都要铭记党员身份,履职尽责,积极为党工作,努力为大大理经开区打造一支能够堪当大任、担当有为、政治信念坚定的党员干部队伍。

活动期间,大理经开区党员陆续走进活动中心,学习和回顾党史,接受党史教育和洗礼,领会“红船精神”,从党领导革命、建设和改革的光辉历程和伟大历史实践中汲取养分和增强动力。重温改革开放的初心,了解和回顾大理经开区26年多的发展史,坚定理想信念,敢于担当,增强砥砺前行的决心和勇气。在宣誓厅,参加活动的党员干部举起右拳,面向鲜艳的党旗重温入党誓词,简要回顾入党时间、所加入的党组织情况及思想感受等,寻找入党初心。坚定有力的宣誓声在大厅内回荡,每一位党员同志都接受了一次深刻的党性教育和灵魂洗礼。凤仪镇机关党总支第二支部党员赵思兰说:“到党群活动中心开展学习活动,让我们从党领导革命、建设和改革的伟大实践中汲取养分和增强动力,并从回顾大理经开区建区26周年的历程中,重温改革开放的初心,坚定前行的勇气。”

寻找大数据里的自己

“智慧天井”是大理经开区连接省委组织部“互

联网+党建”高速公路上的大型综合服务区。平台利用智慧党建生成的大数据,对全区党建工作进行更加直观的展示呈现,并将大数据生成的结果,运用于日常党建的预警监督、学习教育和考核测评等工作。

参加活动的党员进入“智慧天井”,利用党建大数据平台,在党员信息系统中寻找自己,认真核实自己所在党组织、入党时间等个人信息,同时检验是否登录云岭先锋APP等情况。通过“寻找自己”,增强党员“互联网+党建”意识,深入挖掘网上党支部的活力和潜力,全面普及应用“互联网+党建”,努力提升全区党建工作智能化、数据化水平。

大理佳利集团党委书记周晓芳说:“我们集团党委到党群活动服务中心的‘党视坊’重温入党誓词,寻找各自的人党初心,牢记党员身份,在各自的岗位上尽职尽责,为大理经开区经济建设发展尽心尽力。此次活动还有一大亮点,就是在党建大数据中寻找自己,核实个人信息,旨在加强党员‘互联网+党建’意识,努力提升个人、各支部党建工作智能化、数据化水平。作为大理经开区非公党建成果显著的代

表性企业党组织,佳利集团党组织建设得到了州市党委和大理经开区党工委的帮助与支持,党组织多次受到上级党委的表彰,多次荣获‘先进基层党组织’等称号,涌现出了一批批优秀的共产党员,非公企业党组织战斗堡垒作用和政治引领作用突显。党组织的发展与集团的发展相辅相成、相互促进。”

强党建 拓展主题教育活动

大理经开区各基层党组织结合自身工作、生产等特点,按照主题教育活动“五个有”(有计划、有载体、有特色、有效果、有记录)要求,作出了合理安排。在组织开展规定的活动内容外,还拓展了一些有特色的教育活动。

大理经开区党工委始终围绕党建工作目标,坚持抓根本、管长远,从强化思想政治工作做起,不断建立健全全区党组织建设和工作提质增效的长效机制。大理经开区机关各党支部组织观看电视系列专题片《激浊扬清在云南》,通过片中的一个真实案

例,给党员干部敲响警钟、警醒思想,给灵魂一次大的洗礼。对照党的纪律标尺明底线、知敬畏,对照自身思想和作风实际找不足、促提高。

明珠幼儿园党支部党员在“儿童天井”,志愿为大理经开区职工的子女开展了以“迎新春”为主题的寒假成长营活动。通过开展形式多样的益智活动,让孩子们的心灵得到放飞,智力得到开发,同时干部职工增强了对做好本职工作的信心和决心。

在悠扬的小提琴伴奏中,大理经开区税务局第三党支部为退休党员干部庆祝政治生日,老干部们聚在一起,唱起了《南泥湾》《我的祖国》……

一曲曲红歌,唤起老党员对往昔的追忆,幸福可谓来之不易,新时代、新步伐,每一名党员应当倍加珍惜。同时,大理经开区税务局第三党支部还不忘初心,积极开展退休干部“迎新春,话初心”慰问活动,把党的温暖和关怀送给老党员,激励老党员把党的优良作风和光荣传统发扬光大。

大理经开区税务局机关党委举办微党课,开设“民营企业走访座谈解难题,多措并举做好社保非税收入职责划转工作”等内容的课程,为税务局全体党

员干部提升站位打好减税降费主战,凝心聚力开启高质量推进新时代税收现代化新征程增强信心,同时也进一步增强党员干部的业务技能和职业素养,不断提高为人民服务的水平。

强教育 重点项目有效推进

随着“不忘初心,寻找自己”主题教育活动的推进,大理经开区党员干部受到了极大鼓舞。大家的工作热情高涨,主人翁意识得到了极大增强,园区经济建设提速增效,重点项目有效推进。

目前,年产20万辆皮卡整车生产项目和搬迁改造20万辆微卡整车制造生产线项目正抓紧实施。入园二期12万平方米标准厂房已交付力帆骏马车辆有限公司使用;二期12万平方米标准厂房正加快建设。积极促成汇源集团大理核桃综合产业园项目落地实施,出资2.3亿元整体收购大理新储物流园有限公司资产,完成片区内35.3平方公里的实地踏勘和地形图测绘及239.61亩的项目征地,兑付征

地补偿款4130万元,正进行厂房建设和设备运输。来思尔乳业20万吨乳制品智能化工厂、江南特变电力装备制造生产改扩建、汇祥塑业塑料制品包装生产线新建、大理卷烟厂打叶复烤原地技术改造等一批重点项目启动实施。与此同时,传统产业转型升级,欧亚乳业、嘉士伯啤酒被评为云南省绿色食品十强企业,力帆骏马等12家工业企业获得高新技术企业荣誉称号,欧亚乳业等5家制造业企业产品获得省级以上名牌产品称号,工业企业40项发明专利获得授权,佳利木业、四川双清等4户工业企业和汇鑫矿业、盛强商贸、飞飞园等31户商贸服务企业达标升级。产学研结合不断加强,区内企业挂牌成立了鸡鸣江吴常信院士工作站、欧亚乳业陈卫专家工作站。总投资5.5亿元的大理创业园暨上海交通大学大理研究院正式建成投入使用。大理经开区众创空间围绕团队建设、活动举办、外部资源对接、新团队引入深入开展工作,全年举办各类培训43次,培训人数983人次,组织单独路演2次,团队项目讨论7次,协助完成融资2项,融资351万元,现入驻小微企业37个,团队31个,较上年显著提升。

