



云南省2021年粮食生产创新高 2021年,我省压实粮食生产党政同责,抓早谋篇布局稳面积,抓牢春耕备耕夯基础,抓稳藏粮于地提产能,抓细藏粮于技挖潜力,抓实政策落地调动农民种粮积极性,打赢了“十四五”粮食安全生产“第一仗”。

云南省高速公路里程突破1万公里 “十三五”以来,云南全力破瓶颈、补短板,高速公路建设一次次提速、一次次奋进,实现了一次次跨越,推动外联内通、均衡协调、面向未来的高速公路网络逐步形成。

这类学生可免试认定教师资格 教育部日前印发《关于推进师范生免试认定中小学教师资格改革的通知》指出,根据高等学校师范类专业办学条件和办学质量审核结果划定免试认定改革范围。

疫苗接种者不易出现长期新冠症状 以色列科学家开展的一项最新研究称,在感染新冠病毒数周、数月或数年后,患者仍会出现疲劳、呼吸短促甚至注意力不集中等症状。



春节将至 预订“年夜饭”注意这些细节

一年一度的新春佳节将至,年夜饭也进入预备高峰。近年来,许多人家选择在饭店订上一桌年夜饭,只需简单烹调或直接开封食用的预制菜也逐渐被端上百姓家的餐桌。

消费者预订年夜饭或在外就餐,应选择食品安全有保障的餐饮企业。签订合同时,在合同中更要特别注明预付款项是“定金”还是“订金”。

另外,预制菜虽好,但把安全关是重中之重。消费者需提升识别和预防食品安全问题的能力,仔细辨别食材新鲜度与食品安全卫生情况。

寒冬腊月给病毒传播带来可乘之机,疫情防控形势依然严峻复杂。春节期间人流量较大,出行风险较高,为了自



己和家人的安全,应尽可能减少聚集。在家吃上一桌热腾腾的年夜饭,是年夜饭的传统含义,更有家和团圆的味道。

春节又是一个消费高峰,置办年货是我国的传统习俗,商家也开始了各种促销活动,从往年情况看,年货浪费现象也十分严重。

消费者在预订年夜饭时应注意甄别平台资质,查看供货渠道,避免被低价诱惑。同时,在消费时应当注意保存聊天记录、商

品详情和购物凭证等信息,便于后续维权。

抗血栓,这个常见蔬菜是把好手

心脑血管疾病是威胁中老年人生命健康的头号杀手。您知道吗,在心脑血管疾病中,80%的病例是由于血管中形成血栓。

据相关资料统计,因血栓性疾病导致的死亡,已占全球总死亡数的51%,远远超过肿瘤造成的死亡。

比如,冠状动脉血栓可引发心肌梗死,脑动脉血栓则有可能诱发脑卒中(中风),而下肢动脉血栓则有发生坏疽的风险。

抗血栓形成是医学中的一个大课题,有许多医学方法防止血栓形成,而日常饮食中的西红柿有助防止血栓形成,这一重要知识点,希望大家都能有所知晓。

西红柿籽周围的黄绿色胶状物,有降血小板凝集防血栓形成的作用,每四个西红柿中的胶状物质,就可将血小板活性降低72%。

再推荐给大家两个简单易操作的西红柿抗血栓食谱,平时做起来,保护自己

和家人的心脑血管健康:

做法一:西红柿汁 成熟西红柿2个+橄榄油1匙+蜂蜜2匙+少许水→搅拌均匀(两人份)。

注:橄榄油也有助抗血栓,强强联合效果更好。

做法二:西红柿、洋葱炒鸡蛋 西红柿、洋葱切小块,稍加油,稍稍煸炒捞起。热锅加炒鸡蛋,八成熟时加入煸炒的西红柿、洋葱,加调料,即可起锅。

注:洋葱也有助于抗血小板凝集而抗血栓,西红柿+洋葱,强强联合,效果更佳。

大理之间 是时代之间 发展之间 人民之间

大理时讯 DALISHIXUN 中共大理市委主办 2022年1月28日 星期五 农历辛丑年 十二月二十六 3℃ ~ 13℃ 第2015期 编辑/罗绍亮

市人民政府与蘑菇车联签订战略合作框架协议 共建自动驾驶生态旅游示范区

1月27日,市人民政府与蘑菇车联信息科技有限公司在大理国际会议中心签订战略合作框架协议,总投资10亿元,打造西南地区首个“智能网联+智慧旅游”生态示范区。

市委副书记、州长陈真永,蘑菇车联信息科技有限公司副总裁尚雍明出席签约仪式,并就深化合作、加快推进项目落地等工作推进进行座谈。

陈真永在讲话中指出,大理旅游资源丰富,同时,作为全国智慧城市试点,大理市近年来致力于推进智慧城市建设和数字经济,具体建设项目包括道路智能化改造、打造城市大数据平台等。

尚雍明表示,大理数字经济建设已经奠定较好基础,此次签约将进一步助推大理智能网联汽车产业高质量发展、区域产业数字化转型升级,助力大理开创数字经济快速发展新时代。



记者 黑浩川 杨振飞 摄影报道 有限公司战略合作框架协议》。州政府副秘书长、州数字办主任寸力,市人大常委会主任王梅芬,市政协主席赵永祥,市委常委、市委办公室主任时荣,副市长赵腾鹏及大理市各相关部门主要负责人参加签约仪式。

我市开展交通运输行业重点人群核酸采样检测

为进一步完善新冠肺炎疫情应急处置流程,提升核酸检测能力和应急处置能力,1月25日,我市针对辖区内出租车司机、快递行业从业人员、大理机场工作人员开展核酸采样检测,确保重点人群检测实现全覆盖,做到“应检尽检”。

据悉,为进一步做好行业常态化疫情防控工作,保障市民出行安全,实现乘客行程轨迹可追溯,市出租车运营服务中心制定行业应急预案,在出租车微信群发布简易应急处置办法,禁止出租车前往周边疫情中高风险地区,以坚实的保障,将一切危险因素杜绝在车门之外。



当天,在市公交公司核酸采样现场,前来参与核酸采样的从业人员,在工作人员的现场引导下,陆续进场依次完成体温测量、扫码、信息登记、核

大理市市民基本文明行为15条 1、不乱扔垃圾; 2、不随地吐痰; 3、不硬闯红灯; 4、不乱穿马路; 5、不抢道行车; 6、不大声喧哗; 7、不到处遛狗; 8、不随意吸烟; 9、不乱停车辆; 10、不插队抢座; 11、不乱涂乱画; 12、不摘花踏草; 13、不占道经营; 14、不赌博酗酒; 15、不讲粗脏话。

大理海开委扶持奖励商贸物流企业答好「大理之间」 “亲”新型政商关系,进一步改善营商环境,推进重点项目落地实施,进一步提升对企业发展的支撑作用,使海东上和片区资源优势愈加凸显。

会上,大理海建物流有限公司、大理辉睿药业有限公司负责人作交流发言。主席台就座的领导为20家企业授牌和颁发荣誉证书。 记者 鲍亚颖 吴志 实习生 杨廷

大理“1806”小镇迎來建成交房后首个春节 在新春佳节来临之际,大理市洱海保护生态搬迁“1806”小镇建设项目举办迎春活动,这也是大理市洱海保护生态搬迁“1806”小镇建设项目生态搬迁户正式入住的首个春节。

奋斗百年路 启航新征程 答好“大理之间” 推动“大理之变”

大理“1806”小镇迎來建成交房后首个春节

连日来,大理州洱海保护治理有限公司联合大理市书法家协会到各安置点开展迎春送对联活动。记者在大理地块安置点看到,市书法家协会的老师纷纷挥毫泼墨、笔走龙蛇,多种书法尽显神韵。一张张字体各异的福字,一幅幅苍劲有力的春联,一句句吉祥喜气的祝福,营造出温馨和谐的节日氛围,不仅为百姓送去温暖的祝福,也为新春的到来增添一笔浓浓的年味。

