



教育部将针对核心技术“卡脖子”问题加强有组织科研攻关

在日前举行的全国高校科技创新暨优秀科研成果表彰大会上,教育部部长怀进鹏表示,教育部将加强有组织科研攻关,围绕集成电路、工业母机、仪器仪表、生物医药等战略性、基础性、先导性产业培育一批重大科技项目,集中力量开展科研攻关。“针对国家急需和国家重大战略,推进与国家相关部门的合作,进一步解决核心技术“卡脖子”问题。”怀进鹏说。

全国登记在册个体工商户已达1.19亿户

截至6月底,全国登记在册个体工商户已达1.19亿户,占经营主体总量67.4%。2023年上半年,全国个体工商户复苏趋势明显,总体发展平稳,共新增1136.5万户,同比增长11.3%。分产业看,第三产业占比近9成。截至2023年6月底,全国登记在册个体工商户三次产业占比分别为5.1%、5.9%、89%。分行业看,新兴服务业新设个体工商户增速强劲。信息传输、软件和信息技术服务业,文化、体育和娱乐业,科学研究和技术服务业增幅位居前列。2023年上半年新设“四新”经济个体工商户493.3万户,比上年增加19.4%。分区域看,在1.19亿户个体工商户中,42.8%分布在东部地区,其中江苏省和广东省最多,均占全国8%以上。自去年《促进个体工商户发展条例》实施以来,进一步激发了广大个体工商户发展的信心和活力,正常经营比例和营收水平出现“双提升”,但生产经营仍面临诸多困难,各项扶持政策措施知晓度和精准性仍有待提高,需要进一步加力帮扶。

云南人社“千企万岗直播送岗”专项行动火热进行中

为进一步促进高校毕业生等青年就业,云南人社部门已于7月在全省范围内开展以“直播送岗暖人心 便捷服务促就业”为主题的“千企万岗直播送岗”专项行动,用直播送岗的方式做优人企对接、人岗匹配,为高校毕业生等青年提供精准优质的就业信息。此次“千企万岗直播送岗”专项行动以离校未就业高校毕业生为重点,将持续开展至11月底,同时在7、8、9月加密直播送岗频次。全省人社部门也将进一步加大对辖区用人单位的走访力度,了解用人单位用人需求,认真梳理汇总优质岗位,严格审核把关直播送岗企业,确保岗位信息真实有效,努力促进高校毕业生等青年尽快好实现就业。



“三伏天”千万别做这7件事

当下,我们进入了一年中最为炎热的“三伏天”。从7月11日正式入伏,至8月19日出伏,今年“三伏天”将持续整整40天。“三伏天”更注重养生,“养对了”可能达到事半功倍的效果,“养不对”可能会落下病根。“三伏天”有哪些养生误区?又应该如何正确养生?

1.“三伏天”有哪些养生误区?

- 误区一:夏天过度温阳**

很多朋友都知道“冬吃萝卜夏吃姜”这句话,但真正懂得其含义的人却不多。如果理解错误,不仅达不到养生的目的,反而会适得其反。湿热体质的人或者体内阴虚有热者,如果再多吃姜就会“火上浇油”引起上火。同样,有人提倡夏季多喝羊汤也是这个道理,夏季喝羊肉汤进补只适合阳虚之人,大多数人在夏季呈阳盛状态,喝多了羊肉汤或吃多了羊肉,反而会导致上火,出现便干甚至出血的情况,就算是阳虚体质者,夏季进补也需适可而止,不要大补。
- 误区二:夏天过度锻炼**

人们经常说,“冬练三九、夏练三伏”。夏季在公园、广场随处可见晨练的中老年人,虽大汗淋漓,仍坚持锻炼。“三伏天”养生要以避暑为主,静以养心,多静少动。此时锻炼一定要避开高温,在阴凉的地方、凉爽的时间进行,宜做体操、散步、打太极等轻度运动,只要微微出汗就好了,不宜运动量过大。
- 误区三:每天大量喝绿豆汤**

很多家庭一到夏季,家里顿顿离不开绿豆汤,不仅每天大量喝甚至当水喝。可是,绿豆汤寒凉,饮用过多易伤脾胃。
- 误区四:只防着不防寒**

对于很多夏季喜食冷饮、爱吹空调,喜欢贪凉的人来说,防寒更需注意。经常待在空调房中,会导致不知冷热、免疫力下降,更容易感冒。颈椎对着空调吹,使颈背部肌肉受寒,可能造成颈部持续痉挛、后背酸痛等。而且天气炎热出汗较多,切忌迅速、大口喝冰镇饮料,忽然过冷刺激会引起血管收缩,诱发心绞痛甚至心肌梗死,而冷食也易引起胃部不适,影响消化。关键是不能太过贪凉,如果长时间一味贪图寒凉(冷饮、空调),势必会损害机体功能。
- 误区五:雨后凉爽去锻炼**

夏季暴雨过后,往往比较凉爽,很多人选择在这个时候出门散步、锻炼,但是雨后出门锻炼反而会加重体内湿气。
- 误区六:出汗后迫不及待洗冷水澡**

“三伏天”天气炎热,稍微动动就一身汗,别提有多难受了,这时很多朋友会迫不及待地去洗澡,而且还喜欢用偏凉一点的水温,这样就相当危险。人在大汗淋漓时,身上毛孔都处于张开状态,此时用偏凉的水冲澡,觉得很舒服,但是毛孔由于冷水的刺激会骤然收缩,使体内的热量散发不出去,可能导致中暑。
- 误区七:蔬果代替正餐**

“三伏天”身体出汗多、消耗大,易疲劳、没胃口,不少朋友选择直接用蔬果代替正餐,但这种方法很容易导致免疫力降低,时间久了容易产生疾病。即使天再热,也要适当吃些瘦肉、鱼、豆、奶、鸡蛋等。食欲不好时,可变换一下口味,吃莲藕、冬瓜、丝瓜、扁豆等夏令食品。

肾上腺素分泌,综合因素下致使血压升高,尤其是高血压、冠心病患者负荷不了,就很容易发生心脑血管系统的危险事件,严重时可能有猝死风险。而且,洗澡水过冷(25℃以下),还容易诱发胃肠道不适和关节疼痛等症状。建议大家平时时洗温水澡,具体水温以接近人体体温为宜,即35℃-37℃。

第二:养心
夏天出汗多,更要养心,尤其是患有心脏病史的患者,要提高警惕。

第三:祛湿
夏天多暑湿,人往往感到头重脑疼,容易抑郁、倦怠、胸闷、胃口不好。因此,要注意祛湿。

第四:清火
人到夏天容易“心火”旺,而这也容易对身体造成消耗。心火有时会导致口疮、心烦、失眠等病症,因此要特别注意清火。

“三伏天”来了,希望大家都能做到科学养生,健康度夏。

办事依法 遇事找法 解决问题用法 化解矛盾靠法



传真电话:2181773
新闻热线:13987250936
Email:dlsxtg@163.com



2023年7月14日 星期五
农历癸卯年 五月二十七

小雨
17℃ ~ 25℃

第2370期
编辑/陈曙娟

微信扫一扫
关注大理融媒



当“施工队长”不当“甩手掌柜”

——深入推进作风革命效能革命系列谈

□云南日报评论员

全省深化作风革命效能革命工作会议,通报表扬了10名在作风革命效能革命中表现突出的优秀县(市、区)委书记。这是对好干部的肯定,也是对优秀“施工队长”的褒扬。省委明确提出,坚定不移在主题教育中深化作风革命、效能革命,倡导并树立“十种鲜明导向”,当好“施工队长”位列其中。

与最优者“对标”,与最强者“比拼”,与最快者“赛跑”,才能赛出状态、激发动能。会议通报表扬10名优秀县(市、区)委书记,就是要通过弘扬先进、鞭策后进,典型引路、示范带动,在全省上下营造更加浓厚的作风革命、效能革命大环境、大氛围。

从翻山越岭找地块、两年行车12万公里的祥云县委书记王运,到修条路、栽棵树都“门儿清”的砚山县委书记何昌斌,从创新理念建立“兵团制+链长制”招商引资方式的安宁市委书记毕绍刚,到推动花卉产业从无到有、从有到优的姚安县委书记雷

波……10位受通报表扬者,虽然各有不同的干事方法,但都体现出同样实干苦干的精神状态,无一例外展现出我省优秀党员干部的良好风貌、务实作为。他们的先进事迹可学可推、可追可及,是我们各级领导干部当好“施工队长”可以借鉴的标杆,可以效仿的榜样。

对标先进、学习先进,最终还是落到脚到当好实干家上。“施工队长”要勇于带着大家一起干、领着大家一起干、教大家一起干,既做到心中有底、胸中有策、手中有招,又做到守土有责、守土负责、守土尽责。从全局看,全省“3815”战略发展目标的实现,系列三年行动计划的有序推进,资源经济、口岸经济、园区经济的发展壮大,都离不开好的作风保障,都迫切需要各级领导干部当好“施工队长”,发挥“头雁效应”。从局部看,虽然作风革命、效能革命的持续推进对全省干事创业的环境带来极大改变,

但局部的现实问题仍然存在,谋事的格局和视野,干事的能力和状态,成事的土壤和生态,都需要我们持续攻坚、常抓不懈、久久为功。

一名优秀的“施工队长”,既是善于抓工作的行家,还应该是带队伍的好手。“能用众力,则无敌于天下矣;能用众智,则无畏于圣人矣”。优秀的“施工队长”,既要放手让大家各司其职、各展其能,又要协调各方紧密配合、并肩作战,充分调动广大干部群众的积极性、主动性、创造性。各层级“施工队长”要堅持用好的状态带动人、好的方法激励人、好的环境锻造人,引导干部群众把“要我干”变为“我要干”,把“催着干”变为“争着干”,把“推着干”变为“比着干”,努力形成头雁先飞领飞、群雁跟飞齐飞的生动局面,努力走好新时代的赶考之路,把美好的“施工图”变成幸福的“实景图”。

(转载自7月6日《云南日报》)

湾桥镇:同心共建锦绣家园 团结之花处处盛开

近年来,湾桥镇深入学习贯彻习近平总书记关于加强和改进民族工作的重要思想和考察云南重要讲话精神,以铸牢中华民族共同体意识为主线,厚植共同团结奋斗、共同繁荣发展的沃土,全面推进民族团结进步事业,促进各民族像石榴籽一样紧紧抱在一起,谱写新时代民族团结进步事业高质量发展美好篇章。

在工作中,湾桥镇坚持把党的民族政策及相关宣传教育融入各族干部群众日常生活。通过多种形式开展宣传,不断巩固和发展各民族平等团结、互助和谐的良好局面,确保民族团结进步事业始终沿着正确政治方向前进。

“湾桥镇突出党建引领,以铸牢中华民族共同体意识为主线,深入推进民族团结进步创建这一长远性工作。通过拍摄民族团结宣传片,制作民族文化宣传栏、宣传标语,评选民族团结进步示范户,制作民族团结进步标识牌,结合民族歌舞表演、广播、微信等群众喜闻乐见的方式,增强民族团结进步的情感认同。”湾桥镇党委书记杨晶说,同时充分发挥周保中将军纪念馆爱国主义教育基地优势作用,在传承红色基因中树牢民族团结进步理念,激发各族干部群众强烈的爱党、爱国热情。

目前,湾桥镇已成功创建3个各具特色的民族团结进步示范村,分别是上阳溪村、上湾桥村、古生村。2019年9月,古生村党支部荣获“全国民族团结进步模范集体”。湾桥镇充分发挥示范村的带动作用,形成以点串线、以线连片、以片带面的创建格局,通过强化宜居环境示范、绿色农产品示范、白族建筑元素示范、白族文化保护传承发展示范,扎实推进基础设施建设、文物古迹维护、民居风格整治、洱海保护、绿色产业升级转型等,让群众在建设管理中受益,形成人人参与民族团结进步创建的良好氛围。

如今,湾桥镇一条条水泥路宽阔平坦,连通着家家户户,各民族共享的文化符号在村内随处可见,各类基础设施完善,各族群众的获得感、幸福感不断增强,“中华民族一家亲,同心共筑中国梦”的画卷越来越美好。

记者 唐攀伟 程东云

近日,大邑乡桃树村乡村振兴工作队和村委会党员服务先锋队进村入户问需求,为民服务解难题。工作人员深入松坪村民小组,向村民宣传社会保险政策,现场为领取养老待遇人员进行资格确认服务,获得当地村民的“点赞”。

胡向诚 摄



市委人才工作领导小组办公室会议暨人才工作推进会召开

7月12日上午,中共大理市委人才工作领导小组办公室会议暨人才工作推进会召开。会议深入学习贯彻党的二十大精神 and 中央、省州党委人才工作会议精神和中央、省州党委人才工作会议要求,总结回顾前期工作,部署推动下半年任务,确保年度人才工作各项目标任务落地见效。

市委常委、市委组织部部长、市委人才工作领导小组办公室主任尹智出席会议并讲话。

会议指出,中央、省州党委人才工作会议以来,全市各级各部门认真贯彻落实中央决策部署和省、州党委工作要求,深入实施新时代人才强市战略,党管人才组织体系更加健全,人才工作运行机制更加顺畅,服务保障优化提升,全市人才工作守正创新、扎实推进,取得实实在在的成效。

会议强调,当前,我市正处于机遇叠加、蓄势迸发、转型蝶变的关键时期。全市各级各部门要不折不扣贯彻落实党的二十大精神 and 中央、省州党委人才工作会议精神和中央、省州党委人才工作会议要求,深入践行“三法三化”,实施更加积极、开放、有效的人才政策,在人才引进、育、留、用上足功夫,持续擦亮“才聚苍洱·智汇大理”人才工作品牌,营造识才爱才敬才用才的良好氛围,为实现省委“3815”战略发展目标,推动大理市高质量发展提供强有力的人才支撑和智力保障。

会议要求,全市各级各部门要聚焦“补短板”,以“第一责任”意识抓实抓细人才工作,深入实施“一把手”抓“第一资源”工程,盘好人才工作责任田。要聚焦“促发展”,以“第一引擎”意识招才引智唯才是用,深化“五大柔性引才”行动,积极搭建创新创业和就业平台,切实把人才效能转化为发展动能。要聚焦“强品牌”,以“第一服务”意识持续优化人才服务,加快建设“苍洱人才心居”,大力推行“苍洱人才管家”制度,以诚挚之心、诚意之举打造环洱海“人才康养圈”。

会上,传达学习了省委、州委人才工作领导小组办公室会议精神。市农业农村局、市文化和旅游局、喜洲镇分别就上半年人才工作情况进行汇报交流。

市委人才工作领导小组成员单位主要领导或分管领导,各乡镇(街道)党(工)委副书记或组织委员参加会议。

记者 鲍亚颖 马 驿



视野

周刊



建设绿美乡村 共享幸福家园

第438期 策划 李锦芳

特别报道

道路干净整洁,房前屋后蔬菜瓜果飘香,青瓦白墙的农家小院掩映在青山绿水间,看得见山、看得见水,记得住乡愁的美丽画卷正在苍洱大地上徐徐展开。本期《视野周刊》,就让我们一起去看一看大理市如何通过推动绿美乡村建设,打造了一批自然环境优美、生态资源丰富、景观效果突出的宜居家园。

走进夏日里的大理镇龙下登自然村,村内绿树成荫,道路两旁开满了各式各样的鲜花,一条条蜿蜒的小路一直延伸到洱海生态廊道。一大早,龙下登村村民张琦就忙着给自家小院里的花草浇水,给鱼儿喂食,忙得不亦乐乎。

“我们每家每户把庭院绿化好,游客来到我们村庄,来到我们家中,都感到非常舒服、非常开心,大家都竖起大拇指连连夸赞。”张琦望着满院的花草,高兴地说。

近年来,龙下登村已经成为远近闻名的旅游村,村民们利用房前屋后、闲置空间开展“小花园、小果园、小菜园”建设,并在庭院内、村道旁栽种各类花草树木,让美丽庭院成为农村独具特色的小院。

从去年开始,来自广州的游客奕泽

每年都会来龙下登村住上两三个月。之所以会一直选择龙下登村,奕泽说:“我们居住的这个农家小院绿化做得非常好。每天早上起来叫醒我们的不是闹钟,而是院子里的小桥流水,一种缓缓的溪流的声音,真的感觉特别舒服。”

龙下登村精心打造绿美庭院,因地制宜、由点带面、连点成线,不断吸引游客纷至沓来,绿美庭院正逐渐蜕变为绿美经济。院子里各式各样的花草、树木、凉亭等经过一番打造后成为一个个创意小品,成为游客们青睐的拍照打卡点。

龙龛村委会副主任杨伟腾介绍:“从2022年开展绿美乡村建设以来,我们对龙下登村的重要节点进行绿化,打造了小广场,对各种脏乱差现象进行整治。通过近一年的时间,龙下登村的人居环境得到很大提升,村庄的绿化美化又提高了一个层次。下一步,我们计划对龙下登村的绿化美化进行更高一级的打

造,主要结合绿美行动打造村庄绿化美化,增加绿化面积,增强村庄景观,让龙下登村真正成为全国知名的宜居旅游村庄。”

在龙下登村看到的绿美景象,在大理镇中和村同样也能看到。走进中和村村民杜若雷家中,只见干净整洁的庭院内栽种着不同品种的花卉,一株株绿植长势喜人,整个农家小院生机勃勃。

“大理有‘家家养花,户户种草’的民风,我自己也很喜欢栽花种草,不仅使自己家的庭院美化了,还使得周围的环境也变好了。闲暇时,我会在院子外面的围墙边栽种各种各样的花草树木,路过的村民和游客们都很喜欢。”杜若雷说。

随着村民家中“小天地”颜值的提升,家庭“小美”汇聚成乡村“大美”,提升了乡村“颜值”。

古道蜿蜒,马铃悠悠,在镌刻了文化与历史的凤阳邑古村落里,绿树环绕,溪

流清澈,古朴的民居掩映在成片的绿树之间。自电视剧《去有风的地方》热播后,越来越多的人开始认识这个古朴的村庄,村里一个个保留原始风貌的农家小院吸引游客们前来打卡。

“我们2022年开始入驻凤阳邑村,平时会根据四季不同的花卉打造我们的小院,游客们非常喜欢。”陈苍号文化茶院负责人王小青说,“凤阳邑村保留了很自然很原始的风貌,村里还有许多百年老树,非常有特色。”

凤阳邑村在保护乡村自然生态、提升乡村绿化美化的同时,坚持因地制宜、突出特色,充分挖掘乡村自然生态等资源,积极推进微景观、小广场、微花园建设,促进村庄发展与自然和谐共生。

刘官厂村委会党总支副书记周虎彦介绍:“结合大理州城乡绿化美化三年行动,我们对凤阳邑村绿美乡村建设进行了整体规划,按照‘增植活绿’的原则,共投入90多万元打造‘村在林中,绿在院中,人在景中’的绿美村庄。”

大理镇龙下登村、中和村及太和街道凤阳邑村的变化只是大理市农业农村局超前谋划、深入开展绿美乡村建设的生动缩影。2022年以来,市农业农村局大力推进绿美乡村建设,组织镇、村、组在村旁、路旁、水旁、宅旁见缝插绿广植乡土植物,广泛动员农户在边角地、空闲地、闲置宅基地、拆违地建设“小花园、小果园、小菜园”,大力开展人居环境整治等相关工作,村庄绿化美化进一步提升,村容村貌得到明显改善。2022年,大理市成功推荐喜洲镇创建为省级绿美乡镇,南五里桥村、汉邑村、上兴庄村3个自然村成功创建为省级绿美乡村,喜洲村、阳和村、寺里村3个行政村成功创建

○记者 朱滢 吴志 摄影报道

为省级精品示范村,洱滨村等95个自然村成功创建为州级绿美村庄。

今年,市农业农村局将进一步加快全市绿美乡村建设步伐。目前,已推荐上报双廊镇创建2023年省级绿美乡镇,凤阳邑村、古生村、北碛村、桃源村、中和村、龙下登村6个自然村创建2023年省级绿美村庄,大庄村等95个自然村创建2023年州级绿美村庄,才村等120个村创建市级绿美村庄。

2023年,市农业农村局将重点实施19个绿美乡镇建设项目、107个绿美乡村建设项目,涉及点位共计153个,项目预计总投资4083万元。截至目前,全市已成功完成47个绿美点位创建任务,累计完成投资2288万元。其中,申报省州级绿美乡村的村庄已完成绿化5.13万平方米,完成植树10876株,改造提升104个小花园、142个小菜园、47个小果园,新建83个小花园、79个小菜园、19个小果园,种植(增果)2048株、种花4880株。

市农业农村局副局长王志伟说:“在下步工作中,我们将进一步加大绿美乡村建设宣传发动力度,充分激发广大农户参与绿美乡村建设的内生动力,宣传发动各级各部门、企业及社会各界积极参与绿美乡村建设。同时,进一步加强资源要素保障,加大项目资金整合力度,多渠道、多途径筹措资金,强化绿美乡村建设资金保障。加快点位建设,切实压实镇村主体责任,强化技术指导及工作调度,督促各乡镇、街道、村组按照建设任务清单要求,加快点位建设。进一步加强经验总结提炼,认真总结出一套可以复制、可以借鉴、可以推广的典型经验,努力将绿美乡村建设工作建出实效、建出特色、建出亮点。”

