

第二届全省职工羽毛球嘉年华活动(张家界站)开幕

192名运动员 共赴 羽毛球嘉年华

本报讯(全媒体记者 罗俊杰)6月11日,第二届全省职工羽毛球嘉年华活动(张家界站)在阳光酒店开幕。市领导陈红日、邓剑、汪涛等出席开幕式。

此次比赛参赛选手由来自我市企事业单位职工组成的20支男女混合团体、16支特邀精英双打组成,共计运动员192名。最终男女混合团体的冠军和特邀精英双打的冠、亚、季军共4支队伍成功晋级,将代表我市参加湖南省总决赛。

此次职工羽毛球比赛是全省全民健身的一次精彩展示,也是丰富干部职工文化生活、增进各部门交流、提升干部职工队伍凝聚力的一次最好机会。我

2023年中国入境游国际旅行商旅游推介会举行 81名国际旅行商来张谋合作

本报讯(全媒体记者 宋美慧 通讯员 董明勤)6月10日,2023年中国入境游国际旅行商张家界旅游推介会在我市举行。副市长汪涛出席会议,以俄罗斯旅行商为主体的12个国家和地区的81名国际旅行商、我市各大景区公司代表参加推介会。这也是我市迎来的第一个大型俄罗斯踩线团。

我们期待与世界银行、俄罗斯的投资商、旅行商、合作伙伴们共同分享张家界建设国内外知名的旅游胜地带来的巨大商机和财富。推介会上,汪涛致欢迎辞。他表示,中国和俄罗斯1996年建立战略协作伙伴关系,是大国合作共赢的典范,但受大交通环境影响,俄罗斯到张家界来观光游览的人数还较少,市

600亩农田面向社会认筹认种 第二届慈利甘堰 川石良田 农耕节举行

本报讯(全媒体记者 朱付勇 通讯员 覃龙)6月10日,共享农田认领助力乡村振兴 第二届慈利甘堰 川石良田 农耕节举行。市政协副主席、致公党市委主委李文化出席并宣布活动开幕,市政协副主席陈艳静参加。

开幕式上举行了川石村 共享农田认领签约仪式,目前,已有市文化旅游商会、市宝庆商会、湖南王小小文化传媒有限公司、湖南湘振数据科技有限公司及乡贤刘新学、吴训华、马海羽等企业与个人共认领川石村农田近百亩。开幕式结束后,在 共享农田 稻花鱼基地现场开展了稻田插秧、稻田摸鱼、稻田拔河等农事竞赛活动,农味丰富,趣味十足。

助推乡村振兴 加速跑 市人社部门多措并举 稳就业保民生



本报讯(全媒体记者 王姣 通讯员 曾含琪)没想到能找到工作,更没想到在家门口就找到了好工作!永定区红星村张家界吉生塑胶制品有限公司扶贫车间里,行动不便的刘金贵正坐在装配流水线上干活,脸上是掩饰不住的感激和欢喜。今年以来,市人社部门多措并举保持农村劳动力就业局势稳定,助推乡村振兴 加速跑。截至目前,全市农村劳动力转移就业42.6867万人,新增农村劳动力转移就业6073人,脱贫劳动力转移就业95921人。

保障农村劳动力返岗。今年以来,全市人社部门积极组织开通 直通车、点对点返岗专车、返岗复工客运专线等赴广东省、浙江省等地,输送农村劳动力1152人;组织开通返岗直通车、火车专厢,输送农村劳动力204人,极大地缓解了我市农民工返岗就业的需求。

切实强化劳务协作对接。市人社部门积极推进与国内、省内发达地区开展劳务对接,拟订《张家界市与南京市开

一项新研究为健康饮食的必要性增加了新砝码:瑞典乌普萨拉大学科研人员发现,高脂高糖饮食会改变深度睡眠时的脑电波,可能导致睡眠质量下降。

深度睡眠对修复机体、整合记忆非常重要。人类在清醒时的脑电波以频率较高的贝塔波为主,进入睡眠状态后,低频的德尔塔波逐渐增加,所占比例在深度睡眠阶段达

推动河长制从 有名有责 向 有能有效 转变 我市启动河长制工作最严考核办法

本报讯(通讯员 上官智慧 李学文 龚政)笔者日前从市河长办获悉,从今年起,我市执行新一轮《2023年河长制工作考核办法》,将全市4个区县、23个市直单位和62名县级河长全部纳入考核范围,对不合格者且造成生态遭受严重破坏的,将依法依规追究其单位和个人责任。

该考核办法的发布,旨在进一步完善河长制工作机制,推动河长制工作从 有名有责 向 有能有效 转变,努力达到 河畅、水清、岸绿、景美、人和 目标,为实现全市高质量发展提供有力支撑。

《办法》明确指出,所有考核对象总分均为100分,加扣分最多不超过5分,并分类制定考核内容。其中,对区县考核主要包括河长履职、河长制工作落实情况、重点任务完成情况、河长制工作成效和加扣分项目五项内容;对市直单位考核主要包括巡河工作、重点任务完成情况、日常工作和加扣分项目四项内容;对县级河长考核主要包括巡河工作、组织协调、总结考核和加扣分项目四项内容。

届时,考核由市河长办联合市河委会相关成员单位组织实施,并按照被考核对象自评、数据采集责任初评、综合评价和通报结果步骤进行考核。考核结果分为优秀、良好、合格、不合格四个等次。其中,对未出现影响评估特殊情形、得分不低于90分且排名前2名的区县评为优秀等次,得分不低于90分且排名前30%的市直单位评为优秀等次,得分不低于90分且排名前20%的区县级河长评为优秀等次。对得分在60分以下的区县、市直单位和县级河长,评为不合格等次。

如何确保河长制工作从 有名有责 向 有能有效 转变?此次发布的考核办法规定,对获得优秀等次的区县、市直单位和县级河长予以通报表扬,对获得优秀等次的区县作为省人民政府河长制真抓实干督查激励名单向省河长办推荐,对获得优秀等次的乡镇给予一定物质奖励;对评为不合格等次的对象予以通报批评或约谈,对因失职、渎职导致河库生态环境遭到严重破坏的,依法依规追究单位和个人的责任。

加大激励约束力度,倒逼各责任单位和责任人履职尽责,增强落实河长制工作的责任感和紧迫感。市河长办相关负责人介绍,考核将各地各单位河长制工作考核结果纳入市对区县党委政府、市直单位的绩效考核体系进行运用;将考核结果情况 一对一 全面反馈,为各单位和各责任人查找分析原因、制定整改措施、改进自身工作提供依据。



6月10日,慈利县花开艺术培训学校的60余名师生来到黄龙洞景区,开展 多彩的地球,多样的生命 主题宣传体验活动,在沉浸式体验中领略本土传统民族文化的独特魅力。

李远明 摄

且把真情付桑梓

记湖南省五一劳动奖章获得者、慈利县第一中学校长邢方荣

全媒体记者 宁惠

凝心铸魂跟党走 团结奋斗新征程

邢方荣,湖南省五一劳动奖章获得者,高级讲师,现任慈利一中党总支书记、校长。朴素的装束,平和的面孔,初见邢方荣让人觉得他平凡得没有故事。然而,与他相处过的人都有一种感受,他的行事中,有一股力量、一种能量,时时感染着你,激励着你,甚至燃烧着你。

2015年,邢方荣临危受命,挑起重担,接任慈利县第一中学校长一职。他常说:要想把事干好,先革自己的命。多年来,忠诚教育心向党,立德树人圆梦想是邢方荣从事教育教学工作的立身之本和人生信条。面对县域高中发展瓶颈,他用领导苦干、教师苦教、学生苦学的三苦精神激励人心,用创新管理引领队伍。正是他,掌舵慈利一中这艘巨轮,披荆斩浪、逆流而上。近几年来,学校学考合格率均达100%,高考特殊类型(原本科一批)上线率连年攀升,2022年达到80%。同时,邢方荣非常注重学生全面发展,立足体艺教育开辟教学质量新赛道。学校多次在全国中学生田径锦标赛中进入团体总分前八强,多次在湖南省传统校田径比赛中获得团体总分第一名,先后有6名学生被北京大学特招。

在实际工作中,邢方荣时时

处处以强烈的事业心和责任感诠释着高尚师德的内涵。他爱校如家、爱生如子,一心扑在教书育人上。在他眼里,每个孩子都是未来的栋梁,每个孩子身上都有闪光点,值得去欣赏。针对学校80%学生来自农村的校情,他坚持成就一个孩子,改变一个家庭的思想,用心育人。近五年来,有1000余人升入国内一流大学,5000余人升入本科以上院校,给众多农村家庭带来福音。同时,他整合资源,精准帮扶贫困学生,每年有近500名学生获得资助,资助金额达到200余万元。长期劳累工作的他,不顾严重的眼疾,一直坚持到校最早、离校最迟,每年听课100节以上,讲思政课、党课30节以上,引领成就了一支名师辈出的教师队伍。特级教师4人、正高级教师6人、高级教师103人,其中35人获评省优秀教师、市学科带头人等,成立了4个市县级名师工作室。学校先后获得30多项省级以上荣誉。

他是一位善管理、高情怀、有奉献精神的好校长,他真正做好了 眼中有天空、胸中有目标、手中有分寸、脚下有土地 四件事。慈利一中副校长唐新标说,邢方荣获得湖南省五一劳动奖章,这是对他多年来爱岗敬业,艰苦奋斗的认可和肯定。

教育事业是光荣伟大的事业,我们将朝着高质量发展的奋斗目标阔步前进,力争把学校建设成为 办学条件好、学校管理好、教师队伍好、育人质量好的 四好型 湘西北名校,为慈利一中120周年校庆献礼。邢方荣认为他所做的一切都是一名教育工作者应该做的,所取得的成绩都源自于老师、家长的信任与支持,以及孩子们对知识的渴望。他的付出,换来了每一个孩子学会生活、学会学习,学会做更好的自己。

全力打好“发展六仗” 实施六个“十大行动”

张家界国际航班 加快恢复

本报讯(通讯员 阳心宇)日前,我市打好经济增长主动仗专班收集信息显示,截至6月8日,张家界已恢复泰国曼谷等6条国际客运航线,下一步将陆续开通日本大阪等国际客运航线。国际航班加快恢复,是疫情防控政策放开以来我市打好经济增长主动仗的重要成果呈现。

据了解,当前张家界口岸平均每周有20个国际航班,后期每周将超过40个国际航班。今年来,张家界口岸共执飞国际航班168架次,口岸出入境旅客2.41万人次,平均客座率70.9%。与桂林、黄山、丽江、三亚等同类型旅游城市相比,我市国际航班的恢复时间早、国际航线多、航班班期密、旅客流量大、复苏态势好,领跑全国同类型旅游市场,预计全年将为张家界荷花国际机场带来近20万人次的国际旅客吞吐量。

交通问题顽瘴痼疾集中整治

茅岩河镇: 政警联合共筑道路 交通安全 防护墙

本报讯(通讯员 侯婷婷)近日,永定区茅岩河镇政府联合温塘派出所交警中队在全镇辖区内开展了交通安全专项整治行动。

此次专项行动通过在车流集中地段设卡盘查的方式,对镇辖区的客货运车辆、小型汽车、电动车自行车、二轮摩托车、三轮摩托车、拖拉机进行逐一检查,重点对客货运车辆超限超载、无牌无证、三轮车、农用车违规载人、驾乘摩托车、电动车不戴头盔、安装遮阳伞等交通违法行为进行整治。行动共整治交通违法行28起,其中货车超载2起、无牌无证3起、逾期未年检1起、三轮车违规载人2起,摩托车、电动车驾驶人员不戴头盔13起,摩托车违规安装遮阳伞1起,未系安全带6起,教育劝导21人。针对所有违法行为,工作人员均进行了处罚和教育,及时消除交通安全隐患,有效规范了辖区道路通行秩序。

目前,茅岩河镇交通安全专项整治行动持续开展中。接下来,该镇将聚焦扩大交通安全宣传面,充分利用 村村响、天门清风网、屋场会、宣传海报、手册等多种方式广泛宣传安全行车常识和注意事项,力争将道路交通违法整治之风吹到全镇人民群众心中,在辖区内营造浓厚且可持续的交通安全宣传氛围,有效增强全民 文明出行、安全相伴 意识,稳定保障全镇人民群众生命安全。

上河溪乡 金叶夜校 助力烟叶生产

本报讯(通讯员 邱德帅 熊国锋)近日,桑植县上河溪乡利用晚间农闲举办 金叶夜校 烟叶生产技术培训会,烟站技术员从大田管理和病虫害综合防治等技术要领入手,针对不同海拔、地势、品种就揭膜培土、病虫害防治、排水疏沟等方面详细讲解,针对烟农生产过程中遇到问题逐一答疑解惑。

据了解,金叶夜校 是上河溪乡联合烟草部门针对烟农 白天农事忙,晚上有空闲 点开创的培训班,针对烟叶生产各个关键环节,定期为烟农授课,全面提升烟农烟水水平,提高烟农种烟效益,引导当地烟农成为一支有文化、懂技术、会管理、善经营的烟叶种植主体,为烟叶产业持续健康发展夯实基础。后续,该乡将定期开展 金叶夜校 培训,帮助烟农解决生产期间遇到的问题和困难,加强田间管理和配套设施建设工作,全面提升烟叶生产整体水平,确保烟叶种植丰产丰收。



杏林之窗
张家界市中医院协办

高脂高糖饮食可能损害睡眠质量

糖饮食会导致深度睡眠阶段的德尔塔波比例下降、强度降低。

研究团队招募了一批身体健康的年轻男性参与测试,志愿者随机分为两组,分别实行高脂高糖饮食和低脂低糖饮食方案,一星期后戴

着脑电波监测设备在实验室内睡一整晚。两种饮食的热量相同,只是营养结构不同。间隔约两个月后,两组志愿者交换饮食方案,重复一轮测试。

数据显示,一星期的高脂高糖

饮食对睡眠时长、阶段等没有明显影响,但会改变深度睡眠阶段的脑电波特征。在14名有完整脑电波记录的志愿者中,11人发生了变化。研究人员说,脂肪和糖可能激活了一些与清醒程度相关的分子通道,具体机制还有待研究。该现象是否适用于其他年龄和性别的人群、长期不健康饮食的影响与短期效果有何不同,也需要进一步验证。(据新华社)