北碚報

2022年12月20日 总第1632期 星期二

第96期

准印证号:渝内字第525号 每周二、五出版 免费赠阅

中共北碚区委主办 北碚区融媒体中心出版

邮箱:bbbxwyx@163.com 数字报网址:http://bbb.beibeinews.com 新闻热线:68211234

身边的可喜变化

“我”的课后1小时 成长在科技大舞台

编者按:

编者按:民生实事,承载着人民群众对美好生活的向往。年末岁尾之际,本报推出“身边的可喜变化”系列报道,着眼教育、就业、医疗、养老、住房等群众关注的实际问题,见证点滴新变化,感受身边小美好。

下午4:30,铃声响起,朝阳小学顿时热闹起来,同学们奔向操场、功能室等不同场所。原来,接下来的一个小时是社团活动时间,学生们可根据自己喜好选择陶艺、啦啦操、国际象棋等各类社团活动。

四年级7班的学生李卿宁完成了当天作业后,快速收拾好书包,冲向科技社团所在的教室。他最期盼的时刻到来了。

在科技社团的教室,来自不同年级、班级的学生们已经开始分组自主练习,有的围在一起拼装搭建模型,有的在反复调试机器人,场面热闹又不失秩序。

“同学们,我们今天要学习无线电测向中的几种测力方法……”听到老师上课的指令,学生们立马围拢在老师身旁,不愿错过任何一个知识点。

朝阳小学科技社团是以开设编程课程、制作模型、实验操作、参加竞赛等内容的科技创新社团。“学生们在课后延时服务中,通过参与科技与体育竞赛相结合的综合实践活动,如电路创新、无线电测向等项目,培养了学生的科技兴趣、创新精神和实践创新能力。”社团负责老师杨越强向记者介绍,“李卿宁同学就是这一群小小科技爱好者的代表,尤其这一年进步巨大:以往他腼腆内向,不善言辞,现在他不仅在实践活动中提升了动手能力、思辨能力,其表达能力也突飞猛进。”

“这是升降平台移动车,这是高架桥开口闸门……我的基本思路是在高速公路堵车的时候在高架桥上开一个口子与升降机对接,再用升降机将行车下降到国道或村道上,以绕过拥堵路段。”这是李卿宁在第36届重庆市青少年科技创新大赛比赛现场沉着大方地向评委观众介绍他的作品《高速公路防堵分流神器》的构建原理。这件作品随后获得该项比赛一等奖,同时他也凭借此作品获得“2022年重庆市北碚区青少年科技创新奖”。

“他变得越来越自信,越来越会肯定、认可自己了,面对挫折也能快速调整心态。”李卿宁家长欣慰自豪地说道。

“一开始面对比赛失利的时候,我非常自责,但是同伴们都来安慰我,让我知道只要尽全力就一定会有收获。我也能很快调整,然后立马投入新的训练中。”李卿宁回忆道。

“孩子们通过各类社团活动,真正做到了‘做中学,学中思,思中创新’。无论是比赛还是训练中,他们脸上洋溢的充满成就感的笑容、失利的挫败和不甘、对成功的追求和拼搏,这些都是我在前几年很少看到过的,而这些正是成长不可或缺的部分,成长比成功更重要。”朝阳小学党总支书记邓薇告诉记者。

2021年,“双减”政策正式出台。今年以来,我区贯彻落实一系列为学生减负,促进学生德智体美劳全面发展的系统工程。其中,全区50所小学、18所中学均开展课后延时服务,开发设置艺术、体育、劳动、阅读、科技等社团800余个,努力满足学生多样化需求。课后服务时间达标率100%,参与教师近5000人,惠及学生6万余人,学生参与率达98%。下一步,区教委还将继续从提升课堂质量、减轻课业负担、强化课研水平等方面提升学校育人水平,整治校外培训机构,促进学生全面发展、健康成长,办人民满意教育。

本报记者 胡毓恒

第三届“巴山夜雨”诗歌奖获奖名单揭晓
颁奖典礼暨朗诵会将于明年1月初举行

本报讯(记者 邓公平)巴山夜雨美如画,行到北碚必有诗。记者从第四届“缙云诗会”主题活动组委会获悉,第三届“巴山夜雨”诗歌奖获奖名单已于近期揭晓,共计54件作品获奖,颁奖典礼暨朗诵会将于明年1月初举行。

据介绍,第四届“缙云诗会”由中国作协诗刊社、重庆市作家协会、中共北碚区委、北碚区政府、西南大学联合主办,重点聚焦区第十三次党代会报告提出的“两大定位”和“四篇文章”,旨在以诗歌为媒介、文旅为载体,传承历史文脉,擦亮生态人文靓丽名片,反映新时代北碚生态田园都市区、人文科教创新城建设取得的成就,进一步提升北碚的知名度和美誉度。

诗会以“巴山夜雨·诗漾林泉”为主题,主要包含第三届“巴山夜雨”诗歌奖征集、“缙云诗会”优秀短视频全网推介(云采风)、诗歌文化进景区、诗歌朗诵会、“巴山夜雨”诗歌奖颁奖典礼等精彩活动。

作为本届诗会的重头戏之一,第三届“巴山夜雨”诗歌奖作品征集活动于今年6月启动,主题为缙云山综合提升“后半篇文章”,重点聚焦“世界的缙云山”“国际的温泉谷”“嘉陵江”“金刚碑”等北碚的自然生态及文旅资源进行开掘。

截止到9月10日,活动共征集到全球华语诗人作品2147件(组)。经过专家评审,评选出特别奖1名、一等奖1名、二等奖2名、三等奖10名、优秀奖40名。

“巴山夜雨”诗歌奖颁奖典礼暨朗诵会拟于明年1月初举行,将邀请部分著名诗人和朗诵艺术家来碚,感受体验巴山夜雨的生态人文之美和北碚经济社会发展的喜人成效。

据了解,“缙云诗会”主题活动自2019年正式启动以来,已连续成功举办四届。诗会每一届突出一个主题,通过邀请全国著名诗人来碚采风、开展“巴山夜雨诗歌奖”征集等活动,着力宣传推介北碚深厚的人文底蕴与秀美的自然风光,持续助推北碚文化和旅游深度融合发展,逐渐形成了一个具备地方特色、有深刻文化内涵、在全国有影响力的诗歌活动品牌。

(具体名单见2版)

缙云彩林美如画

深冬时节,缙云山国家级自然保护区山峰层峦叠嶂,彩叶五彩斑斓,犹如一幅幅彩色画卷,美不胜收。

记者 秦廷富 摄

重庆市快速路二横线西段PPP项目获中国建设工程鲁班奖

本报讯(记者 陈李娟)近日,2022-2023年度第一批中国建设工程鲁班奖(国家优质工程)入选名单公示,重庆市快速路二横线西段PPP项目榜上有名。

据了解,重庆市快速路二横线西段PPP项目是重庆市“八横七纵”快速路网的重要组成部分,起于沙坪坝区桃家院子立交东,经西部物流园、中梁山、童家溪、同兴工业园,跨嘉陵江,止于礼嘉,全长约14.4公里,串联起沙坪坝区、北碚区、两江新区,全线除隧道采用双向6车道外,其余均采用双向8车道,设计时速80公里,已于2021年9月建成通车。

该项目包含礼嘉嘉陵江大桥、土主中梁山隧道、王家坪立交、童家溪立交等重要工程,是集特大桥梁、特长隧道、集群式转体全互通立交“四位一体”的集群工程。项目建成后,进一步完善了城市路网结构,增强重庆中心城区对周边的辐射作用,同时减轻大学城隧道、双碑隧道与双碑大桥的交通压力,对成渝地区双城经济圈建设和重庆加强区县间基础设施互联互通具有重要意义。

回应关切

重庆进一步优化疫情防控措施

无症状和轻症状可正常上班 非必要不查验核酸阴性报告

重庆日报讯(记者 李珩)12月18日,重庆市新型冠状病毒肺炎疫情防控指挥部综合办公室印发《关于进一步优化疫情防控措施的通知》(以下简称《通知》)。按照《通知》,从即日起,全市各级党政机关、企事业单位带头,不再查验核酸检测阴性证明(有特殊要求的会议和活动除外)。所有医疗机构除新入院患者及陪护人员需查验核酸检测结果外,其余不再查验核酸检测阴性证明。

无症状和轻症状可正常上班

据了解,为认真贯彻落实国务院联防联控机制综合组《关于进一步优化落实新冠肺炎疫情防控措施的通知》要求,切实将工作重心由防感染转向保健康、防重症、促发展,进一步方便群众生产生活,我市对疫情防控措施做了进一步优化。全市各级党政机关、企事业单位无症状和轻症干部职工根据身体状况和岗位需要,做好个人防护可正常上班。

非必要不查验核酸阴性报告

《通知》倡导市民非必要不做核酸,非必要不查验核酸检测阴性证明。除养老机构、福利院、监所、托幼机构、中小学等特殊场所外,其它场所均不再查验核酸检测阴性证明。倡导无症状不采样、不用药。

针对群众购药需要,我市建立医疗物资生产和保供机制,组织重点医药生产和流通企业抓好医疗物资生产、采购储备药品工作,及时将药品配送到医疗机构和便民药店。坚决打击囤积居奇、哄抬药品价格等扰乱医药市场秩序行为。

《通知》要求,在群众就医方面,加强互联网医院建设,进一步方便群众线上问诊求诊,分流医疗机构发热门诊压力。建立养老机构和医疗机构绿色转诊通道,守护好老年人健康。鼓励组建社区药品配送小分队,根据群众用药申请,在医疗机构指导下配送简易医药包,有效保障群众用药需求。各区县(自治县)继续保持适量便民核酸采样点,满足群众核酸检测需求。

提醒市民进一步加强个人防护

同时,也提醒广大市民进一步加强个人防护,倡导全民戴口罩,参加集体活动、进入公共场所、乘坐公共交通等规范佩戴口罩;倡导全民打疫苗,加快推进老年人疫苗接种和加强免疫。

连花清瘟、布洛芬买不到怎么办
专家回应新冠用药热点问题

重庆日报记者 李志峰

市场上有很多品类不同的防治新冠病毒药物,应该如何选择?连花清瘟、布洛芬买不到怎么办?针对当下公众关心的新冠用药热点问题,12月17日,记者采访了重医附二院药学部副主任钱妍。

钱妍称,出现新冠感染症状时,可根据症状对症治疗。如果出现发热或肌肉酸痛,体温在37.5-38.5℃,优先选择物理降温;当体温>38.5℃时,对于一般无基础疾病的人群,可以选择相对较为安全的解热镇痛类的药物,如对乙酰氨基酚或布洛芬等,选择一种即可;对于一些有基础疾病的老年人或者症状比较重,但体温还没有达到38.5℃的患者,如果出现精神萎靡或者合并其他系统症状的时候谨慎服用退烧药。

此外,也可选择一些中成药来退热,如金花清感颗粒、连花清瘟颗粒/胶囊、宣肺败毒颗粒、清肺排毒颗粒、疏风解毒胶囊等。

如果出现咽干咽痛,可以选择一些中成药,如六神丸、清咽滴丸、疏风解毒胶囊,或含西药成分的含片如地喹氯胺含片等。另外多饮温水,保持咽部滋润,不要过度用嗓。如果出现咳嗽咳痰的症状,可以适当选择一些止咳化痰的药物。干咳的时候可以选择镇咳的药物如福尔可定、右美沙芬。若痰液过多,可以使用化痰药,如溴己新、氨溴索、乙酰半胱氨酸,选择一种即可。如果出现流鼻涕、鼻塞等症状,可以选择一些抗过敏的药物来缓解,如氯苯那敏、氯雷他定、西替利嗪。如果出现恶心、呕吐、腹泻等消化道症状,可以选择藿香正气口服液/胶囊。

“从中医原理上讲,凡是在说明书上写明有治疗风热感冒、疏风、清热、化湿、解毒等作用的中成药,都能够缓解新冠病毒感染导致的身体不适症状。”钱妍表示,不需要拘泥于某个单一药物,其他很多中成药如金银花、金花清感、柴胡口服液、清热解毒口服液等也可以选用。

此外,重医附二院药学部于去年11月开设互联网药师咨询,在线为患者提供用药咨询服务。有需要的患者可以进入重医附二院官方微信公众号进行咨询。

大干一场,做大做强
——“敢闯敢干 唯实争先”大家谈

臧博

当前,众多企业正在加班加点赶进度,全力冲刺年度目标。有的企业已经开始酝酿创新转型,寻找新的利润增长点。面对市场的不确定性,仍有不少经营者心里没底、犹疑不定,不知道是否该放开手脚去干、去闯、去投。

今年受疫情、高温、干旱等因素影响,我市不少市场主体尤其是中小微企业、个体工商户经营面临困境。困难不可否认,但危机之中往往也孕育着商机。与其抱怨着踟蹰不前,不如顺应市场变化主动出击,抓住当下复工复产复市的有利时机,乘势大干一场,创新产品、优化服务,进而做大做强。

做大做强,要善抓机遇。市场瞬息万变,充满了无数可能。现在,是困难与挑战的高点,但也是机会成本的低点,更是企业抢抓机遇、大干一场的“赛点”。越是早谋划、早布局、早出手,就越是能抢抓风口、抢占先机,为我市经济社会发展注入新动能。

做大做强,要敢于创新。企业只有重视创新,不断加大创新研发投入,才能始终保持竞争优势,收获更多利润。因此,为创新企业提供必要扶持,如做好区域产业规划和分类指导,通过税收优惠、资金扶持等真金白银“输血”,激励企业不断创新,增强发展底气,就显得尤为重要。

做大做强,要激发人才活力。企业要利用当下人才充裕的时机,想方设法储备人才、留住人才、用好人才。不断优化收入分配方案,优化人才激励政策,充分激发人才的创新驱动力,助力企业做大做强。

总编:黄值山 总值班:陈远航 审核:张露 责编:于希斌 组版:王婕
区长公开电话:68863333 环保投诉:12369 气象:12121 报警:110 火警:119 供电:95598 供水:68869527 供气:68863145 闭路维修:89861234