

深圳市广丰商会开展“深爱广丰”助学扶贫活动



本报讯 记者柯柯报道:6月3日,深圳市广丰商会“深爱广丰”助学2020走进我区部分中学,其爱心善举、资助困难家庭学生完成学业活动受到社会各界人士的广泛好评。

在区工商联、区教育局工会负责人的带领陪同下,深圳市广丰商会会长、江西富荣集团董事长徐思沙,深圳市广丰商会联合会会长、深圳市云联地产董事吴云林一行,先后来到铜钹山镇中学和湖丰镇中学,带着对家乡

教育事业的深厚感情、对家庭困难学生的浓浓爱心,对两校一百多名家庭经济拮据的学生进行了捐资助学活动。

在铜钹山镇中学和湖丰镇中学举行的深圳市广丰商会“深爱广丰”助学2020捐赠仪式上,徐思沙、吴云林先后分享了他们学习成长、创业创新的历程,并希望我区教育战线上的全体教师再接再厉,再铸辉煌。勉励学子们自强不息、坚定信念,努力学习、早日成才;希望他们成才后传递爱心、回报社会。徐思沙还表示,今后商会还将组织发动更多会员一如既往地支持家乡教育事业发展,为我区的困难学生提供更广泛的帮助。

两所学校负责人和学生代表分别

发表了感恩致谢感言。他们表示,今后一定会在自己的工作与生活中,践行和发扬中华民族的传统美德,常怀感恩之心,常举谢恩之行,接过爱心接力棒,做爱心传递者,报效祖国,回馈社会,在奉献社会中实现更大的人生价值。

据了解,深圳市广丰商会积极响应区委、区政府和区工商联号召,将商会事业发展与教育精准扶贫紧密结合,是牵手助学精准扶贫的一次创新与探索。这次首批资助的铜钹山镇中学50名和湖丰镇中学51名家庭困难学生,每名学生得到了该商会资助捐赠的书包、水杯各1个和“全民阅读、书香广丰”200元购书券1张。

本报讯 入汛以来,特别是5月下旬广丰区出现强降雨天气,各河流水位出现了不同程度的上涨。面对汛情,我区有关部门正严密关注水势水情,从物资设备、测验设施、通讯网络、测洪方案、应急预案、人员制度等方面,扎实做好迎战主汛期的准备。

据气象部门预报,未来一段时间,我区将进入强降雨多发期,6月2日晚-5日将出现暴雨、局部大暴雨天气,过程雨量达150毫米至200毫米,局部250毫米以上。为切实做好防范工作,各部门对辖区内的山塘水库、河堤、地灾点、在建涉水工程、山洪易发区、危旧房、城乡低洼易涝区等危险区域进行巡查排查,做到早发现、早处理,确保群众生命财产安全。

据了解,截止5月31日,关里水库水位197.82米,离汛限水位还有5.63米,库容1524.4万方,前两天的集中降雨量达73mm。

我区全力以赴做好防汛工作

(上接1版)推动企业发展提升到更高水平。

随后,朱寅健一行来到立景创新、富荣电子等高新技术企业,走进厂房车间,深入生产一线,认真听取了企业发展情况介绍,观摩了产品展示和生产流程,详细询问了企业产品研发、科技创新以及发展规划等情况。当了解到上述企业在国内都有着较高的市场占有率时,朱寅健对企业在市场定位、研发创新以及人才储备等方面的工作给予了肯定,并希望企业进一步优化产品结构、提升核心竞争力、提高市场占有率,为区域经济高质量发展做出更大贡献。

广丰县人民医院
急救电话:96120 2679669
脑外科联系人:林 电话:13979336505
地址:永丰南大道转盘西侧

控烟知识宣传

11.薄荷烟比一般烟较安全?
答:吸用薄荷烟不会比吸用一般烟安全。如吸用低焦油含量烟一样,吸烟者会把烟吸得更深入,导致烟留在肺内的时间增加。所以吸用薄荷烟亦会损害健康。

12.怎样才能尽快戒除烟瘾,改变吸烟行为呢?

答:一、多掌握一些吸烟严重危害健康方面的知识,明确戒烟的好处,如戒烟后数周内,呼吸道咳嗽和有痰的症状就会明显减少或消失。

二、必须具有主动要求戒烟的决心和意志,永远不做烟瘾的奴隶。如果你的朋友送烟给你,你可以大声说:“对不起,我已经戒烟了!”并且尽可能地不要和那些仍在吸烟的人呆在一起。

三、结合个人实际情况制订戒烟计划,并付诸行动,在戒烟过程中要掌握对吸烟行为的抵抗技巧。把吸入体内的尼古丁排泄出来大约需要两周左右的时间,所以,把戒烟计划延长到2~3周的时间是最理想的。

四、早晨起床后,用毛巾蘸湿冷水后擦拭皮肤,增加血液循环。当你想抽烟的时候,就喝一大杯水,多吃水果,这些水和水果会帮助戒烟者不断的排出蓄积在体内和大脑里的尼古丁。每天多做几次有节奏的深呼吸。因为大脑细胞需要的氧供应量是其他器官的五倍,通过深呼吸进入到大脑中的氧气会帮助戒烟者镇定神经,降低对吸烟的兴趣。

五、不要喝酒,因为酒精会抑制人的前脑,削弱人的意志、理智和判断力。

六、吃完饭后,立即离开饭桌,到外面去散步。保证充足的睡眠,心情放松。

七、不要喝含咖啡因的饮料,如咖啡、可乐和浓茶,因为咖啡因的某些作用类似尼古丁。

八、忌食胡椒、辣椒和其他辛辣食物。

九、有人戒烟后,体重会有所增加。控制体重应适当调整自己的饮食结构。不吃高脂肪、高热量、高糖的食物;不在两正餐之间加餐,或吃零食;重视早餐,晚餐适量,吃饭只能吃到八分饱的程度;忌食肥肉;每

天坚持体育锻炼。戒烟后感觉有些头痛,这说明你正在逐渐摆脱烟瘾的束缚,头痛是烟瘾消退时可能出现的一种自然现象,持续几天后,这种脱瘾症状就会完全消失。

13.什么叫被动吸烟被动吸烟有害吗?

答:被动吸烟通常指吸入别人喷出的烟雾,每天达15分钟以上。也称为环境吸烟和吸二手烟。

被动吸烟吸入的是主动吸烟者呼出的二手烟和香烟燃烧产生的二手烟,吸入许多有毒物质,如苯、烟碱、甲醛等,儿童更容易发生婴儿猝死综合症,慢性呼吸系统疾病,影响儿童的身高发育和智力发育。

14.二手烟祸害较一手烟为少?

答:一手烟和二手烟同样会损害健康。二手烟的成分和一手烟的成分是一样的。烟中有超过四千种化学物质,当中至少有超过四十种致癌物质。若你的配偶或家人吸烟,你便会有很多机会吸入二手烟,从而增加因吸入二手烟而引致的疾病。



化危为机 危中寻机

——努力完成全年经济社会发展主要目标任务③

人民日报评论员

在疫情防控常态化条件下,建立健全分级诊疗制度;以“5G+工业互联网”,赋能制造业高质量发展;用好各种智能终端,建设灾害预警等公共服务体系……正在召开的全国两会上,代表委员着眼化危为机,把握机遇建言献策,为共克时艰、战胜挑战凝聚智慧和力量。

受新冠肺炎疫情影响,一季度经济出现负增长,生产生活秩序受到冲击。必须看到,面对来势汹汹的疫情,在以习近平同志为核心的党中央坚强领导下,全国上下万众一心、众志成城,采取最全面、最严格、最彻底的防控举措,有力扭转了疫情局势,也不得不付出一些短暂的经济代价,但是为了人民的生命安全和身体健康,这样的代价是必须承受也是值得付出的。更要看到,3月份以来,各项经济指标正在逐步好转。同时,今年一季度,信息传输、软件和信息技术服务业增加值同比增长13.2%,生物药品制品制造业等与抗疫相关行业投资保持增长,3

月社会实物商品网上零售额增长5.9%。这些逆势成长的新增长点,充分展示出中国经济的巨大发展潜力。国际货币基金组织指出,中国经济出现的复苏趋势令人鼓舞。

今年以来的严峻形势和应对实践深刻表明:“危和机总是同生并存的,克服了危即是机。”面对疫情给我国发展带来的挑战,习近平总书记强调要深入分析,全面权衡,准确识变、科学应变、主动求变,善于从眼前的危机、眼前的困难中捕捉和创造机遇;在看望参加全国政协十三届三次会议的经济界委员时,习近平总书记强调要坚持用全面、辩证、长远的眼光分析当前经济形势,努力在危机中育新机、于变局中开新局。这充分体现了马克思主义唯物辩证法的理论思维,彰显了创造性运用马克思主义矛盾学说的哲学智慧,对于做好经济社会发展各项工作具有重要指导意义。面对完成全年经济社会发展主要

目标任务的诸多困难,我们要坚持用全面的、辩证的、长远的眼光,对我国经济潜力足、韧性强、回旋空间大、政策工具多的基本特点有全面认识,对危中有机、化危为机的辩证关系有深刻体悟,增强战略自信和必胜勇气,提高化危为机、危中寻机的能力,把我国发展的巨大潜力和强大动能充分释放出来,确保完成决战决胜脱贫攻坚目标任务,全面建成小康社会。

“智者虑事,虽处利地,必思所以害;虽处害地,必思所以利”。防疫情、促发展,是对信心与意志的考验,也是对智慧与能力的检验。化危为机、危中寻机,必须继续向改革要动力。我们要坚持以供给侧结构性改革为主线,推动产业链再造和价值链提升,不失时机深入推进重要领域和关键环节改革,健全各方面制度,完善治理体系,促进制度建设和治理效能更好转化融合,善于运用制度优势应对风险挑战冲击。化危为机、危中寻

机,必须继续向创新要活力。我们要大力推进科技创新,抓住产业数字化、数字产业化赋予的机遇,抓紧布局战略性新兴产业、未来产业,在新基建、新技术、新材料、新装备、新产品、新业态上不断取得突破,着力壮大新增长极,形成发展新动能。下好改革创新先手棋、打好转型升级主动仗,有利于从根本上激发动力与活力,切实做到临危不乱、临危不惧,毫不放松常态化疫情防控,着力做好经济社会发展各项工作。

因难见巧,愈险愈奇。一路披荆斩棘,一路跋山涉水,中国经济是在经风雨中发展起来、在应对挑战中成长起来的。激扬“踏平坎坷成大道”的豪情壮志,凝聚“风雨无阻向前进”的智慧力量,我们就一定能完成全年经济社会发展主要目标任务,让中国号巨轮继续劈波斩浪、行稳致远。

(稿件原载于2020年05月26日01版《人民日报》)