

合川(钱塘)红高粱小龙虾音乐啤酒节开幕

推动节会互融互动 助力乡村振兴发展

本报讯(记者 刘亚春)8月7日,合川(钱塘)红高粱小龙虾音乐啤酒节开幕,推动节会互融互动、促进经济文化同频共振,全力以赴打造消费“新场景”、点亮夏日“夜经济”、扩大区域“人气值”。区委副书记秦敏参加开幕式并宣布开幕。

当天晚上,钱塘镇文化广场上人山人海,十分热闹。独唱、动感舞蹈等文艺节目先后登场,精彩的表演赢得现场观众阵阵掌声。在游戏互动环节中,剥小龙虾比赛和啤酒比赛将现场气氛带到了高潮。观众们一边品尝美味的小龙虾、畅饮着沁人心脾的冰啤酒,一边欣赏着精彩节目,现场弥漫着一股浓浓的烟火气。

2024重庆旅游新线路采风踩线活动走进合川

40余名旅游达人实地探访 钓鱼城景区推介三江美景

本报讯(记者 谌永恒)8月7日,由重庆市文化和旅游发展委员会主办的2024重庆旅游新线路采风踩线活动走进合川,40余名旅游达人实地探访钓鱼城景区,通过镜头捕捉美好瞬间,推介三江美景。

当天,40余名旅游达人先后到钓鱼城景区护国寺、悬佛寺、钓鱼台、护国门等地,详细了解钓鱼城的历史文化、军事价值和世界影响,实地探访了钓鱼城景区开发的新路线、新产品等。旅游达人们走走停停,摄影、摄像,通过镜头全方位捕捉美好瞬间,记录旅途风光。

在合社工组织交流座谈会举行

本报讯(记者 任洋 通讯员 何梓政)8月2日,区委社会工作部举行在合社工组织交流座谈会。

会上,7名社工组织负责人分别就机构运行、项目实施和人才建设等方面作交流发言,分享了社工服务的理念和模式。与会人员围绕社工组织如何深化发展、社工服务如何更好满足人民美好生活需要展开热烈讨论。

大石街道畜牧兽医站

开展畜禽沼气设施安全隐患专项排查整治

本报讯(记者 黄盛)8月2日,大石街道畜牧兽医站开展畜禽沼气设施安全隐患专项排查整治。

当天,该站组织驻片兽医去到观龙村、龙骨村等村,重点对畜禽养殖场(户)的化粪池、沼气池等设施进行检查。据介绍,大石街道畜牧兽医站此次专项排查整治共排查辖区17个村,排查场所80处,存在安全隐患场所2处,全部整改完成。该站与



8月2日,二郎镇在杉林村开展森林防灭火应急演练,30余名干部、群众参加。此次演练主要对森林火灾发生后的应对情景进行了模拟。 记者 刘冰凌 通讯员 万林 摄

重庆市第七届运动会“中国电信杯”乒乓球比赛(成年组)圆满收官



本报讯(记者 袁询 特约记者 易秋宇 摄影报道)爱“乒”才会赢,激情与技巧碰撞,决战巅峰。8月8日下午,重庆市第七届运动会“中国电信杯”乒乓球比赛(成年组)圆满收官。

据悉,重庆市第七届运动会“中国电信杯”乒乓球比赛(成年组)有21个区县代表队的79名男运动员和49名女运动员参赛。

比赛现场,运动员们展现出高超的乒乓球技艺,发球、接球、挡球等技巧被运用得淋漓尽致。运动员们动作敏捷、反应迅速,每一次挥拍都充

满了力量与技巧。观众席上的加油声、呐喊声此起彼伏。

本次比赛中,合川区代表队获得女子团体比赛第二名,女子双打比赛第三名。教练员王利明表示,赛前也就集中训练了10次,训练的时间相对来说还是比较少。“我们走到决赛都是一场一场拼出来的。队员们也是扛着巨大的压力,最终取得了好成绩。”王利明笑着说:“她们的路还长,后面还会出去打比赛,不断提升自己。”

本次比赛中,男子单打比赛取得前三名的分别是渝北区选手齐梓旭、北碚区选手马聪、渝北区选手刘晟昊获得,女子单打比赛取得前三名的分别是沙坪坝区选手潘悦、梁平区选手廖容竹妍、渝北区选手侯泽伦。男子

双打比赛取得前三名的分别是渝北区选手齐梓旭和刘晟昊、北碚区选手刘方政和马聪、梁平区选手唐嗣俊和龚允,女子双打比赛取得前三名的分别是北碚区选手王伊凡和丁欣楠、梁平区选手卫蒙和廖容竹妍、合川区选手漆琦和夏熙蕾。混合双打比赛取得前三名的分别是北碚区选手刘轩赫和王伊凡、北碚区选手刘明杰和丁欣楠、梁平区选手龚允和卫蒙。男子团体比赛取得前三名的分别是渝北区、万州区、北碚区代表队,女子团体比赛取得前三名的分别是北碚区、合川区、梁平区代表队。

颁奖仪式在区体育中心体育馆举行,区政府副区长魏晓涛为获奖选手颁奖。



比赛现场

群众的笑脸就是最好的成绩单

——记合川区优秀共产党员葛春梅

◎记者 刘亚春 文/图

她始终以一个共产党员的标准严格要求自己,廉洁奉公、无私奉献、默默耕耘;她充分发挥“领头雁”的作用,锐意进取、奋力拼搏,团结和带领全村干部群众齐心协力、积极作为,绘就了一幅景美人美的乡村画卷,她就是隆兴镇倒碑村党支部书记葛春梅。她用忠诚、奉献、坚守与担当,彰显了一名共产党员的不懈追求。

强基固本 夯实党支部堡垒

倒碑村位于隆兴镇西北部,幅员面积6.13平方公里,有455户1420名村民,1个党支部、3个小组和25名党员。走进倒碑村党群服务中心,百姓茶馆、新时代文明实践站、乡情陈列馆、乡村振兴实践馆、党支部活动室等一应俱全,村民们在百姓茶馆内议事,党员们在党支部活动室里开展理论学习。党群服务中心成为了党员、群众最想来、最愿意来的地方。

“一个党支部就是一个堡垒,一名党员就是一面旗帜!”葛春梅说,多年的基层工作经验让她认识到,村党支部有没有战斗力,党员队伍能否发挥模范带头作用,是搞好农村基层各项工作的关键。担任村党支部书记后,她紧抓党建不放,从村级班子建设入手,在大力推进“四议两公开”工作机制的基础上建立和健全了管理制度。在日常工作中始终坚持党的民主集中制,重大事项决策和群众关心的热点难点问题,都广泛征求每名班子成员和群众代表的意见,增强了班子凝聚力和战斗力,营造出了良好的干事创业氛围。

工作中,葛春梅还加强党员队伍建设和党员教育培训,对流动党员开展线上



葛春梅(左)到村民家走访

教育学习,村党支部的战斗堡垒作用得到进一步加强。

凝心聚力 促进乡村振兴

“今年柠檬亩产量估计能达到多少斤?销售渠道解决了没有?有什么困难需要村里解决?”7月19日,骄阳似火,葛春梅顶着烈日,去到倒碑村3组柠檬种植基地,和该基地法人代表陈世彪一起查看柠檬长势,了解柠檬产业发展情况。

发展柠檬种植产业,是倒碑村调整产业结构、促进乡村振兴的重要抓手。近年来,葛春梅带领村“两委”班子围绕乡村振兴,持续加大工作力度。在改善

基础设施方面,全力协建龙多快道,修建人行便道17公里,解决了群众出行难题,整治山坪塘27个,安装太阳能路灯135盏等,群众获得感、幸福感明显提升。在调整产业结构方面,采取“公司+农户+合作社”等模式,种植油橄榄800余亩、柠檬200余亩以及柑橘、李子等果树2000余亩,发展年出栏100头以上生猪养殖场9个,投资9000余万元落户倒碑村2组的有机肥厂建成投产,形成了“以种带养、以养促种”的循环农业格局;在壮大集体经济方面,明确了在土地上做文章的思路,通过创新方式、流转土地、发展产业,村集体经营性收入累计有30余万元。

“我们村现在变化很大,路修宽了,

还有了路灯,产业也发展起来了,日子一天比一天好,大家对现在的生活都很满意!”倒碑村村民谢大明高兴地说。

用心用情 推进民生实事

“最近家里怎么样?身体还好吧?”近日,葛春梅又一次去到倒碑村5组村民曾德兰家中走访,了解她家的生产生活情况。作为村党支部书记,她始终把群众冷暖挂在心头,经常走访村里的困难群众,帮助群众解决生产、生活中的实际困难。

为丰富群众的精神文化生活,倒碑村整合资金,高标准建成党群服务中心,配套建设了健身广场、就业创业服务超市,拓展党群服务中心的功能;通过评选星级文明户、学法用法示范户、好媳妇、好婆婆等活动,培养群众健康、科学、文明的生活方式;通过加强普法教育,提高群众法律意识,有效维护全村治安稳定,全村呈现出一片祥和、安宁的景象。

春华秋实,硕果盈枝。通过葛春梅和同事们努力,倒碑村被评为“重庆市美丽乡村宜居乡村”“重庆市卫生村”“合川区2022年度充分就业示范村”。她本人也荣获了“合川区优秀共产党员”“合川区村(社区)担当作为好支书”等荣誉称号。“作为村党支部书记,必须将群众的冷暖挂在心上、记在心头,必须深入群众零距离开展工作,必须将群众的每一件小事当成工作的大事来做。群众的笑脸,就是我最好的成绩单!”葛春梅表示,今后将一如既往地严格要求自己,抓好产业发展,办好民生实事,及时帮助解决群众生产生活中的实际困难,当好全村群众的贴心人。

小蚕茧吐出致富“丝”



村民正在喂蚕

本报讯(记者 谌永恒 通讯员 冯明玥 摄影报道)近日,龙凤镇常青村蚕桑基地内一张张方格簇整齐排列,白色的蚕茧光洁饱满,有的村民们正忙着摘收蚕茧,有的村民忙着喂蚕。

近年来,常青村依托当地资源优势和环境特点,大力发展种桑养蚕产业,将村里废弃闲置的篮球场改造成蚕桑基地,改造蚕房1300平方米,为壮大村集体经济赋能增效。

“今年已经是我们村养蚕的第4个年头了,每年的收入都很可观,特别是今年蚕茧的行情持续向好,蚕茧价格高,村民的养蚕的积极性也很高。”常青村党支部书记伍再林说,预计今年蚕茧的总产量可达4000公斤,村集体增收将突破25万元。

祛湿 从日常生活做起



日常生活中哪些行为会造成湿气重,又该如何祛湿?

缺觉。中医认为,缺觉十分容易伤脾,熬夜后所表现出的乏力、无神、肢体困重通常都是脾虚的典型症状。建议晚上11点前睡觉。如果白天适当进行一些体育运动,会让睡眠质量更高。

口味重。肠胃功能好坏关系到营养及水分代谢,最好的养胃方式是适量、均衡饮食。油腻、过咸、过甜或过辣的食物是最不易消化的,容易造成肠胃

闷胀、发炎。建议日常多食清粥小菜清肠胃,养成清淡饮食的好习惯。可结合体质调整饮食结构,增加食用山药、冬瓜、薏米等健脾祛湿的食物。

贪寒凉。过食生冷食物会影响肠胃消化吸收功能。在烹调时可加入葱、姜来减弱食物的寒凉性质。

过量喝酒。过量饮酒是加重湿气的因素之一。建议少碰酒精,更不能借酒浇愁。

运动少。运动少的人常会出现身

体沉重、四肢无力等湿气重的表现。建议坚持体育锻炼,养筋健骨、舒筋活络,增强自身抵抗力,达到强身健体的目的。

久坐。久坐会使人脑供血不足,导致脑供氧和营养物质减少,加重乏力、失眠、记忆力下降等症状,还会引发全身肌肉酸痛、脖子僵硬和头疼。建议办公久坐者,多起身运动,促进气血循环,加速体内湿气代谢。

(区科协供稿)