

锚定现代化 改革再深化

牛羊肥壮交易忙

本报记者 马瑞鹏 通讯员 李晓文



当前,正值牛羊出栏的黄金季节,广河县的牛羊交易市场供销两端均呈现出蓬勃的活力与旺盛的态势。



眼下,刘家峡水库迎来池沼公鱼捕捞旺季,村民们忙着捕捞、晾晒,供应市场。

本报记者 史有东 摄

临夏市「体彩杯」乒乓球羽毛球友谊赛结束

本报讯(记者马进忠 通讯员李高合)近日,强国复兴有我——临夏市「体彩杯」乒乓球、羽毛球友谊赛经过3天的激烈角逐,圆满结束。

赛场上,一个个顽强拼搏的场景给观众带来精彩的视觉盛宴,充分展现了参赛队员之间团结协作、奋发向上的良好精神风貌。

近年来,该市把体育赛事活动作为文旅产业高质量发展催化剂和全民健身事业发展新动能,不断健全全民健身公共服务体系,大力推进体育健身设施建设,积极搭建体育竞技平台。

「薯」光照亮振兴路

本报记者 赵淑娟 通讯员 白栋

近日,东乡县董岭乡董家沟村迎来一场别开生面的丰收盛宴,由州、县农业技术推广服务中心组成的测产专家组深入该村,对今年引进的马铃薯新品种「冀张薯226」进行实地测产。

田野间,一派繁忙。村干部与村民携手合作,在现代化农业机械的助力下,紧锣密鼓地采收马铃薯。不一会儿,金黄色的马铃薯就铺满田地。



着村民的心田。今年,董家沟村将马铃薯产业作为推动村集体经济发展的重要抓手,在县委、县政府的大力支持与州、县各级专家的精心指导下,大胆尝试,积极引进推广「黑金刚」「V7」「陇薯红1号」等21个马铃薯新品种。

「看着这一颗颗沉甸甸的马铃薯,我心里别提多高兴了!」村民马百什激动地说,「我种了1亩地的「冀张薯226」,没想到收获了5000多斤。多亏县上推广的新品种和专家的技术指导啊!」

该村党支部书记兼村委会主任李艳介绍说:「今年,我们村的马铃薯收成



喜人,「冀张薯226」这个品种表现尤为突出。这是对我们前期工作的肯定,更是对未来发展的巨大鼓舞。下一步,我们将继续扩大种植规模、优化品种结构、提升种植技术水平,努力将马铃薯打造成我们村的支柱产业和农民增收的「金疙瘩」。

董家沟村还计划举办一场别开生面的「土豆王」比赛,将评选出个体重量前5的马铃薯并予以奖励,以此激励更多村民投身马铃薯种植事业,照亮乡村振兴的康庄大道。

积石山县首届和美乡村篮球大赛(村BA)圆满落幕

本报讯(记者陈礼娟 通讯员马永德)近日,为期5天的积石山县首届和美乡村篮球大赛(村BA)在县体育馆落下帷幕,来自各乡镇的17支代表队参赛。

赛场上,17支代表队秉承「友谊第一,比赛第二」的宗旨,充分发扬敢于拼搏、勇于进取的竞技精神,赛出了风格和水平。

现了该县各族群众的团队协作精神,呈现了一场精彩纷呈的篮球盛宴。

本次比赛的成功举办,为篮球爱好者提供了交流竞技的平台,进一步丰富了群众业余文体生活,营造了健康向上的全民健身氛围。

亢卫忠在州公安局接待来访群众

本报讯(记者马健)10月22日,副州长、州公安局局长亢卫忠在州公安局接待来访群众,认真聆听群众诉求,详细了解案件成因、卡点难点、处置进展,与州、县公安机关信访负责同志深入研究解决措施,耐心答复解除群众心结。

亢卫忠说,要深入学习贯彻习近平总书记关于全面加强和改进人民信访工作的重要思想,始终将信访工作作为保持党和政府同人民群众血肉联系的重要窗口,千方百计解民忧、纾民困、暖民心,切实把信访工作做到群众心坎上。

我州举办马铃薯新品种新技术观摩会

本报讯(记者张殊)10月21日,州农科院与康乐县农业农村局在该县农丰农机农民专业合作社联合举办马铃薯新品种新技术观摩会,以州农科院自主选育的新品种「临薯18号」为主,开展马铃薯黑膜覆土垄上微沟栽培技术示范推广和新品种食味品鉴活动,并进行现场测产。

据了解,州农科院依托国家马铃薯产业技术体系临夏综合试验站平台,先后选育出临薯系列马铃薯新品种18个,新品系6个,选育出的新品种「临薯18号」高产、高抗病毒、食味优良。自2021年选育以来,在我州范围内累计推广5万亩以上,并在新疆、西藏、内蒙古等地表现优异,被列为国家马铃薯体系主推品种。

州纪委监委:联动监督 守护校园「舌尖」安全

本报讯(记者马玉兴 通讯员谢娅萍)近日,州纪委监委第五监督检查室联合派驻州教育局纪检监察组对全州校园食堂及学生用餐情况开展监督检查。截至目前,督查组共发现问题65个,已反馈整改问题44个。

今年以来,州纪委监委把中小学校园食品安全和膳食经费管理突出问题作为教育领域群众身边不正之风和腐败问题集中整治切入点,运用「室组」联动监督机制,成立联合专项督查组,超常规纵深推进集中整治,以铁的纪律守护校园食品安全。督查组通过明察暗访、查阅资料及谈心谈话等方式,深入七个县(市)24所中小学、幼儿园及相关供餐经营单位,围绕食品安全、营养餐管理、专项资金管理和供餐单位经营监管等情况,开展嵌入式、全方位督查。

康乐县:市场监管「小窗口」做优便民「大服务」

本报讯(记者马琼洁)近日,康乐县市场监管部门秉承「小窗口、大服务」的核心理念,优化营商环境、提升服务效能,在行政审批窗口通过一系列创新举措,成功实现注册登记流程「大变身」,为市场主体带来便利与高效。

为激发市场活力,该县市场监管局全面推行证照分离、企业名称自主申报、全程电子化登记及企业简易注销登记等改革措施,简化企业注册流程,缩短办理时限,目前,市场主体设立登记已缩短至1-2个工作日内完成。深化各项便民政策,畅通信息推送渠道,实现信息互通,深化和创新发展名称自主申报、企业及个体工商户简易注销及证照一体化与设立登记「一口办理」等多项改革新举措。



融媒集萃 临夏的「喀纳斯」——太子山保护区



永春香业落于临夏:香品生产研发新引擎 共绘经济发展新篇章

(接1版)在取得外贸出口佳绩的同时,永春香业并未忘记深耕本土市场。下一步,企业计划进一步挖掘临夏的文化内涵,将地方特色与香品生产研发紧密结合,推出更多符合本地消费者需求的香品。同时,通过举办香文化体验活动、建立香品销售网络等方式,不断拓宽销售渠道,提升品牌影响力,带动临夏香文化产业的发展,实现企业与地方经济的双赢。该企业在临夏的快速发展,离不开地方政府的大力支持。从政策优惠、资金支持到人才引进、市场开拓,

抑郁症有哪些危害?有什么征兆?

说到抑郁症,你首先会想到什么?很多人一听到「抑郁症」,总会下意识地把它与「心情不好」「压力太大」「想太多」等相联系。

据世界卫生组织统计,全球现有约3.5亿人患有抑郁症。

2019年,中国泛抑郁人数超过9500万人,成为心理健康问题「重灾区」之一。

今年9月,国家卫健委办公厅发布《探索抑郁症防治特色服务工作方案》,从国家层面向公众传递明确信号——抑郁症并非简单的「情绪低落」,它是一种需要尽早发现和干预治疗的疾病。

什么是抑郁症?实际上,抑郁症不是一种悲观失落的心情,也不是一种短暂的情绪,更不是矫情,抑郁症是一种常见的精神疾病,发

病率很高,就像「感冒」一样。因此,抑郁症也被称为「精神感冒」。

抑郁症以情感低落、思维迟缓及言语动作减少、迟缓为典型症状,伴有睡眠障碍、体重减轻等躯体症状。目前,引起抑郁症的原因尚不完全明确,研究表明与遗传因素、体质因素及神经系统病变等有关。

抑郁症有什么症状?心情不好。情绪压抑,郁郁寡欢。不能集中注意力。陷入低落情绪不能自拔,进而影响到正常生活和工作,甚至产生障碍。

食欲不振,饭量下降。睡眠障碍。包括入睡障碍、易醒、醒来后再入睡困难。此外,抑郁症有可能是双向情感障

碍的先兆,也有可能发展为双向情感障碍,即抑郁与躁狂的情绪交替出现,时而情绪低落、沉默寡言,时而情绪高涨、口若悬河、情绪奔放。

抑郁症有哪些危害?抑郁症会导致工作和学习效率下降,甚至完全丧失工作和学习能力;社交能力下降,甚至根本不与人交流;在躁狂状态下失去理智,发生暴力行为;充满负能量,严重者甚至出现自杀倾向。

一种非常形象的说法是,抑郁症就像是一只摄魂怪,让患者感到彻骨的寒冷,完全丧失快乐,只剩下求死的欲望,整个人就像被掏空一样的虚脱。

患者非常痛苦,有时能意识到自己的状态却无法走出来,无法自拔,无法摆脱负面情绪。

抑郁症有什么征兆?正是由于人们对抑郁情绪和抑郁症的误解,经常会耽误治疗,如果你发现自己有以下五种症状,请尽快寻求专业机构诊断:

- 1. 显著而持久的情绪低落。主要表现为没有来由的情绪低落,抑郁悲观,高兴不起来,对任何事情都提不起兴趣,严重的时候,会感觉痛不欲生、只想求死。同时会觉得自己毫无价值感,悲观自责。尤其要注意的是,如果这种症状在早晨很重,到了晚上会减轻的时候,一定要及时就医,因为晨重夜轻是抑郁症的典型节律变化。(未完待续)

