

开展中国梦宣讲 汇聚发展正能量

本报讯 7月30日，我县邀请市委理论讲师团副团长石介和宝鸡教育学院教授杨权良分别就“中国梦”与“三个陕西”、“中国梦”与传统文化做了精彩的专题宣讲。我县各镇、各部门、各重点企业事业单位副科级以上领导干部及宣传干事，共计200余人聆听了报告。县委常委、宣传部长袁宏斌主持会议。

报告会上，石介根据自己对中国梦的理解和体会，用生动鲜活的事例，结合党的十八大精神，从旗帜引领方向、道路推动发展、目标凝聚力量、态度决定作为四个方面作了精辟、细致的阐释和讲解。同时，报告中，石介将“中国梦”概括为寻梦、追梦、筑梦、圆梦四个阶段，引导广大党员深刻理解中国梦的科学内

涵、本质要求，增强中国特色社会主义道路自信、理论自信和制度自信，将实现中国梦的远大理想与实现个人梦紧密结合，立足岗位、多作贡献，为实现中华民族的伟大复兴作出应有的贡献。

杨权良在报告中认为，实现中国梦，必须走中国道路、弘扬中国精神、凝聚中国力量，凝聚民族精神的思想内核，就必须弘扬中华民族的优秀传统文化，因为中国传统文化具有“天下兴亡，匹夫有责”的价值取向，中国传统文化具有“刚健有为，自强不息”的精神特质，中国传统文化中还有“不涸泽而渔，不焚林而猎”的生态伦理，也就是天人合一、“万物并育而不相害”。所以，在实现中国民主、富强、文明、和谐的强国梦的过程中，我们要正

视优秀传统文化的价值，发掘它们蕴涵的现代性力量，以推动中国梦的实现。

聆听完报告后，袁宏斌要求，全县各级领导干部要将“中国梦”所赋予的内涵和意义融入到建设学习型党组织和精神文明建设的全过程中，贯穿于我县经济社会发展的各个方面，形成全民奋发向上、激情干事的精神力量和纽带；要统筹兼顾，做到主题宣传教育和当前工作“两不误、两促进”，要全力做好下半年各项工作，努力把学习的心得体会和精神感悟转化为推动全县各项工作、加快建设“六类特色凤县”的具体行动，突出重点，狠抓落实，在干事创业中体现学习成效，确保全年各项目标任务圆满完成。

（张泽曦）

创建国家语言文字达标县工作启动

本报讯 7月25日，记者从相关部门获悉，我县将全面开展创建国家三类城市语言文字达标县工作，力争在今年年底达到国家评估标准，并顺利通过国家验收。

据了解，本次创建工作的评估范围以县城为中心，以党政机关、学校、新闻媒体等机构为重点，并涉及双石铺镇、县级各部门、宾馆等服务行业和银行、电力等窗口服务单位。评估的主要内容包括语言的综合管理、普及普通话和社会管理三个方面。实施步骤分为宣传发动阶段（6月下旬—7月下旬）、组织实施阶段（7月中旬—9月底）、自查整改阶段（10月上旬—11月上旬）和申报评估阶段（11月中旬）四个阶段。

我县为了使该项工作快速推进，印发了《凤县语言文字工作达标评估实施方案》，组建了语言文字工作委员会，在教育局下设语言文字工作办公室，将该工作纳入了年终目标责任考核中，各部门也成立了相应组织机构，全力确保创建工作快速高效完成。

（张泽曦）



疏通杂物 防大汛

7月27日，记者在我县城区的嘉陵江河道内看到，县水利局30多名职工正在清理闸坝泄洪孔中的树根、垃圾等堵塞物，确保拦河大坝的泄洪畅通。

据水利局干部白宏介绍，为了抢抓有利时机，从24日开始，局里就

抽调了30多名精兵强将，并调用了挖掘机和装载机，采取机械作业和人工疏导的方法对堵塞物和河床上淤泥砂石进行清除，现已清除杂物砂石达2000多立方，被堵塞的孔闸门已经完全疏通，清理修复工作即将结束。

（秋夏成）

好大米都有啥特点

等级高的优质大米有如下特点：

1、碎米少。大碎米是留存在直径2.0毫米圆孔筛上的碎粒，小碎米是留存在直径1.0毫米圆孔筛上的碎粒。碎米含量的多少是大米品质优劣的重要标志之一，碎米多既影响大米的整齐度和食味，又不利于大米的安全储藏。

2、杂质少。大米杂质包括通过1.0毫米圆孔筛的筛下物，以及黏附在筛层上的粉状物（糠粉）、矿物质如沙石、煤渣、砖瓦块和金属物等。另外还包括其他杂质，如带壳的籽粒、无食用价值的米粒及异种粮粒等物质。大米含杂质高低是其品质优劣的重要标准，因杂质含量高不但将影响其食用价值，也将影响人体健康及储藏稳定性。

3、腹白小。所谓腹白是指大米掰开后，位于米心位置的白色物质，通常直径为半毫米，腹白小的大米，说明米质较好。

4、色泽亮。新米有自然稻香味，色泽鲜艳、光滑，呈乳白色，手摸有凉爽感。

选米有5个参照指标：
1、看硬度：大米的硬度越强，说明蛋白质含量越高。一般情况下新米比陈米硬，水分低的米比水分高的米硬。
2、看腹白：大米腹部常有一个不透明的白斑，一般含水分过高，收后未经后熟和不够成熟的稻谷腹白较大。
3、看爆腰：如果米粒上出现一条或更多条横裂纹，就说明是爆腰米，它的营养价值较低。
4、看黄粒：米粒变黄是大米中某些营养成分或者是大米粒中微生物繁殖引起的。这样的黄粒米影响香味和口味。
5、看新陈：大米陈化现象较重时，色泽变暗，黏性降低，失去大米原有的香味。表面呈灰粉状或有白道沟纹的米是陈米，其量越多则说明大米越陈。

多吃西红柿有助于燃烧脂肪

日本一项最新研究确认，西红柿有帮助燃烧脂肪的效果。

京都大学研究人员在美国《公共科学图书馆·综合》网络版上说，他们发现在西红柿中，特别是经过加热处理的西红柿汁中，含有大量能够燃烧脂肪的亚油酸。在他们利用小鼠进行的动物实验中，这种亚油酸的功效进一步得到证实。研究人员每天用含有0.002克亚油酸的高热量食物喂食肥胖小鼠，另一组肥胖小鼠则单独喂食高热量食物。4周后测量它们体内中性脂肪含量和血糖值，发现前者血液和肝脏中的中性脂肪比后者少30%左右，血糖值也比后者低20%左右。

研究人员说，这证实了西红柿的有效成分有助于燃烧脂肪，并建议人们，想要减肥，每餐吃两三个生西红柿或是喝200毫升西红柿汁就可以帮助脂肪燃烧（加热的西红柿汁效果更好）。

开通政务微博 推行网络问政

本报讯 近日，“凤县检察”、“凤县农业”、“凤县卫生局”、“凤县食药监”等30余个政务微博上线试运行，市民群众可登陆新浪、腾讯微博搜索“凤县”，即可找到上线试运行的这些政务微博，及时了解政务信息、便民措施等。

在“凤县好声音”新浪微博里，记者发现该微博已经发出1100多条信息，并配以图片，微博内容颇为丰富，内容包括：凤县重点工作、民生工程、旅游文化活动、特色美食、自然风光、网民回复等。

“政府机构开通官方微博的最大意义在于走进群众，最大好处是汇聚民智，最大作用是为民服务，最大变化是改善与民关系。我们组织全县所有镇和涉及民生及公共事务办理的50余家政府部门开通官方微博，希望借助这个平台，加大信息公开力度，推行阳光政务，与广大网友亲密交流，真切体察群众冷暖疾苦，为老百姓办实事、办好事。”县委宣传部相关负责人告诉记者，接下来，还将组织举办凤县微博博友联谊会，对各乡镇、县级各部门进行微博建设和管理工作的培训及指导。

（刘鸿）

《党建视窗》电视栏目开播

本报讯 7月11日，凤县党建电视栏目《党建视窗》正式开播，首期节目播出了全国组织工作会议、凤县纪念建党92周年系列庆祝活动、凤县凤州镇邓家台村党支部书记李琴先进事迹等内容。

凤县《党建视窗》电视栏目由县委组织部与凤县电视台联办，周二晚8:00首播，次周二、周四晚8:00重播，下设四大板块，《党建动态》聚焦党建工作亮点，解读大政方针；《时代先锋》展现基层先进典型，强化示范引领效应；《远教之窗》记录远教工作点滴，传授生产生活技术；《党史文苑》重温革命经典史料，加强党员党性教育。同时，还建立了节目采编、制作、审查、播出工作制度，采编和制作具有凤县特色的“乡土教材”，利用覆盖城乡的有线电视将远程教育节目输送到居民家中，方便广大党员干部群众了解党建工作动向，接受教育培训，使《党建视窗》电视栏目成为展示全县党的建设和组织工作的新亮点，搭建了党员干部教育培训的新平台。

（候文斯）

景区微信服务开通

本报讯 近日，记者了解到，我县消灾寺、灵官峡景区为了更方便、快捷的服务广大游客率先在宝鸡市景区中推出微信服务。只要您用手机扫一扫，手指按一按，不仅景区最新、最快优惠活动就能一键知晓，还能对景区周边吃住行购娱了如指掌。

目前，我县消灾寺、灵官峡两大景区已安排专门工作人员对景区微信进行管理，及时向游客传递景区权威动态信息。据我县文化旅游管委会工作人员介绍，接下来我县境内景区要实现微信全覆盖，并尝试推出景区虚拟游览体验，让游客随时随地“抢鲜”畅游景区。同时，景区还将通过微信向广大游客提供线路引导、景点介绍、投诉咨询和困难求助等相关服务。

（何鹏）

农村通达工程进展顺利

本报讯 我县农村道路通达工程，作为今年全县“十大惠民工程”之一，计划投资2000万元，新建通组砂石路23条85公里，水泥路11条7.4公里，新建桥梁11座，修复水毁道路11条，用于改善群众的出行条件。

截止7月底，全县累计完成投资1600万元，占年度计划的80%。其中，完成砂石路19条73.2公里，占任务量的88.1%；完成水泥路4条7.2公里，占任务的50%；新建、修复桥梁工程，共计11座已完工4座占任务量的36%，其余项目正在施工中；水毁道路修复工程，已开工建设8条共涉及里程64公里，占任务量的45%。预计10月底，将完成全部年度建设任务。项目的建成必将极大改善大山中群众的交通出行条件。

（交通局）

象棋大赛八月开赛

本报讯 日前，记者从县教育体育局获悉，我县将于8月17日在县体育馆东厅举行凤县“凤喜杯”象棋交流大赛，全县各界人士和周边县区象棋爱好者等均可报名参加比赛。

比赛由县教体局主办，县象棋协会承办，凤喜房地产开发有限公司协办，大赛分设企业组、社会组和少年组。报名从即日起开始，截止于8月14日下午6时，报名地点：凤县花园小区房产所家属楼，报名咨询方式电话：13991736268，QQ：280683908。参赛者请于8月17日早晨8时在体育馆东厅报到。

（秋夏成）

技能大赛 促幼儿教师成长

本报讯 7月16日，我县举办幼儿教师技能大赛，各幼儿园选拔推荐的11名选手同场竞技，充分展示了幼儿教师的风采。

活动中，参赛教师分别参加了半日教学设计、环境创设等教学设计比赛，进行了教学案例分析和答辩，通过讲故事、弹唱、舞蹈等环节进行了才艺比拼。比赛过程紧张激烈，精彩纷呈。经评充分调动了幼儿教师坚持专业技能训练的积极性、主动性和创造性，大幅提升了幼儿教师的教学业务水平和综合素质。

（魏永辉）

试验田玉米新品种长势喜人

本报讯 为了加快我县玉米新品种更新换代步伐，选出适应性、丰产性、抗病性、抗旱性好的优良品种，我县种子管理站在红花铺镇白家店村创建了春播玉米试验示范田50余亩，涉及23个品种，其中有市种子管理站推荐的5个春播新品种在我县初次示

范。玉米试验示范田集中在4月21日至26日播种，5月以来雨水充足，保证了试验示范田96%的出苗率，而且苗齐苗壮、拔节快、吐丝抽雄较整齐。目前，试验示范的23个品种大部分已进入结实期，以宝单1号、潞玉36、隆丰1号、正大12、秦龙14长势最佳。

严查违禁高毒农药 确保农产品质量安全

本报讯 根据《陕西省农业厅关于开展高毒农药大排查的紧急通知》（陕农业发〔2013〕76）要求，近日，我县集中开展了14天的高毒农药大排查和农药市场整顿，对5家高毒农药定点经营门店和43家普通农药经营门店的农药登记证、标签及进销货台账进行了严格检查。经查，高毒农药定点经营门店的“五项管理制度”落实到位，无经营国家禁止的33种农药的现象，普

通农药经营门店无经营国家禁止的33种农药和严格控制的27种限用高毒农药的现象。

这次大排查对于规范我县农药经营单位行为、推进高毒农药定点经营管理、控制高毒农药销售使用和保障农产品质量安全等具有重要意义。我们要在高毒农药大排查工作结束后认真的进行全面总结，并作为长效机制在以后的农药管理中予以实施。

（冯波）