



川东北经济区医疗保障协同发展框架协议签订

本报讯 6月4日,川东北经济区医疗保障协同发展框架协议签约仪式在达州举行。省医疗保障局副局长张海峰出席并讲话,市委常委、常务副市长邓瑜华致辞。

根据协议,广元、南充、广安、达州、巴中市将坚持系统规划、阶段实施、先易后难、统筹推进的原则,在促进待遇政策逐步趋同、部分医保经办业务通办、支付方式改革协同推进、医保基金协同监管、异地就医覆盖面和便捷程度提升等方面深入合作,逐步构建川东北经济区医疗保障科学持续的协同发展体系。

张海峰指出,医疗保障是重要的民生工作,大家要以立足实际为前提,以深化改革为牵引,以协同配合为保障,抓住主要矛盾、明确主攻方向,区别轻重缓急,发挥优势、补齐短板,在破解川东北经济区医疗保障难点、堵点上取得突破性进展。

邓瑜华在致辞中表示,达州将自觉强化一盘棋、一体化理念,不断深化沟通交流、拓展合作领域,努力找到更多优势互补的契合点、合作共赢的闪光点,不折不扣抓好合作协议落地落实,强力推进待遇政策等均等化、医保支付趋同化、基金监管一致化、异地就医便捷化、经办服务标准化,同心合力构建川东北经济区医疗保障一体化发展新格局,为达州冲刺“4000亿”、建设“双300”提供有力医疗保障。

(本报记者 江吉)

树立绿色发展理念 提升生态环境质量

本报讯 6月4日,值“6·5世界环境日”来临之际,市委常委、宣传部部长、市直机关工委书记洪继诚带队调研我市生态环境保护工作。

洪继诚首先来到达州固体废弃物综合处置中心项目建设现场,详细询问建设进度,并对存在的问题提出整改意见。他要求,要进一步增强紧迫感 and 使命感,在确保安全的情况下加快施工进度,确保项目早日投用。

在位于罗江水库的达州主城区饮用水源自动监测站,洪继诚认真听取了监测站监测能力、设备运行、周边环境等情况汇报。他强调,饮用水的安全和保障问题,直接关系到人民群众的身体健康。监测站要加强水质的准确监测和实时统计分析,不断完善监测预警体系,科学掌握市区饮用水水质状况,确保市民饮水安全。

随后,洪继诚实地调研了主城区黑臭水体整治工作进展情况。他要求,相关部门要形成合力,建立健全黑臭水体整治长效机制,加大对河道内污水排放等问题治理力度,从源头上做好水污染防治工作;加快推进截污纳管及防渗漏等工程建设进度,早日完成黑臭水体治理任务。

洪继诚在调研中指出,保护生态环境事关人民群众切身利益。要切实提高政治站位,牢固树立绿色发展理念,坚决扛起主体责任,以更加坚定的决心和更加务实的举措抓好生态文明建设,不断提升生态环境质量,让达州的天更蓝、山更青、水更绿,增强人民群众的获得感、幸福感、安全感。

(本报记者 韩淑予)

达州市第四届人民代表大会常务委员任免名单

(2020年6月5日达州市第四届人大常委会第三十一次会议通过)

根据市人民政府市长郭亨孝提名,决定任命:王光生为达州市人民政府副市长;陶宇翔为达州市住房和城乡建设局局长;郑祖杰为达州市国有资产监督管理委员会主任;王鸿钊为达州市城市管理行政执法局局长。

决定免去:张玉华的达州市住房和城乡建设局局长职务;陶宇翔的达州市城市管理行政执法局局长职务。

根据市人大常委会主任会议提名,任命:黎潇为达州市人大常委会副秘书长。

免去:李斌的达州市人大常委会副秘书长职务。

根据市人民检察院检察长陶成提名,批准任命:吕恩坤为达州市达川区人民检察院检察长;石航为万源市人民检察院检察长。

达州市第四届人大常委会第三十一次会议关于接受庞伟辞去达州市人民政府副市长职务的决定

(2020年6月5日达州市第四届人大常委会第三十一次会议通过)

根据庞伟本人提出辞去达州市人民政府副市长职务的请求,达州市第四届人大常委会第三十一次会议决定:接受庞伟辞去达州市人民政府副市长职务,并报达州市第四届人民代表大会第六次会议备案。

万源市加强红色文化保护传承

本报讯 6月2日,万源市政协召集有关部门负责人、红色文化专家,研究万源红色文化遗址保护和利用专题会议。

万源有着丰富的红色文化资源,红军活动时间长,红色革命遗址比比皆是。据万源市党史研究室普查,万源境内有各种遗址遗迹580余处,其中红色文化遗址78处,重要历史事件、机构旧址11处,名人故居3处,红军战

场遗址8处,烈士墓及纪念设施5处,红军石刻标语408处,应引起高度重视。

经过讨论,与会专家建议,对众多革命遗址遗迹,要加大宣传力度,切实加强保护,合理开发利用,不让遗址变废墟。要充分用好红色文化,为万源的经济文化建设服好务。要确立红色文化保护名录,制定好保护措施,融入达州红色记忆。

(王发桢)

中考高考考生如何缓解焦虑

面临疫情和备考双重压力

今年参加中考高考的学生恐怕是最焦虑的一届。受新冠肺炎疫情影响,学校停课,考生们猝不及防地被放了一个“长假”,只能靠自己在家“云听课”“云自习”。随着疫情防控进入常态化,各地复学复课,但仍有考生感到不适应,觉得“紧张”和“焦虑”,由于备考节奏被突然打乱,原本就让人“压力山大”的大考,更让人“忧心忡忡”。

现在距离高考和中考只有一个多月时间,考生要如何做好心理调试,才能缓解焦虑,不被压力压倒,在考试中取得好成绩呢?

不能改变的客观现实,要坦然面对

北京大学第六医院副主任医师丛中说,好的心灵状态的感觉是:轻松,自由,自主,感到心灵“富有弹性”,对学习保持兴趣、乐趣和信心。丛中说,保持良好心态的秘方就是,只用八分“心劲儿”。

丛中解释说:“跑百米的时候,在刚开始跑时发力,速度会马上提高;但是当达到一定速度时,虽然内心还想更快一些,却会感觉腿发飘,没有力气,这时如果继续使劲,就会拉伤肌肉,反而跑不动了。”

在丛看来,用脑就像是跑步,不可过分用力,要学会科学使用。“如果发现无

以,当发现自己出现不良情绪时,要学会接受,然后通过正确的方式进行宣泄。

宣泄负面情绪有很多方法。钱英建议:“可以换一个让你感到放松的学习环境;也可以和家人、朋友谈谈心,或者听听音乐,做做深呼吸。另外,到户外适度活动,通过调动身体其他感官,让情绪得到释放,也是减压的过程。此外,利用心理学的正念疗法、音乐疗法、运动疗法、认知行为疗法以及药物疗法等,都有助于调节情绪。”

保持良好心态,只用八分“心劲儿”

怎样的心态才是良好的心态呢?北京大学第六医院主任医师丛中说,好的心灵状态的感觉是:轻松,自由,自主,感到心灵“富有弹性”,对学习保持兴趣、乐趣和信心。丛中说,保持良好心态的秘方就是,只用八分“心劲儿”。

丛中解释说:“跑百米的时候,在刚开始跑时发力,速度会马上提高;但是当达到一定速度时,虽然内心还想更快一些,却会感觉腿发飘,没有力气,这时如果继续使劲,就会拉伤肌肉,反而跑不动了。”

在丛看来,用脑就像是跑步,不可过分用力,要学会科学使用。“如果发现无

论怎么努力,成绩都平稳没有上升,就意味着已经进入了平台期,成本效益比正在下降。这个时候如果更加努力,成绩不但不会上升,反而会下降,这就意味着‘用力过猛’了。‘用力过猛’会造成大脑的过度消耗,甚至是损伤,影响考试成绩。”

丛中说:“考前复习时,如果总共有十分力气,每天只要用到八分左右,就已经是很好的状态了。”如果“心劲儿”用得过大,往往会造成焦虑、恐惧、失眠,注意力难以持久集中,思维逻辑不清,记忆力下降,头昏脑涨,头脑不清,全身乏力,学习厌倦等“症状”。这时就要提醒自己“减慢”,进行自我心理调节,给自己减压。

钱英提醒考生,当感到烦躁,焦虑,学不进去时,不要责怪自己,也不必勉为其难坚持学习。“这是身体在发出信号,告诉你该放松了。这个时候恰当的做法是,接受自己的焦虑情绪,通过运动、音乐或其他喜欢的方式,让焦虑情绪得到释放,之后才可以回到有效的学习状态”。

稳定情绪和生活秩序

在钱英看来,压力的存在并非一无是处。对于考生来说,保持适度的压力也有积极意义。“如果没有压力,学习效率会很低,很难长时间集中注意力。适度的压力

可以增强内驱力,使学习效能达到最高”。

丛中说,情绪状态对于考试的发挥着关键作用。考生在备考期间应该尽量维持情绪稳定。他特别提醒家长,千万不要因为自己的焦虑而不停打扰考生。“父母一定要忍住自己内心的焦虑,树立明确的人际边界,不要把自身的焦虑情绪推给孩子那边去”。

此外,保持稳定生活秩序对考生的“常态发挥”也至关重要。丛中说,身体的植物神经和大脑最喜欢“有规律的生活”。因此,考生在备考期间要每天按时起床,按时入睡,不搞突击,保持常规而充足的睡眠,杜绝熬夜,饮食也保持平时的规律,尽量减少生活节律的突然变化。

“对考生来说,最重要的是关注自己的进步,而不是总想着还有多少没学的内容。”钱英说。

丛中也提醒大家:“学习,不是想学多好就能学多好,而是实际能学多少算多少。正如弗洛伊德所说,每个人只能学会自己能够学会的东西。”他建议每个考生都问问自己:“努力了吗?”如果努力了,即使成绩不满意,也要坦然接受现实。再问问自己:“偷懒了吗?”只要没偷懒,就是一个很称职的学生了。

·夏瑾·

王光生同志简历

王光生,男,汉族,1976年8月生,湖北潜江人,1999年7月参加工作,1997年6月加入中国共产党,北京工商大学会计学专业毕业,管理学硕士,特许金融分析师,CFA。

现任工行总行运行管理部副总经理,达州市委常委,达州市人民政府副市长(挂职)。

1995.09--1999.07 北京机械工业学院理财学专业本科学习

1999.07--2000.09 北京广大制药公司工作

2000.09--2003.07 北京工商大学会计学专业研究生学习,获管理学硕士学位

2003.07--2005.08 工行总行牡丹卡中心工作

2005.08--2006.06 工行总行会计结算部外汇会计处工作

2006.06--2007.01 工行总行运行管理部风险管理处工作

2007.01--2009.05 工行总行运行管理部业务组织与规划处工作



2009.05--2010.10 工行总行运行管理部业务组织与规划处副处长

2010.10--2013.03 工行总行运行管理部风险模型研发处副处长(其间:2010.12--2013.03挂职任工行山东淄博桓台支行副行长,工行山东淄博分行副行长、党委委员)

2013.03--2016.05 工行总行运行管理部制度管理处处长

2016.05--2017.02 工行总行运行管理部现金运营管理处处长

2017.02--2018.01 工行总行投资银行部境内并购处处长

2018.01--2018.12 工行总行运行管理部流程管理一处处长

2018.12--2020.06 工行总行运行管理部副总经理

2020.06--工行总行运行管理部副总经理,达州市委常委、达州市人民政府副市长(挂职)

强化档案意识 加强档案宣传

——本报小记者参与档案工作宣传活动纪实

□活动策划:达州日报教育周刊部、达川区逸夫小学、达川区城南学校

□活动指导:郑小玲 熊珊珊 刘俊杰 吕能文 本报记者 陈鲸印



小记者参观爱国主义教育主题展馆。

今年6月9日是第13个国际档案日。6月5日,本报达川区逸夫小学、达川区城南学校20余名小记者走进达川区档案馆,开展“走进我们身边的档案馆”小记者主题采访活动,了解档案馆的重要职能,了解档案对我们生活的重要性,以“小手牵大手”的形式,提升市民对档案工作的认识。

参观主题展馆 增强爱国情怀

上午9时许,我们来到以“回首峥嵘岁月 讲好达川故事”为主题的达川区档案馆爱国主义教育基地——“达川印记”爱国主义教育主题展馆参观。

“达川印记”主题展览馆占地面积700平方米,分川东秀坝、古风遗韵、红色壮歌、抗战烽火、创业维艰和砥砺前行六个部分。整个展览始终贯穿“回首峥嵘岁月,讲好达川故事”这条主线,通过2万余字的文字,500件图片和档案资料,让参观者全面了解达川区的区情、奋斗历史、发展变化和所取得的成就。

在“达川印记”展馆,我们边走边看边聆听工作人员介绍,时不时停下脚步认真

质文件发黄或丢失而无法查阅。

在王叔叔的带领下,我们后来到档案馆的库房了解原始档案如何科学保存,来到数字化加工现场,看叔叔阿姨们如何对每个人的档案进行数字化处理。

·本报小记者/张蓝心、李彦霖、廖梓阳、钟济骏、陶语薇、吴优、袁川茜、唐川伦、向彦梦、杨舒雯

开展档案宣传 服务社会大众

“王叔叔,今年国际档案日宣传主题是什么?”在“达川印记”爱国主义教育主题展馆,我们和参加国际档案日启动启动仪式的市政协副主席、市委秘书长、市档案局局长王洪波叔叔不期而遇。王叔叔满面笑容地告诉我们,今年是脱贫攻坚决胜之年,“国际档案日”的宣传主题是“档案见证小康路,聚焦扶贫决胜期”,要把决胜脱贫攻坚的历史进行详实记载。

采访中,王叔叔还希望我们强化档案意识,加强档案宣传,充分发挥“小手牵大手”的作用,争做档案宣传员,提醒自己身边的家人和朋友注意收集、保存与自己有关的档案,为大家的工作、学习和生活创造便利的条件,让档案为社会大众服好务,为社会经济发展服好务。

·本报小记者/廖梓阳、钟济骏、陶语薇、唐一丹、李彦霖、唐川伦、向彦梦、杨舒雯、黄俊方、唐霄



小记者了解档案数字化加工。

达州天然气企业产品质量保驾护航

本报讯 依托达州质量技术监督检验检测中心为母体建设的天然气国检中心,自2020年1月通过国家市监局专家验收以来,与中石化普光分公司、达州市汇鑫能源有限公司等重点企业达成出厂检验协议,积极开展省级天然气产品质量监督抽检工作,上半年共完成50批次的产品检验。

在此基础上,天然气国检中心大力开发省内外市场,承担贵州页岩气勘探开发有限责任公司、重庆市中石化通汇能源公司、重庆市迪斯纳斯能源有限公司等省外企业的天然气产品质量检验工作,南昌、遂宁等市外多家天然气企业也主动与中心联系委托检验业务,天然气国检中心辐射面得到进一步拓展。

下一步,天然气国检中心还将积极争取国家级天然气产品质量监督抽查任务,提升天然气国检中心在国内的影响力,为达州争创全省经济副中心城市着力锻造检验检测“达州标尺”,致力打造川渝陕结合部一流检验检测中心,打造检验检测先导区。

(本报记者 王海莉)

大竹县「黑心豆芽商」被判刑

本报讯 今年,大竹县市场监督管理局在“春雷行动2020”专项执法行动中,将食用农产品安全列为执法子行动,严格排查违法添加行为。2020年1月16日,委托检测技术服务有限公司对黄某某销售出的黄豆芽和绿豆芽进行抽样检验。

检验结果显示,被抽检黄、绿豆芽中均含有4-氯苯氧乙酸。该物质在2015年第11号《国家食品药品监督管理总局、农业部、国家卫生和计划生育委员会公告关于豆芽生产过程中禁止使用6-苄基腺嘌呤等物质的公告》中,被明确禁止在豆芽生产过程中使用。遂移送司法机关处理。

大竹县人民法院审理认为,被告人黄某某在生产、销售的食品中掺入有毒、有害的非食品原料,并将生产的豆芽销售到超市或者自己零售,其行为已构成生产、销售有毒、有害食品罪,依法应予惩处。黄某某到案后如实供述自己的犯罪事实,系坦白,且认罪认罚,依法可以从轻处罚。

5月29日,大竹县人民法院一审判决作出如下判决:被告人黄某某涉嫌生产、销售有毒、有害食品罪一案,对生产“毒豆芽”的被告人黄某某判处有期徒刑一年六个月,并处罚金20000元。

(魏家明 本报记者 刘晨)