

今年春节十堰主城区继续禁鞭

违者将依法从严从重从快处罚

【本报十堰讯】(记者 龙际礼) 2月11日,十堰召开2018年全市禁鞭工作会议。2018年春节期间,十堰主城区禁鞭政策没有变化,同时,将加大对违法行为的处罚力度,对在禁鞭区域内出现的非法生产、储存、销售、燃放烟花爆竹行为,参照相关法律法规,从严从重从快处罚。

据十堰市公安局治安支队相

关负责人介绍,今年中心城区继续禁鞭,且范围没有变化。在茅箭区(不包括大川镇、茅塔乡、赛武当自然保护区)、张湾区(不包括黄龙镇、方滩乡、西沟乡、秦家坪林场)、十堰经济技术开发区范围内全面禁止燃放烟花爆竹。全面禁鞭包括在十堰中心城区禁止燃放烟花爆竹区域内,全面禁止燃放、生产、销售、储存烟花爆竹。

同时,十堰市公安局治安支队提醒,全面禁鞭已深入人心,且效果明显,极少数存在侥幸心理的市民,今年春节期间不要在禁鞭区域内违规生产、储存、销售、燃放烟花爆竹。

自2016年1月1日起,十堰主城区全面禁鞭。据统计,在2016年春节期间,十堰城区没有出现重度污染天气,且空气质量全部在优良

以上。同时,最严“禁鞭令”实施后,2016年全年,十堰中心城区发生的火灾中没有一起是因为燃放烟花爆竹引起的,警方也没有接到一起因燃放烟花爆竹导致的伤害事故警情。更可喜的是,在春节、元宵节、清明节等时段,十堰中心城区无人燃放烟花爆竹。在殡仪馆、公墓等重点区域,市民自觉接受工作人员引导,没有出现一起燃

放烟花爆竹的现象。

2017年,十堰主城区继续禁鞭。根据统计,2017年春节期间,十堰城区空气质量持续好转,同样没有出现重度污染天气,空气质量全部为优良。截至2017年12月底,十堰市消防支队统计,全年没有发生因为燃放烟花爆竹而引起的火灾。同时,警方也没有接到因为燃放烟花爆竹导致的伤亡事故警情。

东风商用车市场与营销领域第二届一次职工代表大会明确

2018年挑战整车销售18.1万辆

【本报十堰讯】(记者 孙波 特约记者 徐刚) 2月9日,东风商用车有限公司市场与营销领域召开第二届一次职工代表大会。会议指出,2018年,东风商用车市场与营销领域将挑战整车销售18.1万辆、配件销售收入26亿元的年度目标。

2017年,东风商用车市场与营销领域始终贯彻“两个坚持”,即坚持商务政策稳定,在商务支持上不大起大落;坚持网络战略定力,持

续打造战略经销商,并发展、培养潜力经销商,以此保证营销网络稳健、快速成长。在这样的战略指导下,2017年累计销售整车147万辆,同比增长29%。2018年,东风商用车市场与营销领域将通过深化客户开发、强化经销商管理等途径,以市场和客户为出发点,不断强化“精准营销”等工作。

东风商用车有限公司副总经理孙振义出席会议。他说,2018年面对行业、国内外市场、客户的

变化,东风商用车市场与营销领域要进一步加强网络维护,不畏惧强势市场的变化,努力寻找新的市场突破。各部门要团结一致,加强协同作业,形成合力,持续提升东风商用车市占率和客户满意度,为东风商用车打造行业领先优势贡献力量。

东风商用车市场与营销领域党委书记金谋志主持会议。会议还听取了专用底盘、国内营销、行业客户开发、海外事业工作报告。

东风股份工程车事业部部署2018年党建工作和党风廉政建设工作

【本报武汉讯】(记者 王亦 通讯员 赵先翠) 2月9日,东风汽车股份工程车事业部2018年党建工作暨党风廉政建设工作会召开。会议回顾总结了该事业部2017年党建工作和党风廉政建设工作,部署了2018年重点工作。该事业部总经理汤胜强、党委书记梅太华、副总经理付晓中、总经理助理胡勇出席会议。

会议传达了习近平总书记相关讲话精神及东风汽车股份党风廉政建设工作会议精神,通报了近期的典型案例,宣读了春节期间十条严禁事项。会议对2017年党风廉政建设先进单位和先进个人进行了表彰,同时分层次签订了党风廉政建设目标责任书。

据悉,2018年,该事业部将高举中国特色社会主义伟大旗帜,以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,深入宣传贯彻十九大精神,认真贯彻落实新时代党的建设总要求,大力加强企业的政治建设、思想建设、干部队伍建设、基层组织建设、党风廉政建设、宣传文化建设和幸福企业建设,充分发挥党委领导核心和政治核心作用,切实为事业

部深化改革、提质增效,为完成生产经营“双突破”目标提供坚强有力的保障。党风廉政建设方面,该事业部将认真贯彻落实十九大精神,推动全面从严治党向纵深发展;同时压实“两个责任”,聚焦“一岗双责”履行,强化考核问责;锲而不舍落实中央八项规定精神,持续促进党员干部作风转变;持续完善不能腐的制度,进一步推进廉洁风险防控体系建设;强化监督执纪,继续保持不敢腐的震慑;进一步强化监督方法、途径和手段,形成监督合力,为事业部全面实施质量提升战略提供坚实的纪律保障。



东风股份工程车事业部2018向“双突破”目标迈进

【本报武汉讯】(记者 王亦 通讯员 赵先翠) 2月9日,东风汽车股份工程车事业部召开首届十一次员工代表大会暨2018年工作启动会,号召全体干部员工以产品驱动,践行客户体验领先文化,聚焦产品品质交期全面提升,向着2018年销量、利润“双突破”目标迈进。

东风汽车股份副总经理李争荣及东风汽车股份相关职能部门负责人出席会议,东风汽车股份工

程车事业部全体领导班子成员、中层干部、员工代表参加会议。

东风汽车股份工程车事业部总经理汤胜强作总经理工作报告,他全面总结了2017年工作,并对2018年工作进行全方位部署。2018年,该事业部将围绕“双突破”目标,重点提升营销能力,实现细分市场突破;丰富产品,提升产品竞争力;建立全数品质保证体系,持续推进产品品质提升战略;全面导入DAPW生产方式,切

实改善交期,提升生产制造力;全面开展TDC降成本活动,提升经营收益;建立客户文化体系,推动客户文化落地;开展全面对标工作,提升产品竞争力和管理水平;以课题达成型工作思路,推进价值提升课题;真抓实干,打造员工幸福工程。

大会表彰了事业部2017年度优秀价值提升课题、先进集体和个人,并层层下达了2018年销售战报和价值提升课题战报。

“每逢佳节胖三斤”

中医支招春节怎么吃才健康

■郑瑞 郑石

春节临近,让人最期待的莫过于各式各样的美食,然而就在频频举杯,大吃大喝之时,给肠胃和肝脏造成了巨大的负担,从而诱发某些“春节病”。

湖北省知名中医、十堰市中医医院肝病科雷主任提醒市民,春节期间,应坚持规律、健康的饮食原则,注意荤素搭配,营养均衡,多食用一些蔬菜、豆制品及菌类食物,不仅可以保持健康,降低血糖血脂,还能调节口味。

春节期间切忌暴饮暴食

雷主任表示,由于春节食物过于丰盛,许多人不知节制,更容易出现上火、便秘、肠胃不适及肝胆疾病。

在春节期间,应注意搭配开胃助消化的水果,起到清热、解毒、润肠功效。如苹果、橘子、橙子、柚子、猕猴桃、香蕉等,并且与正餐间隔1小时后再进食。还可以适当选择一些粗粮制品,做到粗细搭配,这样有利于合理摄取营养。此外,水果和凉菜要避免与油腻的食物一起吃,以免引发肠胃炎。

雷主任特别提醒,节日期间,如有剩菜需冷藏储存,时间不宜过长,吃前要充分加热。外出就餐应注意就餐环境和食品卫生,不要盲目猎奇,贪食野味。

胃病、肝病患者应忌酒

春节走亲访友,少不了饮酒。雷主任表示,适当饮酒,可以软化血管,促进血液循环,但同时要讲究饮用技巧。

喝酒时不要喝太快,否则容易出现醉酒状态。空腹饮酒对胃肠道伤害大,容易引起胃出血、胃溃疡,在喝酒之前,应先吃点菜或喝点牛奶,对胃起到保护作用。对于身体有疾病的患者,特别是肝病、肾病的市民,一定要禁酒,以免出现不适。

除了酒,在饮品的选择上,雷主任提醒,可以尽量选择无糖、低热量的饮料,如白开水、淡柠檬水、各种茶类或豆浆等。进食了大量肉类,最好选一些助消化、去油脂、暖性的茶类。如红茶适合胃肠功能比较弱或消化道有损伤的人;绿茶适合食欲旺盛、消化功能强的人。

虽然喝茶养生,但如果把握不好喝茶的时机,就会适得其反。雷主任提醒,空腹忌喝茶,

会冷脾胃;饭前饮茶,会冲淡胃酸,影响消化器官的吸收功能;饭后立即饮茶,会影响对蛋白质、铁元素的吸收;酒后喝茶,无助解酒,只会伤胃损心。

链接

几款养生食疗方给肠胃去油

“每逢佳节胖三斤”,连续进食过多的话,很可能会一下子就“吃撑了”,导致胃积食。避免积食的最佳方法是清淡的饮食。雷主任推荐了几款养生食疗方,大家不妨在春节期间尝试制作。

一、木耳豆腐汤

1、将木耳泡发后洗净。2、

木耳和豆腐一起放入锅中,可根据自己的口味加点胡萝卜等蔬菜。3、煮10分钟即可食用。可软化血管、清理肠胃、降低血脂。

二、参芪薏米粥

用党参15克、黄芪15克、炒薏米30克、淮山20克、大米100克煮粥。能起到健脾祛湿、补中益气的功效。

三、杞菊苓粥

用枸杞10克、菊花10克、云苓20克、大米适量煮粥。有益肝肾明目、增强免疫力、抗衰老、降血糖和血压等功效。

四、五谷饭

薏仁、麦片、红豆各0.3杯,黑糯米0.1杯,糙米1杯,白米0.8杯。1、将所有材料洗净,加入3.5杯水。2、浸泡8小时后煮熟,再焖15分钟,口感更佳。