



传承红色基因 凝聚奋进力量

四平战役纪念馆讲解员王璐荣获第五届红色故事讲解员大赛“优秀讲解员”称号

本报讯(记者 崔圣驰)近日,由中央宣传部、文化和旅游部、国家文物局、湖南省人民政府联合主办的第五届红色故事讲解员大赛在湖南长沙望城区圆满收官,活动吸引了来自全国31个省(自治区、直辖市)、新疆生产建设兵团以及军队系统的顶尖讲解员同台竞技。经过激烈的角逐,四平战役纪念馆讲解员王璐从全国众多精英选手中脱颖而出,最终荣获“全国优秀讲解员”称号。

本次大赛以“胜利号角的回响”为主题,规格高、影响广,旨在纪念中国人民抗日战争暨世界反法西斯战争胜利80周年,传承红色基因。

初赛展风采 《将军的口琴》奏响抗联壮歌

在7月19日结束的初赛中,四平战役纪念馆讲解员王璐以参赛稿件《将军的口琴》震撼全场。她以抗日英雄杨靖宇将军的一把口琴为叙事核心,现场深情吹奏了杨靖宇将军创作的《东北民主联军第一路军军歌》。这穿越时空的旋律,瞬间将观众带回东北

抗联艰苦卓绝的烽火岁月。王璐通过“现场演奏+沉浸讲述”的独特形式,生动展现了杨靖宇将军的铁血丹心与东北抗联将士们坚贞不屈、誓死抗敌的伟大精神。其真挚动人的演绎深深打动了评委和观众,成功从175名初赛选手中强势晋级决赛。

决赛攀高峰 《沉默的巨响》礼赞科学丰碑

在7月22日的决赛场上,竞争更为激烈。王璐再接再厉,以作品《沉默的巨响》深情讲述了“中国氢弹之父”于敏院士隐姓埋名、为国铸盾的感人事迹。她凭借扎实的功

底、创新的表达和极具感染力的叙述,将对科学巨匠无私奉献、以身许国崇高精神的深刻理解完美呈现,最终征服评委,荣膺大赛“全国优秀讲解员”称号。



荣耀时刻 薪火相传

王璐与其他获奖选手共同参加了大赛首场宣讲暨隆重的颁奖仪式。这份沉甸甸的荣誉,不仅是对王璐个人专业能力、创新精神和艺术表现力的极高肯定,也是四平战役纪念馆在红色文化传播、讲解人才培养方面取得的重要成果。

根据大赛安排,王璐将与其他五名获奖讲解员共同肩负起光荣

的宣讲使命,前往湖南省军区、长沙市图书馆、韶山市委党校等地进行巡回宣讲。她把在大赛中精心打磨的红色故事和其中蕴含的伟大精神,尤其是其独特的讲述方式,带到更广阔的舞台,让胜利的号角在新时代持续回响,激励更多人传承红色基因,凝聚奋进力量。



近年来,人们越来越关注口腔健康,将口腔保健融入日常生活,定期进行口腔检查和治疗。这是市口腔医院医生为患者开展治疗。
本报讯通讯员 赵志军 摄

情系社区 爱心捐衣

四平卷烟厂物资配送部党支部开展主题志愿服务活动

本报讯(记者 王明纯 通讯员 毕晓雨)为弘扬关爱他人的传统美德,倡导绿色生活理念,践行社会责任与担当,近日,湖南中烟工业有限责任公司四平卷烟厂物资配送部党支部组织党员志愿者前往铁东区平东街道风光社区,开展捐衣物志愿服务活动,为社区困难群众送

上关怀与爱心。活动前期,物资配送部党支部广泛动员党员和员工参与,大家积极响应,纷纷整理出干净整洁、成色较新的衣物。经过精心挑选和分类,共筹集到各类衣物70余件,确保捐赠的衣物实用且适宜。活动当天,党员志愿者们与社

区工作人员一起布置场地,有序摆放衣物。社区居民得知活动消息后,也陆续来到现场。志愿者们热情地引导居民们挑选合适的衣物,并详细询问了他们的生活情况,让居民们真切感受到党的关怀,现场氛围温馨而热烈。

此次活动是四平卷烟厂物资配

送部党支部开展的“我为群众办实事”实践活动的具体体现,进一步增强了党员的宗旨意识和服务意识。今后,四平卷烟厂物资配送部党支部将继续发挥支部战斗堡垒作用和党员的先锋模范作用,持续开展形式多样的活动,展现企业良好社会形象,为传递社会正能量贡献更多力量。

“买爆”一次性座套,本质是对公共健康的期许

街谈巷议

“已经下单了,8.8元8包,还包邮,能用好几次。”7月24日,在浙江杭州工作的王女士告诉记者,考虑到此前乘车时常看到有人不脱鞋踩在座椅上,下周要坐高铁出差的她,迅速下单了几包一次性座套。

近期,列车一次性座套在网上销量激增,有商家累计售卖已超10万件。这一现象不仅反映了消费者个人卫生防护意识的提

升,更折射出社会对于公共健康和文明乘车的更高期待。

列车座椅的卫生状况直接关系到乘客的出行体验和健康。面对可能存在的卫生情况,自我防护或许是最直接有效的应对策略。这种“自保”行为,虽显无奈,却也是对公共卫生管理现状的一种反馈。乘客们购买一次性座套,不仅仅是为了避免皮肤直接接触座椅,更多的是寻求一种心理上的安全感,这是对更加安全、卫生的乘车环境的朴素追求。

有专家指出,在衣物防护充分的情况下,使用一次性座套并

非必需。但在特定条件下,如夏季衣物单薄、皮肤易直接接触座椅时,使用一次性座套可以作为减少感染风险的一种辅助手段。有时候有用,有时候没用——这种矛盾带来的不确定性,让公众对公共卫生安全产生更多焦虑。

一次性座套的流行,反映了公众对加强公共卫生管理和维护乘车文明的集体诉求。铁路部门不妨细化卫生管理措施,比如增加清洁频次、使用更易清洁和消毒的座椅材料等。同时,加大对不文明乘车行为的监督和处罚力度,营造一个文明、舒适的乘车环

境,这也是缓解乘客卫生焦虑的重要途径。

一次性座套的背后,是公众对公共卫生安全的高度关注,也是对文明乘车环境的迫切呼唤。这不仅要求个人提升防护意识,科学理性对待公共卫生问题,更促使铁路部门和社会各界共同努力,从完善制度、加强管理到文明倡导,全方位提升公共卫生服务水平,构建一个既安全又文明的乘车环境。如此,方能真正回应公众的期待,让每一次出行都更加安心愉悦。

(新华社)

加强业务培训 助力基层减负

伊通满族自治县开展基层数据“一张表”填报系统线下培训

本报讯(记者 崔圣驰)为深入贯彻关于解决形式主义突出问题为基层减负的决策部署,加快推进基层数据“一张表”填报系统的全面应用,7月22日,伊通满族自治县县委党校组织开展了全县基层数据“一张表”填报系统线下培训会。此次培训由吉林省委组织部和数字化建设管理局委派专业培训人员进行授课,旨在提升相关工作人员对填报系统的操作能力,推动该系统在基层高效落地。

会议简要介绍了基层数据“一张表”的运行情况,深入剖析了实际运行中存在的问题,并着重强调各单位要进一步提高思想认识,加强业务培训,强化监督问效。培训过

程中,授课人员聚焦吉林省乡村“一张表”填报系统的使用方法、操作流程及账号管理等核心要点,内容针对性强、实用性高,为做好基层数据“一张表”提供了技术支撑。

通过此次培训,不仅为基层工作人员搭建了学习交流的平台,有助于他们熟练掌握“一张表”填报系统的操作技能,更有助于进一步提升基层数据采集、填报的效率和准确性,切实减轻基层负担,为全县政务服务和数字化管理水平的提升奠定了坚实基础,对推动基层工作提质增效具有重要意义。各乡镇(街道)副书记、党办主任34人,各相关部门(单位)分管领导、具体业务人员94人,共计128人参会。

“保单体检”筑防线 暖心服务传温情

中国人寿四平分公司开展主题宣传月专项行动

本报讯(记者 张宪双)在今年“7.8全国保险公众宣传日”和“爱与责任 保险让生活更美好”等主题宣传月期间,中国人寿保险股份有限公司四平分公司(以下简称“中国人寿四平分公司”)积极响应总公司战略部署,始终坚守“以客户为中心”的服务初心,聚焦消费者权益保护核心需求,扎实推进“保单体检”专项服务活动,用专业服务与暖心行动筑牢客户利益防线,让“保险让生活更美好”的理念在细致服务中持续升温。

作为金融央企分支机构,中国人寿四平分公司始终将消费者权益保护融入服务全流程。此次“保单体检”专项活动不

仅是深化保险消费者权益保护工作的具体实践,更是公司践行“金融为民”初心、履行“爱与责任”社会承诺的生动缩影。通过专业服务让客户保障更贴合需求,让保险真正成为家庭幸福的“守护者”。

中国人寿四平分公司相关负责人表示,将以此次活动为契机,持续优化服务流程,创新服务模式,依托科技赋能提升服务效率,凭借专业团队强化服务深度,为客户提供覆盖投保、保全、理赔、咨询的全周期保险服务。用更细致的关怀回应客户期待,用更专业的能力守护民生福祉,让每一份保单都成为客户安心生活、幸福前行的坚实后盾,让“保险让生活更美好”的理念深入千家万户。

科普之翼

四平市科协 四平日报社



夏季出行肠胃总“淘气”? 小药箱中备着这些

炎炎夏日是旅行高峰期,却也暗藏着肠胃健康的风险。高温促使细菌加速繁殖,如沙门氏菌、大肠杆菌等,生冷饮食刺激胃肠黏膜,加上旅途疲劳降低免疫力,旅行者腹泻成为头号威胁。世界卫生组织数据显示,前往中高风险地区的旅行者腹泻发生率高达30%至70%。更需警惕的是,腹泻引发的脱水可能导致电解质紊乱甚至休克,尤其对儿童和老人风险倍增。科学准备肠胃药,不仅能快速缓解不适,更是保障旅途安全的关键防线。

1.口服补液盐III(ORS):脱水的“黄金救星”

腹泻最大的风险是脱水及电解质,如钠、钾等丢失。口服补液盐III如博叶,是WHO推荐的治疗急性腹泻脱水的首选方案。

其核心优势在于:

科学配比:含精确比例的葡萄糖、钠、钾、氯化物和柠檬酸盐。葡萄糖能协同钠促进肠道水分吸收,钠——葡萄糖共转运机制,远优于单纯喝水或运动饮料。

快速有效:及时补充丢失的水分和电解质,纠正脱水状态,防止病情恶化。研究证实,ORS能显著降低与腹泻相关死亡率。

使用关键:按说明书要求,通常一包冲调250ml温水,少量多次服用。如果腹泻仍然存在,就应持续补充,直至尽量恢复正常。儿童、老人尤需重视。

2.蒙脱石散:病菌毒素的“强力吸附剂”

蒙脱石散如思密达是一种天然矿物微制制剂,作用机制独特:物理吸附:如同“磁铁”,在肠道内吸附病毒、细菌及其产生的毒素、气体,减少其对肠黏膜的刺激和损伤。

保护屏障:覆盖在受损的肠黏膜上,形成保护层,减轻炎症反应,缓解腹痛和腹泻。

安全温和:不被人体吸收,仅作用于肠道,不良反应极少,是儿童、孕妇遵医嘱较安全的选择。注意与其他药物间隔1小时至2小时服用,避免影响吸收。

3.益生菌:肠道微生态的“调节帮手”

腹泻会破坏肠道菌群平衡。特定益生菌菌株有助于恢复微生态:针对性选择:布拉酵母菌,如亿活是被多项研究,如Cochrane系统评价证实对治疗急性感染性腹泻包括旅行者腹泻和预防抗生素相关性腹泻有效的菌株。

辅助作用:某些乳酸菌、双歧杆菌菌株可能对维持肠道菌群平衡有辅助作用,但治疗急性腹泻证据不如布拉酵母菌充分。

注意区分:酸奶、饮料中益生菌含量和活性通常不足,达不到治疗目的。选择药品级或高浓度特定菌株补充剂更可靠。

4.抗生素处方药:细菌感染的“精准武器”核心原则:必须遵医嘱。

适用情况:仅针对中重度细菌性腹泻如频繁水样便、血便、高热、严重腹痛,或免疫低下人群。病毒性腹泻、轻症细菌性腹泻通常无需抗生素。

常用选择:医生可能根据目的地常见病菌,如东南亚地区常考虑氟喹诺酮类如左氧氟沙星,或阿奇霉素等开具处方。

风险警示:滥用抗生素会扰乱菌群、诱发耐药性、掩盖病情,甚至引发难治的伪膜性肠炎,切勿自行购买或随意服用!

一份科学的夏季旅行肠胃药箱应包含:口服补液盐III对抗脱水基石、蒙脱石散吸附病原缓解症状、特定益生菌如布拉酵母菌,辅助恢复菌群。抗生素是处方药,务必在医生明确诊断细菌感染后凭处方使用。

(来源:科普中国)