

## 学思想 强党性 重实践 建新功

## “大篷车”让主题教育“声”入人心

本报讯(记者 索南江措) 10月24日,2023年海西州百姓宣讲大篷车秋季号“学思想、担使命,踔厉奋发新征程”巡回宣讲活动走进德令哈市河西街道甘南村,以“理论+文艺”的形式开展宣讲,在丰富群众文化生活的同时,也让党的政策深入人心。

为进一步推动主题教育理论宣

讲更具特色、更具活力、更加深入人心,海西州百姓宣讲大篷车秋季号把党的政策理论宣传与丰富群众精神文化生活结合起来,用文艺表演的形式讲理论、讲变化,通过群众想听、爱看的舞蹈《在那希望的田野上》、快板《中国式现代化》、青海花儿《美丽海西我的家》、独唱《爱的天堂》《候鸟》

等节目,为现场观众带来了精彩的视听盛宴和“精神食粮”,有效推动了党的方针政策走向基层,走进群众,让党的理论深入人心。

“为深入学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想,我们用群众喜闻乐见的宣讲形式,重点宣传党的二十大精神、省委十四届四次全会和

州委十三届六次全会部署要求,紧紧围绕全面从严治党、生态文明建设、民族团结进步、巩固拓展脱贫攻坚成果同乡村振兴有效衔接、‘平安海西’建设、基层治理、民生改善、法治建设、科普等开展微宣讲,让党的好声音走进千家万户。”州委讲师团负责人满都尔娃说。

## 州农牧局

## “四个聚焦”扎实推进主题教育

本报讯(记者 吴婷婷 通讯员 陶景芳 严慧琴) 州农牧局党组把开展主题教育同推动“三农”工作结合起来,统筹推进理论学习、调查研究、推动发展、检视整改等各项工作,将学习成效转化为指导实践、推动工作的强大力量,确保主题教育见行见效。

召开扩大会议和局主题教育办公室专题会议,部署全局系统主题教育工作,审议主题教育实施方案,以会代训加强学习,为高标准推进主题教育打好基础;坚持读原著学原文悟原理,举办专题读书班,并进行专题

研讨;局属各党支部联系实际跟进学习,开展解放思想大讨论,立足岗位实际,用党的创新理论指导实践,通过现场研学、主题党日、座谈交流等方式,为党支部提供精细化、靶向式学习辅导。

开展“察实情、出实招”专项行动,聚焦打造绿色有机农畜产品输出地、藜麦产业发展等确定44个调研课题,领导班子成员牵头开展专题调研,让调查研究更有“准度”;通过座谈、研讨、走访调查等方式,找准制约发展的难点堵点;建立闭环跟踪督办机制,对

调研中反映和发现的问题,定期督办落实情况,让调查研究更有“实度”。

开展“办实事、解民忧”专项行动,以主题教育为抓手,聚焦“三农”工作短板弱项,研究出台《海西州2023年打造绿色有机农畜产品输出地先行示范州实施方案》《海西州促进农牧民增收二十条措施》等“一揽子”政策;加强农牧业生产调度,秋收工作接近尾声,牛羊出栏稳步推进,各类惠农政策全部落实,省级现代农业产业园等重点项目有序推进,农业品牌建设成效明显,农村厕所所全

部完成整改。

突出问题导向,重点聚焦习近平总书记、党中央关心关注问题等6个方面,制定党组班子问题清单5条,细化整改措施12条;加强工作调度,持续开展周调度,对局属党支部主题教育开展情况,采取实地检查、调阅资料等方式加强督导,找准查实突出问题,提出改进意见建议;党组成员落实“一岗双责”,及时加强对分管领域党支部主题教育开展情况督促指导,以推动高质量发展的新成效检验主题教育成果。

## 我州不断强化“菜篮子”工程建设

本报讯(记者 吴婷婷 通讯员 安培祥) 我州始终把落实“菜篮子”市(州)长负责制作为“三农”工作的首要任务,着力提升“菜篮子”综合产能、市场流通、质量监管和调控保障水平,“菜篮子”工程建设迈上新台阶。

将“菜篮子”市(县)长负责制纳入党政领导班子考核范畴,签订“菜篮子”市(县)长负责制考核目标责任书,明确考核任务;落实蔬菜、生猪等中央财政农业保险保费补贴、能繁母猪补贴及仔猪贷等政策,下达藏粮于地等专项资金4820万元用于动物防疫专用设施、乡

镇饲草料体系建设;协调落实州级财政资金1308.57万元,支持农畜产品流通保供和畜牧业防灾备饲草储备。

争取各级财政资金实施旧棚改造提升、标准化养殖基地建设项目,全州现有日光节能温室12116栋、规模化设施果蔬种植基地9个、设施养殖基地93个;柴垦巴音河农场果蔬休闲现代农业产业园、格尔木市蔬菜现代农业产业园成功入选省级现代农业产业园创建名单。

推进格尔木河东农贸市场改造升级和都兰农贸市场、大柴旦锡铁山农贸市场建设,推进全州5个集贸市场六类

40种农畜产品价格监测调查;落实鲜活农产品运输“绿色通道”政策,规范车辆查验流程,提高车辆通行效率;搭建州内上下游企业信息互通、优势互补、协同共赢的产销对接平台,支持蔬菜生产基地与企业、学校和机关食堂开展“点对点”对接。

加强绿色有机认证,创建国家级出口质量安全示范区4个、全国绿色食品原料(枸杞)标准化生产基地1个,全州认证绿色产品233个、有机农产品118个,认证规模稳居全省首位,认证国家农产品地理标志登记产品9个;开展三

批次“神奇柴达木”优品评选,58家企业138种农产品入选优品库;牦牛、藏羊原产地可追溯体系实现全覆盖。

落实“菜篮子”产品储备制度,加强“菜篮子”冷藏保鲜设施建设,截至2022年全州建成并投用冷链物流企业40家、冷库总规模38515吨;加强信息监测预警,建成“菜篮子”互联网+信息平台,研发价格调控与监测手机APP及微信公众号,合理引导农副产品价格预期;建立“菜篮子”产品应急保供机制,建立生活必需品重点保供商贸流通企业名单,全州36家企业列为重点保供企业。

## 省人大常委会法工委调研组

## 在我州开展立法调研

本报讯(记者 才格增 李颖红)为进一步做好《青海省治理货物运输车辆超限超载条例(草案修改稿)》审议修改工作,10月26日,省人大常委会法工委调研组在我州开展立法调研,并召开征求意见座谈会。

座谈会上,调研组一行介绍了《青海省治理货物运输车辆超限超载条例(草案修改稿)》立法基本情况及来意,认真听取了州货物运输车辆超限超载治理工作开展情况、主要经验做法和存在问题,详细了解了政府及相关部门在治理货物运输车辆超限超载工作中的职能和作用,综合执法中有哪些好的举措、机制,在治理货物运输车辆超限超载工作中非现场执法和不

停车检测具体做法、存在的问题和建议。与会人员结合工作实际,对《条例(草案修改稿)》和就如何推动治理货物运输车辆超限超载工作提出意见建议。

会议认为,治理超限超载工作关系经济社会稳定和民生发展,对于保护公路安全、减少交通事故的发生、维护公路货运市场的秩序,具有非常重要的作用,是推动我省经济社会高质量发展的重要抓手。与会代表和有关部门负责人的意见建议既有专业性又有针对性,展现了较高的法律素养和专业水平,相关部门将认真分析研究,积极吸收采纳,使《条例》更加完善,为办好治超工作提供有力的法治保障。

深入学习贯彻习近平文化思想  
更担新时代新的文化使命

部长谈体会

## 高举旗帜 守正创新

## 做好新时代宣传思想文化工作

都兰县委常委、宣传部长 马娟

习近平总书记关于宣传思想文化工作的重要指示高屋建瓴、精辟深邃,具有很强的政治性、思想性、指导性,为进一步做好宣传思想文化工作指明了行动方向、提供了根本遵循。都兰县宣传思想文化战线将进一步增强拥护“两个确立”、做到“两个维护”的自觉性、坚定性,增强文化自觉,坚定文化自信,在开创宣传思想文化工作新局面中展现新气象新作为。

坚定旗帜,始终保持正确政治方向。深入开展学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育,聚焦用党的创新理论武装全党、教育人民这个首要政治任务,持续加强理论学习,紧紧围绕“七个着力”凝心铸魂,全面推动习近平文化思想在都兰落地生根,让党的思想旗帜在全县宣传思想文化战线高高飘扬。着眼宣讲品牌建设,大力实施党的创新理论传播工程,在继续用好“理艺共鸣声动都兰”宣讲团的基础上,通过对象化分众化互动化的理论宣讲,全面提升全方位、多层次宣讲矩阵,形成声势浩大的传播优势。

主动聚民心,牢牢把握正确舆论导向。牢牢掌握意识形态工作领导权,全面落实中央和省州县委决策部署,加强传播手段和话语方式创新,聚焦县委县政府中心工作,不断创新理念、内容、载体、形式、手段,开展好主题宣传、成就宣传、典型宣传、形象宣传,把我县优化发展结构、产业“四地”建设、经济社会发展亮点、乡村振兴等重点工作和举措讲清、讲透,进一步鼓舞士气、振奋精神、凝聚力量,坚定自信、同心同德、团结奋斗。

着力育新人,深入推进精神文明建设。持之以恒培育和践行社会主义核心价值观,深化中国特色社会主义理想信念教育和中国梦宣传教育,宣传时代楷模和英雄模范人物事迹,不断提高全县人民的思想觉悟、道德水准、文明素养和全社会文明程度。

着眼阵地共建、活动共联、队伍共育,充分调动各方力量,整合各种资源,创新方式方法,使文明实践接地气、有活力、可持续。同时,提质打造新时代文明实践所(站)示范点,形成品牌,形成品牌辐射效应,积极打造拿得出、用得上的志愿服务品牌。

积极兴文化,不断推动文化强县建设。深入实施文化惠民工程、文化精品战略,进一步提升文化服务质量和水平,深挖生产性技艺、蒙古长调、传统医药、民俗等非遗项目,策划“民族团结杯”运动会、生态文化旅游艺术节、花儿擂台赛等文化交流品牌活动;研发刺绣、唐卡绘画优秀文创产品等方式,更好地把都兰文化中的精神标识、当代价值、文化精髓提炼和展示出来;深入基层和群众挖掘优秀典型,鼓励和支持文艺工作者创作更多体现时代精神和都兰特色的文艺作品,开展好“三下乡”文艺演出、戏曲进乡村等活动,以高质量文化供给增强全县人民的文化获得感、幸福感。

全面展形象,不断提升都兰知名度和美誉度。积极融入和主动服务全国、全省、全州对外宣传大局,紧紧围绕县委“123456”发展目标和县委县政府中心工作,充分发挥“大宣传”体系作用,建立与主流媒体宣传报道选题和策划机制,明确阶段性报道主题和内容,突出宣传报道的主题和重点,持续在创新理念、题材、内容、形式上下功夫,集中展示我县围绕转型升级、城乡统筹、项目攻坚、美丽乡村、环境优化等方面的亮点做法,集中展示我县近年来在城镇建设、产业建设、生态环境建设、民生改善等方面的辉煌成就,集中展示我县优美的自然风光、丰富的自然资源和人文环境,努力讲好都兰故事、传播好都兰声音,彰显好“锦绣都兰”形象,进一步提升全县外宣工作的整体水平,努力争取在全州、全省乃至全国宣传好推广好都兰的提升擦亮锦绣都兰“新名片”

## 牧草大丰收,牛羊过冬口粮足

本报记者 谢拉毛 通讯员 景桂珍 叶西措

金秋十月,天高云淡。格尔木市郭勒木德镇拖拉海村牧草种植基地的500亩饲草进入收割期,种植户抢抓时机,有序开展饲草收割及储备工作,为牛羊过冬准备充足的口粮。

在村子的小河两岸,羊群悠闲地吃着草。割草机在田间来回穿梭,牧草码放在空地上,浓浓的草香味扑面而来,放眼望去,一幅牧草丰羊儿肥的丰收画面展现眼前。

看着眼前的牧草长势旺盛,燕麦草颗粒饱满,村党支部书记海峰脸上露出了欣喜的笑容,他说:“去年的200亩地因为是生地,亩产都没过450公斤,看今年这长势,亩产750公斤不是问题。今年冬天,我们村的牛羊不用为过冬的口粮发愁了!”



和海峰一样喜出望外的还有牧民那仁巴图,他说:“我们家800多只羊,从去年开始就分到了合作社的牧草。合作社种草对我们来说是一件好事,以前冬春季节我们都要从外地购买过冬的草料,价格也不便宜,现在有了合作社的草料,大大减轻了我们的经济负担,牛羊还能吃上上好的草料,羊儿长得肥,我们的收益就更高了。”那仁巴图是拖拉海村的牧民也是合作社成员,看到长势旺盛的牧草,他对自己的收益充满信心。

据海峰介绍,从种草基地一期种植的燕麦来看,特别适应本地的土壤和气候,燕麦草是喂羊特别好的草料,合作社经过发展壮大,从2017年的390只

羊发展到现在的1000多只羊,有了种草基地的500亩牧草,就不用把羊承包到每家每户去了。这是发展村集体经济、有利于牧民的好项目,不仅合作社的羊有牧草吃,还能发放到牧民手上,确保整个村里的牛羊冬春季都有充足的草料过冬。

目前,拖拉海村有生态畜牧业合作社和集体股份合作社两个,主要是发展拖拉海村畜牧养殖。由于拖拉海村占地面积较大,牧民长期分散在河西农场、中灶火、东大滩、拖拉海等地。为推进乡村振兴、壮大村集体经济,促进牧民增产增收,2021年,拖拉海村实施牧草种植基地项目,平整土地200亩,用

于饲草种植。自燕麦草试种成功后,两年来基地牧草大丰收,合作社将富足的草料以分红形式发放到牧民手上,实实在在促进了牧民增收。为进一步扩大牧民收益,壮大村集体经济,2022年又投入417万元,扩建基地300亩,修建储草棚600平方米,水渠3.4公里,同时修建了分水口、水坝、机井及附属配套设施。今年,拖拉海种草基地水源地产业渠系管网提升建设项目建成,保障了500亩牧草基地的灌溉用水。

拖拉海村牧草种植基地是因村施策发展村集体产业的典型,该村围绕绿色有机农畜产品输出地建设,开发利用本地优良牧草种植资源,持续加大对优良牧草品种的繁育力度,挑选更加适应当地气候和条件的优良牧草品种,为牲畜提供有效的人工牧草供给,让优良牧草品种惠及牧民,让群众在牧草增产中获益。

## 身体异常出汗情况需警惕

可能很多人都听说过“大量出汗可以帮助身体排毒”的说法。其实,这是一个误区,这个说法是不严谨的。出汗并不等于排毒。通常,人体体温保持在37℃左右,当运动后或处于高温环境时,为了平衡体温,人体需要靠出汗来散发多余的热量。此外,汗液中99%以上的成分是水,像氯化钠、钾、尿素等代谢物仅占0.5%~1%。也就意味着出汗排出来的主要是水,并非化学意义上的“毒素”,出汗的排毒作用并没有那么显著。

实际上,真正负责清除体内毒素的器官是肝脏和肾脏。肝脏负责解毒,肾脏则负责通过尿液将废物及毒物排出体外。

一般来说,男性比女性更容易出汗;人处于紧张或者兴奋状态时,容易精神性出汗;较为肥胖的人,散热慢,通常会出汗更多;女性怀孕后,体温升高,也会导致出汗增多。这些都是正常的生理现象。然而,还有一些出汗情况,可能是疾病的信号。以下这些异常出汗情况需警惕:

1、夜间盗汗是指在睡眠期间大量出汗,导致床单和衣物湿透。这可能是某些感染性疾病(如结核病、HIV等)或某些癌症(如淋巴瘤)的症状。

2、过度出汗,如果在平常不进行剧烈运动或处于高温环境的情况下,频繁出现过度出汗,可能是多汗症的症状。多汗症可能与代谢性疾病或药物使用相关。

3、感觉性出汗是指由于疼痛、情绪波动或某些触发因素而引起的出汗。这可能与自律神经系统异常有

关。

4、出冷汗,常常表现为怕冷、多汗,并伴有头昏、饥饿、心悸等症状。若糖尿病患者出冷汗,需警惕可能是血糖控制不当,出现了低血糖反应。

5、半身汗,即只有身体的一侧出汗。如果高血压或高血脂患者,出现身体一侧出汗,需警惕可能是中风偏瘫的先兆。

KP 海西科普

遗失:德令哈元盛生态苗木种植专业合作社的法人章(章号:6328021025682、马宝琳印)不慎遗失,声明作废。

遗失:德令哈市档案局的青海省行政事业单位资金往来收据(收据号:00952268、00952388、00952407、第二联)不慎遗失,声明作废。

遗失:德令哈市档案局的青海省行政事业单位资金往来结算票据(票号:000785178、000785180、000785182、000785214、000785312、第二联)不慎遗失,声明作废。

(上接一版)引导流动党员养成“掌上”学习、“随身”学习的良好习惯。大柴旦开设“空中课堂”,及时向54名流动党员发布、推送学习内容,引导流动党员自觉加强理论学习。同时,向流动党员寄送“红色包裹”,将学习书籍送到流动党员手中,让他们能够及时开展理论学习。天峻县城西社区建立“社区党组织—党员中心户—党员五星户”联动帮学制度,采取寄送资料、线上促学、电话问效等方式,组织流动党员开展理论学习。

精心管理,确保“离乡不离党”——

通过电话、微信和座谈会等方式,搭建外来流动党员互动平台,及时掌握思想动态和工作状态,让他们感受到党组织的关爱和温暖,切实增强归属感和参与感。充分发挥各级党组织号召力和凝聚力,引导流动党

员积极投身乡村振兴、生态环保、基层治理等工作,深入开展“我为群众办实事”实践活动、“一月一课一片一实践”主题党日活动、“立足岗位作贡献”活动。都兰县组织300余名流动党员开展“建言献策聚共识 凝心聚力促发展”线上活动,通过分享外地先进经验、建言本地发展举措,切实为农牧民群众发声、为支部建设支招,让流动党员“有家、恋家、爱家”。同时,将流动党员主题教育开展情况纳入评优评先重要内容,将流动党员在主题教育期间的表现及时反馈流出地党组织,引导流动党员主动参加流入地党组织主题教育,充分激发流动党员参与主题教育的热情,切实发挥先锋模范作用。对不主动参加主题教育的,在民主评议中取消评优争先资格。