

生活资讯

天气预报

今天白天到夜间

雷阵雨

|         |        |
|---------|--------|
| 风 向     | 北风     |
| 风 力     | 4到5级   |
| 最高气温    | 28℃    |
| 最低气温    | 22℃    |
| 降水概率    | 100%   |
| 舒适度指数   | 3级     |
| 人体感觉    | 热、很不舒适 |
| 紫外线辐射强度 | 弱      |

海洋预报

今天上午到明天上午

|                                                      |  |
|------------------------------------------------------|--|
| 渤海有1.0到1.5米的轻到中浪;辽东湾有1.0到1.5米的轻到中浪;营口海域有0.5到1.0米的轻浪。 |  |
|------------------------------------------------------|--|

|     |                                                         |
|-----|---------------------------------------------------------|
| 涨 潮 | 06时29分300厘米<br>18时17分435厘米;<br>01时34分90厘米<br>12时42分60厘米 |
| 落 潮 |                                                         |
| 海 域 | 浪高(m)海温(℃)                                              |
| 西炮台 | 0.524.4                                                 |
| 北 海 | 0.524.4                                                 |
| 鲛鱼圈 | 0.624.3                                                 |
| 白沙湾 | 0.624.3                                                 |

农副产品零售价格

7月7日

(元/500克)

| 商品名称 | 规格/等级    | 价格    |
|------|----------|-------|
| 大米   | 标一       | 2.70  |
| 面粉   | 特一粉      | 2.69  |
| 鲜猪肉  | 去骨后腿肉    | 13.90 |
| 牛肉   | 新鲜去骨     | 31.23 |
| 羊肉   | 新鲜去骨     | 34.32 |
| 鸡肉   | 白条鸡、开膛上等 | 7.63  |
| 鸡蛋   | 新鲜完整     | 4.34  |
| 豆油   | 桶装一级浸出   | 66.59 |
| 菠 菜  | 新鲜一级     | 3.99  |
| 芹 菜  | 新鲜一级     | 2.04  |
| 大白菜  | 新鲜一级     | 0.92  |
| 白萝卜  | 新鲜一级     | 1.37  |
| 黄瓜   | 新鲜一级     | 2.02  |
| 土豆   | 新鲜一级     | 1.38  |
| 青椒   | 新鲜一级     | 2.72  |
| 圆葱   | 新鲜一级     | 1.58  |
| 西红柿  | 新鲜一级     | 2.46  |
| 蒜 苔  | 新鲜一级     | 7.06  |
| 菜 花  | 新鲜一级     | 3.09  |
| 韭 菜  | 新鲜一级     | 2.67  |
| 茄 子  | 新鲜一级     | 2.89  |
| 油 菜  | 新鲜一级     | 2.92  |
| 胡萝卜  | 新鲜一级     | 2.12  |
| 豆 角  | 新鲜一级     | 3.42  |

营口市发展和改革委员会提供

## 市教育局创建“营”在青春工作品牌 持续加强和改进未成年人思想道德建设

**本报讯** 市教育局全面贯彻党的教育方针,以立德树人为根本目标,坚持以社会主义核心价值观为引领,聚焦“五育并举”目标,全力构建“营”在青春教育工作品牌,用品牌塑造营口教育形象,持续打造“4+”模式,用探索创新思想道德新途径,形成五育互融互通的新格局。

德育+实践育人,落实好立德树人根本任务。市教育局坚持实践活动为引领模式,坚持“三贴近”原则,围绕阵地建设、实践活动、创新载体,不断拓展育人渠道。以河海文化、母爱文化、雷锋文化为纽带,构建多方联动共同体,共同打造教育“培育圈”。围绕“赓续雷锋精神,奋斗成就梦想”“总体国家安全观·创新引领10周年”等主题,积极打造思想道德实践育人活动,依托营口市教育文明实践志愿服务

务队,定期深入爱国主义教育基地、公共文化设施、校园周边等场所开展志愿服务2000余场,学生参与率100%。

智育+思政育人,激活课堂实效。不断强化思政教师核心作用。着力整合课堂阵地,构建思政一体化建设,将课堂教学互联互通、集中发力。运用课堂主渠道作用,深度挖掘各门课程蕴含的思想政治教育资源,举办精品课、教学技能竞赛、专题培训班等活动,使各类课程与思政课同向同行,实现学段纵向衔接、逐层递进,学科、课程协同联动,提升思想育人水平。推动创新师生思政教育形式,开展“行走的思政课”实践活动,建立“大思政课”实践教学基地,推动思政课堂育人实效。

体育+艺术育人,打造同频共振新格

局。将体育美育作为全面育人的重要载体,以体树人、以美育人,不断提高体育美育的参与率、普及率,努力打造体育美育同频共振发展新格局。全市各学校积极拓展学生体育美育的育人功能,根据未成年人实际和身心特点,依托社会公益、兴趣爱好、体育竞技等类别,持续开展“市长杯”足球大赛、“三大球”联赛、绘画、书法、器乐、主持人大赛等体育美育类活动。同时,创新打造课桌舞、课前一支歌、班班有歌声等课间活动,形成校校有特色、班班有活动、人人都参与的全面育人氛围,学生体育美育素养水平得到全面提升。

劳育+环境育人,创新赋能纵深发展。以劳动教育为抓手,树立“以劳立德、以劳启智、以劳勤体、以劳尚美”的劳动教育观念,多措并举构建全环境育人体系。

市教育局在营口市中小学素质教育学校打造“乐学营口”特色品牌,将“劳动+研学”作为全环境育人新的发力点,累计接待学生近万人。建立校外社会实践基地,开拓以红色文化、河海文明、科技工业为主题的市域特色研学路线,为学生科学素养和创新思维能力提供新阵地。

市教育局将全面开拓综合性素质教育,持续推进有故事的教育、有温度的教育,聚焦“三地四市”建设和全面振兴新突破三年行动,培养青少年成为德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人。

欣 闻



## 我市新增17家省级专精特新中小企业

**本报讯 记者张晶鑫报道** 日前,省工信厅公布2024年第一批省级专精特新中小企业名单和2021年省级专精特新中小企业名单,营口中捷仕达隔板有限公司等17家企业入选,辽宁东盛塑业有限公司等7家企业通过复核,两项企业数量均列全省第三。截至目前,我市有效期内省级专精特新中小企业已有127家。

专精特新中小企业专注于细分市场,具备创新能力强、市场占有率高、

掌握关键核心技术、质量效益优等特点,是优质中小企业的中坚力量,也是发展新质生产力的承载基础。近年来,市工信局持续打造“创新型中小企业——专精特新中小企业——专精特新‘小巨人’企业——制造业单项冠军”的中小企业培育梯次,重点聚焦企业数字化、绿色化转型,以创新、质优为目标,建立优质中小企业培育库,对企业分层建档、分类培育。曾多次举办全市“专精特新”政策解读、数字化转型、融资服务等专场培训,着力破除

信息壁垒,为企业纾困解难。此外,市工信局积极靠前服务,逐户指导完善企业申报材料,提高申报质量,今年上半年第一批次申报通过率达90%。

下一步,市工信局将继续以培育优质中小企业作为推动新型工业化、发展新质生产力的重要抓手,高点谋划、高位推进,挖掘更多优质企业进入库,帮助企业逐级跃升、沿梯度发展壮大,为打好打赢我市全面振兴新突破三年行动攻坚之年攻坚之战作出更大贡献。

## 市住建局开展2024年城市防内涝应急演练

**本报讯 记者黄利闯报道** 7月4日下午,市住建局在太白路、市政四泵站、民兴河和引奉河交汇处3个点位开展了2024年城市防内涝应急演练。进一步提高市住建局防汛工作的先期处置能力、协调配合能力,检验《营口市住房和城乡建设局2024年城市排水防涝应急预案》的可操作性。

演练共设置道路积水处置、泵站停电处置、应急排水演练3个科目。

接到道路积水报告后,指挥部立即启动黄色(Ⅲ级)应急响应,由防内涝指挥部进行部署,出动应急抢险队对积水路段进行道路封闭和车辆疏导,通知排水管理所对积水路段所属提升泵站加强水位控制。抢修班组赶赴故障泵站,紧急维修故障线路,接入临时发电机组,保障设备运转。

此次演练还拟用沈阳耐蚀合金泵

股份有限公司可车载移动卧式移动泵站两座,1万立方米/秒和4000立方米/秒泵站各一座,从民兴河内抽水导流,模拟受灾场景,检验大流量移动泵站对水位控制的实际效果,为应对城市洪涝灾害提供解决方案。

市住建局将以此次演练为契机,进一步强化协调联动、查漏补缺、细化职责,持续提高应对极端天气和自然灾害的能力,确保全市平安度汛。

(上接1版)拥有全新的高标准理化生实验室,便于学校更加科学地安排课程和教学内容,让更多学生在家门口享受到优质教育资源。

“教学资源和学习环境有了非常大的改善,我们可以更加自如地利用多媒体进行授课,很大程度上提高了学生的学习兴趣 and 效率。”营口市第十一中学教

师姜彤说。

市教育局作为贯彻落实党和国家的教育方针,制定实施本市教育发展战略、政策的行政单位,肩负着培养人、塑造人的重要职责。为进一步满足本地生源对优质教育的需求,我市先后出台了基础教育高质量发展、职业教育改革等一系列政策文件,从顶层设计上更加注重教育优先发

## 大石桥市镁都街道办事处振兴社区 党建引领创优服务 绘就幸福社区新画卷

**本报讯 记者蒋丹妮报道** 社区工作连着千家万户,大石桥市镁都街道办事处振兴社区坚持党建引领,以群众需求为导向,做深做实关爱保障,最大限度方便群众,绘就出幸福社区新画卷。

走进振兴社区打造的多元化社区综合体,温馨、舒适的家园氛围感扑面而来。志愿服务、医疗服务、社区食堂等功能齐备,这里已经成为周边居民生活中不可或缺的一部分。天热来杯

冰水,饿了到食堂打饭,病了伤了医护人员上门服务……振兴社区的基层治理工作,满足了辖区居民的多元需求。

群众在哪里,振兴社区的志愿服务就延伸到哪里。振兴社区党委书记周游告诉记者,振兴社区常住人口有5322人,其中,60岁以上居民达2300余人。为了满足辖区老年人“不离家的社会养老”心愿,打造真正的幸福社区,振兴社区还推出一批多功能微型服务驿站。同时,他们还设立了大石

桥市第一个以服务社区老年群众为主体的社区“助老食堂”,满足辖区老人用餐需求,并采用“社区食堂+线上配送”模式,为行动不便的老人送餐到家,让辖区居民享受到十分钟生活圈的方便快捷。

大石桥市镁都街道办事处振兴社区将继续以党建为引领,打造“幸福社区”拓展“服务平台”,汇聚共建共治共享“新动能”,为辖区居民幸福感“续航”。

## 2024年营口市市直机关干部职工羽毛球大赛闭幕

**本报讯 记者叶梦报道** 7月4日,为期3天的“凝心聚力促发展,红心向党筑梦扬”2024年营口市市直机关干部职工羽毛球大赛闭幕。

此次比赛包括团体赛和单项赛。48支参赛队伍,541名市直机关干部职工同场竞技。大家在赛场上努力拼搏,相互加油鼓劲。

闭幕式上,市直机关工委向获奖选手颁奖,并号召更多的机关干部职工加入到市直工委组织的各项体育运动赛事中来,享受运动带来的快乐和健康,增进彼此友谊和干事创业的动力。

## 西市区启动党史宣教主题研学游

**本报讯 记者叶梦报道** 日前,西市区联合市委党史研究室、市交运集团在营口辽河老街中心广场启动“踏红色足迹,忆峥嵘岁月”党史宣教主题研学游,激发广大党员干部职工坚定信念、凝聚力量,传承好、发展好党的红色基因。在营口辽河老街,我市党史专家向大家详细讲解中国共产党发展历史,共同追忆峥嵘岁月。

从营口辽河老街的保和堂到西炮台遗址,再到中共奉天支部营口小组纪念馆……西市区有着得天独厚的红色历史资源。此次启动的党史宣教主题研学游路线,将这些红色历史资源串联成一部鲜活的红色教材。在研学游中,每到一处,我市的历史、党史专家都为大家介绍党的历史和营口百余年发展过程中形成的城市精神,让大家真切感受到新时代豪迈的奋进步伐,不断从党的奋斗史中汲取前行的智慧与力量。

今后,西市区将进一步规划,整合全域红色文化资源,打造红色文旅亮点,拓宽党史学习教育手段,助推党史学习教育深入开展。

## 营口市第二届技工院校教师职业能力大赛开赛

**本报讯 记者叶梦报道** 日前,营口市第二届技工院校教师职业能力大赛开赛,来自全市各职业院校的70余名教师同台竞技,尽展风采。

本次大赛由市人力资源和社会保障局主办,辽宁自贸区营口片区承办,营口职信技学校协办。大赛既是我市深入贯彻落实习近平总书记关于技能人才工作重要指示精神的实际行动,也是促进技工教育蓬勃发展,助力营口全面振兴新突破三年行动的重要举措。

大赛将全面检验职业院校教师在机械交通类、电子信息类、财经服务类等课程的授课技能。

### 中暑的应对措施

**一、保持水分充足:** 每天饮水量应不少于2000毫升,特别是在高温、高湿环境下或进行体力活动时,应增加饮水量。可适量补充含电解质的饮料,如运动饮料、淡盐水等,以补充体内流失的电解质。

**二、避免高温时段外出:** 尽量避免在中午12点至下午3点这个时段外出。如果必须外出,应做好防晒措施,如戴帽子、穿长袖衣物、涂抹防晒霜等。

**三、室内降温:** 使用空调、风扇等降温设备,将室内温度控制在26℃左右,保持室内通风。在高温、高湿环境下工作的人群,应注意定时休息,避免长时间暴露在高温环境中。

**四、合理饮食:** 多吃清淡易消化的食物,避免油腻、辛辣的食物。补充维生素和矿物质,增强身体抵抗力。

**五、及时就医:** 如果出现中暑症状,如头痛、眩晕、恶心、呕吐等,应立即转移到阴凉通风处休息,并补充水分。如症状持续或加重,应立即拨打120急救电话,前往医院接受专业治疗。

(营口市卫生健康事务中心)

