

生活资讯

天气预报

今天白天到夜间
晴转多云

风向

风力

最高气温

最低气温

降水概率

舒适度指数

人体感觉

紫外线辐射强度

东北风3到4级

转南风4到5级

15℃

4℃

30%

-2级

冷

强

海洋预报

今天上午到明天上午

渤海有2.0到3.0米的中浪到大浪;辽东湾有2.0到3.0米的中浪到大浪;营口海域有1.0到1.5米的轻浪到中浪。

涨 潮

落 潮

02时24分253厘米

14时26分322厘米

18时39分87厘米

21时43分65厘米

海域

浪高(m)

海温(℃)

西炮台

北 海

鲅鱼圈

白沙湾

1.2

1.3

1.3

1.3

13.1

13.2

13.2

13.3

农副产品零售价格

10月27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

14.46

牛肉

新鲜去骨

31.11

羊肉

新鲜去骨

33.82

鸡肉

白条鸡、开膛上等

8.13

鸡蛋

新鲜完整

5.15

豆油

桶装一级浸出

63.13

菠菜

新鲜一级

2.35

芹菜

新鲜一级

2.67

大白菜

新鲜一级

0.94

营口市发展和改革委员会提供

(上接1版)全力以赴抓落实,确保攻坚之战决战决胜。

会上,营口全面振兴新突破三年行动指挥部通报三年行动总体进展情况,6个县(市)区、营口自贸片区、市发改委、市农业农村局、市工信局、市住建局、市商务局、市交通运输局、市财政局、市税务局汇报今年前三季度工作进展情况和下一步工作打算。市纪委监委机关、市委组织部作工作汇报。

市委常委,市人大常委会、市政府、市政协领导班子成员,市法院院长、市检察院检察长;有关秘书长、副秘书长,营口全面振兴新突破三年行动指挥部成员单位、专项推进组相关单位和市(中、省)直有关单位主要负责同志;各县(市)区、园区主要负责同志参加会议。

造新园 培骨干 育“疆”来

本报记者 张继驰

楼前的一方草地上,小的盆栽摆出营口市行政区划图的形状;旁边的绿植上,挂着营口市情介绍,还有句醒目的标语,“天山雪松根连根,营口乌苏人民心连心”。

这是日前记者随辽宁媒体记者团前往新疆维吾尔自治区塔城地区乌苏市,在相距4000公里的乌苏市第十幼儿园里,看到的“营口元素”。

乌苏市第十幼儿园地处新市区街道,是名副其实的“新市区”。新建住宅小区“扎堆”,亟需公共设施配套跟上。在乌苏市第十幼儿园今年9月开园前,同区域的文轩路幼儿园已达到四五十人的班额。

2021年,营口市投入援疆资金1644万元的乌苏市第十幼儿园开建,占地面积21.12亩,一期建筑面积4480平方米。建成后,按规范办园标准可设置12个教学班,容纳360名幼儿。目前,首批开设小、中、大共五个教学班,在园幼儿135名。

幼儿园从无到有,硬件一步到位高标准建设。室外铺设悬浮地垫,教学楼内设美工室、科学发现室、绘本馆等五间功能室,绘本馆1800册图书经过严格的审核流程。食堂配备粗加工间、主食库、副食库、消毒间等,饭菜乘专用电梯上楼,成为乌苏市幼儿园竞相参观学习的“样本”食堂。

据介绍,未来营口乌苏两地将开展线上联合教研活动,让“提升工程”更大面积覆盖乌苏幼儿园和老师。

在此基础上,乌苏市教育部门用优质师资力量与高标准硬件适配,倾力打造优质幼儿园。33名教职工中,本科及以上学历达到28人,有副高级以上职称教师7人。

“每年,都有骨干教师和骨干园长到辽宁培训,为期20余天,回来之后再培训分享。”在乌苏市第十幼儿园园长郑新月看来,和项目援疆大力支持同样重要的,是他们可以借助营口援疆的后方专业力量,提升学前教育理念和教师队伍能力。

据介绍,未来营口乌苏两地将开展线上联合教研活动,让“提升工程”更大面积覆盖乌苏幼儿园和老师。

透过幼儿园,看营口教育援疆从硬件设施、师资教学等方面精准助力,孩子们健康成长。走出幼儿园,看具备日间照料服务的标准化社区、九年一贯制学校、社区卫生服务中心环绕周围,新城区生机盎然。

八千里路访乌苏

2024第七届中国(营口)海蜇节暨水产品展销会、首届渔文化展在鲅鱼圈区举行

本报讯 记者肖南报道 10月25日,以“蜇香飘四方、质量可追溯、生活有预期”为主题的2024第七届中国(营口)海蜇节暨水产品展销会、首届渔文化展在鲅鱼圈区红旗大集举行,活动通过线上海蜇品牌全媒体推介和线下水产品展销、渔文化场景展示等形式,全方位展现我市渔业产业发展的丰硕成果。

活动现场设有4个展区,即特色水产品展销区、创新消费场景区、“海

蜇盛宴”嘉年华区和渔文化创意市集。营口辰光水产有限公司、营口海洋食品有限公司等多家知名海蜇加工企业携各自拳头产品集中亮相。香煎鲅鱼、精选虾皮、滋补海参、鲜美对虾等营口特色水产品一一被摆上展台,供客商挑选、品尝。红旗大集邀请美食达人和厨艺高手,通过“鲅中霸挑战赛”一展厨艺,角逐“2024海蜇节·最受欢迎海味奖”。此外,非遗技艺展示、“闹渔”比赛、捕鱼网技艺展示等活动也热闹开

展,活跃现场气氛。

市领导孙繁柏、吴杰、郑向东、代萍和中国渔业协会相关领导出席活动,并走进展区观展,体验市集文化,了解水产品,并参观线上销售情况。

本届海蜇节在市海洋与渔业局指导下,由营口市渔业协会和营口市鲅鱼圈区红旗镇民俗大集管理有限公司主办,以传统市集为载体,通过系列展演展示活动,促进产业交流,不断丰富我市“中国海蜇之乡”的文化内涵。

营口市首届“环卫工人节”文艺演出活动举行

本报讯 记者于小淳报道 今年5月1日开始施行的《营口市城市市容和环境卫生管理条例》规定,每年10月26日为营口市“环卫工人节”。10月25日下午,营口市首届“环卫工人节”文艺演出活动在营口新闻传媒中心演播大厅举行,表达对环卫工人的节日祝福,激发全市环卫工人立足本职、爱岗敬业,推动我市环境卫生事业高质量发展。

近年来,我市高度重视环卫工作

和环卫事业发展,加大投入力度更新环卫设施设备,依法保障环卫工人的合法权益,营造全社会“关爱环卫工人、尊重环卫劳动”的良好氛围。

演出以“致敬环卫工人 共建文明营口”为主题,《最美的橙黄》《维护工作展新貌》《美丽的心灵》等歌舞,题材选取环卫工作日常,展现了新时代环卫工作者积极向上、默默奉献的精神风貌;鼓舞《盛世中华》等表演充满了新时代的主旋律和正

能量,展示了环卫事业发展的良好局面。

活动中,市文明办向全市人民发出《礼敬环卫工人 传递城市温度》倡议书;10家获得“学雷锋文明实践示范点”称号单位接受授牌;市总工会为市公共设施维护中心一线职工代表发放冬季标志服,表达对环卫工人的深切关爱与温暖牵挂。

市领导吴杰、张渤、田伟、翁永财观看文艺演出。

中国自行车运动骑游大会——辽宁·营口第二届巡游骑行赛在我市举行

本报讯 记者刁雪峰报道 10月26日,中国自行车运动骑游大会——辽宁·营口第二届巡游骑行赛在市奥体中心开赛。来自沈阳、鞍山、营口、辽阳等8个城市的28支代表队近1200名骑行爱好者参加,进一步推动自行车骑行户外休闲体育运动发展,加强我市文旅旅深度融合。

本次活动由中国自行车运动协会、

市文旅广电局主办,市文化旅游事业发展服务中心、市体育总会承办。市委常委、宣传部部长吴杰宣布活动开始。骑行爱好者从市奥体中心广场出发,沿新联大街、得胜路、青花大街、途经牛耳广场、西炮台遗址陈列馆、永远角湿地等特色景区,全程25公里。大家沉浸式地体验赛事,享受运动带来的激情与活力,同时领略沿线景观的独特魅力。此外,我市在终

点红旗广场设置红旗大集,展示特色农副产品、非遗文化产品及各类小吃。

本次赛事集旅游、体育健身、文化休闲、商业于一体,充分展示我市美丽的人文风光、浓郁的民俗风情和厚重的历史文化,对挖掘我市文旅新资源、培育消费新热点,加快全域旅游高质量发展起到积极推动作用。

副市长孙文生参加活动并致辞。

省央地合作专班调研组到我市调研

本报讯 记者叶梦报道 10月25日下午,省国资委副主任宋旭泽带领省央地合作专班调研组到我市,就重点央企运营和央地合作重大项目进展情况开展调研。

调研组一行深入到中粮糖业辽宁有限公司、中海沥青(营口)有限责任公司、中交营口LNG接收站项目,

全面了解企业经营状况、生产工艺、技术创新、市场拓展等情况,以及项目建设过程中存在的困难和问题。针对问题,调研组提出解决办法,为我市央地合作项目的顺利推进提供了有力支持。

调研组指出,央地合作是推动地方经济高质量发展的重要途径,双方

应充分发挥各自优势,加强战略对接和规划引领,不断拓展合作领域、提升合作层次。同时,要进一步优化合作环境,强化服务保障,推动央地重大项目建设见实见效,深化央地全领域融合发展,助力全省打好打赢攻坚之年攻坚之战。

副市长孙文生陪同调研。

营口红诚村镇银行股份有限公司关于营东支行终止营业的公告

该机构经国家金融监督管理总局营口监管分局批准,予以终止营业,注销《中华人民共和国金融许可证》,其现有业务并入营口红诚村镇银行股份有限公司总行。现予以公告:

机构名称:营口红诚村镇银行股份有限公司营东支行
机构编码:S0048S321080002
许可证流水号:00481521
地址:营口市老边区渤海东大街6号-甲8号
批准终止营业时间:2024年10月23日

营口红诚村镇银行股份有限公司关于营新支行终止营业的公告

该机构经国家金融监督管理总局营口监管分局批准,予以终止营业,注销《中华人民共和国金融许可证》,其现有业务并入营口红诚村镇银行股份有限公司总行。现予以公告:

机构名称:营口红诚村镇银行股份有限公司营新支行
机构编码:S0048S321080003
许可证流水号:00483520
地址:营口市老边区路南镇庄林路立交桥北8-甲11、13、15、17
批准终止营业时间:2024年10月23日

健康生活方式 预防骨质疏松

体重是影响人体代谢和骨骼健康的重要因素。其中,低体重是骨质疏松和脆性骨折的重要危险因素。

合理饮食

保持均衡膳食,确保摄入足够的营养,避免过度摄入高热量、高脂肪、高糖的食物。对于低体重者,可适当增加能量摄入,包括含有优质蛋白质、碳水化合物和健康脂肪的食物;对于超重和肥胖者,要控制热量摄入。注意控制食物的分量,避免暴饮暴食。

保证身体活动

选择适合自己身体状况的运动,如散步、慢跑、游泳、瑜伽等。坚持规律运动,每周至少进行150分钟的中等强度有氧运动,也可结合力量训练,如举哑铃、俯卧撑等,以此来增加肌肉量,提高基础代谢率,助力体重管理。

定期监测

定期测量体重、腰围、体脂率等,了解体重变化趋势和身体脂肪、肌肉等的比例。根据监测结果,调整饮食和运动计划,确保体重管理的有效性和健康性。

重视肌肉力量和平衡能力练习

国际骨质疏松基金会发布的最新信息显示,对骨骼健康有益的运动类型是负重运动和力量训练,比如举、推、跑、跳以及“登台阶”等方式,可使骨骼更加强健。

(营口市卫生健康事务中心)

解除劳动合同通知

邢宝钧,身份证号码:2108*****3517,根据营口市西市社区卫生服务中心工会委员会第二届第十三次职工代表大会决议及中心党支部会议研究决定,解除与您签订的劳动合同,解除日期为登报后七个工作日。
营口市西市社区卫生服务中心(营口市第五人民医院)
2024年10月25日

房屋出租

营口红政政现有多处房屋出租:大商东临营口红政办公楼、邮电大厦五层七层八层、老街外门市,老边、盖州、鲅鱼圈等多处房屋出租。
联系人:张先生
电话:13342304488

营口红诚村镇银行股份有限公司关于柳树支行终止营业的公告

该机构经国家金融监督管理总局营口监管分局批准,予以终止营业,注销《中华人民共和国金融许可证》,其现有业务并入营口红诚村镇银行股份有限公司总行。现予以公告:

机构名称:营口红诚村镇银行股份有限公司柳树支行
机构编码:S0048S321080001
许可证流水号:00481509
地址:辽宁省营口市老边区柳树镇
批准终止营业时间:2024年10月23日

社会主义核心价值观

富强 民主 文明 和谐 自由 平等 公正 法治 爱国 敬业 诚信 友善



人人遵章守法 车车文明通行