



扫描二维码关注

早安营口

生活资讯

天气预报

今天白天到夜间
晴

风向	北风4到5级阵风
风力	7级转3到4级
最高气温	0℃
最低气温	-10℃
降水概率	8%
舒适度指数	-3级
人体感觉	冷、很不舒适
紫外线辐射强度	中等

海洋预报

今天上午到明天上午

渤海有1.5到2.0米的中浪；辽东湾有1.5到2.0米的中浪；营口海域有0.5到1.0米的轻浪。

涨 潮	06时50分336厘米
落 潮	17时13分340厘米
	01时42分30厘米
	13时57分29厘米

农副产品零售价格

3月5日 (元/500克)

商品名称	规格/等级	价格
大米	标一	2.64
面粉	特一粉	2.63
鲜猪肉	去骨后腿肉	11.27
牛肉	新鲜去骨	33.53
羊肉	新鲜去骨	36.08
鸡肉	白条鸡、开膛上等	7.91
鸡蛋	新鲜完整	3.87
豆油	桶装一级浸出	62.05
菠菜	新鲜一级	3.09
芹菜	新鲜一级	3.05
大白菜	新鲜一级	1.76
白萝卜	新鲜一级	1.56
黄瓜	新鲜一级	4.36
土豆	新鲜一级	1.88
青椒	新鲜一级	4.52
圆葱	新鲜一级	1.52
西红柿	新鲜一级	4.20
蒜苔	新鲜一级	7.56
菜花	新鲜一级	3.58
韭菜	新鲜一级	5.07
茄子	新鲜一级	3.46
油菜	新鲜一级	3.11
胡萝卜	新鲜一级	2.50
豆角	新鲜一级	7.43

营口市发展和改革委员会提供

十三届营口市委第十二轮巡察完成进驻

本报讯 按照市委关于巡察工作统一部署,截至3月4日,十三届市委第十二轮巡察完成进驻工作。6个市委巡察组将对6个县(市)区法院党组开展专项巡察。

被巡察党组织分别召开巡察进驻动员会。各市委巡察组组长作动员讲话,对深入学习贯彻习近平总书记关于巡视工作的重要讲话精神,落实全省巡视巡察工作会议暨十三届省委第九轮、第十轮动员部署会及十三届市委第十二轮巡察动员部署会精神,扎实开展巡察工作提出要求。

各市委巡察组组长指出,巡察始终坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,旗帜鲜明把“两个维护”作为根本任务,坚持党中央决策部署到哪里,巡察监督就跟到哪里。本次专项巡察是强化司法领域政治建设、督促法院践行“两个维护”的关键之举,也是推动法院系统践行初心使命、依法履行审判执行职能的重要举措,更是加强法院作风建设、推进司法领域全面从严治党向纵深发展的有力行动。

各市委巡察组组长要求,要准确把握巡察监督重点,围绕法院系统职责定位,深入了解加强政治建设、净化和修复政治生态情况,依法保护市场主体、推动法治化营商环境建设情况,坚持公正司法、保障和促进社会公平正义情况,推动

解决影响审判执行质效的痛点难点问题。要扛稳政治责任,密切协作配合,严守纪律要求,扎实完成好巡察任务,以巡察监督实效推动营口法治化营商环境建设,助力“十五五”开局起步。

被巡察党组织主要负责人表示,将深入贯彻落实习近平总书记和党中央关于巡视巡察工作的重要部署及省市市委工作要求,提高政治站位,自觉接受监督,主动配合巡察,用实际行动坚定拥护“两个维护”,坚决做到“两个维护”。

按照有关要求,市委巡察组将在被巡察单位工作2个半月左右,期间设立专门值班电话,以及邮政信箱、电子邮箱、征求意见箱、“码上巡察”信访平台。市委巡察组主要受理反映县(市)区法院党组领导班子及其成员、下一级党组织主要负责人、法官及重要岗位工作人员的来信来电来访,重点是干预司法活动、妨碍司法公正,办关系案、人情案、金钱案,靠案吃案、徇私枉法、吃原告吃被告等方面举报和反映。其他不属于巡察受理范围的信访,将按规定移交有关单位和部门处理。巡察组受理信访时间截止到2026年5月13日。

现将有关事项公布如下。
市委第一巡察组
巡察鲅鱼圈区人民法院党组。
1. 信访电话(接收短信): 18640710262

2. 邮政信箱:营口市西市区沿海产业基地汇英街5号
市委第一巡察组(收), 邮政编码: 115000
3. 电子邮箱: 18640710262@163.com
4. 征求意见箱: 鲅鱼圈区人民法院正门外

市委第二巡察组
巡察老边区人民法院党组。
1. 信访电话(接收短信): 18640716051
2. 邮政信箱:营口市西市区沿海产业基地汇英街5号
市委第二巡察组(收), 邮政编码: 115000
3. 电子邮箱: 18640716051@163.com
4. 征求意见箱: 老边区人民法院正门外、院内楼梯处

市委第三巡察组
巡察盖州市人民法院党组。
1. 信访电话(接收短信): 17624177036
2. 邮政信箱:营口市西市区沿海产业基地汇英街5号
市委第三巡察组(收), 邮政编码: 115000
3. 电子邮箱: 17624177036@163.com
4. 征求意见箱: 盖州市人民法院正门外
市委第四巡察组
巡察大石桥市人民法院党组。

1. 信访电话(接收短信): 17624177591
2. 邮政信箱:营口市西市区沿海产业基地汇英街5号
市委第四巡察组(收), 邮政编码: 115000
3. 电子邮箱: 17624177591@163.com
4. 征求意见箱: 大石桥市人民法院西

门外
市委第五巡察组
巡察西市区人民法院党组。
1. 信访电话(接收短信): 18640716863
2. 邮政信箱:营口市西市区沿海产业基地汇英街5号
市委第五巡察组(收), 邮政编码: 115000
3. 电子邮箱: 18640716863@163.com
4. 征求意见箱: 西市区人民法院诉讼服务中心东门外

市委第六巡察组
巡察站前区人民法院党组。
1. 信访电话(接收短信): 18640718697
2. 邮政信箱:营口市西市区沿海产业基地汇英街5号
市委第六巡察组(收), 邮政编码: 115000
3. 电子邮箱: 18640718697@163.com
4. 征求意见箱: 站前区人民法院西

欣 闻

一场宣讲三地共鸣 雷锋精神永续传承

本报记者 孙 瑞 黄利国

3月4日,“传承雷锋精神·英雄永不谢幕”2026年营口市学雷锋主题宣讲报告会在营口新闻传媒中心举行。雷锋第二故乡营口,与雷锋成长地鞍山、雷锋精神发源地抚顺隔空携手,用故事、歌声、影像,推动雷锋精神落地生根。来自全市各行各业的先进典型、机关干部及各界代表齐聚一堂,共同聆听雷锋故事,感悟历久弥新的榜样力量。

报告会上,鞍山、抚顺、营口三地雷锋精神宣讲人从不同维度深情讲述雷锋平凡而伟大的一生。《淬火钢城锋从鞍出——雷锋在鞍山鞍钢的故事》生动再现青年雷锋在鞍钢工作期间勤奋钻研、爱岗敬业、无私奉献的青春足迹;《雷锋在部队是怎样成为先进

典型的》讲述了雷锋在部队熔炉中如何淬炼成长、最终成为大家学习榜样的过程;《雷锋(在营口)的几个小故事》用一个个鲜活生动、感人至深的小故事,勾勒出雷锋在营口这片热土上留下的闪光足迹。

抚顺市宣讲人褚士奇表示,雷锋的事迹感人至深,流传至今,影响了一代又一代人。“今天很多小学生参加活动,了解雷锋、认知雷锋、学习雷锋、争做雷锋。”

作为“雷锋在营口”课题研究人,营口市宣讲人韩晓东说:“要继续深入挖掘雷锋在营口助人为乐、学习和刻苦训练的光辉事迹,并在广大青少年中继续传播,提升青少年的精神文明素养。”

“向雷锋同志学习,为人民服

务!”嘹亮的歌声响起,站前区雷锋小学的教师代表走上舞台,带来主题情景剧表演《红色雷锋心向党》。孩子们胸前的红领巾鲜艳夺目,每个动作都饱含深情。原创诗朗诵《与爱同行 岁月共情》等节目接连上演,歌颂雷锋精神在岁月长河中的传承与弘扬。

活动现场还发布了《雷锋在营口》(第二部)微短剧、《雷锋在营口》有声书和学雷锋主题公益歌曲《榜样》。这些作品是我市深入挖掘“雷锋第二故乡”红色资源、用融媒体手段讲好雷锋故事的创新尝试。短视频、音频、音乐等人们喜闻乐见的形式,让尘封的故事“活”起来,让雷锋形象更加可亲可感,让雷锋精神在指尖传播、在耳边回响、在心中扎根。

雷锋精神耀警营

南湖派出所“枫桥式公安派出所”担当守护一方安宁

本报记者 刘 鹏 于小淳

市公安局站前分局南湖派出所辖区内商户密集、人流如织,治安管控任务繁重。近年来,该派出所将雷锋精神作为育警铸魂的“精神引擎”和行动标尺,推动平安基础更牢、服务水平更高、警民关系更亲。凭借扎实工作,去年,南湖派出所成为我市首个全国“枫桥式公安派出所”,展现出新时代基层公安传承红色精神、践行“枫桥经验”的良好风貌。

日前,南湖派出所与雷锋中学联合开展了一场“与英雄同行·学雷锋助学”共建活动,在追寻英雄足迹、筑牢信仰之基的红色旅程中实现警校携手。

活动现场,在“小小雷锋讲解员”带领下,南湖派出所民警参观了雷锋中学文化长廊,接受红色精神的洗礼,为困难学生送上了精心准备的学习用品,用实际行动践行雷锋精神。随后,雷锋中学师生代表走进南湖派出所,参观党建文化区,了解派出所警

务日常,深刻感受藏蓝身影中的雷锋精神。大家还共同走进营口市雷锋文化博物馆,回顾雷锋同志的生平事迹,开展了一场跨越时空的心灵对话。

最好的纪念是传承,是将雷锋精神融入警营血脉。近年来,南湖派出所所以强化精神引领为先,联合营口市雷锋文化博物馆,建成全市公安机关首个思想教育政治教育基地,将雷锋精神学习教育纳入新警“入职第一课”,并贯穿于全警日常教育培训,推动学雷锋活动阵地化、常态化、制度化,为队伍注入忠诚奉献、服务为民的精神内核。

最好的致敬是奋进,是将雷锋精神转化为治理效能。针对辖区特点,南湖派出所构建“空中+地面”智慧防控体系,深化矛盾化解机制,定制推出“五个一”商户专属服务,发动组建“南湖义警”服务队,凝聚“群防群治”合力,拓展共建共治格局。

同时,南湖派出所

坚持党建引领,健全联动机制,畅通参与渠道,引导群众主动反映问题、参与平安建设,把“公安单打独斗”变成“全民共同守护”,持续提升群众的安全感、满意度,让群众切实感受到治理成效与自身利益紧密相连。

在南湖派出所的引导下,越来越多的群众主动参与到平安建设中来。去年,辖区刑事案件发案率下降39%,电信诈骗发案率下降46%,矛盾纠纷调解成功率达99.8%,商户满意度提升至98%。

南湖派出所把雷锋精神融入日常,做在经常,用实实在在的数据、真真切切的成效回应群众期盼。“我们将持续深化为民服务‘实体系’,不断提升基层治理效能,努力为辖区群众创造更加安全、稳定、舒心的生活环境。”南湖派出所教导员崔野说。



雷锋就是你我他

这些食物绝对不能吃

感官明显异常的食物

肉类、鱼虾:表面发黏、拉丝,颜色变灰、变绿,或有腐臭味、刺鼻腥味,说明已严重变质,滋生了大量细菌,绝对不能吃。

水果:出现腐烂、发霉、流水的情况,即便切掉腐烂部分,霉菌毒素也已扩散到整个果肉,食用后可能引发恶心、呕吐,甚至损害肝脏。

剩菜:汤汁浑浊、变酸,有异味,或表面出现霉点,说明已被细菌污染,食用易引发急性肠胃炎。

包装破损、过期的预包装年货

腊肉、香肠、罐头、糖果等预包装年货,若包装袋出现胀气、破损、漏气的情况,或已超过保质期,内部可能已滋生致病菌、霉菌,坚决不能食用。

有哈喇味的高脂食物

腊肉、香肠、坚果、食用油等高脂食物,存放过久会氧化酸败,产生醛类、酮类等有害物质,闻起来有刺鼻的哈喇味。这类食物食用后,会损伤肝脏和肠胃,引发恶心、呕吐、腹泻等不适。

长霉的食物

腊味、粮食、糕点、水果等表面出现白色、绿色、黑色霉菌,会产生黄曲霉素等强致癌物,这种毒素即使高温加热也无法被破坏,长期或大量食用,会严重危害身体健康。

存放过久的剩菜

剩饭剩菜冷藏超过3天,亚硝酸盐含量会大幅超标,即便加热,也无法降低亚硝酸盐含量。

(营口市卫生健康事务中心)

学法守法都懂法

民安国安天下安

中共营口市委宣传部 营口市文明办 宣