

潼南报

TONGNANBAO

主办：中共重庆市潼南区委 重庆市潼南区人民政府
出版：重庆市潼南区融媒体中心 网址：https://www.tongnanbao.cn/

2026年2月

25

农历丙午年正月初九

星期三

总第3466期

今日4版



潼南发布

掌心潼南

习近平致电祝贺金正恩被推举为朝鲜劳动党总书记

2月23日，中共中央总书记习近平致电金正恩，祝贺他在朝鲜劳动党第九次代表大会上被推举为朝鲜劳动党总书记。

习近平在贺电中说，朝党八大以来，以金正恩总书记为首的朝鲜劳动党中央团结带领朝鲜人民努力奋斗，在朝鲜社会主义建设事业中不断取得新成就。金正恩同志再次被推举为朝鲜劳动党总书记，体现了朝鲜党、政府、人民对总书记同志的高度信任和衷心拥护。朝党九大在朝鲜党和国家事业步入承前启后的关键阶段胜利召开，具有重要意义。祝愿

在以总书记同志为首的朝鲜劳动党中央坚强领导下，朝鲜党和人民将以此次大会为契机，推动朝鲜社会主义事业不断开创新局面。

中朝是守望相助的社会主义友好邻邦。维护好、巩固好、发展好中朝关系，始终是中国党和政府坚定不移的方针。近年来，我同总书记同志多次会晤，有力引领中朝关系向好发展……（来源于重庆日报）



扫码看更多内容

致第二十五届冬奥会的贺电

中国体育代表团的贺电

中共中央国务院

中国体育代表团：

在第25届冬季奥林匹克运动会上，我国冰雪健儿勇夺5枚金牌、4枚银牌、6枚铜牌共15枚奖牌，取得我国境外参加冬奥会历史最好成绩，实现了运动成绩和精神文明双丰收，为祖国和人民赢得了荣誉。党中央、国务院向你们表示热烈祝贺和亲切慰问！

在本届冬奥会上，你们牢记党和人民嘱托，大力弘扬中华体育精神、北京冬奥精神、奥林匹克精神，同心协力、奋勇争先，展示了顽强的作风和高超的技能，展现了中国体育昂扬奋进的良好精神面貌。你们同世界各国各地区运动员公平竞争、友好交流、增进友谊，再一次向世界展示了新时代中国力量、中国精神、中国形象，进一步激发了海内外中华儿女的爱国热情和奋斗精神。

希望你们坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指引，锚定建设体育强国目标，牢记为国争光使命，不断攀登世界冰雪运动新的高峰，巩固和扩大“带动三亿人参与冰雪运动”成果，为以中国式现代化全面推进强国建设、民族复兴伟业作出新的贡献。

中共中央
国务院

2026年2月23日
(新华社北京2月23日电)

中办印发《通知》 在全党开展树立和践行正确政绩观学习教育

近日，中共中央办公厅印发《关于在全党开展树立和践行正确政绩观学习教育的通知》（以下简称《通知》）。

《通知》指出，经党中央同意，在全党开展树立和践行正确政绩观学习教育（以下简称学习教育）。学习教育以县级以上领导班子和领导干部特别是“一把手”为重点，于2026年春节假期后启动、7月底基本结束。

《通知》明确，要坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，深入贯彻党的二十大和二十届历次全会精神，认真落实四中全会部署，全面贯彻习近平总书记关于树立和践行正确政绩观的重要论述，持之以恒推进全面从严治党，以立党为公、为民造福、科学决策、真抓实干为总要求，以一体推进学查改为抓手，教育引导各级党组织和党员、干部坚持实事求是、求真务实，为人民出政绩、以实干出政绩，有效防范和纠正政绩观偏差，坚决有力贯彻落实党

中央重大决策部署，完整准确全面贯彻新发展理念，加快构建新发展格局，着力推动高质量发展，创造经得起实践、人民、历史检验的实绩，推动“十五五”开好局、起好步，为以中国式现代化全面推进强国建设、民族复兴伟业提供有力保障。

《通知》强调，学习教育要坚持聚焦主题、简约务实，不分批次、不划阶段，认真落实学习研讨、查摆问题、整改落实、建章立制、开门教育等工作安排。要组织党员、干部深入学习习近平总书记关于树立和践行正确政绩观的重要论述，深入学习《中共中央关于制定国民经济和社会发展第十五个五年规划的建议》，深入学习习近平总书记关于本地区本部门本领域的重要讲话和重要指示精神，进一步强化立党为公、为民造福理念。县级以上领导班子及其成员通过督促检查、调查研究、了解群众反映等途径，深入查找

政绩观方面存在的问题，从党性上找差距、查根源、强修养。要坚持与中央巡视整改、深入贯彻中央八项规定精神学习教育整改、“十五五”规划编制实施、生态环保督察整改等相结合，边查边改、立行立改，对突出问题开展集中整治，持续推动整改落实。做好建章立制，深入查找现行制度机制中不符合正确政绩观要求的规定，该废止的废止，该修订的修订。要坚持开门教育，查摆问题听取群众意见，整改落实接受群众监督，检验成效接受群众评判；坚持民生为大，为群众多办实事，让群众可感可及。

《通知》要求，各级党委（党组）要把开展学习教育作为重要政治任务，精心组织实施，确保取得实效。党委（党组）主要负责同志要履行好第一责任人责任。结合不同层级、地区、领域、行业实际，加强分类指导。做好宣传引导，力戒形式主义。（来源于人民日报）

春节红色旅游升温 革命精神代代相传

本报讯（记者 邓瑜欣 唐菟涵）骏马奔腾辞旧岁，红色热土迎新春。春节期间，位于双江镇的杨闇公杨尚昆故里景区人流如织，处处洋溢着庄重而热烈的节日氛围。

作为全国爱国主义教育示范基地、国家AAAA级旅游景区，这里成为众多游客新春出游的热门目的地。人们踏着青石板路，走进百年清代民居，在缅怀革命先辈中传承红色基因，在感受家国情怀中度过一个意义非凡的“文化年”。

“我从四川泸州过来，特意带着小朋友一起来的，就是想让孩子实地了解杨闇公等革命先辈的生平事迹，感受他们为了国家和民族挺身而出的担当，在孩子心中种下一颗爱国爱党的种子，让这个春节过得更有意义。”游客高志表示，来这里不仅让孩子学到历史知识，也能让他们重温初心、汲取力量。

在杨闇公旧居，游客们驻足在一幅幅珍贵的历史照片、一件件泛黄的革命文物前，认真聆听讲解员讲述杨闇公同志为民族独立、人民解放抛头颅、洒热血的峥嵘岁月，感受着革命先辈坚定的理想信念和不屈的斗争精神。



讲解员为游客讲解红色历史。

“看到这些照片和文物，我十分敬佩杨闇公爷爷。他面对敌人的迫害毫不畏惧，始终坚守信仰、为国牺牲，这种精神太让人感动了。”12岁的李柏霖表示，他将以闇公为榜样，

努力学习、奋发向上，做一个热爱祖国、有担当的学生。

据了解，节日期间，杨闇公故里景区人气持续攀升，长假前三天，累计接待游客达7.5万人次，其中以家

庭游、亲子游为主。游客们在这里既能感受新春佳节的喜庆氛围，又能接受红色文化的熏陶，在缅怀先辈、致敬英雄中，让这个春节更有温度、更有深度。

潼南企业按下复工复产“快进键”

本报讯（记者 何云飞 陈俊霖）春节假期刚过，我区众多企业迅速进入生产状态，车间机器轰鸣、人员到位，复工复产跑出“加速度”，以实干姿态全力抓好生产运行。

在重庆庆龙新材料科技有限公司车间内，多名技术人员穿梭在各条生产线之间，对关键设备进行细致的检修和调试，为新一年的全面生产做好准备。

在重庆民丰化工有限责任公司，生产车间内机器轰鸣，多条生产线稳定运转。控制室里，工作人员正专注监测生产运行及相关工艺参数；包装线上，铬绿和工业铬酸酐的接包、复称工作有序进行；现场巡检人员穿梭于设备之间，仔细巡查确保安全生产。

“目前，我们各条生产线都处于满负荷运行状态，确保在手订单的按时交付，接下来，我们将重点抓好安全生产和产能释放，同步加快新项目的建设步伐，确保持续发展的动力。”重庆民丰化工有限责任公司副经理陈绍全告诉记者。

机声隆隆催人奋进，复工复产势头强劲。我区各大企业以起步即冲刺的精气神，奋力赶工期、抢市场，为潼南经济高质量发展注入强劲动能。

大鱼大肉之后喝浓茶能刮油？

医生这么说

重庆日报消息 春节假期，餐桌上多的是大鱼大肉。但大快朵颐之后，摸着滚圆的肚子，你是否又会陷入“减肥”的焦虑？这几天，喝浓茶“刮油”等“暴息急救法”在社交平台上兴起，但这样的法子，真能刮油助消化吗？2月22日，记者就此采访了本市医院的医生。（下转3版）

博物馆里过大年 文化传承韵味浓

本报讯（记者 彭春 刘文静）今年春节，潼南博物馆成为不少市民游客的“打卡”新去处。大年初一大早，馆内已是人头攒动，五大文化展厅齐齐开放，当天接待游客量突破5000人次，人们在文物与化石间开启了一个别样的文化年。

走进恐龙展厅，26米长的枝明潼南龙骨架模型依然是最引人注目的“明星展品”。巨大的骨架静静矗立，仿佛将亿万年前世界拉回眼前。

孩子们仰着小脑袋，好奇地数着恐龙的脊椎骨；家长们则在一旁轻声讲解，耐心回答着一个又一个“为什么”。

“小朋友们来这里都非常开心，能让他们直观地了解恐龙化石是怎么形成的，我觉得特别好。”来自湖北的游客叶先生笑着说，尤其是刚进门那具庞大的恐龙骨架模型，孩子们一看就挪不开步，围着转了好几圈。

石刻展厅、建筑展厅内同样人

流如织。观众或驻足凝视，或拍照记录，在斑驳的石刻与古朴的建筑构件间，感受这座城市绵延千年的历史脉络。不少游客表示，在博物馆里过年，既能避开拥挤，又能收获知识，是一种难得的年味体验。

第一次来潼南博物馆的游客黄女士，特意带着孩子从外地赶来。“这次带小朋友来，一是因为春节假期有时间，二是孩子本身特别喜欢恐龙，三是因为我觉得这些文物是

老祖宗留下的东西，应该让下一代了解。”她感慨地说，这一趟来得特别值。

据了解，春节期间，潼南博物馆恐龙、历史、石刻、建筑、人文五大展厅全部免费开放。游客中既有本地市民举家出游，也不乏从成都、重庆等地专程而来的外地游客。络绎不绝的身影，让古老的文物与鲜活的年味在此相遇，也为新春佳节增添了一抹温暖而厚重的文化底色。

导读

2版

坚守 是节日里最暖的底色

3版

“枝头鲜”变“舌尖甜”
潼南沃柑乘电商东风热销全国

坚守 是节日里最暖的底色

当新春的灯火点亮万家团圆，总有一些身影选择逆向而行，在平凡的岗位上默默守护着这座城市的烟火气。他们是货架间穿梭忙碌的营业员，用微笑与辛劳保障年货供应；

是无影灯下与时间赛跑的医护人员，用专业与温情守护生命防线；是工地上挥洒汗水的建设者，用责任与担当推进重点工程；也是在街巷中奔波的快递小哥、交巡警和讲解员

……每一个坚守的身影，都是节日里最动人的风景。本期报道聚焦这些春节在岗的平凡英雄。他们舍小家为大家，用奉献诠释初心，

用坚守书写担当，将团圆的温暖传递给千家万户。正是这份默默的付出，让我们的春节更加祥和安宁，让这座城市的底色更加温暖明亮。

货架守岁暖民心 商超坚守保供应

本报讯（记者 何云飞 陈俊霖）春节假期，走进永辉超市潼南巴渝大道店，浓厚的年味扑面而来，商品满满当当、一应俱全，满足市民多样化购物需求。数十名身着红色马甲的营业员穿梭其间，有的麻利拆箱、补货上架，有的精心烤制新春糕点，有的热情招呼顾客……大家各司其职，忙碌而从容。

在干货区，营业员张敏正忙着接待前来选购年货的顾客，她一边细致介绍坚果礼盒的品质、规格，一边熟练地协助有需要的顾客完成线上下单，还贴心告知配送相关事宜。春节期间，商超客流量大幅增加，从导购答疑、货品补货，到整理货架、服务顾客，张敏的工作几乎连轴转，只为让市民的年货采购过程

更便捷、更舒心。而在零食饮料区，营业员叶娜同样在为春节的销售高峰奋战着。她刚从仓库补充饮料，正将饮品按品牌与规格整齐摆上货架。谈及春节不能陪伴家人是否遗憾，叶娜直言：“虽然不能回家团圆，但能守在岗位上，保障货品充足、购物顺畅，看到顾客满载而归，累点也值得。”

从清晨开门到深夜闭店，超市里收银台的扫码声、货架间的咨询声、补货时的整理声此起彼伏，交织成节日里别样的生活旋律。这些有血有肉、有情有爱、有牵有挂的平凡人，放弃与家人团聚的机会，以一份坚守，扛起保供的责任，默默守护着市民的“菜篮子”“米袋子”，也为节日中的城市铺就了最温暖的底色。

除夕守岗护安康 医者仁心守平安

本报讯（记者 陈俊霖 张凡）除夕夜，记者走进区人民医院急诊科，这里没有年夜饭的香气氤氲，只有医护人员忙碌的身影，分诊、问诊、输液，各项工作紧张而有序地推进着，每一个脚步都承载着生命的希望。急诊内科诊室内，医生正专注地为患者听诊、问诊，面前的病历本已经摞起了厚厚一沓。

“除夕夜坚守岗位，对我们医护人员来说早已是常态。家人虽然有遗憾，但也都理解和支持，毕竟患者的健康不能等，我们多一份坚守，群众就多一份安心。”医生吕兴告诉记者，每年除夕，科室都会全员在岗，大家分工协作，只为确保每一位患者都能得到及时救治。在区人民医院处处充满了紧张感，医生和护士来回忙碌着，他们穿梭在患者中，查体、输液、换药、下医

嘱、录入病情记录……一刻不停地维系着急诊科的正常运转。“春节，我们严格落实节假日值班制度，随时处于战备状态，为前来就诊的患者提供最及时的诊疗服务，全力保障人民群众春节期间的就诊需求。”医生文熙成说。据悉，该院各临床科室、医技科室、急诊科室均安排专人值守，急诊、ICU、手术室等重点岗位24小时待命，

医护人员放弃与家人团聚的时光，坚守在救治一线，用专业与坚守筑起一道坚实的生命防线。灯火映初心，坚守暖人心。没有惊天动地的壮举，只有日复一日的坚守；没有轰轰烈烈的誓言，只有默默无闻的付出。除夕夜，这群白衣“守夜人”用责任与担当，守护着万家灯火的安宁，用爱心与奉献，诠释着医者仁心的真谛。

异地守岁践初心 工地奋战筑华章

本报讯（记者 陈俊霖 何云飞）2月16日，记者在华电潼南气电工程集控室里看到，与家中的热闹不同，这里的值班人员端坐控制台前，双眼紧盯屏幕上跳动的各项参数，操作着控制按钮，精准把控每一个运行环节，不敢有丝毫懈怠。与此同时，几名巡检人员顶着夜色深入施工区域，对设备逐一检查，排查安全隐患，用严谨与坚守，守护着项目建设的平稳推进，让除夕夜的工地多了一份安心与踏实。

“虽然不能陪父母过年有些遗憾，但能为潼南能源建设出一份力，很有意义。”华电潼南燃机公司工作人员周园坦言，刚才和家人视频通话时，看着孩子期盼的眼神虽有愧疚，但家人的理解与支持，让他更坚定了留守的决心。夜幕降临，工地上的临时食堂里暖意融融。大家围在一起和面、包饺子，你一言我一语，欢声笑语不断。一个个饱满的饺子摆满托盘，饱含着大家对新年的美好期盼。餐桌上，热气腾腾的饭菜香气扑鼻，红烧肉、鱼香肉丝、清蒸鱼等菜品一应俱全，荤素搭配、营养可口。精心筹备的年夜饭，让异地留守的建设者们感受到了家的温暖。

“以前除夕都和家人吃年夜饭、看春晚，今年和工友们一起坚守，也很热闹，等项目建成，这份坚守就有了最珍贵的意义。”来自山东的周杰说道。据悉，重庆华电潼南一期气电工程作为重庆市“十四五”能源电力重点保供项目，建设内容涵盖2套500兆瓦级“一拖一”多轴燃气蒸汽联合循环调峰发电机组，建成投产

后，年发电量约18.5亿度，不仅能有效增强电力系统安全性与稳定性，还能降低企业综合用能成本，促进节能减排。“春节期间我们合理调配人力物力，严格落实安全生产各项要求，抢抓建设工期，力争早日实现1号机组投产发电，用实实在在的进度，回报建设者的坚守与付出。”华电潼南燃机公司党委委员副总经理王永先说。这些异地坚守的建设者，远离家乡与亲人，以工地为家、以奋斗为伴，在除夕这个特殊的日子里，用汗水浇灌希望，用坚守书写担当。他们的坚守，不仅加快了项目的建设步伐，更助力了成渝地区供电保障能力的提升。他们用最朴素的行动，诠释了建设者的责任与使命，成为这个除夕夜最动人的风景。



巡检人员开展设备安全隐患排查。

警徽闪耀护归途 坚守畅通保团圆

本报讯（记者 张凡）新年伊始，潼南的大街小巷张灯结彩，处处洋溢着节日的喜庆。而在潼南火车站，返乡与出游的客流依然保持高位运行。与往年不同，今年春节，站前广场呈现出难得的井然有序。私家车在交巡警的指引下，有序驶入新启用的地下停车场等待，路面交通压力被有效“入地”化解，核心区即停即走，通行效率显著提升。

“我从广州南站回来，看见现在的潼南火车站比前几年好很多了。”刚刚拖着行李箱走出站口的市民代思宏，对家乡交通环境的“硬件”与“软件”双重升级感到惊喜，“现在每条车道都有交警指挥，也不像之前那样，出租车总是挤在一起造成拥堵，回家的心情就更顺畅了。”

“针对2026年春运新形势，我们构建了‘外围封控、中圈疏导、核心管制’的三级防控体系。”在执勤一线，区公安局交通管理支队民警徐开鹏详细解读了这一全新的安保策略。他说道：我们在高速路口这一“外围”，严把“入城关”，重点排查隐患车辆；在火车站等交通枢纽的“中圈”，利用地下停车场等新设施做好“接驳疏导”，实现铁路与城市交通的无缝切换；在城区主要干道的“核心”，则布设了严密的“指挥网”。

这套体系的高效运转，离不开每一位基层民警的负重前行。在潼南高速路口，执勤民警重点针对过往客货运输车辆进行安全检查，严查超员、疲劳驾驶等违法行为，哪怕是春节期间也绝不放松一丝警惕。

而在城区内部，交巡警的工作重心则转为了“疏导”。依托“网格化勤务”模式，骑警在重点路段，通过手势指挥和临时管控，确保车流“动起来、走得顺”。这种动静结合、内外兼修的勤务模式，有效缓解了节日期间的拥堵痛点。

从晨曦微露到夜深人静，从车水马龙的交通枢纽到寒风凛冽的高速路口，交巡警们放弃了与家人的团聚，将这一份对职业的敬畏化作了具体的行动。他们是路标，也是风景，用实际行动诠释了“一家不圆万家圆”的深刻内涵。

街巷穿梭递温情 快递守岗暖万家

本报讯（记者 邓瑜欣 徐利）清晨七点，潼南邮政分拣中心已是一片繁忙。传送带高速运转，包裹如潮水般涌来，数十名快递员争分夺秒地完成分拣、装车。他们中，有连续多年春节在岗的老员工，也有刚入行不久的新人，共同保障着日均2.6万件包裹的

顺畅流转。邮政快递员杨文昊就是其中一员。这个春节，他每天都在派件路上，日均投递量超过百件。“最近货多，得早点出发。”装车时，他仔细将包裹码放整齐，易碎品特意放在上层。杨文昊告诉记者，这些包裹大多是年货和返乡物资，收件人都盼

着早点拿到，“虽然也想回家团圆，但能把这份年味及时送到，就觉得值了。”顺丰快递员蒋欣宏这几天同样忙碌。他穿梭于老旧小区之间，许多住户白天走亲戚，收件时间不固定。每件包裹他都会提前电话确认，“问清楚家里有没有人、方不方

便收，有的还要约具体时间，免得客户空等。”从晨曦微露到夜幕降临，杨文昊、蒋欣宏和他们的同事们始终奔波在路上。正是这些坚守岗位快递员，用汗水与责任打通春运寄递“最后一公里”，让每一份牵挂与温暖如期抵达。

“枝头鲜”变“舌尖甜” 潼南沃柑乘电商东风热销全国

本报记者 何云飞 陈俊霖

连日来,米心镇禅鹤村300余亩沃柑种植基地里一派繁忙景象。果农们穿梭在葱郁的沃柑林间,熟练地采摘橙红饱满的果实,经过严格分级、规范打包后,一箱箱鲜果搭乘冷链物流快车发往全国各地。沃柑种植基地头茬沃柑已陆续上市,依托“潼橘家庭农场”“乡村唐二娃”等本土电商账号,正式开启今年的销售热潮。

“家人们看过来!这就是咱们基地现摘的沃柑,皮薄肉厚,轻轻一捏就爆汁,甜度拉满还不上火!”镜头前,基地负责人唐乙平一边热情吆喝,一边拿起水果刀划开一颗鲜果,金黄的汁水顺势滴落,果肉饱满的纹理清晰可见,吸引大批网友争相下单,实时滚动的订单数据不断刷新。而在基地另一侧的打包车间里,工人们早已忙碌起来,分拣、装箱、贴单、封箱一气呵成,从直播接单到鲜果发货,全流程高效衔接,忙而有序。

“现在摘的沃柑甜度达标、果香



村民在线上直播销售沃柑。

浓郁,不少客户就喜欢这口‘头茬鲜’,订单早就排过来了。”直播结束后,唐乙平一边查看分装情况,一边向记者介绍,得益于精细化管护与科学种植,今年基地沃柑亩产量稳定在4000斤左右,预计整个采收季将向线上市场持续输送120万斤优质鲜果。

摒弃传统批发市场的中间环节,专注电商线上直销,让这片沃柑

走出了一条特色增收路。“第一年做电商时,每天只有一百多单,但我们坚持现摘现发、坏果包赔,慢慢积累了口碑。”唐乙平说,随着品牌认可度逐年提升,如今销售旺季日均订单已突破两千件,每件5-6斤的规格搭配2元至4元梯度定价,能够满足不同消费者的需求。

在电商平台上,唐乙平的沃柑收获了全国各地消费者的大量好

评,“果皮薄很好剥,汁水充足”“新鲜没有坏果,果肉很细嫩”“物流快捷,收到非常新鲜”等评价刷屏评论区。广泛的市场认可,让唐乙平更有信心:“电商帮我们打通了销路,不用跑市场,坐在家门口就能把沃柑卖到全国,每年的复购率能达到50%左右,今年合作社300多亩沃柑,预计能卖到350万左右。”据悉,本次沃柑销售季将持续两个多月,待鲜果售罄后,基地还将通过电商渠道推出本地玉米等特色农产品,让“田间直供”模式持续赋能乡村产业增收。

如今,这片沃柑基地不仅带动周边农户增收,更孵化出成熟的线上销售模式,成为全区农产品电商发展的鲜活样板。接下来,潼南将持续放大示范效应,强化电商人才培育与技能培训,完善“邮运通”寄递物流网络,整合区内各类本土农特产品资源,做强区域公用品牌,让更多田间好物通过电商走向全国,以数字赋能为乡村振兴注入持久动力。

古镇新春年味浓 民俗巡游迎客来

本报讯(记者 彭春 刘文静)春节期间,双江古镇张灯结彩、锣鼓喧天,以“趣玩古镇·马上福来”为主题的迎新春活动热闹举行,吸引众多游客前来感受浓郁的传统年味。

大年初一上午十时,双江古镇牌坊处已是人头攒动、喜气洋洋。一场充满乡土气息的迎宾礼率先拉开活动序幕。由舞队、财神以及身着马形玩偶的表演者组成的“一马当先”民俗巡游队伍整装待发,他们击鼓起舞,以喜庆热烈的方式欢迎八方来客。欢快的鼓点、灵动的舞步,瞬间将现场气氛推向高潮。迎宾队伍随后沿古镇主街巡游送福,所到之处人流如织。游客们漫步古街,一边欣赏沿途民俗表演,一边拍照留念,沉浸在欢乐祥和的节日氛围中。

古镇内,“马上转运”“马上有铃”等主题互动打卡装置前围满了游客,大家争相合影留念,讨个新年好彩头。来自云南的游客孙女士难掩兴奋之情:“我们是从云南过来走亲戚的,没想到赶上这么热闹的活动。这里的年味很重,活动也丰富,尤其是迎宾酒环节,让我



双江古镇迎新年民俗巡游迎客。

们感受到了双江人的热情,真的很喜欢这个地方。”

“高山流水迎宾酒”是当天的特色互动环节,吸引了不少游客驻足参与。身着民族服饰的姑娘们捧起酒碗,邀请游客品尝美酒,寓意热情

如山、情谊如水。重庆主城过来的游客刘先生笑着说:“早就听说双江古镇年味浓,今天特意带家人来体验。这酒喝下去,心里都暖洋洋的,感觉这个年过得特别有意义。”现场欢笑声不断,浓浓的年味在酒香中

弥漫开来。这个春节,双江古镇用充满仪式感与参与感的民俗活动,让传统年俗焕发新活力,也让游客在浓浓年味中领略到古镇的独特魅力与热情。

一盆“坨坨鱼” 满桌团圆味

本报记者 徐利

“老板,还有位置没得?”“要得,稍微等一哈,马上翻台!”在潼南,春节的团圆滋味,始终离不开太安鱼那一口麻辣鲜香的牵绊。连日来,我区太安镇沿线各大鱼庄客流盈门、座无虚席,无论是返乡游子寻味乡愁,还是本地群众欢聚聚餐,亦或是周边游客慕名而来,都将太安鱼作为新春味蕾的首选。

春节期间,记者在太安镇姐妹太安鱼门店看到,包间及大堂座无虚席,一派火爆的景象。餐桌上,热气腾腾的太安鱼香气扑鼻,食客们举箸畅谈,欢声笑语中洋溢着团圆

的喜悦。后厨里,几位大厨同时开火,四个大锅一字排开,颠勺翻飞,火候精准,只为在高峰时段也能让客人尽快品尝到这道家乡味。

“春节这段时间,中午晚上天天爆满,好多都是提前几天就打电话预订的。”姐妹太安鱼门店负责人一边招呼食客,一边笑着对记者说,“太安鱼讲究的就是现杀现做,客人吃着才鲜亮。为了保证品质和口感,店里不仅严控进货渠道,后厨更是分工明确,杀鱼、改刀、烹制,各个环节有条不紊。”虽然连日来的忙碌让她的嗓音略带沙哑,但看着满堂

欢声笑语的食客,她的脸上满是欣慰:“忙点好,越忙越红火,这才是过年的好势头!”

来自璧山的食客张先生一家正在大快朵颐,他夹起一块雪白的鱼肉感慨道:“我们专门开车过来的,就是想尝这一口。你看这个鱼,筷子一夹就断,吃到嘴里跟嫩豆腐一样,又滑又入味。”

邻桌的潼南本地市民陈女士则趁着春节假期宴请亲友,她笑着对记者说:“年年过年都要吃鱼,图个‘年年有余’的好兆头。我们潼南人请客,太安鱼是必须上的硬菜。”

“我们每天准备的鲜鱼都在五百斤以上,客人点的最多的还是经典的花鲢,肉质最嫩,最适合做太安鱼。”该门店负责人指着后厨忙碌的师傅们说,“大家虽然辛苦,但看到一桌桌客人吃得满意,我们也跟着高兴。”

作为市级非物质文化遗产,太安鱼独特的“坨坨鱼”做法和“麻、辣、烫、细、嫩、鲜”的风味,已成为潼南饮食文化的一张金字招牌。春节期间,这道红红火火的非遗美食不仅温暖了返乡游子的胃,也以其沸腾的热烈姿态,为这个农历新年增添了浓浓的喜庆氛围。

开工即冲刺 服务暖民心

区政务服务中心

本报讯(记者 徐利 李彦亭)2月24日,正月初八,春节假期后首个工作日,区政务服务中心全体工作人员准时到岗、迅速收心归位,以饱满热情、优良作风、高效服务开启新春工作,用实干与担当为群众、企业送上“开工第一份温暖”。

走进政务服务大厅,窗明几净,秩序井然,咨询引导、窗口受理、自助办理等区域有序运转。工作人员统一着装,精神饱满,主动上前为群众答疑指引、协助取号、预审材料,各项业务办理流程顺畅、高效便捷。尽管迎来节后办事小高峰,大厅各窗口依然忙而不乱、繁而有序。

“今天过来办理不动产相关业务,本来担心人多要等很久,没想到引导员提前帮我核对材料,窗口几分钟就办好了,效率太高了!”前来办事的市民张先生连连称赞。他表示,工作人员态度热情、讲解清楚,不用多跑腿、不反复折腾,真切感受到政务服务的提速提质。

“春节假期后开工第一天,我特意来帮我爸爸办理社保业务。虽然现场办理的人比较多,但工作人员十分积极主动,耐心解答我们的疑问,整个办理过程非常快捷,很快就办好了,我对这次服务体验非常满意。”市民段秀林表示。

区政务服务中心相关负责人表示,新的一年将继续坚持以人民为中心的服务理念,以饱满的热情和专业的服务,进一步优化办事流程,提升服务质量,努力打造更加便捷、高效、温暖的政务服务环境,为市民和企业提供更优质的服务体验。

区妇幼保健院

收心归位开新局 凝心聚力护健康

本报讯(记者 李彦亭)新春伊始,万象更新。2月24日是农历正月初八,虽然浓浓的年味尚未完全散去,但区妇幼保健院已吹响奋进的集结号,全院干部职工以饱满的精神状态投入到新一一年工作中,用实际行动诠释“开局即冲刺”的奋斗姿态。

当天一早,医院召开春节后首次工作例会,动员全院上下以龙马精神开启新年新征程。

会议要求,全院干部职工要迅速收心归位,提振“精气神”,进一步理清工作思路,切实转变工作作风,以更加昂扬的斗志和务实的举措,围绕医疗质量提升、服务水平优化等中心工作精准发力。要以“开局即冲刺”的奋进姿态,为全年高质量发展开好局、起好步,全力护航辖区妇女儿童身体健康和生命安全,为妇幼健康事业高质量发展贡献力量。

【上接1版】“适当饮茶确实对消化有一定帮助,但吸收的脂肪一点没少。”重庆医科大学附属第一医院消化内科主治医师罗扬称,茶里的咖啡因很难影响人体对脂肪的消化吸收和利用,所以喝茶能“刮油”之说并不准确。

重庆医药高专附一院(市六院)营养科主任医师陈红表示,茶也并非喝得越多越好,茶叶中的单宁酸可影响铁的吸收,长期大量饮用可能诱发贫血。“尤其是喝浓茶可能损伤胃黏膜,诱发食管反流。”

对于“暴食”后的急救方法,罗扬建议市民可以先喝一小杯温开水,给肠胃一点缓冲时间。“刮油最好的方式是少吃多动。至于茶,等饭后一小时再品也不迟。”

在吃了油腻大餐之后,到底该怎么搭配后续的饮食,才能稍微抵消点“负罪感”?陈红建议:

一是在摄入大量油腻食物时,注意补充新鲜蔬菜水果,利用新鲜蔬菜水果中的膳食纤维延缓肠道对食物中脂肪的吸收速度,降低吸收效率。

二是用粗粮和杂粮替代精制白面,作为搭配油腻食物的主食。粗粮和杂粮中不仅含有大量膳食纤维,而且富含有助于物质代谢的B族维生素。

三是吃更加清淡、加工程度低的食物。通常,加工程度越高的食物,所含的脂肪、糖和盐也越多,而常见的浓油赤酱、油炸煎炒类食物,大多属于“高加工程度”。相比之下,蒸煮类食物的油盐糖含量要低很多。用餐时如果优先吃清淡、加工程度低的食物,那么这类食物能占据很大一部分胃容量,从而减少高脂、高糖、精加工食物的摄入量。

潼南区2026年上半年 政府专职消防队员和消防文员招录简章

根据潼南区消防救援事业发展规划,为满足潼南区社会经济发展对消防救援力量的需求,进一步充实消防救援队伍实力,

经重庆市潼南区消防救援支队研究决定,面向社会公开招聘政府专职消防队员和消防文员,工作地点为重庆市潼南区消防救

援支队本级及下属单位所在地所属消防救援站,主要担负潼南区灭火和综合应急救援任务。现将招录简章公告如下:

一、招录计划

此次共计划招聘政府专职消防队员40名、消防文员1名。录取人员培训考核合格后在潼南支队机关和辖区各消防救援站担负执勤战备、接警调度、车辆驾驶、文职等工作任务。

二、招录岗位和条件

(一)政府专职消防队员、消防文员招录对象应当具备下列基本条件:

1、年龄为18周岁以上、28周岁以下(出生时间为1997年3月1日至2008年2月29日);消防通信员、车辆驾驶员等特殊岗位招录对象,资质证书、工作经历和身体条件符合岗位需求的,年龄可放宽至38周岁(1987年3月1日以后出生)。身高1.65米以上,身体和心理健全,无精神疾病史,无遗传、慢性或传染性不适于消防工作的疾病,政府专职消防队员身体条件符合《消防员职业健康标准》,消防文员身体条件符合《公务员录用体检通用标准(试行)》;

2、遵纪守法,具有中华人民共和国国籍,拥护中国共产党领导和社会主义制度,无违法犯罪记录,无非正常大额债务,具有良好的品行,能够保守工作秘密,符合政治审查标准;

3、志愿从事消防救援相关工作;

4、政府专职消防队员应具有高中或同等及以上学历,消防文员应具有全日制大学专科及以上学历;

5、法律、法规规定的其他条件。

(二)车辆驾驶员岗位招录对象还应具备下列条件:

1、持有A1、A2或B2驾驶证,有2年以上实际驾驶A1、A2或B2车辆经验;

2、裸眼视力不低于4.8。

(三)对消防救援工作急需的特殊专业人才、大专及以上学历毕业生、退役军人及有关消防工作经历的人员,招录条件可适当放宽。

(四)凡有下列情形之一者,不予招录:

1、本人或家庭成员、近亲属有违法犯罪记录,被判处刑罚、正在服刑或者正在接受调查的;

2、本人或家庭成员、近亲属参与非法组织、邪教组织或从事颠覆我国政权、危害国家安全活动,被列为信访重点人员的;

3、本人对党和国家的路线、方针、政策及法律的政治态度有问题的;

4、本人受过治安处罚或有收容教养、少年管教、吸毒、酒(醉)驾经历记录的;

5、受过党(团)纪、政纪、校(院)纪、军纪处分的,或被国家机关、军队、事业单位开除公职(军籍)或辞退(除名)的;

6、本人道德败坏、有不良行为,受过公安机关处理的;

7、本人征信存在严重问题的;

8、其他不适合从事消防救援工作的;



9、全市在职政府专职消防队员因不履行岗位职责、不服从命令、不遵守纪律等,被予以辞退的;未滿合同期限主动离职的。

三、薪酬待遇

按照劳动合同法有关规定除缴纳“五险一金”外,按潼南区消防救援队伍职业保障有关优待政策,购买重疾和意外伤害险。

(一)工资构成
政府专职消防队员固定月工资组成为:基本工资+绩效+执勤补助+工龄工资+职务津贴+考核津贴。

消防文员固定月工资组成为:基本工资+绩效+工龄工资+岗位津贴。

上述工资构成如遇国家法律法规、地方政策或单位薪酬制度调整,按最新规定执行。

(二)待遇保障
在职期间表现优异的专职消防员,达到队龄年限并经考核合格后可享受相应职务补贴:班长每人每月岗位补贴280元,副班长每人每月岗位补贴200元,驾驶员每人每月岗位补贴300元。

入职后免费提供与国家消防员同等标准食宿、体检和专业技术培训待遇,按季节特点免费发放制式服装和被装。

四、日常管理

(一)政府专职消防队员实行不定时工作制,工作时间24小时驻勤备战,按照纪律队伍建设要求,实行封闭式管理,统一食宿和着装;消防文员实行标准工时制。

(二)政府专职消防队员除重大安保活动等特殊情况外,每月可轮休8天,并按照规定享受婚假、护理假和年休假。

五、招录方式及流程

本次招录严格按照《重庆市消防救援总队政府专职消防员招录办法(试行)》要

求的程序进行,依次通过报名、资格审查、体能测试、面试、体格检查及心理测试、政治审查、公示录用程序进行选拔,其中体能测试、面试、心理测试、政治审核实行一票否决。

(一)报名时间
2026年2月15日-2026年3月1日。

(二)报名、资格审查
1、下载并填写《潼南支队政府专职消防员报名表》。

2、网上初审。将以下材料按对应形式以压缩包(姓名+联系方式)发送至邮箱1257541060@qq.com。网上报名期间,将同步对招录对象报名信息进行初审:

潼南支队政府专职消防员报名表(Word形式);

本人身份证(扫描件或照片);
退役军人或退出消防员证件(扫描件或照片);

毕业证书或相关证明材料1份(扫描件或照片);
报考车辆驾驶员岗位的还需提供机动车驾驶证1份(扫描件或照片)。

3、现场复核。面试时同步进行现场复核,报考人员需携带本人身份证、学历证书、驾驶证等涉及满足报考岗位条件的原件及复印件各1份。

报名信息不实或不符合招录条件范围的,复核不予通过。

(三)咨询电话:023-44591627。(工作日上午9:00-11:30,下午14:30-17:30)

六、考核程序及内容

(一)体能测试
政府专职消防队员体能测试项目:1000米跑、俯卧撑、立定跳远、100米跑。体能测试满分40分,低于24分为“不合格”。

消防文员将组织笔试。笔试满分40分,低于24分为“不合格”。

(二)面试
面试主要考察招录对象的身体形态、仪容仪表、语言表达、沟通交流能力等内



容。面试实行量化评分,满分100分,低于60分为“不合格”。面试不合格的,不予招录。

(三)体格检查
政府专职消防队员参照《消防员职业健康标准》执行,消防文员参照《公务员录用体检通用标准(试行)》执行。

对体检结果有疑问、申请复检的,经支队研究同意,可以进行一次复检,体检结果以复检结论为准;对可以通过服用药物或其他治疗手段影响检查结果的项目不予复查。

体检人选根据应聘人员测体和面试总分从高分到低分依次等额确定,费用先行自理,转正后则可全额报销。体检时间、地点另行通知。体检不合格或经确认自动放弃资格出现的缺额,按总成绩从高分到低分依次递补。

(四)心理测试
心理测试采用消防员招录心理测量系统,由系统自动评判调查“合格”或“不合格”。心理测试不合格的,不予招录。

(五)政治审核
参照国家综合性消防救援队伍消防员招录政治审核要求,重点审查招录对象的政治面貌、宗教信仰、政治言行、主要经历、出国(境)情况、奖惩情况和现实表现,核对其家庭成员、主要社会关系成员的政治情况。存在上述第二点第四条描述情形的政治审核不合格,不予招录。

(六)公示录用
根据报考岗位,按照报考人员总成绩和优先录用规则分别排名。总成绩=体能测试(笔试)成绩(总分40分)×150%+面试成绩(总分100分)×40%,计算总成绩时四舍五入,保留小数点后两位。综合体格检查、政治审核、心理测试情况,原则上按不超过招录计划150%的数量分类确定拟录用(待补录)人员名单,在“潼南消防”微信公众号向社会公示,公示时间为5个工作日。

同等条件下,优先接收国家综合性消防救援队伍工作期满退出消防员、全日制专科及以上学历、解放军或武警部队服役期满退役士兵及其他具有消防救援相

关工作经历的人员。

七、入职培训
新招录政府专职消防队员和消防文员开展为期6个月的入职训练,包括集中培训和岗位适应性训练。

其中,集中培训阶段根据实际招录情况确定集训点开展,时间为3个月,重点开展思想政治教育、条令法纪教育、业务理论、集中性纪律教育、队列训练、基础体能、应用体能、基本技能、实战化训练和器材装备熟悉操作等内容,参照《国家综合性消防救援队伍消防员入职教育训练与考核大纲(试行)》执行。

岗位适应性训练,一般为3个月,主要内容为理论教育、队列训练、业务训练、执勤基础性工作熟悉等。

对录用后未报到或集中训练1个月内退出的,将从公示的待补录人员中按排名顺序补录,此后不再补录。

八、特别提示
本次招录重庆市潼南区消防救援支队绝不以任何形式收取任何招录费用,不委托任何单位或个人举办考试、测试辅导培训班,不接受以任何组织或个人名义推荐报名人员,凡任何组织或个人承诺推荐报名、提供有偿服务的均与本次招录无关。切勿相信任何名义要求转账、汇款的短信和电话,相关信息可关注“潼南消防”微信公众号。

本次招录工作所有通知均会通过电话、短信形式通知,请务必保持通讯畅通,因无法联系本人等个人原因未能参加本次招录活动的,视为自动放弃,后果由应聘者本人负责。

本次政府专职消防队员和消防文员招录涉及有关问题可进行电话咨询或举报:

重庆市潼南区消防救援支队政工纪检科电话:15223192347。

重庆市潼南区消防救援支队纪委监委电话:18223422966。

扬鞭催马映联红

曾卓

骏马扬蹄同逐梦;
祥龙献瑞共擎杯。
蜡梅绽蕊春铺锦;
骏马嘶风福刷屏。
马跃千山添马力;
龙腾九域展龙威。
九州逐梦瞳瞳日;

万马争春煦煦风。
马踏青云追梦远;
龙飞玉宇报春新。
策马加鞭铺锦绣;
迎春运笔展宏图。

四野飞歌,灵蛇辞岁;

千村织画,骏马迎春。
喜沐春风,凝心齐聚力;
同催宝马,追梦再扬鞭。
渝水涌春潮,蛇归圣殿;
巴山腾瑞气,马踏祥云。
策马争春,铁龙驰骋腾渝水;
闻鸡启梦,银轨蜿蜒跃巴山。

绝句三首

曾卓

春到涪江
涪江风渐暖,岸柳绽鹅黄。
澍雨潜酣梦,心田漾暗香。

百鸟鸣春
熬罢隆冬柳眼开,鹅黄翠绿染山隈。
赞歌当谢枝头鸟,春藉娇音冒出来。

游崇龛油菜花海
花海连天醉眼眸,琼江碧水泛乡愁。
金波荡漾三千顷,喷涌诗情作梦游。