



自觉做对党忠诚老实的模范践行者

对党忠诚老实,是党章规定的共产党员应当履行的义务,是中国共产党人首要的政治品质。习近平总书记在2024年春季学期中央党校(国家行政学院)中青年干部培训班开班之际作出重要指示强调:“要自觉做对党忠诚老实的模范践行者”。年轻干部只有不断砥砺对党的赤诚忠心,才能做到无论遇到何种诱惑、何种困难,都不迷失方向、不丧失信念,坚定不移听党话、跟党走,始终不改其心、不移其志、不毁其节。

要求党员对党忠诚老实,从根本上说是由我们党的性质决定的,是由我们党的先进性和纯洁性决定的。党的先进性使党员自觉忠诚于党、时刻追随着党;党的纯洁性要求党员必须在思想上是坚定的、在信仰上是纯粹的,在行动上体现出来就是忠诚老实。我们党一路走来,经历了无数艰险和磨难,但任何困难都没有压垮我们,任何敌人都没能打倒我们,靠的就是千千万万党员的忠诚。中国共产党早期领导人蔡和森立下“匡复有吾在,与人撑巨眼。忠诚即寸心,浩然充两间”的誓言,与敌人顽强斗争到生命的最后一刻。解放战争时期,被关押在重庆渣滓洞、白公馆的中国共产党人经受种种酷刑折磨,宁死不

屈,用鲜血诠释了“永远朝着东方,永远朝着党”的忠诚。人们常常以“特殊材料制成的人”来赞誉优秀共产党员,这种“特殊材料”正是用忠诚和信仰淬炼而成的。

年轻干部是党和国家事业发展的生力军,是中国特色社会主义事业的接班人,能不能始终做到对党忠诚老实,影响着党和国家事业的长远发展。衡量是否对党忠诚老实,在革命战争年代主要看能不能为党和人民的事业冲锋陷阵、舍生忘死,在和平年代也有明确的检验标准,首先就是要政治能力过硬。习近平总书记强调:“在干部干好工作所需的各种能力中,政治能力是第一位的。”政治根基打得牢不牢,直接影响年轻干部的成长成才。年轻干部要始终保持高度的政治敏锐性,着力提高政治判断力、政治领悟力、政治执行力,始终坚持党的领导,自觉在思想上政治上行动上同以习近平同志为核心的党中央保持高度一致,坚决贯彻执行党的理论和路线方针政策,不折不扣落实党中央决策部署,做政治上的明白人、老实人。

党的纪律和规矩是检验党员干部是否忠诚老实的“试金石”。做对党忠诚老实的模范践行者,年轻干部要

以身作则守纪律、讲规矩,党叫干什么就坚决干,党不允许干什么就坚决不干,始终知敬畏、存戒惧、守底线,特别是要慎独慎微。党的十八大以来,我们党坚持制度治党、依规治党,全方位、立体式推进党内法规体系建设,进一步明确了对全体党员的行为规范。对这些硬杠杠、铁规矩,年轻干部要切实增强执行的坚定性和自觉性,把对党忠诚老实转化为知行知止、令行禁止的优良作风。

忠诚老实要体现在实际行动上。新征程上,如何更好推动高质量发展,为经济社会发展增添动力、添活力;如何更好解决民生领域的痛点难点问题,不断满足人民群众对美好生活的向往;如何有效防范化解风险,确保经济社会平稳运行……一道道考题摆在面前,如果在工作上不愿担当、拈轻怕重,遇到困难就退缩,就难以说做到了对党忠诚老实。年轻干部要顺应中国式现代化事业发展新要求,把崇尚实干、埋头苦干作为对党忠诚老实的一份承诺,作为爱党、忧党、兴党、护党的一种责任,树立和践行正确政绩观,以“俯首甘为孺子牛”的执着奉献真抓实干,当好中国式现代化建设的坚定行动派、实干家,以实际行动诠释对党忠诚老实。(来源:《人民日报》)

“五一”假期临近,按照铁路车票预售规定,从4月17日旅客就能购买五一首日火车票了。一些车次出现了一开售就秒光的情况。返程车票也遇到相同情况。接下来,我们就来了解一些提高购票成功率的小妙招。

首先可以选择车票候补功能。铁路12306App的候补功能中,每名旅客可提交的待兑现候补订单数量为6个,可选择预售期内任意3个乘车日期,累计最多可选择60个“日期+车次”的组合,每个车次可选多个席位,每个订单最多可添加9名乘车人。目前,候补订单截止兑现时间最晚为开车前20分钟,旅客可根据实际情况自主选择修改截止兑现时间。

国铁兰州局银川车站客运工作人员李鑫哲说,候补购票技巧有以下几点:一是增加候补列车数,选择候补的车次越多,候补成功的概率越大;二是在候补列车时,打开“接受新增列车”按钮,填写所需列车需求,当有新增加列车时,系统自动为旅客兑换车票;三是增加不同乘车日期的候补订单,更大可能提升兑现成功率。另外,火车票预售期为15天,为了防止错过起售时间,铁路12306App给预售期外的时间都标上了“提醒”字样,点击“设置提醒”,可在手机日历中设置闹钟提醒。

第二个办法是使用中转联程功能。无法买到直达车票的旅客朋友,也可采用购买联程票,分段乘车。铁路12306App将根据旅客出行需求和余票情况,智能推荐有余票的中转换乘方案。

国铁郑州局洛阳车站客运车间副主任赵丹说,一般换乘次数越多,车票累积的价格也会越贵。旅客在中转换乘时,要尽量选择车次更多的大站作为换乘车站,这样可以增加换乘的成功率,减少换乘次数,避免产生过多的出行费用。

值得注意的是,联程票的中转车次是可以动态调整的,如果旅客发现区间内加开了更符合出行需求的临客列车,或者是没能赶上预定的中转车次,在开车前和开车后当日均可改签预售期内车票。如果中转过程中是同站换乘,核验票证后,旅客可直接进入候车室候车,不用重新进出站,也可以向车站工作人员寻求帮助,尽量缩短换乘时间。

(来源:央视新闻)

24所高校在江苏开展综评招生

4月18日,江苏省教育厅发布2024年普通高校综合评价招生改革试点工作的通知,2024年共有24所高校在我省开展综合评价招生。

其中,A类高校12所,分别为南京大学、东南大学、中国科学院大学、浙江大学、华南理工大学、北京外国语大学、上海科技大学、南方科技大学、上海纽约大学、昆山杜克大学、香港中文大学(深圳)、深圳北理莫斯科大学。B类高校12所,分别为南京师范大学、南京信息工程大学、南京工业大学、南京邮电大学、南京医科大学、南京中医药大学、南京林业大学、江苏师范大学、南通大学、扬州大学、江苏大学、西交利物浦大学。

4月底前,各高校向社会公布招生简章。江苏地方高校(除昆山杜克大学外)综合评价招生计划不超过本校年度本科招生计划总数的5%。5月10日前,各高校完成报名工作(具体时间以高校招生简章规定为准)。5月25日前,高校应组织专门力量,本着宁缺毋滥的原则,按本校报名条件对考生提交的材料进行初审,及时告知考生初审结果,并在本校网站公示,同时将初审通过的考生名单报送省教育考试院。(来源:新江苏客户端·中国江苏网)

注意!这段高速公路施工管制!

G1515盐靖高速泰州段由盐城往江阴大桥方向K83+340-K86+130过兴化收费站7公里附近,由于大垛枢纽新建工程,暂时封闭,借用往盐城方向的1车道行驶。

施工时间:2024年4月22日7时至2024年8月20日18时。

温馨提示:1.关注路况:出行前实时关注了解最新路况信息,做好出行路线规划。2.熟悉交通标志:要掌握有关高速公路安全行车的常识,熟记高速公路的各种交通标志。3.保持车距:在施工路段应与前车保持必要的安全行车距离,以免前车突然刹车,反应不及时,造成追尾。4.严禁超车:施工路段只有部分车道能通行,导致道路变窄,此时超车极易造成刮蹭事故。5.减速慢行:看到施工标志时务必限速行驶。在过渡区前并入通行的车道,降低车速,以免遇到紧急情况而酿成事故。(来源:江苏交通)



4月21日,贵州省台江县迎来一年一度的苗族姊妹节。上万苗族同胞身着盛装,组成19支方阵,以游演的方式展示台江民族文化魅力和精美绝伦的服饰。(来源:人民网)

完成升级改造

江苏淮剧博物馆即将焕新开放

日前,位于市区聚龙湖畔的江苏淮剧博物馆提升改造工程已基本完工,不日将重新对外开放。

4月18日,记者在现场看到,修葺一新的博物馆中式主体建筑掩映在碧水绿树间,焕发出勃勃生机。拾级而上步入展厅,重新拓展的淮剧艺术打卡空间别具一格,将原先展厅打通串联,形成内容丰富、动线合理、互动体验感强的复合空间,并能透过玻璃幕墙与室外露天戏台遥相呼应,让参观者的视线跟随丰富展陈在戏曲长河中不断延伸、发散。通过数字技术,再现淮剧历史场景,人们可以沉浸式互动体验,享受戏曲魅力,感受艺术内涵。馆内还设有多功能厅,承担社会教育、小型传习、名师工作室、小剧场演出、研究

讲座等功能。步入庭院,新增绿化与水系相得益彰,为场馆增添了不少活力与灵动之感。

据悉,该馆占地2600平方米、建筑面积1278平方米、展陈面积760平方米,提升改造项目总投资约1500万元。作为2023年市政府为民办实事工程项目,此次提升改造紧紧围绕“数字戏曲、非遗艺术、创意文旅”三大主题思路,注重五感体验,对户外、室内空间的整体联动进行升级,打造“可观、可感、可互动、可留念、可传播”的数字戏曲体验文化载体,深入挖掘淮剧文化的历史价值、文化价值和社会价值,力争打造国内戏曲数字化改造标杆项目。在硬件和功能上完全满足现行国家二级博物馆相关

要求,体现现代戏曲博物馆数字化、体验式发展趋势,突显地方特色。

今后,该馆将继续作为国家级非遗文化戏曲传承基地,将科技手段与传统展陈、社会教育有机结合,从多维度进行“地方戏”文化的展示、传播、传承、研究、利用和保护。同时,积极打造苏北首家数字戏曲文化数据库,提供淮剧数字化演示、精品创作推广与展示研究等。此外,场馆充分利用聚龙湖景区的地理优势,搭建盐城首家沉浸式戏景会客厅,看湖景,观演出,品咖啡,响应发展夜经济、微旅游,为本地市民、外地游客提供休闲娱乐的新选项。(来源:《盐阜大众报》)

卫生城市 健康家园

巩固国家卫生城市成果

倡导健康生活方式 共建共享美好生活

盐 <5克
油 25~30克

奶及奶制品 300~500克
大豆及坚果类 25~35克

动物性食物 120~200克
——每周至少2次水产品
——每天一个鸡蛋

蔬菜类 300~500克
水果类 200~350克

谷类 200~300克
——全谷物和杂豆50~150克
薯类 50~100克

每天活动6000步

水1500~1700毫升

- 一、食物多样,合理搭配;
- 二、吃动平衡,健康体重;
- 三、多吃蔬果、奶类、全谷、大豆;
- 四、适量吃鱼、禽、蛋、瘦肉;
- 五、少盐少油,控糖限酒;
- 六、规律进餐,足量饮水;
- 七、会烹会选,会看标签;
- 八、公筷分餐,杜绝浪费。

盐城市爱卫办 盐城市疾控中心