

140余件业务当场办

精河县托托镇“家门口政务”上线

本报精河讯(通讯员陈淑娟、毛丽丹)1月30日,精河县政务服务中心组织城乡养老、民政、残联等14个重点窗口单位业务骨干,在托托镇开展“政务服务下沉+政策精准推送+兵地协作调研”专项活动,以“家门口的服务”持续提升群众获得感。

活动现场通过设立“一站式”服务台、划分专项咨询区,帮办员用通俗易懂的语言,为村民详细解读与生产生活息息相关的政策,讲解业务办理流程。工作人员面对面倾听群众诉求,点对点解答办事疑问,集中受理和化解群众反映的各类问题,切实提升群众办事的便利度和获得感。

服务过程中,一名个体工商户反

映,曾有“平台客服”称可代办年审及注销事项,只需花费8000元。工作人员帕提古丽凭借丰富的业务经验,判定这是典型的电信诈骗,她明确告知个体工商户办理年审和注销事项均不收费,并当即通过线上服务为其完成了年审业务。

此外,针对辖区老年人、行动不便群体及智能手机操作不熟练的居民,还设立“帮办代办”专属服务岗,安排专人协助群众操作“掌上办”政务服务平台,完成线上业务申报、信息查询等操作。

“以前办养老认证要到县城,现在镇里把服务送到家门口,干部耐心教我用手机操作,真是省心又省力!”村民王健民说。

在推动政务服务下沉的同时,托托

镇与精河县政务服务中心相关负责人还前往第五师双河市91团便民服务中心调研。围绕“兵地通办”事项拓展、服务标准统一、政务平台融合等关键问题深入探讨,达成“强化协同联动、优化营商环境、服务两地群众”的共识,为深化兵地政务服务协作奠定基础。

精河县政务服务中心主任王丽表示,通过此次活动,高效办结各类业务140余件,解答群众咨询300余人次,切实降低基层群众的跑腿成本。今后,将持续健全政务服务资源下沉机制,常态化开展“家门口的政务服务”,聚焦群众和企业急难愁盼问题,不断优化服务流程、丰富服务内容,让政务服务更有温度。

博乐市

拧紧网络“安全阀”

本报博乐讯(通讯员邓新、叶塔那)1月30日,博乐市南城区街道长青社区携手州党委网信办、州国有资产投资经营有限责任公司,以“党建引领聚合多方联动共赋能”为主题,开展面向老年群体的网络安全防护宣传活动,50余名社区干部及共建单位代表、居民参加。

活动中,州党委网信办执法科干部刘登奎通过PPT演示,聚焦老年群体常见的网络安全风险展开科普。从个人信息泄露的隐蔽陷阱,到虚假投资理财、冒充亲友借钱、保健品虚假宣传等高发诈骗类型,逐一进行讲解,帮助老年群体建立“不透露、不点击、不转账”的网络安全思想防线。

欣晨嘉苑小区居民周艳群说:“通过这次活动,我学到了很多防骗知识,也增强了自我防范意识。”

现场还设置反诈知识小测试环节,居民们踊跃抢答,气氛热烈。工作人员为居民送上精心准备的奖品,并发放反诈宣传页,巩固宣传成效,确保反诈知识随时可学、随处可见。

依法治州

1月28日,博乐市南城区街道前程社区联合飞轮体育俱乐部开展“动感篮球,活力少年”主题活动,辖区少年儿童齐聚一堂,在弹跳与奔跑中感受篮球魅力,绽放青春风采。

近年来,博乐市持续以群众需求为导向,整合文体、教育、企业等多方资源,搭建青少年成长成才的特色平台,让体育文化融入社区日常、扎根校园生活,不断丰富少年儿童课余文体生活。

(通讯员邓新 摄)

大众中国首款本土研发电子电气架构正式投产

大众汽车集团(中国)1月28日晚宣布,专为中国市场研发的区域控制电子电气架构——CEA架构,于2025年底如期交付,首款基于该架构的大众品牌车型“ID.与众07”同期在大众安徽工厂正式投产。

据介绍,CEA架构由位于安徽合肥的大众汽车(中国)科技有限公司、CARIAD中国与小鹏汽车联合研发,从概念提出到量产落地仅历时18个月,创下大众集团全新电子电气架构的最快研发速度。

相较于上一代车型,CEA架构可将电子控制单元数量减少约30%,显著降低系统复杂程度,为AI智能座舱、高级驾驶辅助功能及整车空中下载技术升级提供更稳固的技术底座支撑。今年,大众集团在华三大整车合资企业计划陆续推出共5款搭载CEA架构的新车型。

“将中国速度与大众基因深度融合,这就是我们在中国规模化研发智能网联汽车的独特方式。”大众汽车集团(中国)董事长兼首席执行官贝瑞德说。

据介绍,2026年,大众汽车集团将在中国市场全面提速,旗下各品牌超20款新能源车型将密集走向市场。

(新华社)

遗失声明

阿拉山口市科学技术局核准号为J8870000753704号基本存款账户开户许可证遗失(开户行:中国工商银行股份有限公司阿拉山口支行)。

乎热来·拜山拜依K650112509号出生医学证明遗失。

冬季血压易“狂飙”?

医生教你四招安稳度过

本报博乐讯(记者孜丽亚尔·居来提)“医生,我平时血压控制得挺好,怎么一到冬天就到170/100mmHg,还有头晕的症状?”1月23日,65岁的高血压患者张强(化名)来到博州人民医院心血管病中心就诊,困扰他的正是冬季血压波动问题。

据该院心血管内二科主治医师董佳佳介绍,低温环境会让血管收缩变窄,同时刺激交感神经兴奋,导致心率加快、血压升高,加之冬季饮食油腻、运动量减少等因素,血压容易出现波动,进而增加心脑血管等心脑血管急症的风险。

结合临床案例与诊疗经验,她为高血压患者送上了冬季血压管理的实用技巧。

冬季高血压患者饮食需遵循“控盐、补钾、低脂、均衡”原则,世界卫生组织建议成人每日食盐量不超过5克,不仅要减少烹饪用盐,更要警惕咸菜、腊肉等腌

制食品,及酱油、方便面调料包等调味品中的“隐形盐”,过量钠会导致水钠潴留,直接推高血压。同时,应多吃香蕉、橙子、猕猴桃、菠菜、芹菜、土豆等含钾食物,钾元素能促进钠的排出,帮助调节血压平衡。

“冬季爱吃腊肉和咸菜,也是张强血压升高的重要原因之一。”董佳佳说,冬季还应减少肥肉、动物内脏、油炸食品等高脂肪、高胆固醇食物的摄入,避免加重血管负担;可适量摄入鱼类、去皮禽肉、豆制品等优质蛋白,搭配新鲜蔬菜水果保证营养均衡。此外,还需戒烟限酒,烟草中的尼古丁会直接收缩血管,酒精则会刺激心脏、干扰血压稳定,尤其要避免过量饮酒。

董佳佳说,高血压治疗的核心是“长期规律”,降压药需按时服用,即使血压达标也不能随意停药,突然停药可能导致血压反跳升高,引发高血压危象等严

重并发症。如果发现冬季血压持续偏高(如收缩压超过160mmHg或舒张压超过100mmHg),或波动明显,切勿自行调整药量,应及时联系主治医生,告知血压监测情况,由医生根据基础疾病、用药史等综合评估调整方案。

“我们为张强调整了降压药剂量,同时指导他改善饮食,一周后血压就稳定在135/85mmHg左右。”董佳佳说。

冬季血压波动的背后,除了低温,还有诸多易被忽视的危险因素。首先是保暖不当,头、颈、脚是人体散热较快的部位,冬季外出要戴好帽子、围巾,穿保暖鞋袜,睡前用40℃左右温水泡脚,避免血管受凉急剧收缩。清晨起床应遵循“三个一分钟”原则:睁眼后先躺一分钟,坐起后在床边停留一分钟,腿下垂一分钟再下床,给血管和心脏充足适应时间。其次是运动,建议择时进行温和运动,且运动前要充分热身,避免剧烈运动