

文明实践润民心 时代新风遍城乡

怀宁：大操大办不吃香了

本报讯 近年来，怀宁县持续推动移风易俗走深走实，引导广大群众共同抵制高价彩礼、大操大办、厚葬薄养、铺张浪费等陈规陋习，争做移风易俗的倡导者、推动者和践行者。

新春伊始，马庙镇磨塘村便迎来了一股清风，村支书丁邦权未收一分彩礼便将女儿远嫁河南。当亲友们问为何不收彩礼时，丁邦权摆摆手笑着说：“小两口过得幸福才是最重要的，只要他们过得好，对我来说就是天价彩礼。”

去年腊月廿二日，石牌镇一对新人举行了一场别具一格的“电瓶车婚礼”，成为石牌街头一道亮丽的风景线。10多辆电瓶车贴着喜字，挂着鲜花和彩带，新郎和亲友团骑着电瓶车高高兴兴地把新娘娶回了家。

“一石激起千层浪”，石牌镇群众

从一开始看热闹的“路人甲”变成积极主动的“当事人”。该镇今年接连涌现了12对简办结婚喜事、彩礼主动下降、婚事简办的新婚夫妻。

2月11日，腊树镇龙山村党支部书记方传明带着村“两委”成员来到火箭组村民方中兵家中，向他去世的老母亲表示深切的悼念，并开展移风易俗政策宣传。一进门，方传明说道：“中兵啊，聂老是村里的老党员，为村里做了不少贡献，她的离去让我们都很难过。但我们也得响应镇村号召，丧事简办，让聂老走得安心，也减轻你们的负担。”方中兵听后，眼眶微红，但语气坚定：“方书记，您说得对。我们一定会按照政策来，一起从简，让老人走得安详。”家属们也纷纷点头，表示会全力支持，共同为村里的文明

新风贡献力量。

“我们村里的婚丧嫁娶事宜都由理事会统一包办，一桌饭不超过400元。”方传明表示，红白事节俭办后，繁琐的礼节少了，酒席也只请自家的亲戚，既杜绝了铺张浪费，又省事省力。

“以前村里的人办红白喜事都要请乐队、摆酒席，人情负担重。自从成立了红白理事会，风气改变了，谁家办事都按理事会章程来，没有了攀比，也减少了浪费。”金拱镇兴胜村中塆组村民万振宇谈到移风易俗带来的变化，那是赞不绝口。

“高价彩礼看似风光，实则可能给两个家庭都带来沉重负担，从法律角度来说，这背后还隐藏着诸多风险……”4月10日上午，洪铺镇新时代文明实践所的理论宣讲室内座无虚

席，一场干货满满的“抵制高价彩礼，倡导文明婚俗”主题宣讲正火热开场。

洪铺镇司法所工作人员站在台前，用接地气的方言讲述着高价彩礼给家庭带来的经济压力和情感创伤。当讲到因高价彩礼闹崩的小情侣，大家纷纷摇头叹息；说到婚后财产纠纷，听众们又不禁皱起眉头，神情专注。“高价彩礼真的害了不少人，咱可得抵制这种陋习！”参加宣讲活动的彭大姐忍不住感慨。

如今，怀宁县建设了1个新时代文明实践中心、19个乡镇实践所、232个村（社区）实践站，组建了46支县乡新时代文明实践志愿服务队，把新时代文明实践所（站）办到群众家门口，让文明新风吹进群众心田。

（通讯员 檀志扬）

小瓜蒌 撬动大产业

4月14日上午，在宜秀区杨桥镇鲍冲湖村瓜蒌种植基地，紧抓晴好天气的有利时机，全面启动瓜蒌幼苗移栽工作。

田间地头，村民们分工协作、干劲十足，翻土、定植、覆膜、浇水，一派繁忙的春耕景象。瓜蒌产业的蓬勃发展，为鲍冲湖村乡村振兴注入新动能。

全媒体记者 黄有安
通讯员 鲁大雅 摄



精准对接企业需求 打造营商环境新高地

本报讯 “我们企业每天需要通过凤凰工业品码头运输大量物料，为了保障企业生产，安庆高新投资控股集团有限公司不仅为企业新增了停靠泊位，还对码头设施升级改造，方便企业夜间作业。”4月12日，安庆泰恒发石油化工(集团)有限公司码头生产负责人潘明祥介绍，相对于陆运，通过水运每年可节约成本近5000万元。

上述安庆泰恒发石油化工（集团）有限公司是安庆高新区的重点企业，每天需要通过凤凰工业品码头运输物料2000吨，预计全年码头运输物

料近70万吨，潘明祥说：“以前只有5号、6号泊位，现在码头为我们增加了7号和8号泊位，这样大大缩短我们的排队等待时间和运输时间，能够节省百分之三十到百分之四十的水运成本。”安庆高新区凤凰工业品码头作业区运营现场负责人胡军介绍，码头通过装卸费的阶梯价格降低企业和客户的运营成本，鼓励企业通过码头加大货物的吞吐量。

亚科科技（安庆）有限公司，是一家生产高端生物缓冲剂及上游关键原料的企业，目前一期项目已投产，

去年底，公司借助园区公共管廊，新建了一条连接厂区 and 凤凰码头的物料管道，得益于安庆高新投资控股集团有限公司的帮助，不到5个月的时间，物料管道就已建成，即将投入使用，届时，运输成本和安全风险将实现双下降。该公司总经理石磊介绍：“特别是在立项的过程中，安庆高新投资控股集团有限公司在图纸审查方面为我们提供很多的宝贵建议，然后在施工过程当中，又监管到位，为我们施工提供了极大便利。”

“安庆高新区现有公共管廊总长超

1万米，上架企业13家，敷设管道101根，今年，园区还将拟新建公共管廊约2500米。作为化工园区高质量服务商，我们精准对标企业需求，充分发挥码头资源优势 and 园区管廊资源，构建‘港口装卸-管廊输送-罐区仓储’一体化物流体系，年均为企业降低运输成本近亿元，在压降生产成本的同时显著提升供应链安全性，为园区企业锻造出强劲市场竞争力。”安庆高新投资控股集团有限公司副总经理方小敏说道。

（全媒体记者 付玉 通讯员 陈嵩 苏振生）

癌症治疗中的营养支持与饮食管理

陈全

说到癌症治疗，大家往往第一时间想到的是手术、放疗、化疗等各种医疗手段。然而，除了这些医学上的“硬手段”，饮食管理和营养支持其实也是康复过程中的一项“软实力”。很多患者和家属都知道吃得好对身体恢复有帮助，但具体该怎么吃、吃什么却常常感到一头雾水。接下来，本文将给大家介绍一些癌症治疗期间的饮食知识和实用建议。

食物，或是采用少量多餐进食方式，以及通过改变烹饪方法和调味方式来提高食物的吸引力。

癌症患者饮食中常见误区

- 误区一：得了癌症必须忌口
- 很多人认为癌症患者一旦开始治疗，就得完全忌口，什么肉类、甜食都不能碰。其实，这种“一刀切”的禁忌并不科学。癌症患者的身体已经面临很大压力，如果再过度限制饮食，反而容易导致营养不良，合理的做法是根据患者实际情况来调整饮食，多摄入富含蛋白质、维生素和矿物质的食物，而不是盲目忌口。
- 误区二：病人需要大量进补
- 另一种常见的误解是，得了癌症就要拼命补身体。于是各种高热量、高脂肪的补品轮番上阵，甚至动辄大补人参、燕窝，这其实是走了另一个极端。癌症患者的消化功能往往较弱，盲目进补可能造成消化不良、腹胀甚至加重病情。营养的补充需要循序渐进，重点在于均衡和易消化，而不是一味“吃贵的”、“吃多的”。
- 误区三：偏方饮食就是治癌“灵丹”

网上流传着很多“抗癌饮食偏方”，比如吃某种特殊蔬菜能杀癌细胞，或者喝某种果汁能“饿死”癌细胞。对这些未经科学验证的饮食偏方，大家一定要提高警惕。真正科学的饮食管理是根据患者的营养需求来制定合理的饮食方案，而不是迷信某种食物可以“治病”。如果有任何饮食调整建议，一定要咨询专业医生或营养师，而不是轻信道听途说的“灵方”。

误区四：放疗、化疗期间不用太讲究饮食

有些患者和家属认为放疗、化疗时不需要太在意吃什么，反正“等疗程结束再说”。实际上，治疗期间正是身体最虚弱的时候，营养不良可能直接影响治疗效果和康复速度。该阶段更要关注饮食的质量，比如多吃富含抗氧化物质的食物(如西红柿、胡萝卜等)，适量补充优质蛋白质，以及保证膳食纤维的摄入，维持肠道菌群多样性，才能帮助身体更好地承受治疗过程中的压力。

癌症患者的日常饮食建议

癌症患者在治疗期间的日常饮食安排需要特别注重营养的全面性和平

衡性。具体来说，蛋白质对组织修复和免疫功能有帮助，可以多摄入鱼肉、鸡蛋、豆腐等易消化的食材；碳水化合物主要提供能量，像全谷物、燕麦粥等都是不错的选择；脂肪则应以健康的植物油和坚果为主，避免油腻的烹饪方式。少量多餐的进食方式可以缓解食欲下降和消化不良的问题，患者每天可以分5到6次进食。为了提高食欲，建议采用“感官刺激法”：可以在菜肴中加入少量香草或调味料，尝试颜色丰富的蔬果搭配，熟悉的食物香气，舒缓的背景音乐，提升进食意愿。在饮食管理中，还应谨慎对待所谓“抗癌偏方”或过度补品，避免因盲目尝试而影响正常饮食或增加消化负担。

癌症患者的日常饮食不只是简单的营养补充，更是整个治疗过程中的一部分，通过科学、合理的饮食安排，患者能够更好地应对治疗带来的不适，提高生活质量，并为身体的康复创造更好的条件。

（作者单位 安庆116医院）



新闻传真

潜山一季度减免社保费用1420多万元

本报讯 今年一季度，潜山市社保中心持续深化“放、管、服”改革，积极落实免申即享优惠政策，主动走访企业动员参保，创新政务服务方式，显著提升参保企业服务满意度，优化营商环境，为企业发展和社会民生保障筑牢基础。

今年，潜山市社保中心依托全国社保经办信息平台，无需企业申请，系统自动对1500余家参保企业执行降费后的社保费征收标准。1至3月，该市共减免社保费用1420.66万元，其中企业职工养老保险降费991万元，失业保险降费429.66万元。

潜山市社保中心借助多部门大数据共享，筛选出520家新注册且正

常经营企业及人员信息作为重点扩面对象，针对不同类型企业分类制定方案，上门宣传督促参保。第一季度，92家企业完成社保登记，617名职工新参保，1397名中断缴费人员恢复缴费，进一步扩大社保覆盖面。

该市社保中心通过“全省通办”系统，实现综合窗口人员登录“皖政通”收件，后台科室分件办理，一季度受理企业职工正常退休业务108人。同时，推进企业数据填报“一件事”服务，专人整合企业社保等信息，实现数据共享和“一网联报”，减轻企业办事负担。

（通讯员 潘艺 全媒体记者 查灿华）

春暖好时光 抹芽定梢忙

本报讯 随着气温回升，葡萄生长加快，葡萄的田间管理迎来了关键期。连日来，宿松县洲头乡果农们抢抓农时，有条不紊地开展抹芽定梢、疏穗摘心、整枝绑蔓等管护工作，夯实今年葡萄丰收基础。

在共创合作社的大棚葡萄种植基地，一行行葡萄藤架排布整齐，原先光秃秃的藤蔓上吐出新芽。村民们穿梭于藤架之间，抹芽、疏花穗、摘心、打枝、绑缚新梢，动作娴熟，井然有序。

基地负责人邹光斌介绍：“共创合作社有葡萄716亩，目前已进入葡萄

管理关键期，每天都有几十名村民在园里开展抹芽定梢、整枝绑蔓等园间管理工作。今年葡萄长势好于上年，只要加强管理，又是一个丰收年。”

洲头乡现有大棚葡萄4000余亩，园区现有葡萄种植主体8家。“当前，园区各基地组织村民在做好抹芽定梢、整枝绑蔓等工作的同时，同步推进水肥管理、除草防病等田间管理作业，为提高葡萄挂果率和优品率打基础。”洲头乡农业农村服务中心负责人说。

（通讯员 余宣胜 全媒体记者 许娟）

科技赋能护通途

本报讯 近年来，太湖县创新公路养护巡查模式，依托无人机技术对S343线公路路况及桥梁开展精细化巡查，以科技力量织密公路安全防护网，为群众出行保驾护航。

4月13日，在S343线巡查现场，随着无人机腾空而起，高清摄像头同步运转，对公路路面病害、附属设施完好情况、桥梁结构细节等进行全方位扫描。以往人工巡查一段路需要半天，现在无人机半小时就能完成，还能实时回传影像资料，方便建立动态养护档案。

工作人员依托回传画面，对S343线路面破损、标识标牌缺失等

问题进行分类登记，同步制定养护修复方案。针对桥梁巡查，无人机重点聚焦桥墩、梁体等关键部位，对结构裂缝、混凝土剥落等隐患进行“诊断”，为桥梁健康监测提供科学依据。截至目前，通过无人机巡查已发现并处置各类公路隐患12处，切实保障了S343线的安全畅通。

无人机巡查的应用，是太湖县推进“智慧公路”建设的生动实践。这一举措不仅打破了传统巡查的时空限制，更推动公路养护从“粗放式”向“精细化”转型。为群众出行创造更优质的交通环境。

（全媒体记者 查灿华 通讯员 王昊）

桐城：茶叶加工添“利器”

本报讯 4月8日，天色微明，薄雾轻笼山野。在桐城市大关镇岳冲村的茶园内，茶农们拎着竹篓穿梭于翠绿的茶垄间，将采摘的嫩绿芽尖轻轻放入篓中。

村头茶厂内，采摘好的茶草在传送带上翻滚舒展，空气中弥漫着沁人心脾的茶香。茶厂工人刘宜海指着显示屏上一串跳动的数字笑道：“咱村的‘小花’娇气得很，温度高一分就涩，低一分又闷，现在机器能自动调温，炒出的茶不仅品相好，口感也更佳。”

今年，该村实施了茶叶加工设备的智能化改造，引入全自动温控理条设备，实现了杀青、理条的全流程数字化管控；建立了“品种-温度-时长”参数数据库，精准匹配多种茶草特性，缩小温控误差。茶厂改造后，生产线日加工鲜叶量可达680公斤。目前，该村今年已收购春茶鲜叶16万斤，比去年增长3%，村合作社有望带动110多户茶农实现户均增收8000余元。

（全媒体记者 查灿华 通讯员 方丽娟）

创新信访工作机制 提升为民服务效能

本报讯 为了坚持和发展好新时代“枫桥经验”，进一步推深做实“1+4+N”基层社会治理机制，持续擦亮“全国乡村治理示范乡镇”招牌。近年来，望江县凉泉乡持续开展科干牵头下沉大接访活动，实现“小事不出村、大事不出乡、矛盾不上交”良好局面。

凉泉乡通过“主动服务+高效解决+源头预防”的科干下沉接访模式，将治理重心从“事后灭火”转向“事前防范”，从“被动应对”转向“主动服务”，为乡村振兴和社会稳定提供坚实保障。

（通讯员 徐伟 全媒体记者 许娟）