

强信心 起好步 开新局

防重症 保健康

昌吉市:房市迎来“小阳春”

1至2月房市销售面积及销售额均呈增长态势

本报讯 通讯员马月、魏华报道:数据统计显示:刚刚过去的两个月,昌吉市新建商品房住宅销售613套,销售面积7.35万平方米,累计成交额3.87亿;二手房成交1287套,成交面积13.02万平方米,累计成交额5.16亿元。1至2月房市销售面积及销售额均呈增长态势,房地产市场迎来“小阳春”。

昌吉市民付女士因子女就学需要购置一套商品房。前期因为疫情影响一直未能在市场上寻找到满意房源。今年开春后,付女士通过中介找到位于昌吉市北京路和红星路交界处的一处房源,实地察看后,总体较为满意,便决定买下这套房。付女士告诉笔者,房产交易中心针对群众推出了一系列快办、协办公政策,三个工作日她便拿到不动产证。她说:“房产交易大厅设有免费法律咨询窗口,指导办事群众梳理文件资料,一站式办理公积金,到3月20日,贷款已经拨付到个人账户,流畅的办事流程让购房者心情十分愉悦。”

笔者在和付女士的沟通中还了解到,她购买的商品房实际成交价格比网上标价优惠了5万元左右,这也是她决定立即成交的一个因素,同时,她身边许多对房屋有需求的同事、朋友都已经着手看房买房,说明大家消费信心总体向好。

笔者了解到,2月较1月相比,昌吉



昌吉市政务服务中心通过集约化办公,提升部门业务受理能力。图为市民在工作人员指导下进行房产交易。 马月 摄

市新建商品房住宅销售面积增长了55%,销售套数增长了51%。二手房市场2月较1月销售面积增长16%,销售套数增长27%,房市行情呈现出逐月攀升态势。

昌吉市房管局局长蒋鹏文告诉笔者,2023年昌吉市房地产行业续建、计

划新建项目共计42个,建筑总面积达318.65万平方米,今年计划完成房地产投资42亿元。

据介绍,昌吉市2023年房地产储备项目有5个,总建筑面积15.3万平方米,项目计划总投资9.31亿元,2023年预计投资3.85亿元。

昌吉市公安局开展“清明祭英烈”活动

本报讯 记者廖冬云、通讯员于梅报道:“我志愿加入中国共产党,拥护党的纲领,遵守党的章程,履行党员义

务……”3月28日,昌吉市公安局直属党支部、昌吉市公安局大西渠派出所、二六工派出所、佃坝派出所、榆树沟派出所的

50余名党员重温入党誓词,铿锵有力的声音回荡在昌吉烈士陵园上空。

当天,昌吉市公安局举行了以“铭记历史、缅怀英烈、奋进新征程”为主题的“清明祭英烈”主题党日。祭奠仪式现场庄严肃穆,全体民辅警整齐肃立,庄严雄壮的国歌声响彻云霄,三位民辅警代表讲述了身边的英烈故事。活动弘扬了英烈精神,营造了缅怀追思英烈、学习致敬英雄的浓厚氛围。

随后,民辅警代表怀着崇敬的心情擦拭了烈士墓碑,并向烈士墓碑敬献了鲜花,向革命烈士们献上崇高的敬意。参加活动的全体民辅警集体默哀,深切缅怀英烈的丰功伟绩。

昌吉市公安局党委委员、副局长张兆杰说,通过开展祭扫英烈墓活动,使民辅警受到了一次爱国主义教育洗礼。在今后的工作中,公安干警要通过深入学习宣传贯彻党的二十大精神,学习英烈对党忠诚、坚定信仰的政治品格,坚持人民至上,忠实践行人民公安为人民的初心使命,做到知责于心、担责于身、履责于行,以实际行动告慰英模忠魂。

3月28日,昌吉市公安局民辅警代表给烈士敬献鲜花。

本报记者 廖冬云 摄



中疾控专家:

本轮流感高峰在部分省份已开始下降

新华社北京3月20日电 针对近期公众关心的流感防治热点问题,中国疾控中心病毒病所国家流感中心主任王大燕20日表示,继此前我国流感活动水平有所升高后,目前已监测到有几个省份流感活动高峰出现拐点,开始下降。

“今年较往年约晚2个月进入流感流行季,本次流行的流感病毒以甲型H1N1亚型流感病毒为主,其次为甲型H3N2亚型流感病毒。”王大燕表示,主要有两方面的原因,一是因为防控新冠病毒的措施同时对季节性流感防控也非常有效,使得流感等其他呼吸道病毒流行受到一定程度压制;二是由于近3年甲型H1N1亚型流感病毒未在我国流行,导致人群对流感病毒的预存免疫力有所降低。

专家提示,面对流感流行,公众应坚持做好个人防护,勤洗手、戴口罩、勤通风,尽量避免去人群聚集场所。若出现流感样症状,应避免带病上班、上学,接触家庭成员时需戴口罩。对于尚未接种流感疫苗的孕妇、老年人、慢性病患者、低龄儿童等高风险人群,建议在流感疫苗可及的情况下积极接种,仍能起到很好的预防保护作用。

护肺应做好哪五件事?

肺为“人之气本”,其既主呼吸之气,又主一身之气,与人体气的生成和运行关系密切,为体内外清气、浊气交换的通道,可辅助主血脉的心脏行血而贯通血脉。护肺要做好五件事:

1.摩鼻。将两手拇指外侧相互摩擦至有热感后,沿鼻梁、鼻翼两侧上下按摩30次,然后按摩迎香穴20次。对冷空气过敏的人容易出现鼻塞、流涕,经常按摩鼻部可缓解症状。

2.摩喉。拇指与其他四指张开,虎口对住咽喉。端坐或站立,仰头,颈部伸直,用手沿咽喉部向下按摩,直到胸部,双手交替30次为一遍,可连续做2至3遍。这种方法有利咽、止咳、化痰的作用。

3.吐纳。临睡前或刚起床时,躺在床上做腹式呼吸,缓慢地深吸气后再吐气,反复30次。

4.捶背。端坐,腰背挺直,双目微闭,两手握成空拳,沿脊背捶打,从下向上,再从上到下,如此一遍。先捶背中央,再捶左右两侧,如此3至4遍。捶背时暂停呼吸,同时叩齿5至10次,并缓缓吞咽津液数次。这个方法有助于预防感冒。

5.常笑。笑能使人胸廓扩张、胸肌伸展、肺活量增大,在笑中还会不自觉地进行深呼吸,清理呼吸道。人在开怀大笑的时候,可以吸入更多的氧气,呼出废气,加快血液循环,有助于解除疲劳,恢复体力。

此外,一些药膳也有补气益肺、养阴清肺的功效。如黄芪菊花茶,取黄芪、枸杞子各10克,加水1200毫升,大火煮沸,小火煎煮10分钟,再放入黄菊花6朵,小火煮5分钟,加入适量冰糖调味,当茶饮;生梨贝母汤,取鲜梨一个,洗净去皮、核,切成小块,与川贝母3至5克、橘子皮半块一起放入碗内或炖盅内,加水300毫升,上笼蒸半小时,拣去贝母和橘子皮,喝汤食梨。 来源:学习强国