

战鼓催征勇向前

——荔城区锚定目标全方位推进高质量发展

□全媒体记者 朱金山 通讯员 翁国城



荔城区深化木兰溪综合治理,持续提升城乡品质,玉湖新城等成为宜居宜业之地。 全媒体记者 蔡昊 摄

今年,荔城区将以木兰溪综合治理为总抓手,以“强产兴城、幸福荔城”为总体目标,坚持“四重四提升”目标导向,大力实施“六大提升工程”,即项目建设大提升、产业发展大提升、城乡品质大提升、民生保障大提升、基层治理大提升、营商环境大提升,全方位推进高质量发展。

刚刚过去的2022年,是荔城建区二十周年,也是该区发展成果丰硕的一年。一年来,全区上下以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,深入学习宣传贯彻党的二十大精神,高效统筹疫情防控和经济社会发展,统筹发展与安全,落实“提高效率、提升效能、提增效益”行动部署,俯下身、抓产业、一心一意谋发展,大力推进“1815”重点工作,全力克服超预期因素影响,各项工作取得新成效。

“2023年是全面贯彻落实党的二十大精神开局之年,也是全区加快建设‘强产兴城、幸福荔城’、全方位推进高质量发展承上启下的重要一年,做好明年工作意义重大。”在荔城区五届人大二次会议闭幕会上,荔城区委书记张福清表示,一分部署,九分落实。2023年的目标任务已经明确,关键在于真抓实干、狠抓落实,确保各项工作有突破、有创新、有提升、有进步,打造“强产兴城、幸福荔城”新高地,为奋力谱写全面建设社会主义现代化国家福建篇章贡献荔城力量。

积蓄产业发展新动能

连日来,落户黄石工业园区的荔城区鞋材加工集中区项目建设有序推进。该项目规划集鞋材生产、研发、仓储、交易于一体,助力该区产业延链、补链、强链。

扭住项目这个“牛鼻子”,去年以来,荔城区“一区五园”(鞋材加工集中区、黄石小微产业园、鞋服小线生产及个性化定制产业园、黄金珠宝产业园、工艺美术产业园、跨境电商云产业园)建设步伐加快。其中,鞋材集中加工区实现8宗15公顷工业地块挂牌出让,跨境电商云产业园完成全市首单“9810”模式出口业务。

过去一年,极不平凡,也殊为不易,荔城区发展取得的成绩可圈可点。该区出台落实稳经济一揽子政策和接续措施,定向发力、综合施策,经济发展趋稳向好,产业能级扩容提升。值得一提的是,2022年财政总收入52亿元,同口径增长4.7%,总量连续11年位居全市第一,其中地方级收入34.26亿元,同口径增长10.8%。荔城区在全市首家人选省级“服务型制造示范城市”。

该区深化龙头企业倍增工程,去年新增省科技小巨人领

军企业2家,双驰实业获评“福建省循环经济示范单位”,双源鞋业获评“国家级绿色工厂”。新兴业态集聚成势,出台加快第三产业发展相关扶持政策,三棵树平台、跨境电商云产业园、美莱集团等龙头项目投入运营,豆讯、智康云分别获评省数字经济领域“独角兽”和“瞪羚”创新企业。该区还成立鞋服产业协会、黄金珠宝协会、美食协会,推动产业链融合发展。

进入新的一年,荔城区牢牢把握发展第一要务,聚力提质增效,加快构建现代化产业体系。

该区将聚焦12条重点产业链,加快“一区五园”建设,突破提升“一双鞋”“一栋楼”,实现质的有效提升和量的合理增长,打造符合荔城实际、具有荔城特色的现代化产业体系。今年安排400个区重点项目,力争实现100个项目开工、100个项目竣工。全面发力招商引资,提高招商项目转化率,既要“铺天盖地”,也要“顶天立地”,力争引进100亿元以上产业类项目1个、30亿元以上项目3个、亿元以上项目10个以上。

描绘“美荔之城”新画卷

春节的脚步越来越近了,眼下,荔城区兴化府历史文化街区、拱辰街道东阳村、西天尾镇北大村和吴江村等地紧锣密鼓推进“莆阳开春”项目建设,培育文旅经济新亮点,形成“引爆点”。

荔城区充分发挥自然生态和历史人文资源优势,坚持高水平规划、高质量建设、高标准管理,城乡品质持续提升,

城乡韵味更具魅力。兴化府历史文化街区国庆嘉年华活动举行,现场人气旺盛,老街区成了热门打卡地。

去年以来,木兰溪南岸、紫霄片区等城市新区加快建设,完成南梧塘CBD一期、永嘉街等4个项目征迁100多万平方米。新开工房地产项目5个107万平方米,面积全市最多。完成老旧小区改造10个,开工棚改3450套,建成3895套。

基础设施日趋完善。去年,该区实施城市建设品质提升市级十大样板项目10个,打通渭阳配套路网、玉湖路二期等市政道路,建成绿廊“福道”3公里,新增公园绿地10公顷、口袋公园5处,垃圾分类屋(亭)50座。新改建农村公路5.06公里,创建美丽农村路18.8公里,成功获批“四好农村路”省级示范县。

荔城区水系发达,“荔林水乡”特色凸显。该区持续深化生态治理,去年建成幸福河湖建设示范点3个、河长制文化公园4个,完成“蓝色海湾”综合治理和互花米草除治任务,治理生态河道33.9公里,新改扩建市政污水管网10公里、供水管网103公里。农村生活污水治理工程同样加快实施,木兰溪三江口、延寿西溪等流域断面水质分别达到国、省考目标要求。

该区扎实推进乡村振兴,去年完成68个乡村振兴试点示范项目建设,严格落实粮食安全责任制,新增省级优质农产品标准化示范基地3家,成功创建省级乡村治理示范村5个。后黄社区获评全国乡村旅游重点村。

7部大片集结,题材各异阵容强大

“史上最强春节档”又回来了

《流浪地球2》《满江红》《无名》《深海》《交换人生》《中国乒乓之绝地反击》《熊出没·伴我“熊芯”》……距离2023年春节档越来越近,7部国产新片已宣布定档,等待春节期间接受观众检阅。这7部影片题材各异,内容丰富,阵容强大,影迷纷纷感慨,“史上最强春节档”又回来了。今年的“春节档”电影,哪部电影更值得期待?

《满江红》 主演:沈腾 易烊千玺

《满江红》这部影片光是官宣演员阵容后就吊足了大家的胃口,单单是主演的沈腾和易烊千玺的票房号召力就已经十分强劲。

此次在《满江红》中沈腾饰演小兵张大,虽然是个看似不起眼的小人物,但在影片中的设定至关重要,而与之搭档的易烊千玺则是新生代演员中公认的实力派,而他将在影片中饰演清兵营副统领孙均。

两位演员的年龄与其饰演的角色形成了明显的反差,更年长的沈腾反倒是个小兵,而相对年轻的易烊千玺却是副统领,单单是从这种人设就能感受到这部影片的轻喜剧色彩。

《流浪地球2》 主演:吴京 刘德华 李雪健

时隔四年郭帆潜心制作的《流浪地球2》也选在今年的春节档上映,这部打开中国科幻电影大门的影片,一直都是国产科幻电影中的一枝独秀,可想而知前作揽获的观众,大概率会为这部续作贡献票房。

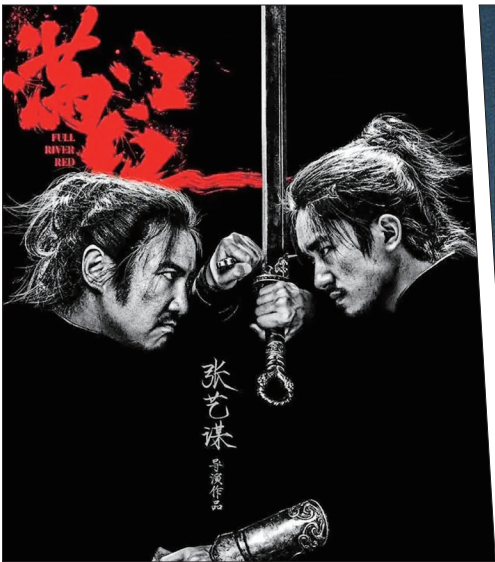
《流浪地球2》最大的优势莫过于其科幻题材,虽然这部影片打开了中国科幻作品的市场,但鲜少有像样的科幻影片推出,被赋予高期待的《流浪地球2》只要品质过关,有望再次拿下超过40亿的票房。

《无名》 主演:梁朝伟 王一博

在今年春节档的一众影片中,王一博,梁朝伟主演的《无名》有着强势的竞争力,虽然这是王一博的首部大荧幕之作,他的票房号召力还未像易烊千玺等演员一样经过市场的考验,但作为当红顶流,王一博能够为这部影片带来的人气和热度不容小觑。

预告片中的王一博演技在线,即便是对阵梁朝伟,王传君这些公认的实力派影帝级演员,也丝毫没有露怯,这就保证了王一博饰演的主角不会让观众出戏。

王一博虽是首次试水大荧幕,但有影帝梁朝伟的助阵,还有周迅,王传君等演员加盟,只会让王一博遇强则强,展现出自己的演技潜力,这部作品的票房值得大家看好。



《交换人生》 主演:雷佳音 张小斐

目前定档的这些影片中,喜剧向最为明显的一部影片是雷佳音、张小斐主演的《交换人生》,本以为去年春节档档草草撤档的《超能一家人》能在今年上映,但至今为止都没有任何的消息,而《交换人生》就成了今年春节档独树一帜的国产喜剧电影。

《交换人生》的故事设定虽是老梗新用,主打的依然是身份交换,但两位主演雷佳音和张小斐有着不错的观众缘,尤其是观众对张小斐的认可度颇高,很是期待她能够有更出彩的作品推出。

《中国乒乓之绝地反击》 主演:邓超

同样选在春节档上映的还有邓超自导自演的《中国乒乓》,这部作品既占据着一定的优势,但也有鲜明的劣势,在这之前同类型的作品如《夺冠》,即便有巩俐的加持,还有名导陈可辛,但最终依旧反响平平。

这类题材的优势并不突出,虽然选在春节档这样佳作容量更高的档期,《中国乒乓》也有可能因为题材的原因被大家观望,想要有出彩的票房表现,必然要在品质上下足功夫,只有口碑提上去,才有可能超越同档期的其他电影。

但邓超担任导演执导的电影水准依然让人无法预判,不过可以期待的是这次邓超不再执导喜剧,而是对准了竞技运动类的题材,并且故事根据真实事件改编,很有可能发挥出其导演的潜力。



▲图为《满江红》海报。

▲图为《无名》海报。

《深海》

《深海》这部作品敢于在今年的春节档上映的确让人佩服它的勇气,虽然国产动漫也推出过像《哪吒之魔童降世》这样的优质作品,票房高达50亿,但在这之后同类型的作品票房表现并没有那么亮眼,即便是选在春节档,也很可能沦为陪跑的炮灰。

《深海》的制作团队曾经推出过《大圣归来》,这部作品比《哪吒之魔童降世》更早上线,并且收获好评如潮,如果在制作水准及故事内容上能够达到《大圣归来》的高度,《深海》很有可能成为今年春节档的一部黑马影片。

《熊出没·伴我“熊芯”》

每一年的春节档都会如期与大家见面的一定会有《熊出没》动画片,这一系列作品的票房十分稳定,几乎没有可能成为春节档的票房冠军,但受众群体几乎没什么变化,因此春节上推出《熊出没》系列的电影,对于制作方来说稳赚不赔。

从今年春节档的七部影片来看,每一部影片都有其独特的优势,但究竟最终票房冠军花落谁家目前还难以预料。

不过最具竞争力的依然是几部真人电影,尤其是王一博,梁朝伟合作的《无名》,早在宣传阶段就拥有了未播先火的高人气,此次定档春节相信会有不错的票房收获。

在这七部影片中,你最期待的是哪一部呢?

(本报综合)

恢复有过程 锻炼莫心急

近日,不断有“阳康”人群进行打球、跑马拉松等剧烈运动后导致身体不适、心肌炎,乃至猝死的病例发生,让人对“阳康”后运动产生疑问。究竟“阳康”人群应该如何运动?处于恢复期的新型冠状病毒感染者虽然核酸、抗原检测结果已经转阴,但机体尚未恢复到病前水平,需要1-2周甚至更长时间才能完全缓解。此阶段在个人防护、日常生活起居、日常活动锻炼、返岗工作等方面应本着循序渐进、量力而行的原则,逐步恢复如常。

国家体育总局体育科学研究所国民体质与科学健身研究中心主任徐建方表示,新冠康复后不适宜做剧烈运动和长时间运动,且仍要加强对自身的健康监测,尤其是有基础病的人群。康复早期切勿操之过急,要一步一步来,逐渐恢复运动量和运动强度,避免对心肺功能造成过重的负担,特别是不适宜的剧烈运动可能诱发心肌炎等严重问题。

世界卫生组织近日更新了《新型冠状病毒相关疾病康复指导手册》,在“体力活动与锻炼”这一章节,对感染后患者如何锻炼进行了指导。世卫组织指出,感染新型冠状病毒后,长期住院或居家养病会导致肌肉力量和耐力的明显下降。锻炼对恢复力量和耐力非常重要,但需要在安全的前提下进行,且应与新冠的其他症状一起统一管理。自我评估“阳康”后在稍微活动是否即感到疲劳及其他症状加重,即“劳累后不适”的程度,将恢复锻炼分为五个阶段。

第一阶段为恢复锻炼做准备,可以进行有控制的呼吸练习、温和的步行、拉伸和平衡练习。这个阶段的肌肉拉伸,可以坐着或站着进行。每一次拉伸都应轻柔地进行,而且每一次都应保持15-20秒。

第二阶段是低强度活动,例如稍长时间的散步或者小强度的家务。如果感觉良好可以逐渐将每天的锻炼时间增加10-15分钟。保持至少七天且没有出现“劳累后不适”后,才能进入下一个阶段。

第三阶段是中等强度的活动,此时可以进行快走、上下楼梯、慢跑,可以适当增加一些力量锻炼,还可以在家中用弹力带或哑铃或徒手进行一些练习。例如肱二头肌屈曲、推墙训练、手臂向侧面抬起、膝关节伸直、深蹲、抬高脚跟等。

第四阶段为具有协调和有效技能的中等强度练习,可以进行普通配速的跑步、骑自行车、游泳和舞蹈课等自己平时喜爱的健身项目。

第五阶段是回归到基线练习,能够完成新冠病毒感染之前的正常锻炼活动,并恢复到之前的运动水平。这份《康复指导手册》特别提醒“阳康”人群:每个阶段至少保持七天才能进入下一个阶段。如果感到有困难或者症状出现倒退,可以退回一个阶段。如果出现任何“危险信号”(如胸痛或头晕),应立即停止活动。在得到专业医务人员的诊治之前,不要重新开始锻炼活动。

据中国体育报