

# 葛洲坝集团报



2018年12月28日 星期五 第1679期 总第6284期 本期4版

集团网: www.cggc.cn 国内统一刊号 CN42-0059

## 致全体离退休老同志的慰问信

公司全体离退休老同志:

一元复始启征程,万象更新谱华章。值此新春佳节到来之际,公司党委、公司向您和您的家人致以节日的祝贺和亲切的慰问!

2018年是公司加快向高质量发展转型、开启发展新阶段的重要一年。一年来,我们高举习近平新时代中国特色社会主义思想的伟大旗帜,深入学习贯彻党的十九大精神,在中国能建的正确领导下,团结带领全体干部员工,提高政治站位,强化责任担当,加大改革创新和转型升级力度,全面夯实党建基础,调整业务结构,推进内部改革和加强作风建设,企业发展和内生动力得到全面提升。营业收入站稳千亿平台,盈利水平再创新高,资产质量逐步向好,企业改革取得突破,品牌价值持续提升,城区面貌更加靓丽。所有这些成就的取得,是公司广大干部员工奋力拼搏的结果,同时也离不开你们的关心和支持。公司党委、公司向你们表示崇高的敬意和衷心的感谢!

2019年,我们将在习近平新时代中国特色社会主义思想的指引下,紧紧围绕中国能建的战略部署,解放思想、担当作为、深化改革、稳中有进,全力推动公司高质量可持续发展。同时,我们将继续发扬尊老、敬老、爱老的光荣传统,在政治上尊重老同志、思想上关心老同志、生活上照顾老同志、精神上关怀老同志,切实落实好老同志的政治、生活待遇,努力办实事、做好事,让老同志安享幸福晚年。同时,衷心希望各位老同志保重身体,一如既往地关心支持公司的改革发展稳定工作,为建设文明和谐、美丽温馨的葛洲坝家园,为公司新一轮发展做出新的贡献。

衷心祝愿全体离退休老同志新春快乐,身体健康,阖家幸福!

中共中国葛洲坝集团股份有限公司委员会  
中国葛洲坝集团股份有限公司  
2018年12月28日

## 新闻短波

### 中国能建葛洲坝集团获评2018年度中国精准扶贫突出贡献单位

本报讯(通讯员 张敏)12月15日,由中国扶贫开发协会、国家信息中心、求是《小康》杂志社联合主办的2018第十三届中国全面小康论坛在北京举行。在论坛颁奖典礼上,中国能建葛洲坝集团凭借在精准扶贫中的突出表现荣获“2018年度中国精准扶贫突出贡献单位”荣誉称号。

本届论坛以“高质量发展与决胜全面小康”为主题,汇聚党政界领导、专家学者、地方实践者、企业领袖、战略咨询专家和媒体精英,共话以高质量发展决胜全面小康的正确路径。

根据湖北省委、省政府统一部署,中国能建葛洲坝集团定点帮扶秭归县,并精准帮扶香溪村。湖北省秭归县香溪村,位于长江西陵峡口,是三峡库区移民点,因交通条件差,农产品售价低,全村贫困发生率较高。自开展扶贫工作以来,葛洲坝集团以高度的政治责任感,认真落实“联县驻村”的各项任务,并在基础设施、产业发展、美丽乡村建设等方面不断加大帮扶力度,助力香溪村打好脱贫攻坚攻坚战。

下一步,葛洲坝集团将继续深刻领会习近平总书记关于扶贫脱贫工作的系列重要讲话精神,深入贯彻落实党中央精准扶贫精准脱贫基本方略,凝心聚力,奋发作为,齐心协力助力秭归县打赢脱贫攻坚攻坚战。

### 一公司签订陕西省铜川市机制砂加工供应项目合同

本报讯(通讯员 熊丽娟)近日,中国能建葛洲坝一公司签订陕西省铜川市机制砂加工供应项目合同,合同金额5.2亿元,计划工期十年。

铜川项目位于陕西省铜川市王益区新川沟,石灰岩总储量2.3亿吨,规划打造成集建筑骨料、机制砂、碳酸钙、环保砖为一体的循环经济产业园。一公司中标的铜川机制砂加工供应项目为固废处理的绿色环保工程,包含年产100万吨机制砂、10-20毫米粒径石子生产系统的建设及现有年产30万吨机制砂生产系统的改造、碎石原料运输、机制砂加工、粉尘回收、废水处理,生产能力为250吨/小时。项目的市场辐射范围广,可改善陕西关中腹地的西安、咸阳、渭南等周边城市急缺的市场需求。

### 马来西亚巴勒水电站设计获得业主批准

本报讯(通讯员 罗辉)12月19日,中国能建葛洲坝五公司承建的马来西亚巴勒水电站基本设计获得了业主及澳大利亚雪山公司批准。该次基本设计主要包含了9份基本设计报告、21份计算书和94份设计图纸。

巴勒水电站位于马来西亚砂朥越州,是砂朥越州“再生能源走廊”计划的一部分,总装机容量1285兆瓦,采用混凝土面板堆石坝,坝高188米,正常蓄水位220米,库容299亿立方米。预计2025年实现并网发电。

### 白鹤滩水电站右岸首台百万机组座环吊装告捷

本报讯(通讯员 杜立丹)12月21日,中国能建葛洲坝三峡建设公司承建的白鹤滩水电站右岸首台百万机组座环成功吊入厂房14号机窝,白鹤滩右岸将迎来机组蜗壳安装新阶段。座环是水轮机组的重要基础部件,主要为承受机组运行时产生的水压分布载荷以及顶盖传导过来的作用力。白鹤滩水电站右岸单台座环重505吨,由4瓣拼接而成,单瓣最重139吨。

### 房地产公司竞得南京市鼓楼区地块

本报讯(记者 王冠 通讯员 马思宇)近日,集团股份公司发布公告,公司全资子公司中国葛洲坝集团房地产开发有限公司与常州三禾置业有限公司组成联合体,竞得南京市鼓楼区NO.2018G50地块国有建设用地使用权。

据悉,近年来,房地产公司持续深耕南京,已先后打造多个项目。

## 集团股份公司召开党委(扩大)会认真谋划2019年工作



图为会议现场 张宏伟摄

本报讯(记者 夏伟 张宏伟)12月25日至26日,集团股份公司在武汉召开党委(扩大)会,以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导,深入学习贯彻党的十九大精神和中央、上级党委系列重要会议和文件精神,总结2018年工作,查找存在问题与不足,分析公司面临的机遇和挑战,研究谋划2019年发展目标、思路和举措,充分发挥党委把方向、管大局、保落实的作用。

中国葛洲坝集团有限公司董事长、总经理、集团股份公司党委书记、董事长陈晓华主持会议并讲话,集团股份公司总经理、党委副书记付俊雄,董事段秋荣、连永久、独立董事原大康、翁英发、苏祥林参加会议。会议集中学习了习近平总书记庆祝改革开放40周年大会上的重要讲话精神、习近平总书记关于安全生产的重要论述、中央经济工作会议精神、《中国共产党支部工作条例(试行)》、国资委党委书记郝鹏同志在中央企业基层党建座谈会上的讲话,传达了集团党委(扩大)会精神。

陈晓华在讲话中全面总结了公司2018年工作情况,深入分析了当前面临的国际国内宏观形势,系统阐述了2019年工作思路。

陈晓华指出,此次会议采用党委(扩大)会的形式召开,是中国能建葛洲坝集团更好地落实重大决策部署、前置讨论研究的具体举措。2018年是全面贯彻落实党的十九大精神的开局之年,也是公司加快向高质量发展转型、开启发展新阶段的重要一年。一年来,公司加大改革创新、转型升级力度,实事求是解决发展中的问题,全面夯实了党建基础,全面提升了发展质量,全面调整了业务结构,全面推进了内部改革,全面激发了内生动力,全面加强作风建设,进一步夯实了健康可持续发展基础。

陈晓华强调,2019年是全面建成小康社会的关键之年,要高举习近平新时代中国特色社会主义思想伟大旗帜,在国务院国资委和中国能建的正确领导下,增强“四个意识”,坚定“四个自信”,做到“两个维护”;围绕

中国能建战略部署,全面准确把握国际国内经济发展新特点新趋势,深刻领会高质量发展内涵,牢固树立“强党建就是强发展”的理念,不断提高政治站位,始终坚持战略引领,解放思想、担当作为、深化改革、稳中求进,全力推动公司实现高质量可持续发展。

陈晓华结合各业务发展实际,从业务结构、商业模式、管理提升、盘活资产、投资兴业、工程承包与海外投资双轮驱动、非建筑企业“走出去”等方面对各单位提出发展思路,并就加强总部管理、机关建设、干部培养、基层党建、企业治理、协同经营、财务资金管理、科技信息、安全生产、巡视整改和巡察以及作风建设等提出工作思路。

陈晓华要求各单位认真贯彻落实此次会议精神,系统谋划2019年工作;要加强重点项目巡查,扎实开展安全隐患排查治理,采取有效措施确保完成年度安全生产目标;要切实抓好集团股份公司新班子新思路学习宣传贯彻工作,学深悟透新发展思路的内涵,推动各项要求落到实处。

付俊雄指出,2019年是落实新班子新思路的开局之年,广大干部职工要进一步解放思想、坚定信心、保持定力、转化动力,认真落实集团新一届领导班子新思路,充分调动全体干部职工的积极性,真正凝心聚力,一心一意谋发展。他要求各单位各部门,要抢抓市场机遇,提高中标质量,要强化在建工程质量管理,建立在建工程管理体系;要加强财务和投资管理,防范化解风险;要解放思想,加快建筑业务结构调整。他强调,临近春节,各单位要提前做好预案,确保安全稳定,确保农民工工资及时足额发放。

与会领导郭成洲、彭立权、宋颖、黄浩、邓银启、龚祖春、王一淮、高管刘灿学、宋玉才、徐志国、李恩义、何金钢、吴平安、郭光文,部分职能部门、成员企业负责人分别围绕党建工作、建筑业发展、投资兴业、市场开发、资本运作、人才队伍建设、项目管理、安全质量环保管理、金融创新、科技创新、考核体系建设等展开研讨。

总部各部门、经营管理服务单位、事业部主要负责人,专职董事、监事会主席,公司各成员企业党委书记、董事长,海南办事处、雄安新区代表处、粤港澳大湾区代表处、长江大保护代表处主要负责人参加会议。

## 陈晓华与中国信保总经理王廷科座谈

本报讯(通讯员 张敏)12月26日,中国葛洲坝集团有限公司董事长、总经理、集团股份公司董事长、党委书记陈晓华与中国出口信用保险集团总经理王廷科在北京座谈,双方就进一步加强全方位深层次合作坦诚交流,并达成广泛共识。

陈晓华介绍了中国能建葛洲坝集团总体情况和国际经营情况。他说,1970年12月26日,毛主席批示兴建长江葛洲坝水利枢纽工程,葛洲坝由此诞生。经过48年的发展,葛洲坝已成长为承包与投资双轮驱动、国际国内协调发展的具有较强国际竞争力的企业集团。近年来,葛洲坝抢抓“一带一路”建设和国际产能合作重大历史机遇,坚持创新驱动,不断深化改革,在海外承建了包括阿根廷圣克鲁斯CC/LB水电站在内的一批重点项目,实现了国际业务的快速健康可持续发展。

陈晓华指出,中国信保秉承为中国企业“走出去”保驾护航的精神,为葛洲坝提供了高质量的专业承保服务,并在帮助企业培育风险文化、增强全员风险意识、提高团队风险防控能力方面发挥了积极作用,双方结下了深厚的友谊。他表示,在

“一带一路”倡议、国际产能合作战略全面推进的背景下,葛洲坝集团愿携手中国信保保持深化务实合作,创新合作模式,实现高质量发展。

王廷科介绍了中国信保的发展情况以及最新承保政策,并对葛洲坝48周年生日表示祝贺。他说,当前国际基础设施市场需求旺盛,中资企业在技术、管理等方面具有独特的专业优势。中国信保愿大力支持包括葛洲坝集团在内的“走出去”企业在加强风险防控的同时,积极开拓新的区域性市场,实现速度与质量协调发展。

王廷科表示,葛洲坝集团是首家实现“信用保险制度化”的工程承包企业,国际业务风险防范意识强、风险管控措施得力。中国信保与葛洲坝集团合作时间长、合作基础牢固,在共同践行“一带一路”、促进国际产能合作中取得了丰硕成果。未来希望进一步扩展与深化与葛洲坝集团合作的广度与深度,助力葛洲坝国际业务行稳致远。

中国信保项目市场开发部、第一营业部,葛洲坝国际公司负责人参加会谈。

## 付俊雄会见武汉港发集团总经理涂山峰

本报讯(记者 谭钧元 王冠)12月26日,集团股份公司总经理付俊雄会见武汉港发集团有限公司总经理涂山峰,双方就进一步加强合作座谈交流。

付俊雄指出,近年来,中国能建葛洲坝集团遵循高质量发展总体要求,国际国内各项业务态势良好。公司与武汉港发集团合作基础良好,合作空间广阔。下一步,葛洲坝将继续加大投资力度,积极参与武汉市基础设施建设,希望双方进一步打造沟通交流平台,建立长效联络机制,在砂石骨料、旧城改造、港口建设、长江大保护、一带一路等多领域开展务实合作,充分发挥互补优势,实现互利共赢。

涂山峰介绍了武汉港发集团基本情况,并表达了与葛洲坝深化合作的意愿。他说,近年来,葛洲坝转型发展取得成绩有目共睹,发展潜力巨大。武汉港发集团愿与葛洲坝全面深化友好关系,以实际行动积极推动国际国内多领域合作,促进共同发展。

涂山峰介绍了武汉港发集团基本情况,并表达了与葛洲坝深化合作的意愿。他说,近年来,葛洲坝转型发展取得成绩有目共睹,发展潜力巨大。武汉港发集团愿与葛洲坝全面深化友好关系,以实际行动积极推动国际国内多领域合作,促进共同发展。

## 中国能建葛洲坝集团荣获哈萨克斯坦第五届年度“杰出投资贡献奖”

本报讯(通讯员 方文祥 匡昌茂)12月14日,哈萨克斯坦第五届年度“杰出投资贡献奖”颁奖典礼在阿斯塔纳举行,中国能建葛洲坝集团荣获哈萨克斯坦投资发展部颁发的“杰出投资贡献奖”。

作为本届唯一获得“杰出投资贡献奖”的中国企业,中国能建葛洲坝集团积极响应“一带一路”倡议,大力推动葛洲坝西里水泥项目投资建设,该项目获得了哈萨克斯坦政府与居民的充分肯定。项目投

产后,能有效改善哈萨克斯坦油井水泥完全依赖进口的局面,对哈萨克斯坦经济建设和工业发展具有积极促进作用。

据了解,哈萨克斯坦“杰出投资贡献奖”颁奖典礼每年举行一次,每次为在哈

萨克斯坦投资的10个不同国家投资者颁发该奖项,旨在表彰在不同经济领域为哈萨克斯坦社会经济发展作出突出贡献的外国投资者。

## 启事

尊敬的读者:  
从2019年1月1日起,本报由每周三、每周五出版,调整为每周三出版。敬请垂注。

葛洲坝集团报社  
2018年12月28日

2

基地新闻

葛洲坝集团报

兢兢业业乐奉献 朴实无华吐芬芳

毛胜松：用敬业和执着书写人生

赵永丹 黄薇

核心阅读：无论社会怎么发展变迁，朴实无华的劳动者都能用他们的坚韧不拔和任劳任怨奏出时代的最强音。...

12月25日，早晨8:30，在基地后勤服务中心房产管理科维修班，记者见到了正在忙碌的毛胜松，此时他正接待着一位上了年纪的居民老杨。...

“7:30到现在，这是第4趟了，两趟基地局办公楼，一趟老局长楼，一趟是三峡3号楼。”5分钟后，在三峡3号楼2单元4楼老杨家，剃着板寸的毛胜松蹲下身子查看了厨房管道，安慰老杨“这应该是一楼的下弯堵了，您放心，我们马上报单，很快会给您处理好。”...

回程中毛胜松介绍：“我们维修班4个人，负责机关70多栋居民楼，基地局办公楼、大学生公寓、富强大院、锦绣泽园、望洲家园、葛洲坝广场、消防队、平湖分局消防科等区域的维修任务，区域广、战线长，其中水电维修是工作重心。像老杨家这样的问题，我们处理不超过2天；如果是爆管，我们会紧急处理，一般1、2个小时。”...

回到班里，毛胜松填写着报单，聊起了家常。高中毕业的毛胜松，祖籍湖北竹山，1998年来宜打工，1999年底，在原机关维修队干起了一名临时工。...

“他很有吃苦耐劳，也很有责任心，工作从不推诿。”居民们说。毛胜松把居民的需求当成命令，他不厌其烦将自己的联系方式张贴于各楼栋单元，还将辖区孤寡老人

2002年6月，因工作需要，毛胜松转岗到了机关锅炉班，当时的锅炉使用煤炭，又累又脏且工作时间长，毛胜松并没有任何怨言，一如既往地保持着在维修队时的工作态度。...

随着国家环保战略的推进，2005年，公司机关关停了燃煤锅炉，引进了燃油燃气锅炉。面对操作维修工艺和技术的跨越升级，毛胜松和他的班组多方学习、请教，吃透并掌握设备性能，悟出了一整套符合运行实际、更省钱、省时、省力的维修方案，每年节约维修费5.6万元。...

期间，毛胜松通过自学，先后获取了《司炉工操作证》、《特种设备安全管理证》、《水质处理操作证》、《维修电工高级工证》，同时获取了三峡大学水利水电建筑工程专业的专科文凭，成为男同事眼里的“榜样”，女同事眼里的“男神”。...

2015年初，随着集团总部迁至武汉，毛胜松再次回到了房产维修管理岗位。他给自己定下了“三最”标准：以最快速度出现在维修点，以最短的时间解决问题，以最热情的服务感染服务对象。...

“他很有吃苦耐劳，也很有责任心，工作从不推诿。”居民们说。毛胜松把居民的需求当成命令，他不厌其烦将自己的联系方式张贴于各楼栋单元，还将辖区孤寡老人

登记在册，每周定期上门服务，居民们都称他为“服务先锋”。2017年底，毛胜松光荣转正为集团的一名正式员工。2018年，他荣获中国能建先进班组称号。...

20年磨砺，使毛胜松成了辖区居民的贴心人，但是最让他揪心的还是对妻子的愧疚。2009年，妻子查出患有乳腺癌，需入院手术，后续经常需要住院治疗。在强烈的责任感、使命感驱使下，他总是先解决完居民的维修需求后，甚至是加完班后才去医院照顾妻子。...

今年5月下旬的一个周末，一场突如其来的大暴雨席卷基地，地处夜明珠的机关统建6号楼楼下积水没过膝盖，得知情况后，毛胜松第一时间冒雨赶到了现场，他边制定疏导方案，边搭跳板、架浮桥，方便居民出行。...

针对辖区的后续管理服务，毛胜松有他自己的设想，他准备在未来的三年时间里，分片规划，改造机关各生活片区的水电管网，让居民们获得更好的生活环境和生活质量。...

“他是一位敬业爱岗、技术过硬、认真负责的好同志，无论在哪个岗位，他总是干一行、爱一行、钻一行、精一行。”基地局后勤服务中心副主任刘奇韬说。...

这就是毛胜松，朴实无华、不忘初心、乐于奉献、以诚待人，他始终保持着淡定的情怀，对职业的坚守，在平凡的岗位上书写着不平凡的人生。

基地简讯

公司顺利完成退伍军人信息采集阶段性工作

本报讯(通讯员 乔仕昊) 根据《国务院办公厅关于做好退役军人和其他优抚对象信息采集工作的通知》及省、市关于信息采集工作的会议精神和相关要求，集团公司各级领导及相关单位、部门高度重视，于11月初制定方案、成立专班，召开专题会议进行动员部署并正式启动此项工作。...

按照宜昌市政府信息采集工作方案要求，集团公司工作专班将继续做好后续相关工作，并在2019年4月1日前完成数据比对、修订完善及上报工作。

基地局开展不动产相关业务知识培训

本报讯(通讯员 邢宏启 刘昌利) 近日，基地局开展了不动产相关业务知识培训，基地各单位相关人员参加培训。培训包含《不动产登记知识》、《住宅专项维修资金使用》两部分。授课人围绕相关法规、概念、原则、业务流程等进行了细致讲解，并进行了现场答疑。...

葛洲坝颐福乐园食堂通过验收

本报讯(通讯员 赵松梅) 近日，葛洲坝颐福乐园两个高标准食堂通过验收，核发了食品经营许可证。该食堂配备了高端的厨房新风量系统、悬空式地面冲洗装置和刀具消毒装置。餐具将严格遵守“一洗二冲三消毒”程序，并配备全自动洗碗消毒机。...

老年大学西坝分校召开迎新春座谈会暨汇报演出

本报讯(通讯员 刘桂琴) 近日，老年大学西坝分校召开迎新春座谈会暨汇报演出。200余名师生欢聚一堂，共话新春。座谈会后，舞蹈、诗朗诵、独唱、时装秀等节目精彩纷呈，展现了葛洲坝老年人积极向上的精神面貌。

电力公司离退休管理部开展冬季安全检查

本报讯(通讯员 胡小梅) 近日，电力公司离退休管理部开展冬季安全检查。组织相关人员进行安全知识学习，排查西坝、望洲岗等区域的消防安全情况，对发现的安全问题和隐患进行了及时的整改处置。

社区新闻

常家湾社区开展“暖冬情”健康知识讲座

本报讯(通讯员 涂艳 侯锐玲) 近日，常家湾社区在一公司老年活动室开展了“暖冬情”健康知识讲座。讲座通过一些常见病案例为大家讲解了疾病发生、发展、治疗等知识，并向居民们发放健康、计生宣传资料百余份。

信息短波

元旦小长假 武铁加开 97 列车提升运力

据介绍，2018年12月30日、2019年元月1日客流较为集中。元旦小长假期间，客流主要由探亲、旅游等旅客组成，武汉至宜昌、襄阳、孝感等城市间往返客流较多。

为满足元旦小长假期间增长客流需求，中国铁路武汉局集团有限公司结合小长假前后中短途客流高位运行等情况，根据客流变化采取分批加开列车的方式补充运力。首批加开的97列动车主要分布在客流较大的武汉至宜昌、襄阳、荆州、孝感等区段，其中涉及宜昌的有：

2018年12月28日至31日和2019年1月1日：武汉-宜昌东加开 D7068/9、D7070/67 次共10列。

2019年1月1日：宜昌东-汉口加开 D5804 次1列。

2019年1月1日至2日：汉口-宜昌东加开 D7065/6 次共4列。

宜昌肉菜追溯系统逐步完善

据市商务局了解，宜昌市大力推进肉菜追溯体系已正式进入的第二年，已经从原有的试点建设进入常态化建设阶段。示范创建工作卓有成效，追溯系统运行质量有大幅提升。

与一期“消费者只能购买肉菜产品后，凭借肉菜追溯卡和购物小票条形码上配对的20位数字，于配置在菜市场和超市的终端查询机进行查验、追溯”相比，今年推广完善的二期查询体系，不仅实现了查询追溯信息的前移，而且还让每个人的“手机”变成了查询终端。...

据悉，2018年，宜昌市已完成了3家连锁超市配送中心共24家超市门店、2家屠宰厂以及12家菜市场的肉菜追溯数据无卡化传输升级改造。

截至12月底，宜昌市肉菜追溯城市平台上传商务部中央平台总数据量为1.23亿条。

图片新闻



近日，由机电建设公司商退休职工为主的宜昌市和子艺术团及宜昌市旗袍艺术协会葛洲坝分会举行成立五周年庆典。

想老得慢一点，吃5种食物更好

在生活中，大家都不希望自己衰老，哪些食物可以抗衰老呢？

1、西兰花 西兰花内含有的抗氧化物质含量很高，并且有丰富的维生素C和胡萝卜素。这些物质是最好的抗衰老和防癌的食物，经常食用可以增加皮肤的弹性，让皮肤变好。

2、鱼类 经常吃鱼类可以给大脑提供很丰富的蛋白质，并且鱼类内含有的不饱和脂肪酸、钙磷等物质含量也很丰富。这些物质都是构成脑细胞以及提升脑细胞活力的重要物质。吃鱼可以分解我们体内多余的一些胆固醇，让心脑血管保持畅通，且鱼类含有的脂肪含量很低，适合所

有人食用。 3、牛奶 牛奶内含有的蛋白质和钙元素含量都很丰富，经常喝牛奶可以帮助身体增强抵抗力，并且可以为大脑提供多种的氨基酸。在保证热能足够摄入的情况下，我们要在生活中多摄入一些蛋白质含量丰富的食物，这样可以帮助身体预防衰老。

4、紫米 紫米内含有的纤维素含量很高，可以有效地促进我们肠胃进行蠕动，并且可以促进消化液的分泌，帮助缓解便秘，以及减少身体摄入胆固醇的量。 紫米的花青素含量也很丰富，这个物质是个很好的抗氧化剂，可

以消除我们皮肤代谢所产生的自由基，有效地帮助身体预防衰老。

5、大豆 大豆是一个具有美容护肤价值且不具有副作用的食物。大豆内含有的植物雌激素可以帮助抗衰老，并且增强脑血管功能。大豆还含有多种其他的营养物质，对于脑力工作者而言建议要常吃。



葛洲坝有线电视台一周节目预告

(节目如有变动以当日预告为准)

Table with 7 columns representing dates from 2018年12月31日 to 2019年1月6日. Each column lists program titles and times for the corresponding day.



特别关注

加速向创新型国家迈进

第一次利用体细胞核移植技术成功克隆出两只猕猴... 2018年,中国科技干劲足,活力强,目标更明确,步伐更稳健...

一系列具有国际影响力的重大成果,孕育未来发展新动能

瞄准世界科技前沿,强化基础研究和应用基础研究,拓展实施国家重大科技项目...

中国科学院神经科学研究所孙强团队攻克了体细胞克隆猴的世界难题,培育出世界首个体细胞克隆猴...

中国科学院广州生物医药与健康研究院赖学良研究组等团队首次利用基因编辑技术和体细胞核移植技术,培育出世界首例亨廷顿舞蹈病基因敲入猪...

北京大学江颖团队实现了氢原子的空间成像和精确定位,首次在原子尺度上揭示水的核量子效应...

中国科学院遗传与发育生物学研究所凌宏清团队完成了小麦A基因组的测序和染色体精细图谱的绘制,全面揭示了小麦A基因组的结构和表达特征...

中国科学家主导的联合研究团队首次在超导块体材料中观察到了马约拉纳零能模,即为马约拉纳任意子...

12月,嫦娥四号探测器在西昌卫星发射中心成功发射,有望实现人类首次月球背面软着陆,开启月球探测的新旅程...

在这一年里,我国首颗X射线天文卫星“慧眼”正式



交付并投入使用;北斗系统进入了全球组网密集发射期,截至11月19日,我国已成功发射第四十三颗北斗导航卫星...

这些重大科技成果中,孕育着未来经济发展可能所需的新知识、新要素和新动能,将有助于我们国家加快向创新型国家迈进。

出台科研诚信、人才评价等新规,激发和释放创新活力

这一年里,我国科技体制改革稳步推进,一系列关于科研诚信、人才评价、项目评审的新政频出,极大释放了科研人员的创新活力。

当前,我国人才评价机制仍存在分类评价不足、评价标准单一、评价手段趋同、评价社会化程度不高、用人主体自主权落实不够等突出问题,亟须通过深化改革加以解决...

人才测评评价体系,并将品德列入评价事项,同时从学历、资

历、论文为主导的旧评价规则改为重专业性、创新性和业绩上,并将根据不同岗位、行业制定不同的标准。

近年来,我国科研诚信建设在工作机制、制度规范、教育引导、监督惩戒等方面取得了显著成效,但整体上仍存在短板和薄弱环节...

科研诚信与科研管理体制密切相关,完善科研管理体制将有效减少学术不端行为,充分激发科研活力。7月印发的《关于优化科研管理提升科研诚信要求若干措施的通知》,对科研单位和科研人员“放权”“放钱”和“简”管理...

仍需弥补基础研究经费投入比例较低、重大原始创新理论成果不足等差距

这一年里,中国科技硕果累累,但在收获成绩和惊喜的同时也应看到,从整体科技创新能力而言,中国和发达国家还有明显的差距,还有许多不足需要改进。

比如,基础研究经费投入比例仍然较低,提出新科学思想和开创新科学领域的能力有待大幅提升,有重大影响力的标志性重大原始创新理论成果仍显不足,科技创新的有效供给能力特别是中高端供给能力不足...

此外,我国参与国际科技计划等还主要处于跟随和配合阶段,国际组织话语权不足,国际科技合作深度和广度有待提高,主动发起和牵头实施的重大科技合作项目有待加强...

据人民日报

关注热点

中消协调查报告显示:超四成网购人群不知道电商法

《电子商务法》即将正式实施,但仅有57.8%的受访者表示“知道”,42.2%的受访者表示“不知道”,普法工作有待进一步加强。

在微商和直播平台等新兴网络交易平台遇到“劣质产品”问题的受访者比例最高,占比47.5%;其次是冒牌货和售后服务差等问题,占比分别为39.2%和36.2%。

还有不到一周时间,《电子商务法》将正式实施,将对规范当前网络消费中大量存在的质量安全、虚假宣传、网络售假、刷单炒信、物流滞缓以及隐私泄露等问题起到关键作用。但是,中消协12月26日公布的调查报告却显示,还有高达42.2%的受访者不知道这部保护网购爱好者的法律。

据中消协商品服务监督部主任皮小林介绍,本次调查有效样本为12196个,其中七成受访者每月网购消费额在300元至2000元之间。同时,有28.9%的受访者在今年“双11”遭遇了商家“砍单”,52.4%的受访者在通过跨境电商购买商品时遇到假货较多或真假混卖问题,70.6%的受访者在电商平台上购买过假货。但是,在购买到假货后,仅有12.1%的消费者成功获赔。

皮小林表示,为保护消费者权益,《电子商务法》针对虚假宣传、网络售假等问题作出了详细规定。“按理说,这些消费者应该非常关心《电子商务法》。但是,仅有57.8%的受访者知道《电子商务法》,42.2%的受访者表示‘不知道’;在知道的人群里,也仅有52.8%的受访者表示‘非常

了解’,这说明普法工作有待进一步加强。”

“《电子商务法》是拥抱互联网、适应新时代的一部重要法律,需要参与网络消费的每一位消费者、经营者及执法者了解和熟悉其立法理念、立法原则和内容要求。”皮小林建议,“有关部门和行业组织应抓紧组织开展《电子商务法》进社区、进企业、进农村、进机关活动,利用传统媒体以及新媒体等开展普法宣传,提高全社会对《电子商务法》的认识和了解,增强消费者的维权意识和维权责任,更好地维护自身合法权益,更好地享受互联网消费新时代。”

作为我国第一部专门规范电商服务的法律,《电子商务法》虽然还有待加强普法宣传,但在知道它的人眼里,这将是一部威力十足的法律。调查显示,81.9%的受访者认为《电子商务法》对规范电子商务领域与净化消费环境将起到积极作用,进一步改善我国电商消费环境。

具体而言,近半数受访者认为最需要加强监管的是网络平台。同时,认为微商和外卖订餐亟待提升监管水平的分别占比33.9%和31.7%。

“售卖劣质产品是微商和直播平台最突出的违法行为。”皮小林介绍说,调查结果显示,在微商和直播平台等新兴网络交易平台遇到“劣质产品”问题的受访者比例最高,占比47.5%;其次是冒牌货和售后服务差等问题,占比分别为39.2%和36.2%。

消费者比较反感的还有好评返现。“亲,给个五星好

评吧,返2元红包!”在网络消费中,部分卖家在评论上作起了文章,一方面利用“小恩小惠”诱导消费者给好评,一方面购买“水军”刷好评,这类行为在今后将被禁止。《电子商务法》明确规定,电子商务经营者应当全面、真实、准确、及时地披露商品或者服务信息,保障消费者的知情权和选择权;电子商务经营者不得以虚构交易、编造用户评价等方式作虚假或者引人误解的商业宣传,欺骗、误导消费者。

“《电子商务法》实施在即,中消协希望广大电商经营者,作为网络消费维权的第一责任人,认真贯彻落实《电子商务法》等相关法律法规规定,按照相关要求抓紧调整相关服务内容和流程,提升服务消费者的综合能力,用优质服务体验赢得消费者的信任与肯定。”皮小林认为,电商平台仍需要大力依法开展平台治理、净化平台环境。

“《电子商务法》强化了电商平台义务,包括核验、登记并报告平台内经营者信息。但是,在本次调查中,消费者反映了虚假折扣、刷单炒信、砍单杀熟、推诿扯皮等很多属于平台责任落实不到位的问题,影响到消费者的良好网络消费体验。”皮小林说,中消协敦促广大电商平台认真落实平台责任,抓紧建立健全信用评价制度和争议在线解决机制,对平台内经营者的经营行为进行严格管理,提升消费者的平台消费体验和满意度。

据经济日报

关注热点

中央环保督察组今年共对20个省份实施“回头看”

中央环保督察组2018年分两批共对20个省份实施督察“回头看”,推动解决群众身边的生态环境问题6万多个,问责超八千人。

2017年底,首轮中央环境保护督察实现了对全国31个省市区的全覆盖。为进一步传导压力、压实责任、解决问题,今年第一批6个中央环境保护督察组,对河北、河南、内蒙古、宁夏、黑龙江、江苏、江西、广东、广西、云南等10个省份开展督察“回头看”;第二批5个督察组对山西、辽宁、吉林、安徽、山东、湖北、湖南、四川、贵州、陕西等10个省份开展督察“回头看”。

督察“回头看”取得了实实在在的效果。生态环境部此前公开的信息显示,第一批“回头看”督察组受理的37640件群众生态环境问题举报已基本办结,10个省份罚款7.1亿元,约谈3695人,问责6219人;第二批“回头看”督察组受理群众举报38133件,截至12月6日,各地已办结26873件,罚款2.1亿元,约谈1804人,问责2177人。

生态环境部有关负责人表示,“回头看”始终坚持问题导向,重点督察督察第一轮中央环保督察整改落实情况;重点盯住整改不力,甚至表面整改、假装整改、敷衍整改,以及“一刀切”等生态环境保护领域不作为、滥作为的问题;重点检查列入督察整改方案的重大生态环境问题及其查处、整治情况;重点督办人民群众身边生态环境问题整治情况;重点督察地方落实生态环境保护党政同责、一岗双责,严肃责任追究情况。同时,针对污染防治攻坚战7大标志性战役和其他重点领域,结合被督察省份具体情况,每个省份同步统筹安排1个生态环境保护专项督察。

与第一轮中央环保督察不同的是,督察组在“回头看”进驻期间,持续向社会公开地方整改不力的典型案例,有效传导了压力,发挥了震慑效果。同时,针对督察整改制订了禁止环境保护“一刀切”工作意见,严禁“一律关停”“先停再说”等敷衍应对做法,督察组对发现的几起“一刀切”问题坚决查处问责。

据新华网

增长不可能无休止! 中国汽车市场放缓令外企感寒意

据美国《华尔街日报》12月25日报道,福特汽车公司、标致雪铁龙集团和现代汽车公司最近的扩张尤其显得不合时宜,因为它们是在中国汽车市场看似不可阻挡的增长势头出现逆转的时候开设新工厂的。

瑞银中国汽车行业分析师说:“回头看,新工厂”不是一个正确的选择。但当时谁都不愿预言自己会失去中国的市场份额。”

报道称,在短短的几十年时间里,中国从无名之辈迅速发展成为全球最大的汽车市场,汽车销量常常保持两位数的增长;2016年的汽车销量增长了14%,达到2800万辆,令美国1750万辆的销量相形见绌。全球汽车制造商不顾要求它们必须找到中方合伙人的规定匆忙进入中国市场。国内的汽车公司也大肆扩张,建立自己的工厂。政府发展电动汽车的政策为汽车市场添了更多的柴火。

凯曼和其他分析师认为,在这种狂热的背景下,一些公司变得自满,以为增长是无休止且唾手可得的。之后增长却突然停止。2017年的汽车销量仅增长了3%,2018年前11个月则下滑了2%。

报道称,电动汽车可能导致产能过剩问题更加严重。据26家企业的声明,至少有32家新汽车工厂在筹备中,产能共计750多万辆,大部分为电动汽车。

这其中就包括产能为50万辆的特斯拉公司。大众汽车公司正在上海兴建一个产能为30万辆的电动汽车工厂。福特也计划与众泰汽车合作,在中国开设第八家工厂,年产10万辆电动汽车。

和福特公司一样,现代汽车也在中国开设新厂,但去年和今年的销售情况都很糟糕。

报道称,标致雪铁龙集团也在市场最繁荣的时候继续开设新厂。2015年,该公司与东风汽车公司合作生产的雪铁龙和标致汽车达到70.5万辆的峰值销量,今年前9个月的销量则下滑到20.5万辆。

据新华网

寒潮蓝色预警:降温持续 贵州湖南等局地降温将超14℃

受频繁活动的强冷空气影响,27日至31日,西北地区东部、青藏高原中东部、黄淮南部及以南大部地区将先后降温6-10℃,其中贵州东部、湖南西部和南部、华南中西部等地的部分地区降温12-14℃,局地超过14℃。最低温度0℃线从黄淮逐步南移,30日至31日将移至南岭一带地区。长江中下游及以北地区先后有4-6级偏北风,东部和南部海区有7-9级大风。

据中国天气网

中国能建葛洲坝集团安全生产二十条

- 一、始终坚持党对安全生产工作的领导
二、加强安全学习
三、进一步提高对安全生产极端重要性的认识
四、健全安全生产责任体系
五、进一步完善安全生产管理制度
六、大力推进安全生产标准化建设
七、严格落实承(分)包“安全+”的管理要求
八、保证安全投入的有效实施
九、加强安全生产教育培训
十、推进安全生产信息化的建设和应用
十一、大力培育企业的安全文化
十二、突出源头防范,进一步构建和完善安全生产双重预防机制
十三、提升安全管理水平和质量
十四、进一步强化应急管理
十五、加强安全监督检查
十六、严格事故报告制度
十七、打造一支素质过硬的安全管理队伍
十八、进一步加强投资和运营项目的安全管理工作
十九、加强基地安全管理
二十、完成好安全管理的规定动作