

# 热点关注

# 第27届杨凌农高会新亮点抢先看

第27届中国杨凌农高会将于10月22日(星期四)至10月26日(星期一)在杨凌举办,共5天。本届农高会以“科技创

新引领高质量发展”为主题,共设4个室内展馆、2个室外展区,总展览面积16万平方米,设国际标准展位2000个。

## 有啥新亮点

形式上,线上线下融合举办。本届农高会采取实体农高会和云上农高会线上线下融合的形式举办,将依托互联网新技术,对农高会官网进行全新结构设计和流程再造,举办云上农高会,建设展会新平台,开展云上展览、洽谈签约、会议直播等活动,实现线上线下融合办展,推进农高会数字化、智能化、创新化升级,更好服务“三农”,打造智慧展会。这不仅是对疫情的一项切实措施,也是杨凌农高会创新发展的一项重大举措。

参展上,推行实名预约登记制度。为合理控制线下展览规模和展会人流,减少人员聚集,本届农高会将推行实名预约登记参观制度,加大对农技人员、职业农民、采购商、经销商等专业观众的邀约,以有效防控疫情,提升展会安全、防疫、应急能力水平,打造健康展会。

理念上,更加突出绿色办会理念。本届农高会将积极落实生态环境保护要求,推广使用可降解、可重复、污染小的新型环保展材,倡导绿色管理、绿色组织、绿色设计、绿色搭建理念,提升展会品质,打造绿色展会。

## 主要活动有哪些

本届农高会更加彰显了创新理念和新时代新要求,2020杨凌现代农业高端论坛、2020上海合作组织现代农业发展圆桌会议、2020脱贫攻坚(杨凌)论坛等重点活动精彩纷呈,云上农高会展示体验区、扶贫助农直播节等活动新意迭出,诚意满满。

主旨活动举办开幕式暨2020杨凌现代农业高端论坛,将邀请国家领导人、外国政府驻华官员、国家部委领导、省(市、区)党政领导和特邀嘉宾出席开幕式。围绕粮食安全、国际农业合作等内容,在杨凌现代农业高端论坛上发表

演讲,推动农业国际合作在更大范围、更高层次上开放。

重点活动2020上海合作组织现代农业发展圆桌会议,以“上合之合——农产品贸易与跨境电商”为主题,邀请外交部、科技部、商务部、农业农村部等部委领导,陕西省委、省政府领导,上合组织秘书长、上合组织国家驻华代表,围绕上合组织农业技术交流培训示范基地建设,推动上合区域内农产品贸易的新模式、新路径、新机制进行研讨交流。

另外,还将举办首届“菁彩青春·山水秦乡”陕西省乡村振兴青年创业大赛,以实现青年创新创业助力乡村振兴为目标,搭建种植养殖、农产品加工、农村电子商务、农业社会化服务和乡村旅游等领域创业成就展示平台,激发青年创业热情,鼓励青年投身乡村振兴创业实践。

还有,以“直播带货,助力扶贫”为主题的扶贫助农直播节,邀请相关市县负责人、知名直播网红在农高会现场通过抖音、快手、微视、淘宝等平台,开展网上直播带货活动,促进贫困地区特色农产品销售,助力消费扶贫。

举办第四届中国好苹果大赛总决赛,以“种好果、卖好价、富果农”为主题,面向全国苹果主产区组织开展优质苹果评选,邀请苹果全产业链企业参展区域特色苹果展销,搭建产业发展平台,促进苹果产业转型升级和高质量发展。

在展区周边及宾客人驻场地,举办文化展演、美食品鉴、商务沙龙、主题酒会等活动,为展商、宾客开展宣传推介、商务交流、轻松参会提供便利;推介杨凌特色农业科技文化旅游资源和线路,为展商体验杨凌新科技、新模式、新形象提供多样化全方位的选择和服务。

项目招商与技术交易以国内外各参展代表团、参展参会客商为主体,组织开展第二届杨凌农高会全球推介大会、重点项目集中签约、专场签约、对接洽谈等活动。

据陕西发布

# 西安本月起启用社保卡发放企业职工养老金

## 退休人员需尽快领卡激活

本报讯(顾荣)从10月开始,西安市将分批启用社会保障卡发放企业职工基本养老金。2020年12月10日之前,退休人员要尽快领取“社保卡”并激活金融功能。

退休人员领取“社保卡”后,持本人“社保卡”和有效身份证件,到发卡银行各营业网点进行激活使用。养老保险经办机构会在每月20日左右将基本养老金发到退休人员的“社保卡”上。

退休人员可通过以下任意一种途径查询“社保卡”制卡进度信息:陕西养老保险APP、“秦云就业”微信小程序、“陕西12333”微信公众号、陕西人社APP、陕西人社政务网、12333咨询服务电话等,制卡成功后请在制卡地领取使用。

若未查询到本人“社保卡”制卡进度信息,可通过上述渠道申领“社保卡”。若已经进入发卡阶段,西安市企业参保人员可以通过上述渠道预约领取。

退休人员因居住在国(境)外等特殊原因,暂时无法领取“社保卡”,容许有一段时间的过渡期。在此之前,养老保险经办机构会把基本养老金发到原银行卡上。

“社保卡”激活后,领取基本养老金的原银行卡将不再转入基本养老金,仅存储以往的结余资金。养老金转入“社保卡”后,可通过陕西养老保险手机APP查询转入金额。



国庆期间,咸阳市为烘托节日喜庆气氛,组织开展“国庆吃面,国泰民安”活动。期间,咸阳市工信委走进社克普服装和长丰动力有限公司,为坚守一线职工送上热气腾腾的臊子面。 李少卿 摄



10月1日,安康华坪镇举办“花好月圆话中秋 长寿康来华坪”药膳大赛,全镇5支队伍参加比赛。活动旨在鼓励村民提高技能,扩大旅游产业收入。大赛中,厨师们用天麻、当归、太子参等制作出天麻炖乌鸡、鹿茸草炖排骨等药膳。 王忠义 摄

# 别让少数人群困于“扫码难”

## 直言

近日,一位网友晒图,配文仅有3个字和2个标点符号:“无锡。善……”没想到,竟然引来3万多转发、19万点赞。原来,图中显示的是无锡火车站对使用老人机、没有微信、无手机的旅客,也就是无法出示健康码的旅客,开辟了一条专门的服务通道。

一个城市的温度,就体现在如何对待那些“少数群体”上。无锡火车站为因故无法展示健康码的群体开辟专门的服务通道,这样一个人性的安排,就是网友心中值得肯定、充满温度的善政善为。

毫无疑问,这是一个“扫一扫”的时代。名片、现金、票据,已经出现得越来越少。可这在很多人看来非常容易的技能却并没有全面普及,还有一

部分人由于年龄、认知等原因,对于智能终端、手机上网依旧很难适应,他们可能是我们的父母、爷爷奶奶或其他长辈。

社会是所有人的社会,就算是老弱病残等特殊或相对弱势群体也不该被遗忘、被排除在外,更何况手机网民的数量规模还并不“小众”,尤其是多数老年人。社会日渐老龄化,老年人是个非常庞大的群体,他们的困难与需求不应该被忽视。原本,他们与年轻一代的“信息代差”已经非常明显,被困于“网络孤岛”的他们不该再次陷入“扫码困境”而寸步难行。

旅途匆匆,使用老年机的老年人,没有微信、不会扫一扫的“网盲”,还有那些忘带手机以及手机没电的旅客,他们不该成为茫然无助的“扫码难民”,而都该被尊重和善待。人们会因这样一条充满温情的“绿色通道”,记住一座城。

(徐建辉)

## 新闻直通车

# 省机械冶金建材工会召开“学四史、讲三忆、感党恩”分享交流会

本报讯 近日,陕西省机械冶金建材工会召开“学四史、讲三忆、感党恩——坚定中国特色社会主义制度自信”分享交流会。

分享会通过4名职工和工会干部讲述自己的故事和身边人的成长经历及企业的发展历程,同大家一起感悟中国共产党为什么

“能”、马克思主义为什么“行”、中国特色社会主义为什么“好”,有力推动了“坚定中国特色社会主义制度自信”教育活动不断深入。

# 国庆假期东航执行客运航班23386班次

本报讯(记者 刘强)10月9日,记者从东方航空公司获悉,刚刚结束的国庆长假期间,东航共计执行客运航班23386班次,其中超过99%为国内航班,承运旅客287.1万人次。从出行人数和航班架次数据来看,今年国庆期间运力投入已基本恢复

至去年同期水平。据介绍,“国庆+中秋”的8天假期中,探亲流与假期旅游客流高度叠加,催生旅客出行数据显著回暖。东航国内航班总班次同比增长15.08%。节前返乡客源聚集,东航单日运输旅客高峰出现在9

月30日,单日运输旅客人数超33万人次;返程高峰则出现在10月7日,运输旅客人数超31万人次。从航线上看,国内北京-成都、上海-西安、上海-贵阳航线名列国庆热门出行航线前三名,高峰时段航班客座率均在90%以上。

# 汽油柴油价格不调整

新华社北京10月9日电(谢希瑶 安蓓)国家发展改革委10月9日称,因国际市场油价震荡运行,按现行国内成品油价格机制测算,本次国内汽油、柴油价格不作调整。

国家发展改革委有关负责人说,自2020年9月18日国内成品油价格调整以来,国际市场油价震荡运行,按现行国内成品油价格机制测算,10月9日前10个工作日平均价格与9月18日前10个工作日平均价格相比,调价金额每吨不足50

元。根据《石油价格管理办法》第七条规定,本次汽、柴油价格不作调整,未调金额纳入下次调价时累加或冲抵。

这位负责人表示,中石油、中石化、中海油三大公司要组织好成品油生产和调运,确保市场稳定供应,严格执行国家价格政策。各地相关部门要加大市场监督管理力度,严厉查处不执行国家价格政策的行为,维护正常市场秩序。消费者可通过12315平台举报价格违法行为。

# 三招助您摆脱“节后综合征”

转眼间,热闹的国庆假期已经结束,许多人还沉浸在慵懒的假期中无法自拔,虽然嘴上说已经做好了上班准备,但是身体却无比诚实:浑身无力、精神萎靡;烦躁不安、失落,注意

力无法集中,甚至会出现不明原因失眠、恶心、肠胃不适、神经性厌食等症状。这些表现被称为“节后综合征”,以下3个小妙招,助您尽快“痊愈”。

## A 调整情绪 克服上班恐惧症

节假日期间,人们离开了紧张的工作氛围,生活节奏一下子慢了下来,假期结束前,猛然面对快节奏的工作生活时会感到非常不适,不自主地产生恐惧与焦虑感。面对这些情绪,我们不要刻意去压抑,可以给自己一个心理暗示,告诉自己将重返工作,并且做好两种状态的转变。

需要注意的是,从假期到上班的转变需要一个循序渐进的过程。我们可以在节后工作前,认真梳理一下接下来的工作,将工作内容按照简单到复杂进行排序。节后开始工作,别给自己太大压力,试着从简单的工作入手,让自己慢慢回到工作状态。

## B 调整作息 做到早睡早起

许多年轻人趁着假期开启狂欢模式,这种不规律的作息会打乱自身的生物钟,从而造成节后疲惫不堪、精神涣散的状态。

最好在假期的最后一天,结束所有应酬,如果安排外出旅行,提前一天结束回家,让自己回归平静。重返工作,要保证充足的睡眠,就要做到早睡早起。在准备睡觉前,关掉照明光源,或者选择暖色系的光源,给你的身体一个信号,要开始准备睡觉了,并且在睡觉前30分钟停止使用手机等所有有数字设备。晚上睡前,可以试着洗个热水澡或者泡脚,促进身体血液循环,缓解失眠。如果时间允许,建议进行午睡,以驱逐疲劳。

## C 调整膳食结构 做到清淡饮食

节假日期间,亲朋好友外出聚会、聚餐,无肉不欢;在家时,经常睡到日上三竿才起床,早餐不吃,午餐暴饮暴食。饮食上的放纵,常常会打乱胃肠道对食物的正常消化节律,极易引起消化不良、头昏脑涨、腹泻、便秘,甚至引起急性胃肠炎和急性胰腺炎等症状。

要避免这些症状,一定要注意避免暴饮暴食,吃太多油腻的食物。饮食要做到清淡少盐,可采取蒸、煮、炖、凉拌等烹调方式;增加膳食纤维摄入,多吃新鲜蔬菜水果,做到每餐有蔬菜,每日有水果;多喝水,以白开水为主。此外,还要恢复正常的吃饭时间,避免无规律饮食,让肠胃得到休息,逐渐适应节后饮食结构。(省疾病预防控制中心慢病科)



10月7日,临潼丰乐石榴种植专业合作社的工人在采摘石榴。金秋时节,西安市临潼区的石榴进入采摘旺季,种植户抢抓农时进行采摘、销售。据了解,临潼现有石榴种植面积8万余亩,年产优质石榴8万余吨。 刘潇 摄