

老人面对冬季呼吸道疾病该如何防护

市疾控中心发布健康提示

本报讯（记者 高燕）进入冬季，冷空气频繁来袭，人体免疫力减低，抵抗各类病原体的能力下降，容易导致呼吸道感染。老年人群感染呼吸道疾病后症状较重，如果有基础性疾病可能会引起原有疾病加重。昨日，市疾控中心提示养老机构 and 老年人群体要采取科学防护措施，减少呼吸道疾病发病风险。

市疾控中心提醒：养老机构要加强环境卫生管理，对生活区、活动区、食堂、厕所

等重点区域进行全面、彻底清扫。对房间、食堂等人员集中的场所要定期开窗保持场所内空气流通，并进行不定期消毒。倡导良好的生活方式，为老人提供充足均衡的营养膳食、安静的睡眠环境和适宜的娱乐和锻炼设施，帮助老人提高抵抗力。健康教育内容应注重多病共防，增强入住老人和工作人员的卫生防病意识，养成良好的个人卫生习惯。加强健康监测，发现老人出现发热、咳嗽等症状时，应及时就医

诊治。提倡为工作人员接种新冠、流感、肺炎球菌等疫苗，进一步减少养老机构内老年人呼吸道传染病发病风险。

老年人预防冬季呼吸道疾病，接种疫苗仍是最重要的措施，目前关于老年人预防呼吸道传染病的疫苗主要有流感病毒疫苗、肺炎球菌多糖疫苗、新冠病毒疫苗等。同时，老年人要注意气温变化，一定要做好保暖，以头、颈、背、足为主。避免参加集体活动和进入公共场所，如果去医

院、超市等人群聚集或密闭的场所应佩戴医用外科口罩，并注意及时更换。保持健康的生活方式，注意均衡饮食、适量运动，保证充足的睡眠，多晒太阳。做好手卫生，减少和病原接触的机会。

此外，患有慢阻肺、冠心病、糖尿病等基础疾病的老年人一旦感染呼吸道疾病，容易出现基础疾病的急性加重，因此要特别注意加强基础疾病的管理，把基础疾病控制在一个比较良好的状态。

共建社区教育阵地 促进全民终身学习

本报讯（记者 孙露）20日，大同开放大学（大同老年开放大学）联合大同市艺博园文创中心与华北星社区举行合作签约仪式，三方依托华北星社区建立大同社区大学华北星学习中心，共同助力“人人皆学、处处能学、时时可学”的学习型社会、学习型大国建设。

签约仪式上，三方达成深度合作共识，以社区居家养老为基础，创建普惠型“物业+养老+社区新零售”全龄化康养智慧社区，常态化开展社区全龄学习。大同开放大学（大同老年开放大学）依托华北星社区、市艺博园文创中心建立大同老年开放大学华北星分校、大同社区大学华北星学习中心和大同老年开放大学教学实践基地。同时，围绕“让学习成为一种生活方式”主题，将开展文化教育、艺术培训、托育托幼、智慧助老、线上教育等一系列学习活动，不断增强全民终身学习的自觉性、主动性，共同促进省级标准化社区学习中心建设。

今年10月，首批全省12个标准化社区学习中心评选揭晓，华北星社区成为我市唯一上榜的社区。

灵丘县

首家乡贤馆正式开馆

本报讯（记者 宋芳）最是乡贤润桑梓，乡音同行促发展。12月20日，位于灵丘县武灵镇庄头村的灵丘县首家乡贤馆正式开馆，标志着灵丘县首家乡贤工作进入实质运作阶段。乡贤馆也成为传播历史文化、参与基层治理、助力经济发展的重要平台。

近年来，灵丘县以“新乡贤回归工程”为抓手，不断充实乡贤人才库，着力打造一支覆盖面广、影响力大的乡贤工作队伍。

灵丘县首家乡贤馆由灵丘县委统战部和武灵镇党委共同创办。武灵镇庄头村有1300多年的历史，是唐末名将李存孝的故里，选择在武灵镇庄头村建馆，对武灵镇和灵丘县具有重要意义。乡贤馆集县情展示、史料研究、参观交流等多种功能于一体，占地面积1273平方米，布展面积297.54平方米，共有两个展厅，分别为古代、近代先贤厅和现代、当代名贤厅，展出

古代至当代的77名乡贤、29名道德模范和48名新乡贤。

据悉，乡贤馆的建成让乡贤工作有阵地、有平台、有载体，进一步推动全社会见贤思齐，将乡贤资源转化为推进县域高质量发展、助力乡村全面振兴的强大力量。同时，持续弘扬乡贤文化，引领广大群众崇德向善，在“颂乡贤、学乡贤、做乡贤”的浓厚氛围中涵养文明乡风，弘扬家国情怀。

晋能控股集团

奋战电煤保供 守护民生温度

本报讯（记者 陈云华）晋能控股集团坚决扛牢能源保供责任，通过科学组织生产、合理安排煤炭物流，优先保障发电供热企业用煤，全力保障经济发展和人民群众用能需要。今年1至10月，集团公司电煤保供完成15299万吨，合同进度兑现率96%，为圆满完成全年保供任务奠定了坚实基础。

生产上，该集团在确保安全的前提下，全力组织生产，合理安排采掘衔接，多出煤、出好煤，切实做到“以日保旬、以旬

保月、以月保季、以季保年”，全面完成年度电煤生产任务。

外运上，坚持“一盘棋”思路，统一调度煤炭资源，根据实际情况安排或调整保供煤炭流向，优先保障保供煤炭发运，原则上完成保供任务后才能进行市场化销售。同时与铁路部门沟通协调，争取最大的运力支持和最优的运力配置，确保按时、按量、按需完成煤炭保供任务。

销售上，积极与电厂对接，根据电厂的地理位置、适用煤种、质量需求、库存情

况等统筹安排煤炭运输，保证电厂库存保持在合理水平，不发生缺煤停机情况。

保障措施上，成立电煤保供工作专班，在煤炭生产、运力保障、用户协调等方面制定工作方案，建立“日调度、周通报、月考核”工作机制，加强过程管控，确保保供煤炭生产稳定、外运通畅、电厂满意。另外，制定应急保供措施，在出现因不可抗力因素影响保供的情况下，采取压减非电煤、非供热煤资源量来保供，并按照就近原则调拨其他煤矿资源进行补充。

第二届云冈区自媒体短视频创作大赛征稿启事

为深入学习贯彻党的二十大精神，习近平文化思想，着力展示云冈区日新月异的巨大变化，反映老百姓生活的烟火气，弘扬大气、包容、厚重、坚毅、勇敢、奉献的云冈精神，由中共大同市云冈区委宣传部主办，云冈区网信办、区新闻中心、区融媒体中心承办，大同日报传媒集团协办的“晒出幸福生活 镜显大美云冈”第二届云冈区自媒体短视频创作大赛正式启动，现就征稿有关事项公告如下：

一、征稿主题

晒出幸福生活 镜显大美云冈

二、征稿对象

本次大赛面向全社会公开征集参赛作品，各单位、各企业、影视制作公司、广大微电影、短视频爱好者、网络名人大V、其他相关团体和个人均可报名参加，同时接受作品联合申报。

三、征稿时间

即日起至2024年2月29日

四、征稿细则

（一）征稿内容

展示云冈区在产业项目、城镇建设、文旅开发、乡村振兴、生态保护、提升民生福祉、为民办实事等方面发生的重大变化和取得的历史性成就；弘扬以爱国主义为核心的民族精神和以改革创新为核心的时代精神，展现云冈区各行各业涌现出的榜样人物和先进典型；讴歌新时代新风貌，描绘云冈景、情、人、事等展现出的高尚社会公德、职业道德、家庭美德、个人品

德；从群众视角聚焦云冈区一山一水一景一物，通过影像突出云冈区多彩多姿多元多样；以云冈区冬季风光、人文景观、民俗表演等为题材，生动呈现冬季美景及人们在生产生活中与自然和谐相融的情境；弘扬优秀传统文化，展示云冈区人民文明有礼、阖家团圆、欢乐祥和、红火过年等丰富多彩、喜庆欢腾的春节节日氛围。

（二）征稿要求

1. 主题鲜明、积极向上。参赛作品要求内容真实、健康向上、主题清晰、结构完整、声画兼备。

2. 参赛作品内容要符合中华人民共和国法律法规，符合公序良俗，参赛者必须拥有自主版权，并且为网络首发，任何获得过奖项的作品不得参赛。作品不得侵犯第三人包括著作权、肖像权、名誉权、隐私权等合法权益。

3. 参赛作品必须取材于云冈区，作品内容反映云冈区的景观、人物、事迹，方言作品应配有字幕，作品内禁止插播任何广告。

4. 参赛作品的表现形式和拍摄手段不限，格式可为MP4、FLV、MOV等，时长一般为1—10分钟左右，特殊情况可适当延长。

5. 本次活动不收参赛费，所有参赛作品主办方有权在相关活动及各种展示、复制、摘录、编辑、宣传中使用，并在使用过程中尊重参赛者的署名权，但不再支付稿费，无须向作者另行取得授权。

6. 禁赛规定：严禁参赛者恶意刷流量，一经发现取消参赛资格，抖音官方平台dou+投放除外，参赛者需提供dou+投放证明。

7. 参赛者均视为同意并遵守以上各条规定，凡存在版权问题或作品真实性问题等不符合征稿要求的作品，主办单位有权取消其参赛资格，并收回所有奖励。

（三）投稿方式

投稿作品注明作品名称并提供相关文字说明，命名统一格式为“作品题目+投稿人姓名（团队名称）+单位+联系电话”发送至邮箱：dtygxcb@163.com

联系人：侯晓燕 13513520064

薛慧敏 15110756121

五、评选办法

作品投稿

参赛选手可通过抖音、快手、视频号等短视频平台上传发布作品，发布时须添加“#幸福之城 魅力云冈 #晒出幸福生活 镜显大美云冈”，并@云冈融媒体中心官方账号，方可视为参赛成功。主办方最终根据播放量、点赞量、评论量、转发量、收藏量统计影响值。

作品初审

作品在发布48小时内参赛者需将原视频通过邮箱发送至：dtygxcb@163.com。通过专家评审团对不符合条件的参赛作品进行剔除，完成作品初审。

作品展示

主办方将审核通过的作品于2024年

1月1日开始在“云冈融媒体微信视频号”“云冈融媒体抖音号”以及“遇见云冈微信视频号”3个平台进行编号展播。

网络评选

主办方将开设本次大赛大众网络投票通道，入围的作品接受为期5天的大众网络投票。

专家评审

专家评审团对入围作品进行专业评审，根据题材、创意、内容、原创度、音画效果、作品完成度等方面进行现场打分。

分数统计

主办方依据公开、公平、公正的原则，采取线上、线下相结合的方式，通过作品投稿、网络评选和专家评审三个环节完成，对参赛作品实行百分制计分，按权重比例进行综合计算，权重分别占比为60%、20%、20%。通过严谨、科学的计算，最终评选出各类奖项。

六、奖项设置

一等奖3名，奖金各10000元，颁发获奖证书

二等奖6名，奖金各5000元，颁发获奖证书

三等奖10名，奖金各3000元，颁发获奖证书

优秀奖30名，颁发获奖证书及奖品

优秀组织奖10个，颁发获奖证书

特别说明：奖金金额均为税前数值，个人所得税由主办方代扣代缴，所有解释权归本次大赛主办方所有。