

全面推动党的二十大精神在重庆落地生根开花结果

陆海新通道、中欧班列(成渝)、中老铁路班列齐发力——

新年首日 重庆开放通道多路线多班列发车

新时代新征程新重庆

□本报首席记者 杨骏

新年开门红!四面八方的货物聚集重庆,沿着重庆几条内陆开放的大通道,发往全球。
1月1日,新年第一天,陆海新通道、中欧班列(成渝)等重庆对外开放大通道均开行了班列,而且还是多班列、多站点、多路线。一派朝气蓬勃的景象。

陆海新通道助力重庆 加速对接RCEP

当天,陆海新通道在沙坪坝区团结村、江津区小南坝、果园港鱼嘴均开行了铁海联运班列。这些班列将发往越南、泰国、菲律宾、印度尼西亚、马来西亚、韩国等RCEP成员国。
这批班列搭载了全地形车、摩托车配件等重庆特色机械产品,硫酸、罐头、罐盖等农副产品,纯碱、硫酸二钠、精己二酸等化工产品,货值超3000万元,预计将于1月3日抵达广西钦州港并出海。
“这批班列列响了陆海新通道新年的号角,也是在实际行动推动助

力重庆加速对接RCEP。”陆海新通道运营有限公司相关负责人说。比如,从1月2日起,RCEP将对印度尼西亚400万元的“重庆造”摩托车配件出口至印尼三宝壟。届时,这些汽摩配件预计可减少关税0.4%至10%。
据了解,2022年1—10月,重庆经西部陆海新通道运输120567标箱,同比增长30%;运输货值212.01亿元,同比增长44%。其中,与RCEP成员国占总运量的32%、占总货值的48%。

在通道的带动下,重庆与RCEP成员国的贸易往来也逐步升温。重庆海关数据显示,2022年1—11月,重庆对RCEP成员国进出口2336.2亿元,增长9.9%。

中欧班列(成渝)一天 开行6趟班列

重庆的西向大通道——中欧班列(成渝)也在1月1日当天开行了6趟班列,货物包括智能终端、工业配件、食品等。
6趟班列中,有4趟为去程班列,分别开往德国杜伊斯堡、匈牙利布达佩斯、波兰马拉以及白俄罗斯。两趟班列为回程班列,将从德国方向往重

庆驶回。
“元旦期间,我们计划开行20趟左右的班列。”渝新欧公司相关负责人介绍,在刚刚结束的推动成渝地区双城经济圈建设重庆四川党政联席会议第六次会议上,川渝两地再次释放出要加快共建“改革开放新高地”的信号。中欧班列(成渝)是两地在开放领域深度合作的一项重要举措,2023年首日,重庆开行多趟中欧班列(成渝),也是积极落实会议精神的具体体现。
据了解,自2020年中欧班列(成渝)开行以来,成渝两地携手发力,延伸了通道,优化了运力资源。截至目前,中欧班列(成渝)开行两年来已累计开行突破1万列,发运箱量近90万标箱,运输线路覆盖欧亚超40个国家100个节点城市,成为区域协作高水平样板。

目前,中欧班列(成渝)已成为全国开行量最多、运输价值最高、区域合作最广泛、运输最稳定的中欧班列。成渝两地携手打造中欧班列(成渝)成为推动中欧班列高质量发展的重要举措。

“重庆造”新能源汽车 借中老铁路拓展东盟市场

中老铁路于2021年12月3日正式开通,重庆是最早开行中老铁路班

列的城市之一。2023年首日,重庆也积极利用好这条物流通道,将一批“重庆造”新能源汽车运往东盟市场。
当天上午,一列装载着新能源汽车的火车,从沙坪坝区团结村站出发,将经由磨憨口岸出境,预计于5—7天后运抵老挝万象。

“这是我市首批出口至东南亚的新能源汽车。”重庆集团贸易部负责人介绍,中老铁路为庆铃的全球化战略提供了强有力的物流供应链支撑,极大增强了企业更快、更好融入国内国际相互促进的新发展格局的信心和底气。

近年来,重庆抢抓窗口期大力推动汽车产业转型升级。数据显示,重庆新能源汽车的产量比重,已由2017年的1%,提升到目前的15%。2022年前11月,全市新能源汽车出口东盟同比增加772.7%。

“重庆造”新能源汽车产销两旺,借助中老铁路等物流大通道加速“出海”,也将为行业带来发展新机遇。不只是新能源汽车,2022年,借助开放大通道,“重庆造”汽车在出口方面都实现了不少突破。

重庆海关数据显示,2022年前11个月,重庆出口汽车26.1万辆,增加41.4%,出口量居全国第5位,出口值198.8亿元。

西部(重庆)科学城金凤软件园开园

首批13家“满天星”企业签约,项目金额69亿元

走进区县看发展

本报讯(首席记者 张亦筑)重庆软件产业发展再添“星”动力!2022年12月31日,西部(重庆)科学城金凤软件园正式开园,同日首批13家“满天星”计划入驻软件企业签约,项目签约金额共计69亿元。
开园当天,金凤软件园(虎溪园)

一期被正式授予“满天星”示范楼宇。根据规划,到2025年,金凤软件园将聚集各类产业载体近500万平方米。
据了解,此次签约的13家“满天星”计划入驻软件企业,项目覆盖汽车软件、人工智能、大数据、云计算等多个领域。

其中,中冶赛迪信息技术(重庆)有限公司是科学城的软件龙头企业,主营业务包括智能制造、智慧政企、智慧城市、智慧建造相关产品、技术及行业解决方案,通过将5G、云计算、大数

据、人工智能、工业互联网、物联网等数字技术与产业经济深度融合,打造数字化转型产品和服务。
龙头企业引领和带动,吸引了一批产业链上下游的相关企业落户。此次签约项目中,有5个赛迪信息的上下游关联企业项目,签约金额共计10亿元。

当天,在金凤软件园,工业软件云创实验室、天工开物开源基金会、重庆人工智能创新中心正式揭牌。
据统计,目前,科学城的软件企

业数量已累计达到904家,其中包括规上软件企业28家,独角兽企业1家(特斯联智慧科技),国家级重点软件企业1家(赛迪信息),市级重点软件企业10家,“专精特新”企业16家。
科学城相关负责人表示,力争到2025年,科学城软件业务收入达到800亿元,软件企业达到2000家,软件从业人员达到6万人,初步建成重庆软件产业核心承载区和重庆软件产业新增长极。

感染后怎样科学用药? 转阴后咳嗽如何缓解?

——专家解答防疫热点问题

□新华社记者 李恒 田晓航

当前,我国疫情防控面临新形势新任务,工作重心从“防感染”转向“保健康、防重症”。感染新冠病毒后,怎样安全科学用药?转阴后仍然一直咳嗽该如何缓解?康复期如何恢复体力?围绕社会热点关切,国家卫生健康委组织相关领域专家作出解答。

感染后怎样安全科学用药?

近期随着阳性病例的增多,一些人在治疗新冠病毒感染过程中,因用药不当导致损伤。安全科学用药事关群众生命安全和身体健康。

北京协和医院药剂科主任张波介绍,解热镇痛类药物,比如常用的布洛芬、对乙酰氨基酚,它们是对症治疗的药物。一般来讲,患者用1至2天就能退热,加上患者身体疼痛控制住后,就可以停药了,不需要长期服用。

一般而言,选择一种解热镇痛药就可以,很多解热镇痛药含有的成分相同或类似,如果选择多种解热镇痛药联用,可能会导致药物过量。同时,患者在使用时一定要认真阅读说明书,包括药物的用法用量及注意事项。

“从用药安全角度来说,药物的给药途径有多种,包括口服给药、注射给药等,口服给药是一种比较安全方便的给药途径。”张波说,对于一些轻症患者,选择口服药物可以很好缓解症状。

张波介绍,通常讲的抗生素一般指抗菌药物,这是只针对细菌引起感染的治疗药物。新冠病毒引起的症状是病毒性感染,抗生素对于治疗病毒引起的感染是无效的,也就是说抗菌药物不能预防和治疗病毒引起的感染。

在临床中,有些患者合并一些细菌感染,或者是新冠病毒感染后引起继发性细菌感染,在这种情况下,可以合理选择抗生素和抗菌药物,但要经过血常规检查等严格评估,再选择抗菌药物。

转阴后仍然一直咳嗽 该如何缓解?

很多新冠病毒感染者转阴后仍一直咳嗽,对此,中国中医科学院广安门医院呼吸科副主任边永君表示,相当一部分人的病机是多种多样的,不光是偏于寒凉,有的会出现湿热,也有的会出

现痰湿甚至燥热的表现,要根据每个人的具体情况来进行处理。

边永君解释,人体气道因为感染新冠病毒会受到损伤,即气道黏膜上皮受损之后,黏膜下的神经暴露出来就很容易对外界刺激出现敏感,比如说话、受冷或者闻到异味就会导致咳嗽。

“对咳嗽的恢复不要操之过急。从病毒性感染后引发的咳嗽的规律来看总的恢复时间大概需要2至4周,有一个自然的恢复过程。”边永君建议,尽可能在室内营造出温暖潮湿的环境。患者既要避免过于劳累,也要避免过于安逸或者少活动,适当的运动对康复是有帮助的。同时,尽量不要吃生冷食物,外出时要注意保暖。

针对一些咳嗽导致的不适,边永君建议,可以采取针灸、刮痧、揪痧、局部穴位按摩等方法。在此基础上,适当配合一些饮食疗法,比如食用梨汤、百合、藕等。

康复期如何恢复体力?

首都医科大学附属北京中医医院院长刘清泉介绍,新冠病毒感染者进入康复期或者康复末期,要保持平和心态,饮食以清淡、易消化的为主,同时,注意休息,保证充足睡眠,不要做剧烈运动。

北京协和医院临床营养科主任于康表示,新冠病毒感染恢复过程需要一些时间,要循序渐进过渡,保证足够的耐心。康复期保证营养对恢复患者体力有着重要作用,具体有以下几点:

一是要摄入适当的能量。能量主要从主食中摄入,先从易消化的粥、面条等细粮开始,再过渡到软一点的米饭、馒头等,等胃肠功能恢复好了,再开始增加粗粮。

二是要保证优质蛋白质摄入。可以选择高蛋白低脂肪的牛奶、鸡蛋、瘦肉、鱼虾等和一些易于消化吸收的食物。
三是补充一些微量营养素,特别是来自于蔬菜水果里的像钾元素、钠元素、维生素C等,最好做到“餐餐有蔬菜,每天有水果”。

“同时也要做到‘吃动平衡’,不要大吃大喝,不要剧烈运动,要循序渐进从一些平缓、温和的运动开始。”于康说。
(新华社北京1月1日电)

重庆农业农村信息化水平达43.3%

力争“十四五”新建智慧农业试验示范基地200个

本报讯(记者 赵伟平)2022年12月31日,记者从市农业农村委获悉,我市近年来大力实施“智慧农业·数字乡村”建设工程,目前全市农业农村信息化水平已提升至43.3%,位居西部第一、全国第七。

“农业农村数字化转型主要做了几件事。”市农业农村委相关负责人介绍,一是建成了三农大数据平台,汇聚全市涉农数据超4亿条,打造了全市农业产业数字化地图和7个区域性单品种大数据管理平台,国家级(荣昌)生猪大数据中心数据汇集、处理和服务能力进一步提升;二是先后获批建设生猪、蛋鸡、柑橘、渔业4个国家数字农业创新应用基地项目,建成市级智慧农业试验示范基地262个,六九畜牧等4家

单位被农业农村部评为2021年度全国农业农村信息化示范基地;三是大力发展“品牌引领+标准支撑+直播带货+数据赋能”的农产品电商,全市农产品网络零售额持续保持15%以上增长;四是成立了市级“5G+智慧农业”和“区块链农业”2个创新应用实验室,推动区块链技术、“5G+智慧农业”在质量安全追溯、农村金融保险等方面的应用,打造农产品质量安全智慧溯源平台。

据悉,接下来我市将以产业数字化、数字产业化为发展主线,以数字技术与农业农村经济深度融合为主攻方向,力争“十四五”新建智慧农业试验示范基地200个,全市数字农业农村发展水平突破50%。

重庆累计建成高标准农田1696万亩

本报讯(记者 赵伟平)2022年12月26日,记者从市农业农村委获悉,我市已累计建成高标准农田1696万亩,为全市粮食稳产增产打下基础。

“耕地是粮食生产的命根子,高标准农田更是耕地中的精华,有利于提升耕地质量和粮食产量。”市农业农村委相关负责人介绍,高标准农田的主要特点是集中连片、设施配套、高产稳产、生态良好、抗灾能力强、宜机械化耕作等,与现代农业生产方式和经营方式相适应。通过集中连片、整村整乡整片、绿色农田、数字农田建设示范,我市形成

了一批万亩级、十万亩级高标准农田。截至目前,全市累计建成高标准农田1696万亩,实现亩均增收近200元。

与此同时,针对地形地貌限制、农业基础设施薄弱和建设投入不足等问题,我市在新建高标准农田的同时,还在全国率先启动了丘陵山区高标准农田改造提升示范工程。今年以来,全市丘陵山区高标准农田改造提升示范工程已涉及36个涉农区县,改造提升面积达57.8万亩,已超额完成年初制定的50万亩计划,项目区土地综合产能提升10%以上。

川渝黔滇临时居民身份证 “跨省通办”服务已开通

本报讯(记者 周松)2022年12月28日,记者从重庆市公安局治安管理总队获悉,四川、重庆、贵州、云南四地户籍居民的临时居民身份证“跨省通办”服务已开通。市民凭《居民身份证异地受理登记表》向现居住地公安机关临时居民身份证通办点申领临时居民身份证。未满16周岁的公民,由监护人代为申领。公安机关应当在居民身份证签发后3日内制作、发放临时居民身份证。申请人可以自愿选择邮寄送达或窗口自取等方式领取证件。

学、就业的群众就近就地申领。
川渝黔滇四省(直辖市)群众在申领、换领、补领居民身份证期间,急需使用居民身份证的,可以向《居民身份证异地受理登记表》向现居住地公安机关临时居民身份证通办点申领临时居民身份证。未满16周岁的公民,由监护人代为申领。公安机关应当在居民身份证签发后3日内制作、发放临时居民身份证。申请人可以自愿选择邮寄送达或窗口自取等方式领取证件。

动物巡游好热闹

2022年12月31日,位于永川区的重庆乐和乐都主题乐园,游客们正在参加动物狂欢大巡游。
元旦假期,不少市民选择近郊游、亲子游,各大景区人气满满。
记者 张锦辉 摄/视觉重庆



各区县元旦促销有高招

2022年12月30日上午10点,两江新区通过支付宝发放“两江新春暖心券”和“两江乐享便民券”,4.7万张消费券在65秒内被迅速抢空。在为期3个月的消费节日期间,两江新区将发放3000万元消费券,覆盖新能源汽车、家居、生活服务类消费等多个领域。
九龙坡、渝中、南岸、北碚、南川、梁平和巫山等多个区县,也将在活动期间推出一系列促销活动,通过发放消

费券等举措拉动消费。其中,九龙坡区将发放购物、文旅和体育三类消费券500万元,带动银行、商家发放消费券近1000万元,鼓励市民在区内大型百货商场、购物中心、旅游景点和网购平台等场景进行线上线下消费。
同时,各区县还纷纷联动各商家,为消费者带来诸多福利。譬如,在渝北区,新光天地、重百渝北商场、水獭云选广场、恒大中渝广场等商家纷

纷推出了特价商品、打折让利、满减满送等多种形式的促销活动。
元旦期间,各区县联动商家进行大力度促销,带动重点商圈人气逐渐恢复提升。据悉,2022年12月31日,江北区观音桥商圈客流量达65万人次,接近2020年疫情前水平;两江新区光环购物公园、爱琴海购物公园、礼嘉天街、宜家、砂之船(重庆两江)奥莱等5家重点商圈客流量超过15万人次。

红岩文化景区人气旺

区共接待了8726位游客。
11时10分,记者到达渣滓洞停车场时,这里几乎停满了车。步入景区,许多游客正在聆听讲解员张煜的讲解。“大家参观时记得佩戴好口罩,有不清楚的可以和我交流。”讲解完后,张煜对游客们说。这是张煜当天的第

二场讲解。“早上9点半,我还接待了来自广东等地的游客。”张煜说,元旦当天,看到这么多市内外游客,他感受到了久违的人气,讲解时劲头十足。
“我10多年前来过渣滓洞,这次主要带儿子来,让他从小就了解革命历史。”北京游客王先生和妻子一起聆听了

讲解,他说,这是他疫情以来首次在京外地区旅游。通过参观,他感受到英烈的坚定意志,也更加珍惜今天的生活。
据了解,元旦假期,红岩文化景区开展了义务讲解、红岩广播故事会、免费体验红岩记忆数字体验馆等活动,让游客全面感受红岩精神。