2014潍坊两会特别报道

寒亭区委书记孟晓雷：

加快建设幸福美丽新寒亭

本报记者 杨万卿

高端访谈

2月12日，寒亭区委书记孟晓雷接受记者专访时表示，新的一年，寒亭区将着力实施“全域统筹、产业支撑、腾笼换鸟、两区融合”四大发展战略，努力谋求更高层次新发展，加快建设幸福美丽新寒亭。

寒亭区区委书记孟晓雷。 本报记者 孙国祥 摄

齐鲁晚报：“工业向绿，高端发展”是2013年寒亭工业发展的主旋律，2014年寒亭区将怎样继续调整优化经济结构？

孟晓雷：2014年，寒亭区将进一步提升现代服务业发展比重，以通亭街—玄武街和北海路为轴线，发展总部经济、现代物流、文化旅游、金融保险等现代服务业，抓好食品谷总部基地、半岛总部基地、纺织总部、中凯冷链物流园二期、环宇机电市场、杨家埠风筝年画一条街、文博院等项目建设，改造升级传统产业，加快培育节能环保、新材料、新能源、3D打印等新兴先导产业。深化农村产权制度改革，培育新型经营主体，扩大精品瓜果、优质蔬菜、特色畜禽水产等的种养规模，着力抓好“中国食品谷”建设。把招商作为永恒的主题，与转调创赢密结合，重点引进带动作用大的品牌项目、高端项目特别是现代服务业项目。

齐鲁晚报：从2007年起到2013年，寒亭区已连续7年实施“惠民实事”，逐步形成了以包括就业、就医、教育、居住、保险等社会保障为主、以“惠民实事”为辅助的惠民体系，成为群众幸福的“加速器”。2014年在改善民本民生方面，寒亭区会有什么新突破？

孟晓雷：2014年，寒亭区将突出保基本、守底线，统筹发展教育、就业、社会保障、卫生、计划生育等民生事业，着力抓好争创义务教育发展基本均衡区、实施“全民创业行动”和“创业带动就业”计划、整合城乡居民基本医疗保险、加强社会养老服务体系建设等工作。创新社会治理，健全完善矛盾纠纷排查、治安防控、信访、食品药品、安全生产等体制机制。集中力量办好建设市民活动中心、建设农村社区综合性文化服务中心、建设社会化养老服务机构、成立潍坊市农民工综合服务中心、向群众开放青少年活动中心、对寒亭居民减免杨家埠大观园门票等11件惠民实事。

齐鲁晚报：经济发展、群众幸福需要有同水平的文化发展相辅相成，寒亭区将如何结合实际，提升文化建设？

孟晓雷：新的一年，寒亭区将深入开展“中国梦”等主题宣传教育活动，开展道德领域突出问题专项教育和治理，深化群众性精神文明创建活动，健全文明城市创建工作长效机制，加强新形势下舆论引导工作，大力实施文化惠民工程，以文化凝聚人心、汇聚力量。培育壮大文化产业，加快推进杨家埠民俗旅游、柳毅山文化旅游景区、潍坊文化创意产业园等的建设，启动“十月天”禹王文化产业基地开发，提升杨家埠风筝年画艺术节和中国寒亭潍县萝卜文化节的办节水平。

齐鲁晚报：在民本民生和文化建设方面，寒亭区可谓作出了良好表率。与此同时，环境生态问题也越来越引起重视，寒亭区将如何构建良好的生态文明制度体系？

孟晓雷：针对环境生态，要扎实推进“三八六”环保行动，打好消灭污水直排、河道生态修复、整治空气异味等战役，抓好化纤、造纸等重点企业的废水、废气和废渣治理，完成西泥河和潍河治理工程，实施运河灌渠治理工程，配合市里搞好潍河治理，促进生态环境根本转变。同时，全面推进资源节约集约利用，建立生态文明制度体系，实施更加严格的一票否决制度。

齐鲁晚报：时下干部作风建设备受关注，寒亭区将如何营造风清气正的氛围？

孟晓雷：今天我们将把干部作风建设作为推动发展的保障。着力解决干部作风方面存在的突出问题，构建起有益于促进干部作风建设的长效机制。完善能力提升机制、责任担当机制、工作落实机制和服务群众机制。另外，还要完善科学用人机制，改进和完善街道、部门“差异化”考核机制、干部考核评价机制，加大干部交流力度，逐步推行竞争上岗制度。完善纪律约束机制，加强对干部纪律的监督检查。

齐鲁晚报：2014年，“突破”是改革深化的关键词，寒亭区将以什么为动力实现改革的“突破”？

孟晓雷：2014年，关键就是激活“改革创新”这个动力。区里将成立全面深化改革领导小组，制定深化改革的总体方案，明确总目标、路线图、时间表，正确、准确、有序、协调推进改革。着力抓好产业发展体制机制、要素市场、农村体制、文化体制、社会事业、社会治理、生态文明、行政管理等8个领域的改革，以重点突破带动全面推进。对农村产权制度改革、户籍一元化综合配套改革等具有良好基础的改革事项，进一步总结深化、挖掘提升，争取更大突破。

政协委员曹春：

建议设立火车站出租车循环通道

委员有话

致公党潍坊市委会秘书长曹春已是第三年参加两会，今年，他的提案与火车站附近打车难有关。

曹春专门做了调查，与一些出租车驾驶员做了交谈，发现每天送站的出租车很多，但接站的却相对少了很多，原因主要是送站的车如果要再去载客，需要绕行火车站北广场和商业区，最近的路是走向阳路、健康街，和平路，路程大约2公里左右，比较远且路上车辆比较多，出租车多不再返回火车站接站。

对此，他建议设立潍坊火车站出租车送接站循环通道，让送站车辆必须或者能够比较迅速的到达接站待客区。“可行的方案有2个：一是重新修建一条出租车专用循环通道，从送站口出来后可选择走循环通道到达接站区，但这一做法成本较高且势必破坏北广场规划；二是利用现有道路扩建出租车通道，北广场与商业区之间有一条公交专用道路，建议在在此道路的基础上可扩出一条出租车专用道路，让出租车送站后可以直接到达接站区，这样可以大大减少出租车从送站到接站绕路的时间，节省部分车程，比较经济实用，出租车也一定乐意行驶，从而缓解火车站接站打车难的问题。”

本报记者 杨万卿 丛书莹

政协委员 曹春

中国健康教育中心主办：
安利纽崔莱 营养中国行

植物爱情故事：谁是你的“菜”

案例：

张昊和王欣是一对甜蜜的新婚夫妇，蜜月旅行归来，王欣准备的晚餐却越来越“素”，无肉不欢的张昊终于忍不住抱怨“怎么没我的菜？”王欣犯愁了，老公不到30就有了将军肚，为了健康着想，要如何改变他的饮食习惯？

安利营养顾问张晨告诉记者：中国营养学会建议中国人每人每天应摄取300-500g蔬菜和200-400g水果，但是调查显示国人的平均蔬菜食用量却不足400g，使身体健康陷入困境。专家认为摄入种类丰富的蔬果营养，不仅能够保证充足的维生素矿物质摄入，还可以摄入神奇植物营养素成分，让身体更有效的对抗环境污染、辐射等造成的自由基氧化侵袭，减缓衰老、预防多种慢性疾病。

来自植物的深情守护

植物营养素，这种“植物自身合成的天然有机化合物”对于健康至关重要。科学家成功验证了众多植物营养素的积极作用，如大豆中的异黄酮、茶中的茶多酚等，对防治慢性病、改善亚健康、调节内分泌等都具有积极作用。我们的心脏、肌肉、关节、大脑、内脏、免疫系统都备受植物营养素的精心呵护，随时随地为我们抵御氧化、衰老、肿瘤、糖尿病、高血脂、高血压的侵袭。

在植物体内，植物营养素的分布及含量是一个动态变化的过程。有时，即使吃了一些果蔬，人体摄入的植物营养素却不尽人意。更何况，我们会扔掉水果皮、蔬菜老叶，这些部位恰恰是植物营养素聚集的部分。如果日常膳食摄入的植物营养素不足，可以选择富含植物营养素的补充剂来弥补，例如，纽崔莱倍立健片等。

定制你的植物营养

不同植物所含的植物营养素不尽相同。每1kg的茶叶和蔓越莓中，槲皮素含量差别可达15倍。同时研究表明，大量摄入某种特定的植物营养素可对健康产生针对性的作用。究竟谁是你的“菜”，快领回家吧！

抵抗衰老—花青素。朋友聚会上，“你一点都没变”成了最受欢迎的赞美，有些人为什么岁月流逝依然容颜不变？花青素可能就是他们的秘方。花青素是植物营养素里的抗老先锋，抗氧化性明显优于维E和维C。此外，番茄红素也是强韧专家，抗衰老能力早已名声在外。

花青素：针叶樱桃、蓝莓、红叶甘蓝

番茄红素：番茄、胡萝卜、柿子椒

对抗痛风—槲皮素。海鲜、动物内脏的嘌呤含量高，喜欢“大口吃肉，大碗喝酒”的人，身体总有会响起痛风警报。这类人群应食用富含槲皮素的果蔬或营养补充剂，因为槲皮素被誉人的能力是抗炎、抗过敏，甚至能抑制黄嘌呤氧化酶从而有效缓解痛风。同样能够缓解痛风的植物营养素—绿原酸，具有抗菌消炎作用，并能促进伤口愈合。

槲皮素：蔓越莓、红洋葱、茶叶

绿原酸：杜仲叶、山楂、卷心菜

保护视力—叶黄素。日常的光和紫外线都会对人眼造成伤害，不喜欢佩戴墨镜的中国百姓尤其需要叶黄素的保护。叶黄素是构成人眼视网膜黄斑区域的主要色素，但人体无法自身制造，必须靠食用果蔬或者服用补充剂。对于学生、上班族、开车族等用眼频繁的人群能够有效缓解视力疲劳，延缓视力退化。

叶黄素：菠菜、西兰花、玉米

小贴士：食物的颜色多彩不仅能勾起吃货们旺盛的食欲，还是判断植物营养素含量的简单表示，你是不是也曾有过把彩虹吃掉的想法呢？看看“彩虹食谱”中都有哪些植物营养素。

[illegible]	
颜色	[illegible]
红色	番茄、西瓜：番茄红素（抗氧化、[illegible]）
橙色	胡萝卜、南瓜：胡萝卜素（抗氧化、[illegible]）
黄色	玉米：叶黄素（[illegible]）
绿色	[illegible]
紫色	[illegible]
黑色	[illegible]
白色	[illegible]