

乳山一小举办“写规范字 书爱国情”教师粉笔字大赛

为营造墨香校园气氛,夯实教师教学基本功,促进教师专业化发展,近日,乳山市第一实验小学举办了主题为“写规范字,书爱国情”教师粉笔字大赛。教导处王雯校长宣布了活动内容、流程及相关规则,25位教师参加了此次比赛。比赛中,教师们全神贯注,一支支粉笔,在笔尖韵律般飞舞,沙沙响的粉笔声演奏出一曲美妙的旋律。她们不急不躁,一笔一划地认真书写,一行行整齐的字迹,或清新飘逸,或骨坚内润,或雄健有力,或端正俊丽——40分钟后,公正娟秀、美丽大方的粉笔作品呈现在大家眼前,小小的方格之间挥洒出了老师们不同的气质和魅力。

本次粉笔字比赛不仅展示了教师的个人风采,也为教师间相互切磋学习提供了平台,激励了教师在板书书写上提高自身素养。

(李晓丽)

乳山市白沙滩镇中心学校致力打造书香校园

为展现学校教育理念,彰显学校办学特色,提高学校品位的重要平台,为学生成长提供重要途径,乳山市白沙滩镇中心学校多措并举致力打造书香校园。一是以丰富多彩的文化活动为引领,让学生浸润书香。学生可以自由选择自己喜欢

的书籍进行晨读。让阅读成为一种生活习惯,久而久之,改变一个人的气质,形成一个人优秀的品格。二是以美化校园文化环境为重点,让校园充盈书香。通过走廊文化、班级文化、操场文化,让学生在日常生活、生活中接受先进文化的熏陶和文明风尚的感染,促进了学生的健康成长,提高了学校的发展层次,形成了浓厚的校园文化氛围。三是开展亲子阅读活动,家校携手抓实学生的校外阅读和生活阅读,促进孩子健康成长。

(单娟)

新教师小试牛刀 见面课精彩纷呈

为了提高教师的课堂教学技能,促进新教师迅速成长,帮助他们快速融入课堂,乳山市畅园学校开展了新教师见面课教学活动。此次新岗教师展示活动,几位新教师在师傅们的帮助下课前认真钻研教材、精心备课、制作课件等;上课时,老师们激情饱满,亲切和蔼,在课堂上展示了自己的教学风采。他们有的运用多媒体课件,使内容更生动形象地呈现;有的运用小组合作学习的方式教学,充分体现了新课程自主、合作、探究的教学理念;有的注重对学生的引导、启发,增强了课堂的互动性。新教师见面课活动是畅园学校一直坚持的优良传统,不仅为新教师提供了一个磨练的机会,也为全校教师提供了一个共同学习、共同进步交流平台,有效的提高了全校教师的教育教学水平。

(张玉花)

基金投资收益“真香”

建信基金旗下14只产品年内收益率超40%

银河证券数据显示,截至9月25日,股票基金、混合基金年内收益率为25.93%、28.95%。建信基金多只产品更是超越平均,旗下共计有30只权益类基金年内收益率达30%以上,建信高端医疗、建信中小盘、建信改革红利、建信创业板ETF等14只产品收益率超40%,尤其是建信高端医疗已为投资者赚取了超70%的良好回报。

建信基金表示,节后海内外市场风险偏好均显著改善,国内经济和业绩持续修复,A股节后首个交易日喜迎“开门红”,未来主要关注三条主线,一是受内外政策双重催化的新能源、电动车板块;二是科技行情,尤其是消费电子类行业;三是在疫情影响下的军工和医药板块。投资者可关注建信基金相关产品进行布局。

拒绝节后综合症 护胃达人摩罗丹

双节期间,亲友相聚,美食当前,许多人都经不住舌尖上的诱惑,不经意间增加了肠胃负担,加上熬夜等不良生活习惯,不少人在节后提不起工作兴致,出现肠胃不适等节后综合症症状。护胃达人摩罗丹提醒您:拒绝节后综合症,从养胃护胃做起!

节后综合症来袭 注意及时自我调整

长假期间,由于人们忽略自我约束,熬夜、暴饮暴食等不良生活习性打破了生活规律,导致节后两三天内总感觉提不起精神、工作效率低下,甚至出现不明原因的恶心、晕眩、肠道反应、神经性厌食、焦虑、神经衰弱等节后综合症症状,若不及时调整,很容易影响生活学习和工作状况。

假期放纵肠胃苦 节后调养很重要

假期期间,各种不良饮食习惯会加大肠胃负担,成为肠胃脆弱的主因。因此,长假后要及时调整饮食结构,清淡饮食,以免对肠胃造成更大负担,还可适当饮用茶水或食用山楂片,让不堪重负的肠胃充分休息。此外,还需注意定时定量、规律饮食,切忌暴饮暴食;合理安排起居,早睡早起,若条件允许,尽量午睡;晚上入睡困难,还可以以热水澡或泡脚来促进睡眠。最后,注意心理调整,不要压力过大,节后工作应循序渐进,并辅以适当的运动缓解疲劳和紧张情绪,促进身体机能恢复。

肠胃不适别慌张 家中常备摩罗丹

若假期已出现肠胃不适,尤其是本就存在胃病的患者,更要注意节后调养。除了合理饮食,规律作息和适当运动外,还可以适当服用养胃护胃药物,如摩罗丹。摩罗丹由百合、茯苓、玄参、石斛等十八味纯天然地道中草药组成,组方合理,疗效确切、安全性高,能有效修复受损胃黏膜。家中常备胃药摩罗丹可有效应对功能性消化不良,起到和胃降逆、健脾消胀、通络定痛的作用,对浅表性胃炎、萎缩性胃炎、胃溃疡等胃部疾病及胃疼、胃胀、反酸、烧心、嗝气、消化不良、食欲不振等症状有非常好的疗效。

家中常备摩罗丹,助您节后元气满满!

农银智增定开混合基金10月12日起发行

2020年还剩下不到3个月了,该如何布局四季度和明年的权益投资?农银汇理推出新产品——农银智增定开混合基金于10月12日起开始发行,投资者可以重点关注。

农银智增定开混合基金定位为稳健灵活,权益仓位设定为45%-90%。基金经理在产品管理上将奉行“自上而下”和“自下而上”相结合的策略,以宏观大势研判为

农行威海分行用心、用情、用力,做好金融扶贫文章

近年来,农行威海分行认真贯彻落实中央关于脱贫攻坚决策部署,不断探索金融扶贫新思路、新途径、新举措,用心、用情、用力践行使命担当,勇挑金融扶贫重担,为决战决胜脱贫攻坚、支持乡村振兴贡献农行力量。截至9月末,全行扶贫贷款余额2.1亿元,较年初增加1.16亿元,增幅达123.29%。

精准扶贫全面发力。该行强化信贷引导,以精准扶贫和产业扶贫作为重点,打造出一条“政策引导、银行支持、企业参与”的扶贫新路子,充分发挥扶贫产品“富民生产贷”的特色优势,精选扶贫龙头企业,鼓励企业参与扶贫工作,贫困村民生活质量显著提高,为扶贫注入金融活水。2016年以来累计发放富民生产贷26笔,金额2.02亿元,累计受益建档立卡贫困人口达4037人。

积极助力消费扶贫。该行与对口帮扶的河北饶阳、新疆喀什等地区进行深入对接,通过开展“金秋助农美食秀”等活动,发动全行员工全面参与购买贫困地区农产品,以所购食材为原料,烹制美食、展示厨艺,评选优秀作品,推介助农产品。并发挥客户资源、业务发展、经营管理优势,协助贫困地区进一步做好金融扶贫、招商引资、公益捐赠等工作。近5年来,全行上下直接购买或引导客户帮助销售贫困地区农产品179万元。

探索开拓扶贫新模式。服务“三农”是农业银行永恒的使命,该行重点推进“强村贷”“惠农e贷”“惠农便捷贷”等特色产品,解决村集体组织、广大农户发展路上贷款难、贷款贵的问题,近3年来先后为近2000名农户创业致富提供了资金支持,得到了社会各界的一致认可。并在通过“强村贷”产品支持村党组织领办合作社发展的过程中,探索开创了“强村贷+扶贫”新模式,既为村集体产业发展提供了信贷资金支持,又为村内贫困户创造了就业岗位,把“输血”扶贫变成“造血”扶贫,有效带动贫困户增收脱贫。今年以来,累计发放“强村贷”9笔,金额882万元,创造就业岗位数十个。

积极支持帮扶村发展。自2017年与荣成市城西街道后沟村建立帮扶关系以来,该行先后为村里整修山路、渠道,修建拦河坝、水井,及时解决了村委办公设备不足问题,投入资金支持村集体蘑菇种植产业发展;组建金融知识宣讲小分队,进村开展金融知识宣讲活动,为村民讲解了反假币、电子银行、防诈骗、防范非法集资等多项内容;深化开展“干部联户”活动,着力解决老弱病残等特定贫困群体的实际困难,组织行领导和各部门干部职工与帮扶村困难群众结对子,每年春节、中秋等传统节日前走访慰问贫困村民,为他们送去米面粮油等生活用品。自脱贫攻坚战开展以来,该行累计投入帮扶资金28万元,干实事,显实效,受到村民的一致好评。

(鞠玲玲)

乳山寨镇强化精准意识确保贫困户识别退出

做好贫困户的精准识别是精准扶贫的基础和关键,为此乳山市乳山寨镇在“精准”上用力用劲。改变以往开大会、搞大呼隆的模式,实行“开小会、吃小灶”,由党委书记和镇长分片分层次召开支部书记、包村干部和第一书记培训会,对工作程序、标准和重难点问题详细讲解,提高讲解效果。明确具体责任到村、到人,与驻片两委、包村干部和村支部书记签订承诺书,防止出现弄虚作假、优亲厚友或者谋取不正当利益等情况。对于拟定的市标贫困户、省标重点帮

“金九”喜迎三连涨!广汽传祺以实力开启“价值战”新篇章

伴随着金九银十的到来,车市正在逐步“升温”。在此背景之下,广汽传祺多款车型集中发力,势如破竹,9月共斩获终端销量31119辆,并连续3个月达成同比正增长!传祺M8、M6组成的MPV家族表现亮眼,9月合计销量同比增长35.9%,其中,传祺M8销量同比增长23.7%,稳居中国品牌20万级以上高端MPV市场销量冠军;传祺M6月销量首次突破5千台,环比增长44.2%;传祺GS4家族凭借“好看、好开、好省”的优势持续受到市场好评,9月销量突破1.3万台。

洞察消费需求升级,在全领域、系统化创新推动下,今年广汽传祺推出了多款新车,成功覆盖各细分市场。上半年,广汽传祺推出了“硬核运动大五座”传祺GS8S、“中国豪华驾享新旗舰”全新传祺GA8,在其助力下,三“8”旗舰家族焕发出全新活力,9月销量同比增长23.1%。9月23日,传祺GS8推出“20万车主纪念版”,

荣成市第三十五中学“三减三健”健康生活我做主

为响应“三减三健”号召,倡导积极、阳光、健康、向上的生活方式,荣成市第三十五中学积极行动开启健康生活方式宣传月活动。校医以“三减三健”健康生活方式中的合理膳食和适量运动为重点,宣传

生活与健康的关系,并向学生倡导“合理膳食、适量运动、戒烟限酒、心理平衡”的健康生活方式,同时建议同学们将自己掌握的营养知识理念带给父母,使家庭成员健康素养能够得到进一步提升。

荣成市第三十五中让书香沐浴心灵,让阅读伴成长

为了进一步推进“书香校园”建设,本着“读书育人”的理念,引领学生课内外阅读优秀书籍,汲取古今中外文化精髓,养成读书做笔记的好习惯,提高学生的阅读能力、审美能力和写作能力,提升文化素养,荣成市第三十五中开展了一次班级读书笔记展评活动。

一本本读书笔记充分展现了读书活动给学生带来的思想情感的升华和理解能力的提高。此项活动的开展,不仅提高了广大学生的读书兴趣,真正让读书成为了一种习惯,进一步营造了浓厚的读书活动氛围,还丰富了学生的课余生活,提升学生的写作水平,提高语文学习成绩打下了坚实基础。

(王丽英)

荣成市第三十五中学最美的遇见——从心开始

为了引导帮助学校教师缓解心理压力,实现教师自我减压,提高教师心理健康水平和工作满意度,近日荣成市第三十五中学举行了教师心理培训讲座。

首先,心理老师和大家做了一个数字游戏,通过老师们的回答,心理老师指出老师们都有一种心理现象——从众心理。之后,心理老师又通过几幅图片,分析了老师们目前的情绪状态。最后,心理老师给老师们做了一个名为“最美的遇见——从心开始”的催眠活动。老师们闭着眼睛在轻音乐中进入催眠状态,并根据她的指令去感受和体验,在脑中产生一个又一个的画面,从而达到了全身的放松。

通过这次讲座,老师们都感到特别的轻松和开心,更加对生活和工作充满信心。

(张信平)

遗失声明

威海市环翠区育恒美术培训学校遗失中国邮政储蓄银行股份有限公司威海市青岛路支行基本户开户许可证。账号:937004010000200454,核准号:J4650004554801。特此声明作废。