

我省三条高速通车 进一步打通南下出省大通道 服务龙江特色文化旅游

吉黑高速全线通车 哈尔滨到凤凰山可省近1小时

生活报 (记者栾德谦文/摄) 4日,生活报记者从黑龙江省交通运输厅获悉,4日10时,吉黑高速山河(吉黑省界)至哈尔滨(永源镇)段、铁科高速五常至拉林河(吉黑省界)段、绥化至大庆高速公路正式交工通车。



吉黑高速全线通车 哈尔滨到凤凰山可省近1小时

4日上午,在吉黑高速牛家北收费站,随着省交通厅公路处处长周子兵一声令下,一排自动起落杆缓缓抬起,标志着吉黑高速正式全线通车。经常往返于哈尔滨和五常之间的李先生告诉记者:“我在哈尔滨上班,老家在五常,以前回去得走老道,五常到山河还得3个小时距离,有限速。这回有了吉黑高速,时间减少一半,想回去随时可以回去了。”龙江交投高速公路运营管理有限公司运营分公司总经理韩毅向记者介绍,吉黑高速有个山河收费站,从哈尔滨到凤凰山,时间可以缩短1小时到40分钟。

据了解,G1211吉黑高速山河(吉黑省界)至哈尔滨(永源镇)段,全长182公里(含哈尔滨绕城高速连接线31公里)。是国家“十纵十横”综合运输主通道的组成部分,是我省南下出省进

京入关主通道之一,也是哈长城市群“两纵一横”高速公路主骨架的“纵二线”。省交通厅公路处处长周子兵向记者介绍,吉黑高速建成通车以后,进一步打通黑龙江省南下出省的一个大通道,对快速融入全国的交通网络,完善黑龙江省快速高速网布局,强化哈尔滨、长春城市群发展,促进黑吉辽省际间,以及黑龙江省内区域之间的经济互动和交流合作,服务构建向北开放新高地,服务龙江特色旅游发展,都具有重要的意义。下一步,将继续加快建设哈尔滨都市圈、鹤岗至伊春等高速公路,亚布力至雪乡及331旅游公路的建设。打造一批产业路、园区路、旅游路、资源路和强边路,将全力加快建设交通强国,为龙江高速发展、可持续振兴当好开路先锋。

哈市网上政务服务能力 进入全国“非常高”组别 连续四年稳居东北地区最高水平

生活报 (记者梁晨) 日前,生活报记者从哈尔滨市政府获悉,国务院办公厅近日发布的《省级政府和重点城市一体化政务服务能力评估报告(2023)》显示,哈尔滨市一体化政务服务能力评估报告“非常高”组别,连续三年稳居全国先进行列,连续四年稳居东北地区最高水平。

2015年以来,国务院办公厅电子政务办公室委托中央党校(国家行政学院)电子政务研究中心进行全国重点城市一体化政务服务能力评估,至今已连续开展8年,成为政务服务数字化领域最具权威性、专业性、影响力的评估项目。《评估报告》从服务成熟度、办理成熟度、方式完备度、事项覆盖度和办事指南准确度5个方面对全国31个省

(自治区、直辖市)和新疆生产建设兵团以及计划单列市、省会城市政务服务机构2022年度省级政府一体化政务服务能力进行了全面分析。

据了解,在参与评估的哈尔滨、沈阳、长春、大连4个东北地区重点城市中,哈尔滨是东北地区唯一进入最高组别的城市,连续四年稳居东北地区最高水平。

从分项指标来看,哈市服务成熟度、办理成熟度以及指南准确度3个分项指标位居全国重点城市前列,以3个分项指标领先数量领跑东北。与2021年相比,2022年在保持服务成熟度、专业性、影响力的评估优势的同时,通过提高办事指南内容准确性,推动哈市指南准确度跃居全国前十名领先地位。



镜泊湖世界地质公园 获批国家自然资源科普基地

生活报 (记者梁晨) 日前,记者从黑龙江省自然资源厅获悉,国家自然资源科普基地评定结果揭晓,我省“镜泊湖世界地质公园”成功获批国家自然资源科普基地。

镜泊湖世界地质公园位于黑龙江省牡丹江市宁安市境内,为国家首批重点风景名胜自然保护区,以火山地质地貌景观和水体景观为主体,融合森林、湿地等自然景观及历史文化遗址等人文景观。镜泊湖世界地质公园主要功能以保护地质遗迹、保护自然环境、普及地球科学知识、促进公众科学素质提高以及开展旅游活动、促进地方经济与社会可持续发展为主。

镜泊湖世界地质公园获批国家自然资源科普基地,将有力支撑国家自然资源科普宣传和牡丹江市特色旅游城市建设。

哈市平房香坊易涝区段 将新建排水防涝设施

生活报 (记者仲亮) 近日,哈市平房区新疆东路与大连路交叉口、香坊区征仪南路与哈平西路交叉口易涝区段城市排水防涝设施建设项目经相关部门批准建设,平房区住房和城乡建设局现对该项目工程施工进行招标。

依据招标文件,该项目主要建设内容为:沿新疆东路(大连路—马家沟)建设d1800—d2400雨水管线3490.59米,配套建设雨水

铁科高速五常至拉林河段 打通黑吉两省间省际“断头路”

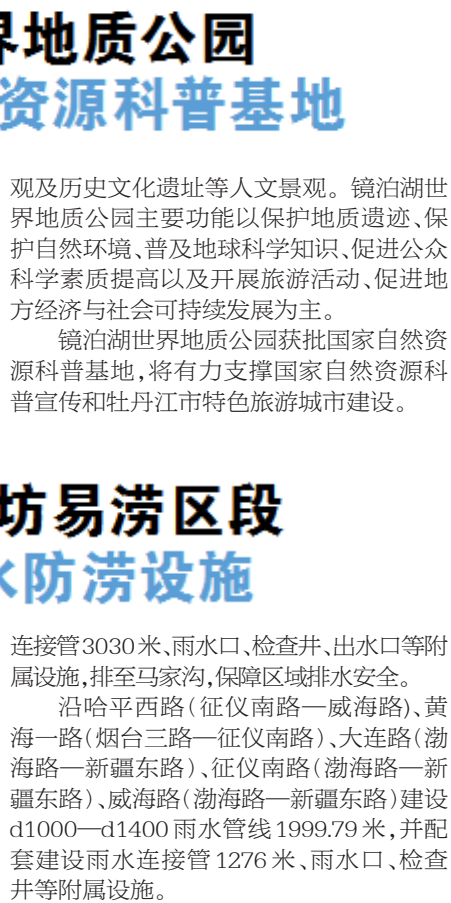
生活报记者从省交通部门了解到,与吉黑高速同时开通的还有G1015铁科高速五常至拉林河(黑吉界)段,项目全长11公里。该项目建成通车,打通了黑吉两省间的省际“断头路”,提升了省际间高速公路联网贯通水平,为强化省际间交流合作,加快哈长城市群区域一体化进程,推动黑龙江省加

速融入全国交通网和国内经济大循环提供交通运输服务。据介绍,项目建设通车后,进一步强化了黑吉省际间交通互联互通,畅通东北陆海大通道,对于推动东北地区加快打造协同高效、内联外通的综合运输通道体系,以交通一体化服务引领东北区域振兴发展发挥重要作用。

绥大高速 促进哈大绥区域一体化发展

4日开通的另一条高速S18绥化至大庆高速公路,路线东起绥化、西至大庆,连接青冈、望奎、安达,全长184公里。绥大高速建成通车,实现与绥北高速、绥满高速、大广高速联网贯通,形成绥化、大庆两市间一体高效交通网,打造直通中心城市和县区节点的“1小时通勤圈”,促进哈大绥区域一体化协同发展。同

时,为进一步拓展能源、化工等传统优势产业空间,支撑产业结构优化升级创造了条件。省交通厅公路处处长周子兵向记者介绍:“我省三条高速公路正式通车,标志着黑龙江省高速公路通车里程突破5000公里,为进一步提升我省现代化交通基础设施体系的一个重要举措。”



回收茅台酒 回收老酒,名酒,库存酒,钱币,冬虫夏草,安宫牛黄丸。联系电话:13051851528

声明·作废 13946092977

徐庭瑞,男,出生于2018年4月16日,父亲:徐志,母亲:王芳,出生医院哈尔滨市红十字医院,出生医学证明不慎丢失,编号:1230164342,声明作废。

哈尔滨市道外区乐动汽车儿童娱乐小镇不慎将百盛商业发展有限公司太平桥分公司开具的履约保证金票据丢失。票面金额49640元,开具日期2019年5月30日;票据金额22480元,开具日期2021年4月13日。特此声明作废。

哈尔滨市道外区乐动汽车儿童娱乐小镇不慎将百盛商业发展有限公司太平桥分公司开具的履约保证金票据丢失。票面金额3118元,开具日期2023年10月7日,特此声明作废。

婴儿姓名:朱轩震,男,2018年06月21日02时15分出生哈尔滨市,母亲:邵宇新,父亲:朱天平,朱轩震出生证明丢失,编号:1230156934,声明作废。

周顺利不慎将绿地集团哈尔滨洋浦置业有限公司开具的首付款收据,购房合同丢失(合同编号:19160010738)丢失,金额:117700元,房屋坐落哈尔滨市平房区国际花园小区3栋一单元1002室,建筑面积93.02平方米。特此声明作废。

哈尔滨市南岗区三月风火锅店遗失食品经营许可证正本,编号:JY2230103015527,声明作废。

公告·公示 13946092977

根据市政府关于历史遗留不动产办理的相关规定,对以下房屋的不动产办理人公示如下:

本人程新,为金都街文苑小区9号楼2单元13层01室,面积76.1平方米房屋的所有权人,该房屋用途为住宅,由本人实际占有,本人自愿将该不动产权属无争议,申请不动产登记,并自愿承担由此产生的一切法律责任。

如对上述房屋所有人存在异议的,请在此公示发布之日起15个工作日内,向哈尔滨市阿城区政府房屋征收服务中心和哈尔滨市阿城区不动产登记事务中心提出书面异议。

哈尔滨市阿城区政府房屋征收服务中心 地址:阿城区师范家属小区;电话:56567069。

哈尔滨市阿城区不动产登记事务中心 地址:阿城区大街大润发78号;电话:53965505。

哈尔滨市阿城区政府房屋征收服务中心 哈尔滨市阿城区不动产登记事务中心

2024年3月5日

公告·公示

根据市政府关于历史遗留不动产办理的相关规定,对以下房屋的不动产办理人公示如下:

本人段海为广信新城小区B02栋2单元11楼1号房屋(建筑面积75.53平方米)的受让人,原房屋所有人已将该房屋实际交付给我人,由本人实际占有,本人已自愿作出承诺,现段海有以上房屋所有权的身份,申请办理上述房屋《不动产登记证书》手续。

如对上述房屋所有人存在异议的,请在此公示发布之日起15个工作日内,向哈尔滨市松北区棚户区改造工作领导小组办公室和哈尔滨市松北区不动产登记事务中心提出书面异议。

哈尔滨市松北区棚户区改造工作领导小组办公室 地址:松北区龙川路1750号;电话:84013325。

哈尔滨市松北区不动产登记事务中心 地址:松北区松北一路8号;电话:84094151。

哈尔滨市松北区棚户区改造工作领导小组办公室 哈尔滨市松北区不动产登记事务中心

2024年3月5日

生活报中缝广告 受理地址:哈尔滨道里区地大街1号生活报一楼阳光大厅 刊登 84681180 电话 15004697804

世界肥胖日

哈医大一院举行义诊活动

专家助您击溃负重 享“瘦”健康

生活报 (记者王秋实) 4日是第五个“世界肥胖日”,为普及肥胖及相关代谢综合征的防治知识、提高公众健康减重意识,哈尔滨医科大学附属第一医院普外科(减重与代谢专科)、临床营养科、内分泌科在南岗区门诊开展多学科联合义诊活动。

超重或肥胖易引起多种疾病

当天9时许,记者在现场看到,普外科(减重与代谢专科)赵磊教授、临床营养科吕和教授、内分泌科高洁教授,从多角度共同为肥胖及代谢性疾病患者出谋划策,并免费为参加义诊的市民进行身体成份分析。在3个多小时的义诊活动中,共诊治患者百余人。

40多岁的李先生身高1.7米,体重260斤,患有高血压、冠心病、胰岛素抵抗等多种代谢性疾病,他日前到该院心内科就诊时看到了义诊宣传,于是特地来到现场咨询。几位医生一致认为,减重手术是李先生目前最佳的治疗方式。义诊中,很多患

者不光询问自己的病情,同时也为家人和朋友的肥胖或代谢综合征向医生咨询。

哈医大一院普外科主任孙备教授表示,肥胖及相关代谢综合征已逐渐成为全球性公共卫生问题,肥胖已被世界卫生组织认定为疾病。近年来,心血管疾病、糖尿病、部分癌症等导致的死亡人数占中国居民总死亡人数的近90%,而超重和肥胖是这些病的主要危险因素。目前,中国50%以上的成年人和约20%的学龄儿童都存在不同程度的超重或肥胖问题。哈医大一院作为省内首屈一指的综合性能医院,将竭力为肥胖患者的健康护航。

合理饮食+适量运动 减重要打“持久战”

赵磊教授介绍,对于亚洲人群BMI≥32.5或者BMI≥27.5伴有高血压、糖尿病、非酒精性脂肪肝、睡眠呼吸暂停综合征、多囊卵巢综合征等代谢性疾病的患者都需要外科手术,早期进行外科手术,不但减重效果好,而且能够改善很多代谢性疾病。体重恢复正常后,高血压、冠心病、胰岛素抵抗等问题也会迎刃而解。[BMI=体重(kg)÷身高(m)÷身高(m)]

赵磊提醒,最好的减重方法还是强化生活方式干预,也就是合理饮食、适量运动,其他方式都应谨慎选择。生活中,饮

食要多元化,三餐定时定点吃,做到营养均衡合理但不要摄入过多热量,碳水、纤维素、脂肪、蛋白质等都需要摄入。一周暂停综合征、多囊卵巢综合征等代谢性疾病的患者都需要外科手术,早期进行外科手术,不但减重效果好,而且能够改善很多代谢性疾病。体重恢复正常后,高血压、冠心病、胰岛素抵抗等问题也会迎刃而解。[BMI=体重(kg)÷身高(m)÷身高(m)]



生活报 (记者吕晓艳) 记者从省招生考试院获悉,为帮助考生熟悉新高考志愿填报系统,掌握志愿填报流程,该院4日模拟编制了适应性演练招生计划,该计划仅供适应性演练志愿填报使用,分为普通历史类、普通物理类、艺术类、体育历史类、体育物理类,招生计划数全部为“0”,与2024年正式招生计划无关。考生可登录https://www.hljea.org.cn/info/1018/10744.html,下载相关附件查阅。



关于肥胖 世卫组织这么说

据新华社电 世卫组织1日援引英国《柳叶刀》杂志刊发的一项研究报告说,2022年全球肥胖人口已超过10亿,约占全球人口的四分之一。其中,约1.59亿肥胖人口为5岁至19岁的儿童和青少年,8.79亿为成年人。该报告还显示,从1990年到2022年间,全球成年人中的肥胖人口增加了一倍多,5岁至19岁儿童和青少年中的肥胖人口更是增加了约3倍。

世卫组织说,肥胖是一种复杂慢性病,且会导致其他多种疾病发病风险提升。例如,肥胖会导致患2型糖尿病和心脏病风险增加,影响骨骼和生殖健康,还会

增加患某些癌症的风险。此外,肥胖还会影响睡眠、活动能力等与生活质量相关的因素。世卫组织强调,超重和肥胖在很大程度上是可以预防和控制。在个人层面,预防肥胖的关键在于实现消耗能量与摄入能量的平衡。世卫组织建议,为了实现这一目标,人们可以限制脂肪总量摄入,并将脂肪摄入从饱和脂肪转向不饱和脂肪;增加水果、蔬菜、豆类、全谷物和坚果的摄入并限制糖的摄入。为了增加能量消耗,人们可以提高体育活动水平,例如日常进行至少30分钟的定期、中等强度的活动。

帮助考生熟悉 新高考志愿填报 我省公布适应性演练招生计划

生活报 (记者吕晓艳) 记者从省招生考试院获悉,为帮助考生熟悉新高考志愿填报系统,掌握志愿填报流程,该院4日模拟编制了适应性演练招生计划,该计划仅供适应性演练志愿填报使用,分为普通历史类、普通物理类、艺术类、体育历史类、体育物理类,招生计划数全部为“0”,与2024年正式招生计划无关。考生可登录https://www.hljea.org.cn/info/1018/10744.html,下载相关附件查阅。

福彩3D	第24054期	192
福彩p62	第24054期	395838+0
福彩36选7	第24024期	06 09 10 19 33 35 36+32
福彩22选5	第24054期	06 07 11 21 22
福彩七乐彩	第24024期	01 08 14 16 20 21 23+11
体彩超级大乐透	第24024期	03 05 12 17 26 +01 12
体彩排列3	第24054期	221
体彩排列5	第24054期	22187