

市科技局：

以科技创新释放经济发展活力

本报讯 为深入实施创新驱动、科教兴市、人才强市“首位战略”，10月16日，市科技局召开全市科技系统工作会议，推动我市科技工作不断向前发展。

会上，全体人员深入学习贯彻习近平总书记在全国科技大会、国家科学技术奖励大会、两院院士大会上的重要讲话精神。各业务科室围绕创新主体培育、科研项目申报、创新平台建设等工作，全面梳理国家、省、市有关科技政策，开

展业务培训。各县(市、区)科技部门负责人针对各自工作开展情况进行交流讨论。

会议指出，当前全市科技工作已经取得显著亮点，为三门峡市的科技创新和经济发展提供有力支撑。会议强调，要围绕本地主导产业，加强高能级创新平台建设，推动产业链、创新链、人才链、资金链“四链融合”，提升龙头企业创新能力；要提高站位，尽早谋划，拿出“真金

白银”支持一批高质量科研项目；要精准开展产学研合作，加强科技人才培养和引进；要提前研究，科学谋划，认真梳理2025年及“十五五”期间的科技创新重点工作。要坚持以政治建设为引领，加强“五型机关”建设，增强科技服务和创新意识，坚持向科技要资源，借助人工智能等手段不断提升工作效能；要探索建立“线下科技服务综合体”，加强市、县两级工作链接，实现最大限度的资源共享，持

续提升服务企业能力；要保持韧劲，以“有解思维”破解发展难题，不断改进工作方式方法，为企业发展注入科技力量。

此次会议，不仅为全市科技系统提供一个交流学习、共谋发展的平台，也为推动三门峡市科技事业注入新的动力和活力。大家纷纷表示，将以此次会议为契机，进一步解放思想、开拓创新，扎实工作，为经济社会高质量发展贡献科技智慧和力量。(陈伟宾 侯志睿)

市政府食安办：

加强风险研判 筑牢食安“城墙”

本报讯(记者赵晓生)为进一步加强食品安全风险交流，推进重点工作提质增效，近日，三门峡市政府食安办组织召开全市食品安全风险交流暨专项行动调度会议。市委网络安全和信息化委员会办公室、市发展和改革委员会、市教育局、市卫生健康委员会等单位参加会议。

会议通报了2023年度食品安全考评结果、食品安全排查整治及抽检监测等有关工作情况，听取了各有关单位食品安全放心工程建设专项行动开展情况和2024年食品安全工作评议考核指标完成情况，并围绕各领域存在的食品安全问题及风险隐患进行分析，研究部署下一步食品安全相关工作。

会议强调，要增强风险防范意识，各有关单位要加强对重点场所、重点环节食品安全潜在风险的排查整治，把风险查找在前、把隐患化解在前，坚

决把食品安全事件遏制在萌芽状态；要强化责任担当，各有关单位要逐条逐项梳理总结，及时补齐短板弱项，积极打造工作亮点，在完善监管等方面不断创新招法，争取在考评取得好成绩；要强化协同配合，牢固树立“一盘棋”思想，及时互通信息、强化沟通协作，确保风险隐患早发现、早预警、早处置，完善食品安全事故应急处置机制，共同防范食品安全风险；要强化巩固提升，要积极宣传和推广攻坚行动等重点工作的先进经验和成效，总结提炼好经验、好做法，固化可为操作、能执行的制度，发掘亮点工作，强化宣传报道，形成共建共治共享食品安全新格局。



百炼成“金”

黄金作为一种贵金属，在人类生产生活中具有极高的经济价值，其提炼技术也随着科技的发展不断进步。

以“岩金”为例，金被大量的岩石包围包裹，地质测量人员找到含有金的矿床矿体后，由采矿人员对矿体进行凿岩爆破，将含金的矿石从矿体中剥离，运送至选矿厂。

在选矿厂，由破碎机、球磨机等主要设备，将含金矿石由500毫米大小变成0.074毫米大小，由浮选机通过添加浮选药剂将含金的矿物与脉石矿物进行初步分离，再经过固液分离，得到含金30克—60克/吨的金精粉，这时的金仍是黑色粉末。

提取黄金有两大“流派”，一是湿法工艺，二是火法工艺。湿法工艺主要是采用浸金剂(氯化钠、硫代硫酸盐、硫脲、石硫合剂等)把金从粉料中溶解进入液态，与其他矿物进一步分离，含金液进行锌粉置换或活性炭(或树脂)吸附，得到含金1000克—10000克/吨(0.1%—1%)的金泥或载金炭，金泥或载金炭分别采用不同的酸浸除杂、火法造渣熔铸等工艺，基

本上可以得到99%的合质金，这时金才露出其本来面目——金黄色。

火法工艺目前的主流是“造渣捕金”，就是将金精粉配到铜精粉或铅精粉中，在熔炼炉中金随着铜沉降形成铜铈，而其他大部分矿物造渣除去。铜铈再经过吹炼除杂、还原熔炼，成为铜阳极板，再对阳极板进行电解，得到电解铜的同时，金、银等稀贵金属及其他贱金属等成为铜阳极泥，铜阳极泥进行王水(氯酸钠等)溶金、草酸(亚硫酸氢钠等)还原等一系列提纯还原操作，最后将还原好的金粉置于中频炉中熔化造渣除杂，最终铸成金锭。

实际生产中，往往是湿法与火法结合应用，金得到“火”与“水”的洗礼，更有利于得到高纯度99.99%的金。

(国投金城冶金有限责任公司 薛建森)



中试基地助力 钾基新材料 结硕果

本报讯 中试基地是科技成果走向产业化的重要通道。今年以来，市科技局大力推动原创性科技成果从实验室走向规模化生产，加强指导河南省钾基新材料中试基地开展研发，为科技成果本地转化提供有力支撑。

在市科技局的支持下，自河南省钾基新材料中试基地成立以来，共计建成6条中试生产线，已服务中南大学、西安建筑科技大学等6家单位，收入408万元；孵化企业2家，实施了23项技术成果项目，技术合同金额1688万元，累计营业收入1068万元；获得授权专利8项，其中发明专利2项，实用新型专利6项，发表论文2篇，研究成果“一种弹罐式钾还原系统及工艺”完成河南省科学技术成果登记。

据悉，市科技局将继续围绕新材料产业链，加强中试基地的顶层设计和布局，加快推进先进适用技术在我市转移转化，支撑引领产业振兴发展。(吴昊 马洛生)



本报讯 10月15日，国网三门峡供电公司首次采取“中压发电车并网发电”支撑计划检修工作，利用中压发电车并网保障检修线路电力供应，实现用户停电检修“零感知”，标志着供电可靠性提升的技术突破和应用拓展再上新台阶。

为保障群众正常生产生活用电，减少停电范围，该公司采用“停带结合”方式对城区部分线路实施电网改造，并协同多部门对施工方案和保电方案进行分析研判，组织

工作人员进行实地勘察，走访用户，排查用户保电需求，经过反复研讨、推演，确定中压保电车接入方案。

10月15日上午9时20分，该公司提前完成中压发电车接入，随着隆隆的电机声转化为电能，最终实现了中压发电车供电和电网供电的“无缝切换”。本次停电检修工作中，共计使用2台中压发电车和1台低压发电车，有力保障了120户公变用户和14户专变用户正常

用电。

据悉，国网三门峡供电公司将继续探索中压发电车应用技术，持续推进“转供+带电+发电”综合应用模式，拓展配网不停电作业手段，最大限度减少停电时长，保障民生用电，提升供电可靠性和保供能力。(靳一玮 杨畅卓煜)



义马市教体局：

为新进教师系好人职“第一粒扣子”

本报讯 为弘扬教育家精神，提高教师队伍素质，10月19日至20日，义马市2024年新进教师集中培训在义马市教师进修学校进行，13名新进教师参加培训。本次集中培训共1天12学时，培训结束后，新进教师将分散到各学校进行为期10天38个学时的校本研修。

开班仪式上，市教体局相关人员全面介绍了义马教育工作基本情况，科学分析义马建设教育强市的形势任务，勉励新进教师忠诚党

的教育事业，大力弘扬教育家精神，牢记立德树人根本任务，守牢师德师风底线，尽快实现角色转变，适应教学工作要求，加速成长为各学校的中坚力量，为义马教育高质量发展作出积极贡献。

为保证培训质量和提升培训效率，义马市教体局与义马市教师进修学校多次研究，根据新进教师的知识特点和职业发展需求，邀请一线教学经验丰富的教师担当培训任务，精选包括职业规划、师德

教育、教育教学技能和班级管理等内容，并通过集中与分散、指导与自学、岗位培训与教学实践相结合的混合培训方式，为新进教师系好人职“第一粒扣子”，这也为其今后的职业成长奠定了坚实基础。

培训课上，授课教师围绕不同专题从职业成长到师德师风，从如何做一名好教师到如何当好班主任，从课程标准到教学设计，从抓课堂教学到管理好学生，分析教学管理工作中的常见问题并提出处理策

略，帮助新教师尽快熟悉教育教学常规要求，少走“弯路”快速成长。

此次集中培训，新进教师提升了知识和技能，明确了教育教学的方向和落脚点，也懂得教师不仅是一份职业，更是一份责任。大家纷纷表示收获颇丰，回到学校后要积极开展校本研修，把后半程培训完成好，积极将所学内容应用于实践，在义马新时代教育高质量发展征程中奉献青春力量。

(何苏娟)

北京怀柔与卢氏提升旅游品质

两地协作旅游行业质量提升培训班在卢氏举行

本报讯 为加速推动三门峡市文旅医养一体化大健康产业的蓬勃发展，着力提升乡村振兴致富带头人的管理能力，近日，北京怀柔与卢氏协作的旅游行业质量提升培训班在风光秀美的卢氏县狮子坪乡柳树湾村举行。来自景区、民宿、农家乐等领域的文旅从业人员100余人参加此次免费培训。

本次培训为期两天，由卢氏县文化广电和旅游局、狮子坪乡政府、卢氏县中医院、卢氏县中等专业学校携手北京市怀柔区职业学校共同组织举办。培训班特邀专业团队资深老师进行授课。培训内容丰富而全面，涵盖民宿旅游营销管理与策划、农产品短视频营销创新思路、民宿礼仪规范、客房服务优质标准、中餐烹饪技巧、面点制作、康养旅游前沿理念等方面

的理论课程以及实操课程。

培训现场，气氛热烈，学员们认真听讲，积极讨论，一致表示这次培训及时必要，具有极强的针对性，收获丰富，受益良多。通过培训，提升了学员们对民宿旅游服务的认识，更新观念，拓宽视野，丰富知识，提升服务品质。

据了解，培训班结束后，学员们转至卢氏县中等专业学校对中餐烹饪等专业的学生进行民宿礼仪、民宿客房服务、中餐面点、中餐烹饪等方面免费技能培训，既增强乡村文旅从业人员的致富意识，又激发创新活力，提升管理能力，提高服务水平，有力地推动乡村产业以及旅游行业的繁荣发展，为文旅医养一体化大健康产业建设实现乡村全面振兴的美好愿景。(王富君 程伟 张华)

老年人如何补钙

“两年前，我坐在椅子上想要站起来，用手在椅子上撑了一下，觉着手指有些疼，一看左手手指骨折。这一次，早上起来整理床铺，我拉了一下被子，右手的手指头又断了两根，我的骨头怎么脆成这样了？”

今年78岁的黄阿姨讲述着自己的发病经过，很显然，这是骨质疏松引起的脆性骨折。除了显而易见的手指骨折，黄阿姨还有腰背痛的症状。经过影像检查，她的脊椎竟有三处陈旧性骨折和一处新发生骨折。黄阿姨明知自己患有骨质疏松症，为什么不进行有效治疗？经过询问，原来她吃钙片后有上火症状——便秘、口干、口臭，所以就没有坚持吃钙片。

那么，老年人补钙为啥会上火呢？原因是钙质进入肠道后吸收困难，老年人胃肠道功能差，蠕动吸收能力弱，变相增加肠道负担，进而诱发便秘，或加重原有便秘症状。同时，肠道功能差，导致浊气不能下行，往上走就出现口臭症状，水分吸收不充分就会出现口干症状，甚至由于水分不足，一些老年人还会出现泌尿系统感染，小便时有灼热感，这就是老年人常说的补钙上火的原因。既然老年人补钙上火，我们就想办法解决它。

一、早晨空腹吃钙片，可以快速吸收，减轻肠道负担。因为白天我们一直在运动，肠

道会比较活跃。

二、吃钙片的同时可以服用保和丸、四磨汤口服液、大黄苏打片等促进胃肠道蠕动的药物，来辅助改善症状。当然，这些药物不需要天天吃，间断服用即可。

三、多吃叶类蔬菜，多饮水，也可改善上火的症状。

当然，如果实在无法耐受钙片带来的不适症状，我们还可以用食物替代。比如，饮用纯牛奶和食用黑芝麻。500克纯牛奶的含钙量与一粒含600毫克钙片相当；100克黑芝麻的含钙量为800毫克，基本满足人体每天的钙需要。所有的肉类含钙量都比较大，可增加肌肉力量，老年人可以适当多吃些肉。

治疗骨质疏松，补钙只是基础，还需多晒太阳，多做户外运动，补充维生素D3。一些病人还需视病情服用影响钙代谢和缓解骨痛药物进行治疗。

(三门峡武强中医院院长 李武强)



三门峡日报 三门峡市教育局 中招君

2025三门峡中招公益直播第3期

三门峡市教研室 中考英语专题解析

10月26日(周六)晚8:00

授课老师: 马白鸽

河南省骨干教师

中小学一级教师

三门峡市骨干教师

三门峡市教学标兵

三门峡优质课赛讲一等奖

课程主题: 中考英语——说明文体裁的阅读技能提升

扫码添加【中招君】进群【听直播】 提前一天进群，不拥挤抢先看直播

名师公益直播每周持续更新

10月26日(周六)晚8:00,初三公益直播课—— 中考英语——说明文体裁的阅读技能提升

本报讯 为帮助我市千万学子备战中考，全面提升英语核心素养，本报与三门峡市教育局联合推出“2025河南中考公益直播课”。通过各位教师的辛勤备课和精彩讲解，中考公益直播课开讲后获得学生和家家长一致好评，观看人数数万人次。本周六晚8:00将继续推出2025届第3期三门峡中考公益直播课。

本周直播课程是英语，由灵宝市第一初级中学马白鸽老师授课。马白鸽将带领大家灵活运用说明文阅读的技巧和方法来提升阅读的效率和质量，进而提升阅读素养，提高中考成绩。

公益直播课每周一期，针对中考各科重难点进行答疑解惑。各位老师、家长、学生可识别左下方二维码加“2025三门峡中招君”为好友，进群听课。本周六晚8:00，大家一定要准时到课。(本报记者)

单位简介: 灵宝市第一初级中学是隶属市教育局的全日制标准化城市中学，创建于1996年，拥有40余个教学班，学生2400余人，在编教师180人。该校秉承“高质量 有特色 现代化 创一流”的办学宗旨，聚焦“文化塑魂、课程创优、名师引领、科研提质、特色塑品”工作思路，围绕“砺心志、行高远”文化主题，践行“砺心致远 慧达天下”教育初心，凸显“砺心向善 格高致远”核心理念，致力于培育具有砺心致远、卓越精进、慧达天下的未来人才。该校先后荣获河南省“卫生先进单位”“文明学校”，三门峡市首批示范性初中、三门峡市初中教学竞赛先进单位、三门峡市书香校园、三门峡市平安校园、三门峡市健康校园等百余项荣誉称号，并被确定为国家级“名著阅读实验学校”和河南省校本研修示范校等。

老师简介: 马白鸽，灵宝市第一初级中学英语教师、中小学一级教师、河南省骨干教师、三门峡市骨干教师、三门峡市教学标兵。她的优质课曾获“部级”优课，三门峡优质课赛讲一等奖。