

Để từng bước nâng cao chất lượng, hiệu quả hoạt động giám sát, Thường trực HĐND huyện, các ban HĐND huyện đã chủ động xây dựng chương trình, kế hoạch thực hiện giám sát. Việc lựa chọn hình thức, nội dung giám sát được thường trực HĐND huyện bàn bạc, xem xét kỹ lưỡng. Các nội dung giám sát đều là những vấn đề quan trọng, nhiệm vụ chính trị trọng tâm, tập trung vào những vấn đề bức xúc nổi cộm được nhiều cử tri quan tâm.

Điển hình như ngay sau khi nghe phản ánh, kiến nghị của cử tri bức xúc trước những vấn đề về ô nhiễm môi trường trong hội nghị tiếp xúc cử tri với Đoàn đại biểu Quốc hội tỉnh tháng 6 vừa qua, Thường trực HĐND huyện đã gửi công văn tới xã Thượng Hiến, xã Minh Tân để thực hiện việc giám sát công tác quản lý của UBND hai xã về thực hiện Luật Bảo vệ môi trường và giám sát thực tế tại nơi sản xuất của các đơn vị gây ô nhiễm môi trường. Qua việc thực hiện giám sát của đoàn cho thấy, việc sản xuất tái chế nhôm của gia đình ông Phạm Ngọc Hải, xã Thượng Hiến không có giấy phép kinh doanh sản xuất tái chế nhôm, không có các thủ tục về lĩnh vực bảo vệ môi trường. Hay đối với trạm trộn bê tông tươi của Công ty TNHH Xây dựng Xuân Chuyển (xã Minh

HỘI ĐỒNG NHÂN DÂN HUYỆN KIẾN XƯƠNG Nâng cao chất lượng giám sát

Thời gian qua, HĐND huyện Kiến Xương đã triển khai nhiều giải pháp tích cực nhằm từng bước nâng cao chất lượng, hiệu quả hoạt động giám sát, coi đây là một trong những nội dung quan trọng khẳng định vai trò, chất lượng hoạt động của HĐND huyện trong nhiệm kỳ 2016 - 2021.



6 tháng đầu năm 2019, giá trị sản xuất công nghiệp của huyện Kiến Xương đạt gần 1.600 tỷ đồng. Trong ảnh: Hoạt động sản xuất tại Xí nghiệp may Đông Thăng (Kiến Xương).

Tân), qua giám sát cũng phát hiện công ty chưa thực hiện quyết định của UBND tỉnh về việc dừng hoạt động trạm trộn bê tông tươi, sản xuất gạch không nung. Mặc dù đã có hồ xử lý chất cận thải song việc sản xuất vẫn chưa thực sự bảo đảm môi

trường nước bên bờ sông Hồng, ảnh hưởng tới nhiều hộ dân sinh sống trong khu vực. Trước thực trạng trên, HĐND huyện Kiến Xương đã có những kiến nghị, đề xuất đối với UBND huyện, các ngành chức năng và UBND hai xã có những

biện pháp xử lý dứt điểm tình trạng gây ô nhiễm môi trường của các đơn vị, tránh gây bức xúc cho người dân. Theo đánh giá của Thường trực HĐND huyện Kiến Xương, thời gian qua, công tác giám sát được HĐND huyện và xã, thị trấn

phát huy tích cực và đạt kết quả tốt. Trong 6 tháng đầu năm 2019, Thường trực và các ban HĐND huyện đã tổ chức 5 cuộc giám sát về việc quản lý, sử dụng nguồn thủy lợi phi cấp bù tại các ban quản trị HTX SXKD DVNN; việc thực hiện các quyết định, quy định về nếp sống văn hóa mới; việc tiếp dân, giải quyết và trả lời ý kiến của công dân ở các cơ quan, đơn vị; việc thực hiện dự án nuôi bò sinh kế và công tác quản lý, bảo vệ tài nguyên và môi trường ở một số địa phương. Công tác giám sát đã được thể hiện qua việc xem xét các báo cáo của UBND, các ngành chuyên môn đồng thời trực tiếp dự các hội nghị triển khai, quán triệt, sơ kết, tổng kết, các hội nghị giao ban, hội nghị tuyên truyền về các lĩnh vực kinh tế - xã hội, an ninh, quốc phòng. Ngoài ra, khi thực hiện giám sát, đoàn giám sát còn đến tận thực tế, cụ thể các đối tượng chịu giám sát để xem xét đánh giá tình hình, cũng có thêm kết quả giám

sát để xuất chỉ đạo các cơ quan có thẩm quyền giải quyết. Qua đó, Thường trực HĐND, các ban của HĐND huyện đã ban hành nhiều kết luận, kiến nghị với UBND huyện, các phòng, ban, cơ quan chức năng và các xã, thị trấn tìm giải pháp khắc phục kịp thời những hạn chế, thiếu sót trong việc tổ chức thực hiện các chủ trương, đường lối, chính sách, pháp luật của Đảng và Nhà nước, nghị quyết của HĐND các cấp.

Tại các kỳ họp, HĐND huyện đã thực hiện quyền giám sát thông qua việc xem xét các báo cáo của Thường trực HĐND, UBND huyện, các cơ quan tự pháp và các ban HĐND huyện. Các đại biểu HĐND huyện đã phát huy tinh thần trách nhiệm, nghiên cứu, đóng góp nhiều ý kiến, giải pháp thiết thực để các cơ quan, đơn vị chủ động tháo gỡ khó khăn, thực hiện có hiệu quả các nhiệm vụ được giao. Để nâng cao chất lượng, hiệu quả công tác giám sát, thời gian tới, HĐND huyện Kiến Xương tăng cường hoạt động giám sát, đặc biệt là liên quan đến các lĩnh vực được đại biểu và cử tri quan tâm. Thường xuyên theo dõi, đôn đốc việc thực hiện các kết luận, kiến nghị sau giám sát nhằm chỉ đạo giải quyết tốt các vấn đề phát sinh từ thực tiễn, bảo đảm hiệu quả giám sát, phấn đấu hoàn thành tốt các chỉ tiêu kinh tế - xã hội đề ra.

THU THỦY

Phòng bệnh gan nhiễm mỡ bắt đầu từ chế độ ăn



(dantri.com.vn) Gan nhiễm mỡ là tình trạng mô tích tụ bên trong và bao quanh gan lớn hơn 5% trọng lượng cơ thể thể béo gan.

Bệnh gan nhiễm mỡ có thể gặp ở mọi lứa tuổi, kể cả trẻ em nhưng hay gặp nhất ở tuổi trung niên quá cân hay béo phì và những người bị bệnh đái tháo đường, những người có nồng độ cholesterol và triglycerid cao.

Nguyên nhân gây bệnh gan nhiễm mỡ là do uống nhiều rượu dẫn đến rối loạn chức năng gan; thừa cân, đái tháo đường dẫn đến oxy hóa acid béo ở gan; sử dụng thuốc độc, chất dẫn đến thể béo gan bị hủy hoại.

Dấu hiệu nhận biết gan nhiễm mỡ

Giai đoạn đầu, vì tình trạng lắng đọng mô gan xảy ra từ từ nên giai đoạn đầu đa phần đều không có dấu hiệu rõ rệt. Chỉ khi đi siêu âm, xét nghiệm máu hoặc chụp cắt lớp mới phát hiện được. Tuy nhiên, một số trường hợp gan nhiễm mỡ có thể gặp các dấu hiệu như: mệt mỏi, đau tức hoặc nặng vùng gan.

Giai đoạn sau sẽ có các dấu hiệu: đau bụng, vàng da, nôn và buồn nôn. Lúc này, bệnh gan nhiễm mỡ đã tiến triển nặng và quá trình điều trị bệnh sẽ khó khăn hơn.

Gan nhiễm mỡ nguy hiểm như thế nào?

10 - 25% gan nhiễm mỡ có thể tiến triển đến xơ gan và tử vong. Điều này hẳn có ý nghĩa rất lớn cho những ai mong muốn có một cuộc sống khỏe mạnh và lâu dài. Để làm chậm tiến triển của bệnh ảnh hưởng đến hoạt động của gan, chế độ ăn phù hợp và giữ cân nặng hợp lý là cần thiết. Dưới đây là những nguyên tắc chung trong ăn uống với những người mắc bệnh gan nhiễm mỡ.

Chế độ ăn uống nên chọn:

Thực phẩm có chỉ số đường huyết thấp (GI): ngũ cốc thô, trái cây ít ngọt và giàu chất xơ, rau, đậu.

Sử dụng lượng đạm vừa đủ (không thiếu và không dư): chọn cá, gia cầm bỏ da, thịt nạc, sữa không béo, phô mai không béo.

Nhịn giảm cân từ từ sẽ giảm tình trạng mỡ bao quanh gan (không nên giảm cân quá mức vì có thể gây nguy hiểm).

Nhịn ăn chất đạm vừa phải (1g/kg cân nặng/ngày). Tăng cường lượng rau, trái cây (mỗi ngày mỗi người nên ăn tối thiểu 300g rau xanh, 200g củ chín tươi).

Một số thực phẩm được xem là thuốc có tác dụng giảm mỡ như đậu phụ, rau cải, đậu Hà Lan, cà chua tươi chín, ớt vàng, rau ngót, rau cần tây, diếp cá, tỏi, bắp chuối, chanh, cam, quýt, bưởi, táo chín, trà xanh, hoa hòe...

Các thực phẩm cần hạn chế:

Các thực phẩm giàu cholesterol như các loại phủ tạng động vật, da động vật, lòng đỏ trứng. Hạn chế chất béo, mỡ động vật, ưu tiên chọn dầu thực vật (trừ dầu dừa).

Các thực phẩm cay nóng như gừng, tỏi, ớt, hồ tiêu, cà phê. Hạn chế tối đa rượu, bia, tốt nhất là không nên uống.

Cách chế biến thức ăn phù hợp cho bệnh lý gan nhiễm mỡ:

Hạn chế sử dụng các nguyên liệu như bơ, mỡ, dầu, mayonaise và margarine trong thực đơn. Hạn chế chất béo và cholesterol trong thực phẩm bằng cách lọc bỏ mỡ, da từ thịt và gia cầm; gan bỏ nước béo khi nấu súp, canh. Cách chế biến hạn chế tối đa chất béo là nướng, hấp và luộc.

Lưu ý: Cần tập luyện thể dục thể thao hợp lý để giữ cân nặng ở mức chuẩn. Các chuyên gia khuyến nghị dành khoảng 30 phút để tập aerobic mỗi ngày, đi bộ hoặc đi xe đạp. Đối với người muốn giảm cân cần tập từ 60 - 90 phút/ngày.

THU HIỀN

Thời gian qua, Chi bộ thôn Thái Hòa 1, xã Đông Hoàng (Đông Hưng) đã triển khai thực hiện Chỉ thị số 05 của Bộ Chính trị về đẩy mạnh học tập và làm theo tư tưởng, đạo đức, phong cách Hồ Chí Minh bằng những việc làm thiết thực, hiệu quả.

Thôn Thái Hòa 1 có hơn 430 hộ, trong đó có gần 200 hộ phát triển kinh doanh dịch vụ, 30 hộ phát triển chăn nuôi. Thôn có 70% số hộ có kinh tế khá và giàu; thu nhập bình quân đầu người của thôn đạt 42 triệu đồng/năm (cao nhất xã). Một trong những yếu tố làm thay đổi đời sống vật chất và tinh thần của người dân nơi đây là Chi bộ đã gần thực hiện Chỉ thị số 05 với đầy mạnh các phong trào thi đua như dân vận khéo, xây dựng nông thôn mới... Để việc học tập và làm theo gương Bác đi vào chiều sâu và có sức lan tỏa, Chi bộ luôn chú trọng tuyên truyền, phát huy vai trò gương mẫu của đảng viên trong thực hiện nhiệm vụ chính trị. Ông Tô Minh Niêm, Bí thư Chi bộ thôn cho biết: Chi bộ có 80 đảng viên. Trong sinh hoạt chi bộ, ngoài các nội dung

CHI BỘ THÔN THÁI HÒA 1 Làm theo gương Bác



Nhân dân thôn Thái Hòa 1 tích cực phát triển kinh tế để nâng cao thu nhập.

theo quy định, Chi bộ dành thời gian đầu giờ triển khai nội dung chuyên đề học tập và làm theo tư tưởng, đạo đức, phong cách Hồ Chí Minh. Qua đó, các đảng

viên được tiếp thu những vấn đề chuyên, những đức tính tốt đẹp của Bác, từ đó áp dụng có hiệu quả vào thực tế công việc và cuộc sống. Các chủ trương mới, Chi bộ

đưa ra bàn bạc công khai, dân chủ tạo sự đồng thuận của nhân dân trong thi đua phát triển kinh tế, giảm nghèo, xây dựng nông thôn mới, xây dựng nếp sống văn

minh và giữ gìn an ninh trật tự tại cơ sở.

Xác định phát triển kinh tế là trọng tâm, căn cứ tình hình tiến bộ cơ sở, Chi bộ lãnh đạo nhân dân đưa giống lúa ngắn ngày, lúa chất lượng cao vào gieo cấy 100% diện tích. Năng suất lúa hàng năm luôn đạt cao hơn so với mức bình quân chung của xã. Nhiều hộ đã mạnh dạn đưa các con có giá trị kinh tế vào chăn nuôi như bò, heo, cá, thương phẩm... cho thu nhập từ 50 - 60 triệu đồng/năm.

Học Bác, cán bộ, đảng viên thôn Thái Hòa 1 đều thể hiện rõ vai trò tiên phong, gương mẫu, nhất là trong xây dựng nông thôn mới. Mọi việc từ huy động sức dân đóng góp tiền, ngày công, vận động hiến đất đều được đưa ra bàn bạc theo phương châm "dân biết, dân bàn, dân làm, dân kiểm tra, dân đóng góp, dân hưởng lợi". Nhiều gia đình nguyện nhân lực dạy của Bác "luôn đặt lợi ích tập thể trên lợi ích cá nhân" đã tự nguyện hiến đất, đóng góp tiền, ngày công làm đường giao thông nông thôn. Do vậy, 14 tuyến đường trong thôn, 2km đường nội đồng

đã được bê tông hóa theo tiêu chí nông thôn mới. Nhiều đảng viên không chỉ tự nguyện hiến đất mở rộng đường mà còn tích cực tham gia làm đường, góp phần đưa Đông Hoàng về đích nông thôn mới đầu năm 2017. Là một trong những đảng viên gương mẫu đi đầu trong vận động, tuyên truyền con cháu, nhân dân trong thôn tham gia xây dựng nông thôn mới, đảng viên Tô Văn Khâm, 65 năm tuổi đảng cho biết: Dù tuổi đã cao song phát huy tinh thần "tuổi cao gương sáng", tôi vẫn tích cực vận động gia đình, bà con trong ngõ đóng góp hàng chục triệu đồng, ngày công để làm đường và chuyển đổi cơ cấu cây trồng, vật nuôi, đưa cơ giới hóa vào sản xuất, nâng cao thu nhập cho gia đình. Đó cũng là cách chúng tôi học và làm theo Bác Hồ.

Sự đoàn kết, năng động trong học và làm theo gương Bác của cán bộ, đảng viên và nhân dân đã tạo tiền đề để Chi bộ thôn Thái Hòa 1 vượt qua mọi khó khăn, thực hiện thắng lợi nhiệm vụ phát triển kinh tế - xã hội, giữ vững danh hiệu chi bộ trong sạch, vững mạnh.

THU HIỀN

Ngay từ đầu tháng 7, một số nhà sản xuất bánh kẹo lớn đã bắt đầu mở các gian hàng trưng bày, quảng bá, giới thiệu sản phẩm mặt hàng bánh trung thu ở nhiều địa điểm tại trung tâm thành phố và thị trấn các huyện. Đây cũng là năm hoạt động quảng bá, giới thiệu sản phẩm của các nhà sản xuất được tổ chức sớm, báo hiệu thị trường bánh, kẹo tết Trung thu năm nay sẽ đa dạng và sôi động.

Có mặt trên thị trường Thái Bình rất sớm, các sản phẩm bánh trung thu của Công ty Yến Sào Khánh Hòa đã được phân phối tới nhiều đại lý, cửa hàng phục vụ nhân dân. Để đáp ứng nhu cầu người tiêu dùng, mùa tết Trung thu năm nay, đơn vị này tung ra thị trường 26 mã hàng từ bình dân đến cao cấp. Sản phẩm có giá thấp nhất là 65.000 đồng/hộp và loại bánh có giá cao nhất là 1.760.000 đồng/hộp. Công ty Cổ phần Bibica cũng cho ra tới 58 mã hàng có giá từ 39.000 - 2.500.000 đồng/hộp. Là nhà phân phối và kinh doanh bánh kẹo, nước giải khát lớn trên địa bàn

Thị trường bánh trung thu bắt đầu nhộn nhịp

Một tháng trước tết Trung thu, thị trường bánh, kẹo, nước giải khát đã sôi động. Đây cũng là thời điểm hàng giả, hàng nhái, hàng kém chất lượng có thể trà trộn, lén lút tiêu thụ ảnh hưởng đến quyền lợi của người tiêu dùng và làm xáo trộn thị trường.

tỉnh, ông Lê Quang Bấy, chủ cửa hàng tự chọn Bảy Liên (đường Hai Bà Trưng, thành phố Thái Bình) cho biết: Hàng hóa phục vụ tết Trung thu năm nay khá đa dạng về chủng loại, mẫu mã, chất liệu và hương vị. Nắm bắt nhu cầu tiêu dùng của người dân và đối tượng mua làm quà biếu, nhiều nhà sản xuất đã cho ra các dòng sản phẩm chuyên biệt với phân khúc giá cả rõ rệt. Hiện nay, tuy chưa phải vào kỳ cao điểm tiêu dùng nhưng mặt hàng bánh trung thu đã bắt đầu tiếp cận với nhiều người dân. Dự báo, từ sau ngày 15/7 âm lịch, nhu cầu tiêu dùng bánh trung thu của người dân sẽ tăng cao.

Đạo qua một vòng trên địa bàn thành phố Thái Bình, chúng tôi ghi nhận, các sản phẩm bánh trung thu đang được các siêu thị, đại lý, cửa hàng kinh doanh bánh, kẹo trưng bày ở những vị trí trung tâm, bắt mắt, hấp dẫn khách hàng. Các loại bánh trung thu của những nhãn hàng nổi tiếng như: Kinh Đô, Hải Hà, Bibica, Hữu Nghị, Bào Hưng... thu hút nhiều người tiêu dùng quan tâm. Ông Nguyễn Văn Tiến, xã Minh Quang (Vũ Thư) chia sẻ: Vì trẻ nhỏ háo hức nên không đợi đến tết Trung thu, tôi đi mua bánh sớm về cho các cháu thưởng thức trước. Nhìn chung bánh trung thu năm nay có nhiều

loại phù hợp với túi tiền của người dân và có cả những loại bánh cao cấp giá lên tới 4 triệu đồng/hộp. Điều chúng tôi lo lắng là không biết giá bánh trung thu năm nay có tăng cao hơn năm trước và chất lượng có thực sự bảo đảm về sinh an toàn thực phẩm? Không riêng ở thành phố Thái Bình, tại các huyện, nhiều đại lý, cửa hàng kinh doanh bánh, kẹo cũng bắt đầu trưng bày và bán các loại bánh trung thu. Bên cạnh mặt hàng của các nhà sản xuất có thương hiệu nổi tiếng trong nước, trên các kệ, sạp hàng luôn có các loại bánh trung thu truyền thống do cơ sở sản xuất bánh, kẹo

thủ công của các làng nghề trong và ngoài tỉnh sản xuất. Bà Nguyễn Thị Ngát, chủ cửa hàng tự chọn Hòa Ngát, thị trấn Vũ Thư (Vũ Thư) cho biết: Tuy không nổi tiếng như các hãng sản xuất bánh trung thu lớn nhưng bánh trung thu truyền thống của các làng nghề cũng rất ngon và bảo đảm về sinh an toàn thực phẩm. Điểm nổi trội của các loại bánh này là có giá thành rẻ nên được nhiều người dân mua sắm. Về cơ bản, giá bánh trung thu các loại năm nay đều tăng nhẹ so với cùng kỳ năm 2018.

Qua khảo sát một số cửa hàng kinh doanh bánh, kẹo trên địa bàn tỉnh, ngoài bánh trung thu được sản xuất trong nước cũng xuất hiện bánh kẹo có nguồn gốc ngoài nước. Theo một số chủ cửa hàng cho biết, chất lượng bánh trung thu nước ngoài có mẫu mã đẹp, giá cả cũng rất cạnh tranh với hàng sản xuất trong nước. Điều đáng lưu ý là không ít đại lý, cửa hàng bày bán bánh trung thu mà theo giới thiệu của chủ cửa hàng là có xuất xứ Đài Loan, Trung Quốc.

Quan sát hình thức của các loại bánh này, thông tin trên bao bì được ghi bằng tiếng nước ngoài, không có nhãn hiệu phụ ghi bằng tiếng Việt. Khó ai có thể khẳng định đây không phải là hàng hóa nhập lậu, có chất lượng bảo đảm.

Theo khuyến cáo của các nhà sản xuất bánh trung thu nổi tiếng trong nước thì bánh trung thu chỉ có thời hạn sử dụng khoảng 1 - 2 tháng kể từ ngày sản

xuất vì chúng không chứa chất bảo quản. Vì vậy, khi mua, người tiêu dùng nên cẩn thận xem kỹ các thông tin của sản phẩm trên bao bì, tránh mua phải hàng giả, hàng nhái, hàng kém chất lượng và quá hạn sử dụng để bảo đảm an toàn cho sức khỏe. Ông Nguyễn Văn Nghiễn, Quyền Cục trưởng Cục Quản lý thị trường tỉnh cho biết: Nhằm giữ ổn định thị trường và bảo vệ quyền lợi người tiêu dùng, hiện nay, đơn vị

đang xây dựng kế hoạch chất bảo quản. Vì vậy, khi mua, người tiêu dùng nên cẩn thận xem kỹ các thông tin của sản phẩm trên bao bì, tránh mua phải hàng giả, hàng nhái, hàng kém chất lượng và quá hạn sử dụng để bảo đảm an toàn cho sức khỏe. Ông Nguyễn Văn Nghiễn, Quyền Cục trưởng Cục Quản lý thị trường tỉnh cho biết: Nhằm giữ ổn định thị trường và bảo vệ quyền lợi người tiêu dùng, hiện nay, đơn vị

KHẮC ĐUẦN



Bánh trung thu luôn được trẻ em háo hức chờ đón.