

## “双福”高速施工图通过审查

本报讯(记者 朱榕)记者昨日从福州左海集团获悉,由交建集团负责的京台高速公路通道支线闽侯至平潭高速公路的闽侯南通至福清阳下段(含南通支线)工程(简称“双福”高速)日前顺利通过施工图审查,标志着“双福”高速项目建设步入实质性实施阶段,开工前各项工作驶入快车道。

“双福”高速起于仓山区盖山镇天水枢纽,与三环路衔接,经闽侯南通镇、青口镇,福清西街道、阳下街道,终于北亭枢纽,与长福高速公路衔接,路线长35.3公里。沿线设置天水、文山、南通、西台、东台、音西、阳下、北亭等8处互通式立交,1座南通服务区及1座洋下停车区。其中,三环路至福银高速段采用双向八车道,设计时速80公里,路基宽45米;文山枢纽至长福高速段采用双向六车道,设计时速100公里,路基宽33.5米。

本项目位于福州南北向通道走廊,建成后,市民从福州主城区到福清主城区将缩短约20分钟车程,缓解南向通道交通压力,便利闽侯、福清居民出行。

此外,线路经过南通批发市场、东南汽车城、洪宽工业园等,衔接长福高速及规划的福州—平潭第三通道,将推动南通片区、汽车城、东台产业园、京东方、洪宽工业村等产业集群串联集聚,对加快城市“东进南下、沿江向海”、提升福州都市圈互联互通能力具有重要意义。

## 远离节后综合征 收心指南请收好

本报记者 林文婧

春节长假结束,不少小伙伴的身体和情绪可能还沉浸在过年的气氛中,也许会出现疲倦、失眠、昏昏欲睡、胃口欠佳,难以集中精神、肌肉酸痛、心跳过快,甚至还焦虑、空虚、易发怒。如何跟“节后综合征”说再见?昨日,福州市第二总医院神经精神防治院临床心理科、心理康复中心主任林涌超在接受记者采访时建议,应及时进行心理调节和身体调理,多数人的症状会在两周内自然消失。

“开工之后,需要一段时间来调整情绪和身体,其间可能出现腹泻、食欲不振等症状,这些都正常。”林涌超介绍,节后综合征是一种对心理生理不适状态的戏称。针对具体症状,建议这样做——

**心理放松。**学会放松心情,尽早收心,调整身心,轻松上班;可以选择听些舒缓的音乐,或阅读书籍、晒太阳,保持身心愉悦。  
**合理膳食。**不要暴饮暴食,应规律饮食,每餐七分饱为宜,定时定量,细嚼慢咽;逐渐调整饮食习惯,少油少盐,多吃粗杂粮、新鲜的蔬菜和水果,以及富含蛋白质和维生素的食物。

**充足睡眠。**调整生物钟最重要的一环就是保证高质量的睡眠,首先要规划好睡眠时间,早睡早起不熬夜,晚上睡觉最迟不宜超过11点,午间小憩一下,以半小时为宜,让身体循环重回正轨。逐渐减少电子产品使用时间和上网时间,对于难以在短时间调整的,可以睡前放下手机,听轻音乐助眠;也可以喝些安神助眠的花茶,如合欢花、玫瑰花茶等。

**适当运动。**适当进行体育锻炼可促进心情舒缓,如散步、伸展、慢跑等,让身体动起来,或练习八段锦、太极拳、五禽戏等中医养生功法,可帮助通经活络,滋养气血。

给自己一个缓冲期。假期结束,坦然接受自己会出现几天的不适应期,有意识先做一些和工作相关的事情,按照工作主次,将未完成事项列到备忘录里,井然有序不慌乱,避免上班抵触情绪,同时多给自己积极的心理暗示。

## 福州市12345热线轮值单位领导接听电话通告

(第17期)

经市政府办公厅同意,市直部门、县(市)区、高新区领导轮值接听12345热线电话活动安排如下:

**一、本次接听时间:**  
2024年2月22日(星期四)上午9:00~11:00

**二、本次轮值单位:**  
福州地铁集团有限公司

**三、本次受理范围:**  
1.福州地铁运营票务规则、安检政策等运营服务事宜。  
2.福州地铁在建线路施工进度等事宜。  
3.福州地铁线路规划等事宜。

**四、有关事项:**  
1.本次轮值接听活动的受理方式是电话接听群众诉求,不接待现场来访人员。  
2.超出本次接听受理范围的诉求,由福州市12345政务服务便民热线中心按照相关程序接洽办理。  
3.当日来电的人数可能较多,等待领导接听的时间可能较长,市民群众也可以选择由话务员接听并记录,或通过闽政通、e福州APP和12345网站等渠道方式表达诉求,之后,由福州市12345政务服务便民热线中心受理交办、督办回复。

热忱欢迎广大市民群众和社会各界人士届时就上述受理范围的有关事宜,向福州市12345政务服务便民热线进行咨询诉求、提出宝贵意见。

福州市12345政务服务便民热线中心  
2024年2月19日

# 一张蓝图绘到底 凝心聚力促振兴

## ——访闽清县委书记孙利

本报记者 阮冠达

“收看央视《“3820”战略工程启示》系列报道后,我们深刻领会了习近平总书记高瞻远瞩的战略思维、敢为人先的胆识魄力、人民至上的价值追求,令人倍受鼓舞、倍受鼓舞。我们将坚定不移沿着习近平总书记指引的方向前进,抢抓机遇、苦干实干,加快推进中国式现代化闽清实践。”昨日,闽清县委书记孙利接受专访时说。

习近平总书记任福建、福州工作期间,多次到闽清调研指导工作,为闽清发展擘画了“两区开发、两翼齐飞”的宏伟蓝图。“我们始终怀着特殊感情、带着特殊责任,努力把习近平总书记为闽清擘画的宏伟蓝图变为美好现实。”孙利说,“3820”战略工程实施以来,梅邑大地发生了沧桑巨变。从1990年到2023年,全县生产总值由4.7亿元增加到470.5亿元,增长了100倍;财政总收入由0.3亿元增加到31.5亿元,增长了105倍。老城更新、新城建设各展风采,城市框架全面拉开,城在山水间、人在画中游的和美画卷徐徐铺展。“一纵一横两铁沿着习近平总书记指引的方向前进,抢抓机遇、苦干实干,加快推进中国式现代化闽清实践。”

抚今追昔,巨变的背后是思想的引领,是路径的探索,是奋斗的累积。“3820”战略工程蕴含的思想精髓,在传承接续中展现出历久弥新的强大生命力,始终为闽清的高质量发展领航定向。踏上新征程,闽清将坚持一张蓝图绘到底,加快打造福州都市圈承接区

“桥头堡”和乡村振兴“闽清样板”。

“以产兴城”推动产业活起来强起来。“城无产不兴,产无城不立。产业兴则闽清兴,产业强则闽清强。我们将加快扶引大龙头、培育大集群、发展大产业,落实工业提振三年专项行动,加快陶瓷产业转型升级,发展壮大战略性新兴产业,形成更多新质生产力。着力强链延链补链,提速白金、绿色建筑、新材料、建兴‘四大工业园区’标准化建设,做大做强省级经济开发区,壮大建筑业千亿元产业集群,打响全省‘建筑之乡’品牌。”孙利说。

“典型示范”推动乡村美起来富起来。“闽清是福州的‘后花园’,也是省定农产品主产区。我们将

做强做优橄榄、粉干、茉莉花茶、禽蛋、智慧食品‘五大特色农业产业园’,在心土莲、云溪漫谷、橄榄湖小镇、九野小镇、瓷天下、小丫村等乡村振兴‘六个样板’的基础上,打造新一批看得见、有经验、可复制、能推广的典型样板,描绘村村有产业、镇镇有亮点、处处皆画卷的生动图景。”孙利说,“我们进一步抢抓建设两岸融合发展示范区先行城市战略机遇,深化闽台乡建乡创15条措施,持续探索闽台融合新模式、新路径,助力打造‘台胞企登陆第一家园’,让乡建乡创之路越

做宽,让老百姓的日子越过越好。”

“城乡融合”推动人气聚起来旺起来。孙利表示,闽清将科学谋划“大城关”发展,加快梅溪新城、梅城新区建设,打造滨水空间、梅城印记、闽江乐游、南山印象“四张名片”。扎实开展“项目攻坚突破年”行动,提速京台高速复线、政永高速、邻县高速通、绿色建筑产业园、新材料产业园等一批重大项目建设,持续拉开框架、提升能级,为现代化国际城市建设贡献闽清力量。



## “龙”气腾腾 “福”味满满

### 福州各小学花式迎开学



茶园山中心小学的孩子们舞龙迎接新学期的到来。(校方供图)

本报讯(记者 邵秀钦)昨日是节后首个工作日,也是福州各小学、幼儿园开学日。辰龙迎春,华章新启,各小学不约而同以“龙”“福”为主题,花式迎开学。

元宵未过,春节的喜庆气氛仍在延续。在茶园山中心小学游园活动现场,一条长8米的巨龙,在十多名学生的舞动下,在校门口游动,龙头高昂,“龙”气腾腾。福州教育学院附属第一小学给每名小学生赠送“福瑞龙”卡小礼包,内含中草药薄荷的种子以及栽培方法,目的是培养孩子的劳动实践能力,弘扬中医药优秀传统文化。在麦顶小学,“麦苗舞狮队”闪亮登场,锣鼓震天,祥狮欢腾,“麦苗管乐团”也奏响了甲辰龙年第一声首韵。钱塘小学屏北分校在祥龙引路,瑞狮开道的喜庆氛围中迎接开学。乌山小学准备了有趣的猜灯谜、龙年趣味运动会等活动。

传统中国年,“福”味少不了。开学首日,福州不少小学将开学游园活动和“福文化”结合起来,传承弘扬闽都文化,添福有福之州。晋安区实验小学的“寻龙记”斗室庙会富有国风古韵,不仅可以欣赏非遗茶百戏、沙画、古筝表演,还可以动手制作福州传统民俗小吃、体验传统投壶游戏等,让孩子们走进传统文化,亲身体验浓浓的民俗年味。

鼓山新区教育集团的“跟着诗词游鼓山”活动,也让人眼前一亮。师生们以诗会友,抚琴吟诵,展鼓山风貌。还有一些学子们穿着古风服装,通过现场诵读、书法、古筝等喜闻乐见的形式,沉浸式体验中华优秀传统文化的魅力。

瀛滨小学请来学校的福州方言小使者小瀛和小滨迎宾,校园内立起了别具特色的福州话路牌——“歪载瀛滨丫笋汝”(我在瀛滨很想你),还设置了传统古风游戏“好运投壶”,孩子们玩得异常开心。

井大小学的操场上,则摆放着大葱、玉米、橘子、芹菜等吉祥物,“井宝”们挥舞鼓棒,敲出平安顺遂、聪明伶俐、大吉大利等新年新祝福。

## 不负春光起好步 奋楫扬帆正当时

(上接1版)

“税务部门将全面落实税费减免政策。”市税务局有关负责人说,去年全市落实落细延续优化完善的税费优惠政策,全年新增减税降费及退税缓费160.03亿元。今年将进一步落实中央、省市政策,打响“易办办”税费服务品牌,在办税服务厅推行“在线窗口”,壮大“税特派”服务矩阵,深化“项目管家”税收服务。

### 拼! 推动产业增产增效

生产车间内机器轰鸣,一条条生产线快速运转,工人们各司其职开足马力赶订单……走进位于连江经济开发区的茶花家居塑料制品(连江)有限公司,一派繁忙的生产景象。

“今年一季度,我们的目标产值是8000万元,目前公司的10条生产线已经全部开工,返岗员工有450余人,返岗率超80%。为了鼓励员工及时返岗,我们不仅给在规定时间内返岗的员工发放奖金,还为他们组织专车接送,并及时开放食堂,让员工感受家的温暖。”茶花家居相关负责人说,员工的顺利返岗复工也少不了政府部门的大力支持。15日,由市人社局牵头,县人社局组织首次“点对点”包机接机活动,给云南、贵州的工人顺利回企业复工提供便利,为实现一季度“开门红”奠定坚实基础。

“下层隧道开挖支护完成52.5%,侧墙及仰拱完成37.5%,箱型段完成79.17%……”昨日,在象山隧道拓宽改造工程现场,福州城投集团所属市城发总市政开发公司象山隧道拓宽改造工程项目负责人陈立明细数着项目的“新成就”。“多亏了市城乡建设局对混凝土供应的协调帮助,让我们心无旁骛‘跑步’前进!”

象山隧道拓宽改造工程一样,得益于节前的未雨绸缪,人机物料全面备足,春节期间,金山大道提升改造工程、尤溪溪南桥头改造项目等城区治堵“利器”,同样跑出了建设“加速度”。

在确保节后复工复产生产的同时,一场场深入一线的调研走访也已排出“计划表”。据了解,按建筑业“千名干部进千企”专项行动要求,市城乡建设局将深化走访服务机制,前往中建海峡、中铁(福州)投资建设、福州建工等38家大型建筑业企业“串门”,宣传解读省、市最新惠企政策,现场协调解决存在问题,激励企业增产增效。

**勤! 做好冬春农业生产**

作为福州冬种春收粮食的“大块头”,眼下,繁茂的马铃薯枝叶铺满田间地头,绽放着新春“曙光”。

“去年11月份种下,现在长势正旺,高的都快齐膝了。”18日上午,长乐江田镇江田村利丰农业种植基地负责人陈颖时不时弯腰查看农作物生长情况,指导工人开展田间管理。

陈颖告诉记者,基地采取水旱轮作模式,秋季水稻丰收后,利用冬闲田播种马铃薯,实现“一地多收”。“这1100亩马铃薯地将在一个月后收获,预计亩产5000多斤,期待今年的丰收!”

冬种春收是全年农业生产“第一仗”。记者了解到,全市各地积极挖掘冬种潜力,大力发展马铃薯、油菜等农业生产,让冬闲田不闲。与此同时,全市农业农村系统将统筹协调做好春收工作,加强18.3万亩在田冬种春收粮食作物田间管理指导,确保春粮丰收。

田间地头生机盎然,工厂生产一派繁忙。在闽侯县益菌业生产基地,绣球菌精深加工厂房建设快马加鞭;作为全市绿色食品产业链重点项目之一,闽侯性畜肉联厂项目建设按下“快进键”,如今厂房已封顶,预计今年6月底建成投产。

市农业农村局有关负责人介绍,新的一年,我市将持续推进绿色食品产业链提质升级,力争一季度开工绿色食品产业链项目19个。接下来,将做好优质“农业+”文章,加快生产基地扩容、设施装备升级,培育更多四类特色现代农业(产业)园区,推动一二三产融合。

**干! 狠抓项目扩大投资**

一年之计在于春,榕城大地重大项目现场早已奏响“春之交响曲”,各类机械有序运作,工人们全力推动项目早建成、早投用。

春节假期,机场二期扩建项目现场,新航站楼主体结构施工在如火如荼进行。目前新航站楼的地下工程已经全部完成,地上工程、飞行区工程、空管工程及其他配套工程也在加速推进。

大项目推动大发展,今年福州将在巩固提升“项目攻坚增效年”专项行动成果的基础上,接续开展“项目攻坚突破年”专项行动,持续推动谋划一批重点项目、重大工程。此外,为激发民间投资,市发改等部门还将积极组织筛选一批符合条件的民间投资项目申报纳入国家、省重点民间投资项目

库,争取用地、用林、环评、节能、融资等要素保障。

项目建设按下“快进键”,招商引资跑出“加速度”。从福清城市发展暨两国双园招商推介会,到闽侯县企业家新春座谈会暨2024年招商大会,再到侨商侨企新春茶话会……这个春节,我市各级招商部门贯穿整个假期的坚守与奋斗,为今年的经济发展蓄势赋能。

据市招商办不完全统计,春节期间,全市各级招商部门已拜访中船赛思亿、中海海洋建工集团、新华三等700多家企业,生成风光绿电智造—碳纤维项目、云鲸科技项目、SiC半导体功率器件研发生产项目等200多个招商项目线索;举办“福州年 最有福”新春招商恳谈会、海洋企业政企对接会,马祖乡亲、台商台胞代表座谈会等100多场招商推介活动,签约汽车汽车零部件智慧物流枢纽中心建设项目、国瑞药业等70多个项目,总投资超200亿元。

接下来,全市各级招商部门将聚焦重点招商线索和新能源、人工智能、新型材料、低空经济等“风口”产业,持续举办新春企业家大会、招商大会、政校银企大会、烟山鹊桥荟等主题招商推介和项目签约仪式,并结合上门招商、“一把手”招商、以商招商和集中招商推介等多种形式,谋划生成一批重大新兴产业投资意向,推动重点项目线索签约转化落地,为全市发展注入更多源头活水。

**火! 激发潜力促进消费**

刚刚过去的春节假期,从文化艺术、非遗传承到吃喝玩乐、踏青出游,福州文旅市场花样多、热度高,假日经济活力迸发,为福州文旅消费实现“开门红”奠定基础。

福州三坊七巷上演“龙行坊巷·民俗大戏”,具有千年历史的坊巷古厝里,金龙醒狮盘旋跳跃,展示闽都传统民俗,春节期间客流量比上年同期增长三成以上;现代艺术和传统民俗“混搭”的烟台山人气不减;闽江之心的绝美烟花、无人机、光影秀等点燃夜经济……

市文旅局相关负责人表示,将持续做好“+文旅”“文旅+”文章,围绕“迎春”“美食”等主题,推出一批“有主题、拿得出、打得响”的文旅节庆活动、文艺演出、文旅展览展示,做好“有福之州 福气龙年”新春文化旅游游活动。

“忙了一整个春节,总算能稍微喘口气了!”昨日是龙年首个工作日,万科广场里一家餐厅负责人终于松了一口气,“已经提前做了准备,但还是没想到今年的春节人这么多,临时找了好几个兼职来帮忙”。尽管压力颇大,但假日期间市民游客高涨的消费热情,让餐厅负责人对新一年的经营有了更多信心。

据介绍,我市将持续激发潜力扩大消费,聚焦元宵等消费节点,持续打响“惠聚榕城·畅享福品”等主题促消费活动,更多商贸企业、协会、电商平台、新媒体平台将加入“八闽美食嘉年华”等形式多样的促消费活动,掀起新一轮消费热潮。

放眼榕城,人们心怀龙腾虎跃的干劲闯劲,披荆斩棘、一往无前,共同拼出高质量发展新图景,加快书写现代化国际城市新篇章。