

新报系列活动全面展开 期待您来

世界读书日活动圆满结束 儿童公益市集周末再度来袭

“世界读书日，阅读不止这一天！”在上周末，新报读者与我们一起走过了一段难忘的路程，我们边走边看，边听边聊，欣赏老建筑的风情，聆听曾经发生在天津的那些动人故事。

此次线下活动得到了广大读者的支持和认可，而每日新报（以下简称“新报”）也将在今后的时间里不断推出系列精彩活动，扫码添加微信“新地铁悦读”（微信号“mmcyh0607”），可以在第一时间获取活动信息，以下活动也通过此微信报名，快来下载吧。



读书日“边走边读”

今年的世界读书日，新报联合天津科学技术出版社、天津图书馆共同开展了“场景式”阅读体验——“城市穿越·追寻红色记忆”活动，带领读者了解天津建筑中的百年党史和文化知识，聚焦城市建筑“有形的记忆”和“无形的记忆”，挖掘城市空间、城市建筑的红色内涵，着力打造全新的阅读体验。

活动从大公报社旧址集合，一路参观讲解了浙江兴业银行旧址、交通旅馆旧址、国民饭店、吉鸿昌旧居等建筑中曾经发生的故事，从具象的建筑讲到老一辈革命者的精神境界，创新了读书会形式，得到读者的认可。

儿童市集周六水上见

儿童公益市集自推出以来深受家长



和小朋友的喜爱，本周六下午，我们将继续在水上公园开展儿童公益市集活动，邀请小朋友们把自己家中搁置已久的玩具、书籍等物品拿出来，自主定价进行售卖，在沟通交流中，结识好朋友、小伙伴。

要求参与活动的小朋友自备小椅子和放置物品的垫子，所带物品要求必须完整，新旧程度不论，但必须干净。提前准备材料，给自己的摊位装饰、起名字。希望各家庭创设特色摊位、特色创意叫卖、

特色招牌、广告宣传语等。同时，请小朋友给自己的商品定价，最好每件商品不超过100元（自备零钱，也可准备收款码）。活动中注意安全，市集客流量大，请家长看护好自己的孩子。

让阳光照进每一个童年

每年儿童节前后，新报都推出关爱本市困境儿童的公益活动——阳光照进童年，通过这项活动，我们希望集结社会力量为本市困境儿童撑起一片蓝天，关爱他们的成长和身心健康，让阳光下的每一个孩子都绽放笑脸。

如果您是爱心企业或爱心人士，如果您致力于为关爱困境儿童贡献出自己的力量，都欢迎您与我们联系，让我们一起策划、共同落地线下活动，让阳光照进每一个孩子的童年。

新报记者 苗娜 文摄



北辰区第二届“金融周”开幕 签约14家金融机构 共获授信260亿元

现场签署的先知邦代建是政银企合作的代表项目，围绕全区重点招商项目，为初入园区的企业提供开发区定制代建、银行低息贷款的服务，有效减少企业初投资，保障企业项目快速落地，为区域经济高质量发展持续注入金融“活水”。“银行针对实体企业的特色长期低息贷，保障我们用小部分的资金，既能撬动银行的资金，又能促进项目的落地。目前总投资3.2个亿，预计今年将推出包括西门子定制代建厂房等10个代建项目。”北辰科技园区管理有限公司党总支书记、董事长李

亮介绍说。

据介绍，此次“金融周”期间还将举办平台公司高质量发展、乡村振兴、产业链金融、处级干部金融大讲堂4个专场活动，充分发挥政银企联动合力，精准对接服务。北辰区财政局党组成员、副局长刘洪禹介绍说：“本届‘金融周’期间，北辰区将与14家金融机构签订合作协议，共获得授信260亿元。我们将与金融机构进行紧密联系，共同到区内企业进行精准服务，全年预计走访企业300家次，努力促进政产学研高水平协同联动。”

据悉，北辰区2024年一季度国内生产总值(GDP)同比增长6.3%，规模以上工业增加值同比增长8.3%，高端装备、信创产业链产值增幅达20%以上。

下一步，北辰区将与各金融机构和企业一道，做好科技金融、绿色金融、普惠金融、养老金融、数字金融五篇文章，扩大金融资源有效供给，精准出台政策措施，强化金融对产业发展、科技创新的全过程服务，促进实体经济和金融供给侧之间高效对接。

新报记者 苗娜

图片由北辰区委宣传部提供

应对春季过敏性鼻炎 注意防治并重

目前已经进入晚春时节，津城的杨柳絮开始活跃起来，尤其在天气晴朗的上午，春风吹拂下絮物漫天飞舞，如春雪飘下，成团聚集在低地和池塘，形成了独属于这个季节的特有景象。但对于很多人来说，杨柳絮极易引起过敏性鼻炎的发生。因为此类疾病具有季节性特点，所以当季要注意提前预防，出现症状要及时进行干预治疗。

过敏性鼻炎，是自身免疫系统认为某些物质结构中的蛋白成分，是需要免疫的对象，从而发生免疫反应，这样身体的症状就出现了，因此过敏是自身免疫系统的问题，大部分人的这种体质也是由基因决定的。目前尚未出现能改变基因和体质的药物对过敏进行彻底治疗，抗过敏的药物都是短效抑制免疫系统的药物，通过长期或短期的干预来缓解症状。总的来说，应对春季过敏性鼻炎的关键是了解过敏原、改变周围环境和调整生活习惯等，我们可以通过这些方法来减轻春季过敏性鼻炎的症状，从而提高生活质量。

了解过敏原

在春季易引起过敏性鼻炎的过敏原除杨柳絮外还有花粉、尘螨、动物毛发等，如果是首次出现过敏的症状，可以通过医生的建议或过敏原检测来了解自己的过敏

原。当了解过敏原信息后，就要有针对性地进行避免与它们接触。

改变周围环境

对于有过敏性鼻炎病史的人来说，在日常生活中要关注所处的环境，所处室内环境要选择每天在花粉等过敏原浓度较低的时段开窗通风，其他时段可以保持窗户关闭，也可以使用空气过滤器，室内的湿度尽量保持在40%-60%之间，不要过于干燥或过于湿润。日常要关注环境卫生，对于灰尘要及时打扫，卧室内的床上用品要及时进行更换。

调整生活习惯

坚持健康的生活方式，保持良好的心态对于过敏性鼻炎的防治是非常重要的。在饮食方面，除了避免食用易引起过敏的食物以外，还要多摄入富含维生素的食物，来提高身体免疫力，同时提升免疫力的方法还包括充足的睡眠和适当的运动，这些都是减少过敏反应发生的方法。同时我们也可增加水分的摄入，有助于缓解鼻腔干燥的问题，保持湿润以增强舒适度。

如果过敏性鼻炎的症状非常严重，以致正常生活受到影响，则需要寻求医生的帮助，要在医生指导下服用药物来进行专业的治疗。

新健康
XIN JIANKANG

原文作者

刘莉莉 天津雅安光电创业园科学技术协会秘书长，天津市现代健康技术研究所研究员。市人社局、卫健委备案职业技能标准编审专家。

牛凯军 博士生导师，天津中医药大学公共卫生与健康科学学院副院长，天津医科大学教授；中国医学科学院放射医学研究所教授、中国营养学会营养流行病学分会副主任委员。

郑运良 新健康栏目特约顾问、天津医科大学营养流行病学研究所研究员、中国保健协会心理保健分会会长、天津市睡眠研究会副会长、天津市心理咨询师、公共营养师高级考评员、市人社局营养配餐裁判员、天津餐饮协会膳食营养专业委员会顾问。

综合整理/摄影
新报记者 苗娜

废旧自行车换面粉 环境好了居民笑了

“僵尸自行车”一直是社区环境优化的一大难题，近日，北辰区双环邨街益春里社区创新工作方式，在小区广场开展了“绿色兑换 美化家园”废旧自行车兑换活动。

活动前期，工作人员通过居民微信群、社区公众号等方式发布消息，提升活动知晓率，动员广大居民群众积极参与兑换活动。活动现场，工作人员早早地拉好横幅并将本次待兑换的面粉摆放在展台上，社区志愿者通过喇叭广播吸引社区居民积极参与到废旧自行车兑换活动中来，居民们相继推来自家废旧的自行车参加活动，工作人员引导居民有序摆放自行车，登记并兑换一袋面粉，同时也向居民宣传楼道堆物的危害，此次活动共兑换废旧自行车30余辆。

这次兑换活动有效缓解了楼道治理难题，解决了在小区公共空间或隐蔽的楼道里，长年累月停放的废旧自行车问题，提升了社区整体环境水平，同时引导居民从我做起，自觉做到公共空间不占用、不堆物，提高了居民群众参与环境治理的积极性，为创造整洁宜居环境注入“绿色力量”。

新报记者 苗娜

图片由北辰区双环邨街提供

