

牢记嘱托显担当 决胜之年夺全胜

中山区楼宇经济再登标杆城区30强

本报讯(大连新闻传媒集团记者邵治)近日,全球总部经济大会2025中国楼宇经济北京论坛举办。会上发布的中国楼宇经济发展指数研究评价成果显示,大连中山区再次跻身中国楼宇经济发展指数标杆城区30强,排名第22位,较去年上升4个位次。

目前,中山区有商务楼宇48座,总建筑面积约209万平方米,平均租售率约80%,全口径税收超亿元楼宇26座。中山区始终将楼宇经济视为城市发展和产业升级的动力引

擎,多举措推动其高质量发展。在党建引领方面,中山区深化“红色引擎”工程,发挥龙头企业带动与党建枢纽大厦引领作用。启动楼宇“白领共享食堂”,推出楼宇互通、配餐外送、专业团餐三种模式。

品牌塑造上,出台《中山区2025年打造楼宇经济“中意办”服务品牌实施方案》,建立常态化、专班化服务机制,提供楼宇企业入驻全周期“大礼包”服务。通过短视频、直播等形式宣传楼宇经济发展成果,利用官方媒体打造“向云端!

中山楼宇拔节攀2025”系列宣传,提升商务楼宇及入驻企业知名度。

服务升级方面,依托“双进双促”专项行动,强化领导包保效能,为企业解决实际困难,积极推送惠企政策二维码和政务服务“大礼包”进楼宇等。

据悉,中山区将持续挖掘楼宇经济发展潜能,提高服务质量,降低楼宇空置率,打造更多税收亿元楼宇,做强“中意办”品牌,谱写楼宇经济发展新篇章。

开海尝“鲜” 餐桌迎来“海鲜自由”

本报讯(大连新闻传媒集团记者周爱娜)在大连,有一种幸福叫开海!近段时间,鲜活的海鲜成了各大早市、农贸市场的重头戏,更成为很多市民餐桌上的“主角”。从岸边到批发市场的车水马龙、各大农贸市场的人流如织、市民餐桌的“海鲜自由”……繁荣的景象彰显着开海季特有的热闹,大自然的馈赠正化作百姓家的幸福滋味。

14日凌晨3时许,记者来到大连辽渔国际水产品市场时,正值满载海货的车辆陆续抵达。现场一位安保人员告诉记者,开海以来进出该场地的货车量剧增。在该市场的一处露天场地,成筐的鲜活螃蟹刚从大大小小的货车上卸下来,采购商立刻上前,上演热闹的“抢鲜大战”。

“我们这一车蟹子是从庄河拉过来的,有1500斤,大的批发价在每斤40元左右。”一辆货车旁,批发商小万正在给螃蟹过称,“一会儿还有一车海洋岛的蟹子,大约1000斤,价格能稍贵点儿。”此时正有采购商在挑选,小万介绍,他从事水产批发10多年了,来他们这里进货的大多是老顾客,认准的是口碑与品质。

“我们这是自家船打的渤海刀,从上岸到市场不到10个小时,特别新鲜。”在一处摊位,批发商唐先生告诉记者,渤海刀鱼以特有的鲜美口感深受市民欢迎,“我们今年打捞的量没有去年多,这段时间便宜,今天的价格在每斤38元到80元不等。”根据规格不同,价格也随之不同。

上午9时许,记者来到西南路综合批发市场发现,海鲜区的摊位前摩肩接踵,挤满了选购的市民。市民冯先生热情地向记者介绍他的“战利品”——虾爬子、赤甲红蟹子和虾。“这几天我每天都来买,今天买得比平常多,因为儿子一家来过周末。”冯先生说,他不用准备复杂的工艺,“就直接水煮,吃的就是咱大连海鲜这原汁原味”。

“假鲍鱼25元2斤,从龙王塘上的货”“黑虎虾100元



鲜活的海鲜成了各大早市、农贸市场的重头戏。

大连新闻传媒集团记者周爱娜 摄

2斤,今年虾普遍比去年便宜”“我们这是东港的螃蟹,一天少说卖五六百斤,多的时候能卖上七八百斤”……市场里,商户热情地推介,市民“豪迈”选购,开海季的海鲜物美价廉,着实让市场沸腾起来。商户还提供邮寄服务,不

少市民精心挑选,邮寄给外地亲友,迫不及待地向他们分享这“最鲜滋味”。大连与海的故事,以“鲜”开篇,香飘千家万户,以餐桌上的“标配”,勾勒出这个季节最生动的模样。

我和《大连日报》三段情缘难割舍

《大连日报》创刊60周年主题征文
给大连日报的一封信

张志远

青春一去不复返,但一想到《大连日报》创刊80周年,又觉得自己是那么年轻,像个一直在拙笔作业的小学生。《大连日报》这张党报,早已融入我人生中服役、带兵、转业参警三段时光,我和《大连日报》也建立了割舍不掉的三段情缘。

从最初接触《大连日报》的部队战士,到公安宣传战线的新闻通讯员,我已经在《大连日报》发表近400篇公安新闻。与《大连日报》结缘,关注《大连日报》发展,给我快乐,伴我成长,教我进步。而今,在我的第二故乡大连,《大连日报》已经与我相伴30年。

我的家乡位于黑龙江省哈尔滨市一个叫通河的县城。1995年冬天,一个怀揣梦想的小伙子坐着征兵专列来到大连。新兵集训下连后分到团部担任通信员,第一次有机会接触《大连日报》。当年在军营里就是通过报纸上的铅字,让我更多地了解大连。那时我时常抄写《大连日报》上的新闻给家里介绍部队驻地的样子,“描绘”大连如何好。也是在那个时候,自己的文笔在不知不觉中迅速提高。我甚至成了战友们眼中的“笔杆子”。

8年的士兵时光,始终有《大连日报》陪伴。文书

岗位的我保持着每天看报学习的习惯,了解报纸上的信息让我在领导和战友面前变得十分“博学”。2003年秋天,我作为优秀士兵提干对象被部队保送军校,人在羊城广州,心却始终挂记着《大连日报》,时常通过校内网吧搜索《大连日报》的新闻来阅读,了解部队驻地的发展变化。

毕业后,我再次回到魂牵梦绕的第二故乡大连,担任连队政治指导员,《大连日报》成了我每周四在思想政治教育课上给战士们授课的重要内容。海岛与大陆交通不便,当年从收发室取回的《大连日报》都是前一天的,可这并没有影响战士们阅读报纸、了解第二故乡的渴望。刻苦训练守卫第二故乡,努力学习建设美丽大连的信念,在全连官兵心中更加牢固。通过多年来学习《大连日报》的新闻采写技巧,让我的新闻宣传工作能力得到积累,2012年被全军政工网聘为基层远程编辑,《大连日报》也成为我日后从事新闻宣传工作的启蒙导师和领路人。

2013年,我转业到地方,开始在公安新闻宣传岗位上工作,有了直接与报社各位老师更为紧密的通报互动。传播党的声音,凝聚社会共识,弘扬公安队伍正能量,讲好基层单位服务群众的藏蓝故事,我在第二故乡大连找到了目标,在《大连日报》上实现了愿望。

《大连日报》自1945年11月1日创刊伊始,以《人民呼声》与人民群众见面,经过《旅大人民日报》等名称变化,最终回归《大连日报》。80年风雨同舟,《大连日报》早已成为大连百姓不可或缺的精神家园。

征文启事

1945年11月1日,《大连日报》创刊。作为中国共产党创办最早的城市党报之一,如今,《大连日报》已走过80年的历程,成为大连人不可或缺的精神家园。藉此,本报举办主题征文,诚邀广大读者、作者以“给大连日报的一封信”为主题,写下与《大连日报》的故事,用文字诉说这份独特的缘分。

来稿要求:

- 1.文体不限,书信、散文、随笔、访谈均可,题目自拟。
 - 2.内容真实,情感真挚,建议中肯,字数千字以内。
 - 3.文末须附作者真实姓名、身份证号、联系电话及详细通信地址。
- 投稿邮箱:dlnb80@126.com
邮寄地址:辽宁省大连市沙河口区民权街162号大连新闻传媒集团1304室“80周年征文”办公室收
邮政编码:116022
征稿时间:即日起至2025年10月10日(寄件以邮戳为准)

大报80年
征文协办



市交通运输局开展“公交出行宣传周”活动

本报讯(大连新闻传媒集团记者舒心侨)记者获悉,市交通运输局将于9月16日至22日组织开展“公交出行宣传周”活动,活动主题为“优选公交 绿色出行”,并推出多样化的配套活动。

开展“优选公交”宣传日活动。发布《优选公交绿色出行倡议书》,在市中心、乘客密集的公交站点和BRT、地铁站悬挂宣传条幅,利用地铁站台、地铁和公交车车厢内车载视频设备以及公交候车亭、车厢广告栏等资源进行广泛宣传,积极营造“优选公交 绿色出行”氛围。

开展公交宣传进校园活动。组织公共交通企业到中小学校园宣传“优选公交 绿色出行”的理念,培养中小学生的公共交通出行意识,普及公共交通安全应急避险知识。

开展公交劳模宣传日活动。公共交通企业组织职工开展劳模和优秀员工经验交流宣讲活动。通过媒体,广泛宣传公交行业先进典型事迹。

开展公交职工关爱日活动。公共交通企业工会开展公交驾驶员心理服务体系建设活动。组织开展公交职工慰问活动。

开展公交开放日活动。邀请社会公众走进公交,体验公交,向公众开放公交智能调度中心、公交场站,新能源车辆等设施或内部管理场所,拉近城市公共交通与公众的距离。

开展文明出行志愿服务活动。组织公共交通企业工作人员在公交枢纽站、地铁主要车站出入口现场为市民解答公交热点问题。组织公安志愿者在客流集中的站点进行维乘,形成良好的乘车秩序。在商圈、车站等人流密集路段的斑马线前引导行人遵守交通规则,共同构建城市交通新风尚。

开展“无车日”活动。9月22日为“无车日”,市民持行驶证免费乘坐市内公交车辆,鼓励社会公众积极参与,使“优选公交”理念深入人心,转化为自觉行动。

全民参保进行时

最新大学生医保参保攻略来啦

(上接1版)

三、缴费方式有哪些?

完成参保登记后,可通过以下方式缴纳医保费用:

(一)通过“大连市自然人社保缴费”微信小程序自助缴费(参加我市职工医保的家长可选择通过“共济账户”为子女缴纳保费)。

(二)到所属代办单位通过扫码或现金缴费。

(三)本地户籍人员可持身份证或户口簿到农商银行、大连银行、邮储银行、中国银行、交通银行、农业银行、建设银行和工商银行任一网点办理缴费,支持现金和本行银行卡转账。

四、大学生参保优惠多

围绕青年学生的需求特点,大连市医保部门精准施策,为大学生群体量身打造“低缴费、高待遇、优服务”的专属医保政策。2026年度大连市居民医保大学生个人缴费标准为400元,学生入学当年即可按学制一次性趸缴全部保费,其间如遇政策调整也无需补缴差额。参保大学生可享受居民基本医保最高20万元、大病保险最高40万元的双重保障,并享有更优的报销政策:以三级甲等医院为例,大学生住院报销起付线仅为300元,报销比例较普通成年居民高出10个百分点。同时,大连还率先实施大学生全国住院“同待遇、免备案”政策,充分保障大学生假期出行、外出实习等不同场景下的异地就医需求。

【案例一】2025年3月,我市某高校大二学生小何因急性阑胃炎在大连某三级医院手术,总费用8200.85元,医保报销5617.77元,个人仅支付2583.08元。

【案例二】2025年8月,我市某高校硕士研究生小静在外地旅游期间韧带撕裂住院手术,总费用28977.26元,医保报销19782.95元,个人承担9194.31元。

五、重要提醒:连续参保,避免待遇中断

根据2024年国务院办公厅发布的《关于健全基本医疗保险长效机制的指导意见》规定,自2025年起,除新生儿等特殊人群外,未在集中参保期内缴费或未连续参保的人员,将设置3个月待遇等待期,等待期内发生的医疗费用医保不予报销。

以下几点请特别注意:

(一)若在2025年完成缴费并进入2025年度医保待遇享受期,且在集中缴费期缴纳了2026年度城乡居民基本医疗保险费,可自2026年1月1日起享受医保待遇。

(二)若2025年末参保缴费,或2025年缴费后未进入2025年度待遇享受期(即2025年10月1日以后缴纳2025年度保费),那么即便是在集中预缴期缴纳了2026年居民保费,也会产生待遇等待期。

综上,请同学们及时参保,为美好的大学生生活增添一份坚实保障!

“新质工匠”职业技能培训项目在大连海洋大学开班

本报讯(大连新闻传媒集团记者谢小芳)9月15日,“新质工匠”职业技能培训项目2025年秋季班在大连海洋大学开班,该项目由国家发改委国际合作中心主办,大连海洋大学承办,主题为“以技为桥、深化合作”,聚焦海洋渔业持续发展能力建设,开设海洋水产养殖、渔业捕捞与冷藏管理两个专业方向,来自印度尼西亚的38名学员参加培训。市委常委、副市长李丹出席开班仪式。

职业教育是“一带一路”合作的重要组成部分。本次培训是落实中国和印尼两国领导人“深化蓝色伙伴关系”共识的关键举措。据介绍,培训将围绕“技能提升、理念革新、合作深化”三大核心目标展开。聚焦渔业前沿技术与发展趋势,通过系统化的课程设计与多元化的教学形式,帮助学员掌握现代渔业发展的核心技能。培训内容既涵盖理论知识的传授,也注重实践能力的锻炼,更强调国际视野的拓展。同时也通过这一平台,推动中印尼两国在渔业领域的经验共享、智慧碰撞。

据了解,国家发改委国际合作中心连续2年面向印尼开展15个专业的职业培训项目,涵盖人工智能、电动汽车、精准农业和生物技术等多个专业方向,累计培训印尼职业教师、技术人员400余人。

全国科普月 大连在行动

市科技馆“科学工坊”开课

本报讯(大连新闻传媒集团记者谢小芳)为深入贯彻落实“双减”政策和《大连市中小學生“科技助苗行动”实能方案》,近日,市科技馆2025年度“科学工坊”秋季培训课程正式开启。作为首个全国科普月系列活动之一,本次公益培训由市科协主办,市科技馆承办,培训内容重点聚焦实践能力与创新思维,共开设无人机、航模、天文、机器人、编程、3D打印六大类十门课程,共19个班级,主要面向小学二至六年级学生,预计将助力416名青少年探索科学奥秘。

“科学工坊”项目作为市科技馆“品牌”科普活动,自2023年启动以来,已累计培养3000余名青少年,学员在市级以上科技竞赛中获奖率达42%。本次秋季班进一步优化课程结构,结合人工智能、航天航空等国家战略领域,新增3D打印创新设计、机器人工程挑战等特色模块,助力学员将理论知识转化为实践能力。

本次培训旨在通过分层教学与项目式学习,培育具备科学潜质的青少年群体。未来市科技馆将建立学员成长档案,推动“科技助苗行动”常态化,并通过成果展示与赛事推荐,构建“基础培养—进阶提升—赛事实践”的科技教育链条,有效助力我市青少年科学素质提升。

科普大篷车走进校园

本报讯(大连新闻传媒集团记者谢小芳)为点燃小学生的科学探索热情,近日,庄河市科协邀请大连科普大篷车走进校园。活动以“激发科学兴趣、感受科技魅力”为核心,通过三大特色体验区与专业保障服务,为海华实验小学和步云山中心小学2000余名学生,带来一场集趣味与知识于一体的沉浸式科普盛宴,让孩子们在实践中解锁科学奥秘,收获满满。

活动现场,三大核心体验区人气高涨,成为孩子们探索科学的“乐园”。科普展品互动区,力学传动装置、光学折射实验等趣味展品整齐陈列,孩子们纷纷驻足,亲手摆弄展品、观察现象。机器狗互动环节则让孩子们与前沿科技“零距离”。最受期待的珠幕影院体验区,则为孩子们打造了“身临其境”的科学课堂。球形屏幕环绕四周,宇宙星系的浩瀚、微观生物的奇妙画面缓缓展开,孩子们仿佛“钻进”屏幕中,跟随影片探索宇宙奥秘、解锁生物知识。

下一步,市科协将在全市范围内持续开展此类活动,播撒科学种子,培育创新精神,引导同学们从小爱科学、学科学、用科学。

传承红色基因 普及金融知识

本报讯(张慧)日前,中国人寿保险股份有限公司大连市分公司金州营销服务部(以下简称“金州公司”)积极响应“金融教育宣传周”活动,走进关向应纪念馆,面向中学生开展了一场兼具红色教育与金融普及意义的特色宣教活动。活动以“红色文化+金融知识”深度融合为核心,通过创新教育形式,既引导青少年感悟革命精神,又帮助其提升金融素养、筑牢风险防范意识。

活动当天,金州公司宣教团队在纪念馆内精心设置专属宣传点位,通过悬挂主题横幅、发放折页、现场解答疑问等形式,用通俗易懂的语言向同学们讲解个人信息保护、电信网络诈骗识别等内容,让大家直观认识到金融知识在日常生活中的重要性。“这次活动让我收获满满,不仅深入了解了关向应同志投身革命、英勇奋斗的事迹,还学会了辨别‘虚假理财’‘游戏充值诈骗’等常见陷阱,以后遇到类似情况一定能保持警惕。”参与活动的学生代表分享道。

此次在关向应纪念馆开展金融宣教活动,是该公司践行金融企业社会责任、推动金融知识普及下沉的重要实践。该公司将继续探索“红色教育+金融宣教”的创新模式,持续推进金融知识进校园、进社区、进乡村,将实用金融知识送到公众身边,助力提升全民金融素养。

今日海浪水温潮汐情况

棒棰岛浴场

浪高1.0米 轻浪 表层水温 26.7℃
高潮时(04:31 16:46) 低潮时(11:30 22:57)

傅家庄浴场

浪高1.0米 轻浪 表层水温 26.9℃
高潮时(04:36 16:51) 低潮时(11:35 23:02)

星海浴场

浪高0.8米 轻浪 表层水温 26.9℃
高潮时(04:41 16:56) 低潮时(11:40 23:07)

夏家河浴场

浪高1.2米 轻浪 表层水温 25.1℃
高潮时(06:51 19:06) 低潮时(13:40 ---)

来源:大连市海洋预报台