

吉木萨尔县吉木萨尔镇白泉村村民利用农闲时间刺绣增加收入——

以布为纸 以针为笔 绣出致富锦绣图



本报讯 通讯员杨艳、明伟报道：在吉木萨尔县吉木萨尔镇白泉村，有一位远近闻名的绣娘——加那尔古丽·胡马斯。加那尔古丽·胡马斯今年44岁，2013年在村里建起合作社，从跑市场、接单到设计图案她都亲力亲为。她不仅靠刺绣手艺改善了家里的生活质量，还带领村里的妇女一起增收致富。在她们的手中，绣线就像画笔，描绘出了美好的生活。

回想最初建立合作社的日子，加那尔古丽·胡马斯说：“刚成立合作社的时候没有设备、没有人，是我自己花钱从乌鲁木齐请了一位老师，叫了村上的亲戚朋友过来培训。刺绣老师花了近一个月的时间，讲解刺绣绣法，并针对绣娘们的基础功底、手法掌握等情况手把手耐心地做教学辅导，提升了合作社绣娘们的技术。培训结束后，我们用



吉木萨尔县吉木萨尔镇白泉村村民在刺绣。

□杨 艳摄

县妇联发放的资金买了9台刺绣设备，这才把合作社成立起来。”

在白泉村，妇女大多都会刺绣技艺，但她们不知道如何依靠这种技艺赚钱，收入来源主要靠种地、放牧。村里成

立刺绣合作社后，白泉村村委会组织大家利用农闲时间研究创新刺绣产品，在坚持独特的民族风格的同时，积极融入现代元素，让绣法更加多元、图案更加精致、取材更加丰富。

如今，白泉村不断有人来合作社参加培训，已有40余名技术熟练的妇女加入刺绣合作社，刺绣产品有20余种，图案也多种多样，很多当地群众结婚用的刺绣产品都出自他们的合作社。合作社社员利用空闲时间制作绣品，每人每月有五六百元的收入。

“以前我在家照顾孩子，没有什么收入，自从加入合作社，我既能照顾孩子，还能在家从事刺绣，然后把绣好的成品拿到合作社，合作社帮我卖，有时候还可以到合作社参加培训，学习更好的刺绣技术，能和大家一起挣钱，一起致富，我很开心。”白泉村村民朱玛汗说。

哈萨克族刺绣2021年被列入第五批国家级非物质文化遗产名录。吉木萨尔县为推广刺绣工艺，增加农牧民收入，开展了非物质文化遗产宣传展览活动，白泉村刺绣合作社带着作品前去参展，绣工精巧、色彩艳丽、图案美观的作品深受群众喜爱。

吉木萨尔县吉木萨尔镇白泉村党支部书记哈衣尼古丽说：“我们鼓励妇女开展刺绣生产，一方面可以增加她们的收入，另一方面也能使具有民族特色的手工刺绣工艺继续保留和传承下去。”



11月21日，郭其民正在查看“蓝宝石”葡萄干晾晒情况。

□朱含雪摄

“蓝宝石”葡萄干热销四方

本报讯 通讯员朱含雪、何叶报道：近期正值葡萄干销售黄金期，呼图壁县种植户郭其民夫妇亲手晾晒的“蓝宝石”葡萄干成为市场宠儿，热销四方。

11月21日，笔者走进郭其民夫妇的晾晒大棚里，看到铁丝上整齐地挂着一排排葡萄。随着阳光的不断照射，葡萄逐渐脱水，变得干瘪而紧实，但色泽依旧鲜艳。从葡萄挑选、晾晒到包装，郭其民夫妇都严格把控品质，确保每一颗葡萄干都能达到最佳的品质。“‘蓝宝石’葡萄是我们自己种植的，晾晒需要一个半月，现在晾干的大概有4吨。”郭其民说。

郭其民是鄯善县人，1985年开始种植葡萄，一种就是29年。2014年，郭其

民夫妇在呼图壁县承包了大棚，种植葡萄。然而，葡萄成熟期集中，鲜果销售面临临大期短的困境。2018年起，郭其民夫妇重拾葡萄干晒制技艺，每年十月，他们都会精选一批“蓝宝石”葡萄，在大棚里晾晒制成葡萄干，推向市场售卖。他们制作的葡萄干品质优良，赢得了广大消费者的青睐，每年秋冬季，购买和预订葡萄干的电话接连不断。

顾客胡艳梅说：“‘蓝宝石’葡萄干是老板亲自采摘晾晒的，特别干净，吃起来也放心，价格也很实惠，我会推荐更多朋友购买。”

郭其民说：“我们通过线上、线下把‘蓝宝石’葡萄干销往全国各地，一年收入18万元左右。”

科苑

□编辑/杜燕葵
□审校/郑丽媛

昌吉州：提升企业创新能力 实现高水平科技自立自强

本报讯 记者马军报道：企业作为科技创新主体，在组织参与关键核心技术攻关、推动产业高质量发展、激活创新体系整体效能方面有不可替代的作用。近年来，昌吉州加快提升企业创新能力，实现高水平科技自立自强。

走进新疆中泰化学阜康能源有限公司（以下简称阜康能源）生产车间，智能化生产装置飞速运转，大数据实时监控。在这个日产量超2000吨的现代化绿色化工园区内，结合5G+智能终端，贯通生产的数据在线采集、聚合、分析，依托采集到的数据，实现对智能巡检系统、安全作业标准化平台的智慧管理，员工只需通过手机APP，就能完整掌握这一操作流程。

今年，阜康能源氯碱车间1、2号国产离子膜电解槽成功开车，标志着企业离子膜电解装置首套国产化关键技术研发工作正式开启。

据悉，离子膜电解装置国产化是阜康

能源承接的自治区重点研发项目，随着国内装备技术的发展，阜康能源不断加快推进国产化步伐，从生产工艺转型升级方面持续研究离子膜电解装置国产化的替代和应用，对原离子膜电解槽进行升级改造。这样不仅可以解决限制行业发展的瓶颈问题，还能有效解决老旧装置安全环保隐患问题，同时对于阜康能源在促进装置低能耗、高效率运行、技术突破、提升经济效益方面具有重要意义。

“为了做出对离子膜的最优选型，企业组织技术人员到其他氯碱化工企业进行实地考察，深入了解国产离子膜的性能状况、销售业绩和客户评价。从长远战略、提质增效、节能降耗、售后服务等方面综合考虑，最终选用了国产离子膜。”阜康能源氯碱车间副主任侯亚楠介绍，国产离子膜的采购成本大大低于同类进口产品的价格，从源头上降低了生产成本。

数字化、智能化是推进制造业转型升级、实现高质量发展的必由之路。近

年来，新疆中泰化学股份有限公司把科技创新摆在发展全局的核心位置，全力推进智能化改造和数字化转型，以“新的生产模式”建设“新一代智能工厂”，大力发展新质生产力，不断推动传统产业转型升级。

技术创新靠人才，一方面重在“挖潜”，激活企业内部人才的“一池春水”，给广大职工搭建发挥才能的舞台；另一方面重在“请进来”，着眼于外部人才“为我所用”。

“依托车间技术创新平台，我们持续推进PVC核心技术国产化，从辅助分散剂国产化到主分散剂国产化的应用，有效降低了生产成本。”该公司聚氯乙稀车间主任陈凤带领团队，围绕110立方米聚合釜生产、入料等方面立足岗位创新创效，先后荣获十余项发明与实用新型技术专利。其中，针对110立方米聚合釜气相和搅拌轴封釜严重的问题，她和团队研发的解决技术处于国际领先水平，并取得3项

发明专利、4项实用新型专利。

今年，昌吉州聚焦重点产业布局，加快核心技术攻关，着力推进产业链与创新链深度融合。企业技术创新平台成为引领创新驱动发展的强力引擎，围绕种业、畜牧业、葡萄酒、先进装备制造、煤炭煤化工、新材料、节能环保、纺织服装等重点产业实施重大科技专项23项。今年共落实各级科技项目81项，争取自治区项目资金1.8亿元，带动企业项目投入超3亿元，一批产业链“卡脖子”技术取得突破性成果，科技支撑产业转型升级、高质量发展的能力和水平得到进一步提升。

昌吉州科学技术局党组书记葛伟娟说：“我们聚焦重点产业链‘卡脖子’技术难题开展科研攻关，持续提升企业自主创新能力和水平，积极推动高新技术企业集聚，强化项目育才、产业兴才、平台聚才、政策留才等措施，夯实科技创新高质量发展基础，不断激发企业创新活力。”



11月19日，培训班学员参观水吉仁山科技特派员缘起展示馆。

□李 娟摄

专场招聘促就业 精准服务助发展

玛纳斯县

本报讯 通讯员张智龙报道：11月22日，玛纳斯县公共就业服务中心在玛纳斯镇园林社区举办“职引未来——全国人力资源市场高校毕业生就业服务周”专场招聘会。

招聘会现场，企业工作人员耐心向求职者介绍企业基本情况、岗位需求、薪资待遇等，引导求职者填表登记，现场气氛热烈。

玛纳斯祥云化纤有限公司人事专员魏明说：“我们这次提供了6个岗位，本次招聘达成就业意向5人，希望以后能够多参加这样的招聘会活动，为我们企业提供强有力的保障。”

阜康市

本报讯 通讯员王嘉蕾、吴震报道：近日，昌吉州公共就业服务中心联合阜康市公共就业服务中心举办2024年就业援助“暖心活动”招聘会，为求职者与用人单位搭建起便捷的交流平台。

此次招聘会采用线上线下协同推进的创新模式。在线下，邀请众多招聘企业到场，企业代表耐心解答求职者关于待遇、工作内容等方面的疑问，增进双方的相互了解。阜康市公共就业服务中心的工作人员认真登记求职者的个人信息与岗位需求，为求职者精准匹配工作岗位。

与此同时，工作人员还通过直播镜头，向未能亲临现场却有求职意愿的人员详细介绍招聘企业的详细情况、岗位需求以及薪资待遇等关键信

据了解，此次招聘会共有18家企业参加，提供就业岗位366个，包括信息技术、服务、制造等多个领域。当天，共有53人达成初步就业意向。招聘会还利用网络平台开展直播带岗活动，共吸引6000人观看直播。

玛纳斯县公共就业服务中心就业创业办公室主任欧尔坎·哈比丁说：“下一步，我们将对高校毕业生、就业困难人员等重点群体，提供更加有针对性的就业服务，通过加强就业指导、提供岗位推荐服务、加大政策扶持力度等方式，提高重点群体就业率。”

息，为线上求职者拓宽就业渠道。

本次招聘会共有6家企业参与，提供了操作工、门店导购、销售主管、人事主管、外卖骑手等10余个工种170个就业岗位。招聘会吸引了100余名求职者参加，最终22人达成就业意向。活动现场还发放了30份就业政策宣传材料，抖音直播吸引了2900人次观看，真正践行了“服务企业用工，就业暖心送岗”的理念。

阜康市公共就业服务中心将进一步完善高校毕业生、农村群体、退役军人等重点群体的就业支持体系，广泛收集就业岗位信息，精心组织各类公共就业服务活动，精准促进人岗对接，全力推动阜康市失业人员、就业困难人员以及高校毕业生顺利就业。

吉木萨尔县

本报讯 通讯员吴欣昊、托丁报道：“今天来赶集买东西，看到有招聘会，就进来看看，没想到还找到了满意的工作，政府服务太贴心了。”吉木萨尔县三台镇村民斯拉仆尔·艾买江高兴地说。

近日，吉木萨尔县人力资源和社会保障局联合三台镇在集市举办就业援助“暖心活动”招聘会，为求职者提供“家门口”的就业岗位。

走进三台镇集市，工作人员在集

市门口设立宣传台，为求职人员提供就业指导，量身打造“边走边选”的招聘环境。工作人员主动向过往群众介绍岗位招聘条件、薪资待遇、福利补贴等情况，发放宣传单和宣传物品310余份。

吉木萨尔县人力资源和社会保障局工作人员刘茂菲说：“此次招聘活动共吸引13家企业，提供会计、母婴师、厨师等60余个就业工种，260余个就业岗位，为村民求职就业和用人单位招聘用工搭建了平台。”

每周科普

经常用热水泡脚，身体会发生什么变化？

寒冷的冬夜，接上一大盆热水，舒舒服服地把脚泡一泡，一天的疲惫便能消除。很多人觉得，泡脚可以促进全身血液循环。其不但能助眠，还能治疗各种疾病。但泡脚的功效，真的有这样神奇吗？

热水泡脚确实能睡得更香

2013年，《国际护理研究杂志》刊登的一篇论文就指出，根据1996年至2005年的调研，对于健康人群而言，泡脚的确可以辅助睡眠。

这是因为随着温度的升高，腿部和脚部的末梢血管扩张，足部的皮肤血流量也会加大，让核心区域更好地散热，身体能更好地进入到睡眠的状态。

不过，需要注意的是，对于失眠人群，泡脚并不是一劳永逸的助眠方法。

失眠是由许多因素导致的，除了会引起体内环境紊乱的消化系统疾病等生理问题，还有情绪过于紧张、焦虑甚至抑郁等心理问题。对症下药，才能真正缓解睡眠障碍。

泡脚有哪些需要注意的事项

首先，要注意热水的温度，40摄氏度左右即可，太高会破坏足部皮肤表面的皮脂膜，造成皴裂。

其次，还要注意泡脚的时间，防止造成低温烫伤。根据调查，泡脚时间不要超过30分钟，不然局部循环过快，会增加心脏负担。如果你使用的是恒温的泡脚桶，最好不要边玩游戏边泡脚，这样会误了时间。

最重要的是，千万不要用脚来试温度。因为足部的皮肤相对其他地方的皮肤更厚，对温度的敏感性远没有其他人体的组织高，脚觉得“正好”，也许已经是烫了。

不是人人都适合泡脚

不过，也不是所有人都适合泡脚。对于有些人群而言，泡脚反而会带来负面作用，以下几类人群，在泡脚时最好要多加注意。

1. 儿童

和成年人不同，6岁前的儿童往往足弓还未完全形成。长期用热水泡脚，会让足底韧带遇热松弛，缺乏弹

性，造成扁平足等影响。

足弓是人体重要的减震系统。当人体做跳跃动作时，它可以减缓震荡，减轻落地对全身关节和人体器官的冲击性。当你行走时，足弓还能对身体重力下传与地面反弹力起到缓冲，让足底血管和神经免于受到长时间的压迫。

2. 静脉曲张或动脉闭塞患者

上面我们提到，热水泡脚，会增加脚部和腿部的局部血流量。

而静脉曲张则是静脉瓣膜功能不全，静脉血液回流不畅导致的血液淤积血管肿，多见于肢体前段，也就是足部和手部。

所以，静脉曲张患者泡脚，就相当于在一个阀门紧闭的小溪里多注入了一些水流。本来就拥挤，这样一来更加重了静脉回流负担。

而动脉闭塞患者也是同样的道理，长时间泡脚并不会增加下肢血液的供应和回流，只会让问题加重。

3. 糖尿病患者

对于糖尿病患者来说，泡脚是尤其要注意的。尤其是已经有了糖尿病足——这一并发症的群体。

糖尿病足患者大多下肢远端神经异常且有不同程度的血管病变。简单来说，他们的血管不会因为温度的高低而张缩，泡脚并不会给血液流通带来帮助。相反，他们对温度的感知远不如普通人敏感，有人觉得很烫的水，他们却可能觉得还正常，极易发生烫伤。

而且，糖尿病足患者的足部皮肤相对脆弱，一旦烫伤，后果比普通人严重得多，若不及时就医，甚至会导致足部感染、溃烂。

4. 足癣患者

足癣又称脚气，是一种真菌感染。许多足癣患者泡过脚也许会短暂觉得舒缓，还相信热水把真菌杀死了，其实并不是。

研究显示，只有把真菌放在100摄氏度的水中煮沸10分钟到30分钟，才能让真菌灭活，失去致病性。而热水会让足部毛细血管扩张，可能导致继发性细菌感染。

来源：学习强国