

筑绿色屏障 展周口胜景

(上接第一版)
扭转水质恶化趋势 全力改善水环境

40 年间,周口经济列车高速飞奔,城镇面积不断扩大,在取得巨大进步的同时,粗放的发展方式带来了沉重的环境代价,曾经清波碧水的沙颍河变得汚污。

1978 年到 1988 年,我市处于乡镇企业起步阶段和工业企业恢复发展阶段,当时整体环境质量保持较好。1988 年后,周口经济发展开始加速,汚染问题逐渐凸显。那一时期,因投资小见效快,一大批“十五小”企业如雨后春笋般涌现。小型皮革厂、造纸厂等纷纷成立,生产废水直排沙颍河。

我市一名环保工作者告诉记者,当时周口水系汚染,是由多种因素共同造成的,如上游地市超标废水直排,影响我市沙颍河水质;我市污水处理厂建设及污水管网铺设不足,城区生活污水和工业废水直接排放;沿河畜禽养殖场数量多,家禽粪便污水横流,直排入河等。

1994 年 5 月,国务院环境保护委员会执法检查团对周口环境保护工作进行检查,拉开了我市全面治理沙颍河汚染问题的序幕。当时,国家提出“九七达标”治理淮河,要求 1997 年实现全流域工业汚染源达标排放。我市集中关闭了大量“十五小”重汚染企业,要求市控以上企业建设汚染处理设施,并安装在线监控与环保部门联网。1998 年以来,根据省委、省政府要求,我市积极开展水污染治理环保“零点行动”,进一步加大工业污染防治力度,于 2000 年基本实现“一控双达标”,水质恶化趋势得到遏制,局部地区水环境有所改善。

我省淮河流域出境断面共计 10 个,其中我市占了 3 个。为确保主要出境河流水质稳定达标,我市采取封堵截污、限产限排、关闭汚染企业等措施,对沙颍河、贾鲁河等进行综合整治。市政府成立周口市中心城区水生态环境综合治理项目建设指挥部,大力开展城市河流清洁行动,对中心城区沙颍河及其他 7 条河流进行综合治理。一方面,封堵汚染严重入河排污口,加快城市污水处理厂及管网建设,推进雨污分流改造,实施截污并网,提高城市污水收集率;另一方面,加大对违法排污行为的查处力度,关闭汚染小企业,划定禁养区,搬迁畜禽养殖场,将所有入河污水截流并网,削减进入河道的汚染物总量,保护水体环境,确保水质不断向好。

为了让沙颍河水质变清,我市做了大量工作,终于使沙颍河的“颜值”不断提升。一湾碧色穿城而过,沙颍两岸绿树成荫。如今,“鱼儿跃、野鸭闹,水变清、群众笑”这样朗朗上口的顺口溜正在周口广为传颂。

守护碧水蓝天,治汚进入攻坚战
改革开放之初把保护环境确立为基本国策,进入 21 世纪又把节约资源确立为基本国策,再到党的十八大以来把生态文明建设作为统筹推进“五位一体”总体布局和协调推进“四个全面”战略布局

的重要内容。尤其是党的十八大以来,市委、市政府高度重视环境保护工作,贯彻落实习近平生态文明思想,发展理念、环保工作思路发生深刻变化,把环境保护和绿色发展纳入经济社会发展目标和干部考核体系并占有重要分值。尽快解决环境问题,满足人民群众对优良生态环境的需求,污染防治成了一场必须打赢的硬仗。

为建设天蓝、水净、地绿的美丽周口,我市污染防治进入了攻坚战、关键期。为筑牢污染防治工作基础,环保工作实施了“党政同责、一岗双责”、有奖举报、环保督察等一系列举措,夯实各级政府攻坚责任。

2014 年我国修订环保法,这部被称为“史上最严”的环保法拥有了更多更硬的执法手段,被人们赞到“环保法终于长出了牙齿”。而在 2014 年这一年,更是周口环保历史上具有里程碑意义的一年。这一年,周口全面实施碧水工程,成立了以主管副市长为组长,22 个相关部门为成员单位的碧水工程实施工作领导小组,明确了各县市区和相关部门的责任,签订了碧水工程目标责任书,印发了《周口市碧水行动计划》《年度碧水工程实施方案》《周口市城市河流清洁行动实施方案》等一系列措施。

2016 年,我市打响大气污染防治攻坚战。当年,从最受关注的治霾着手,源头抓起实施控尘、控煤、控排、控车、控油、控烧“六控”,解决工地扬尘、燃煤锅炉、工业排放、黄标车、劣质油、秸秆焚烧等汚染问题,开展不同领域的专项治理。

2017 年,我市在继续打好大气污染防治攻坚战的同时,开展水、土污染防治攻坚战。依法整治“散乱汚”企业,实施燃煤“双替代”,严格落实扬尘污染治理、工业企业汚染管控、监测监控体系建设。

2018 年,紧盯突出问题,我市集中开展重型柴油车整治、中心城区工地扬尘整治、城市清洁行动、工业治理项目、全面整治砖瓦生产企业、黑臭水体整治等多个专项行动。

天更蓝了,截至 12 月 11 日,优良天数 199 天,位居全省第四。水更绿了,1 至 10 月份,我市 11 个河流断面达标率为 93.6%、比去年同期上升 1.1 个百分点,城市集中式饮用水水源地水质达标率为 100%。土更净了,强化土壤汚染风险管控,实施危险废物收集运输处置全过程监管,切实保障农产品质量和人居环境安全。

污染防治攻坚取得突破,大气汚染恶化趋势得到遏制和扭转,水环境质量稳中向好,净土行动顺利推进。为彻底打赢环保攻坚战,我市相继出台了《周口市生态文明建设目标评价考核实施细则》和《周口市绿色发展指标体系实施细则》,计划到 2020 年,周口市在全省率先建成国家二级空气质量达标城市,创建省级生态示范市。

昔日黄泛区 如今宜居地
青山碧水、蓝天白云、绿树葱茏是人

民追求幸福生活的重要内容。人民所求,执政所指。在打好污染防治攻坚战的同时,市委、市政府牢固树立绿色发展理念,通过强力推进林业生态建设,生态红利愈加凸显,以不断提高群众的“生态获得感”为目标,动员全社会力量积极参与爱绿植绿护绿,昔日黄泛区早已旧貌换新颜,成为今天的宜居地。

我市以努力构建城在林中、人在绿中,环境优美、生态宜居的美丽周口为目标,先后编制了《周口市创建全国绿化模范城市总体规划(2015-2017 年)》《周口市国土绿化总体规划》《周口市“十三五”林业发展规划》《周口市城市绿地系统规划(2017-2030 年)》《周口市林业生态市建设提升工程规划(2013-2017 年)》等一系列专项规划,坚持适地适树和科技兴林,大力推进城乡绿化统筹发展,让森林走进城市、让城市拥抱森林,逐步形成全市城乡一体的“大绿化”格局。

目前,全市有林地面积增加到 240 万亩,森林覆盖率达 15.2%,活立木蓄积量 1900 万立方米,逐步形成了“田成方、林成网、沟河路渠成林带”的林业生态建设新格局,先后获得“全国平原绿化先进单位”“国家现代林业示范市”“河南省园林城市”“河南省绿化模范城市”等荣誉称号。全市 6 个县获得“全国绿化模范县”,3 个县获得“林业推进生态文明建设示范县”荣誉称号。

全国绿化模范城市是一个城市生态环境优良的重要标志,是国家对一个城市绿化成就给予的最高荣誉。近年来,我市明确提出“创建全国绿化模范城市,加快周口生态文明建设”的奋斗目标,不断加大造林绿化力度,强力推进林业生态建设。

每年植树节期间,市绿化委员会都组织市直机关、团体、企事业单位和驻周单位到颍川生态园、周口公园、文昌植物园、军分区老靶场、周口森林公园等基地进行义务植树,为全市义务植树活动的顺利开展起到了很好的示范作用;联合各县市区开展市、县、乡、村四级联动的义务植树活动,周口大地掀起一浪高过一浪的植树绿化热潮。“绿水青山也是金山银山”的理念深入人心,义务植树成为广大市民的自觉行动。近 5 年来,全市建立义务植树基地 200 多处,全市参加义务植树人数累计达到 2917.76 万人次,义务植树 1.07 亿株,尽责率达到 91.2%,建卡率为 98%,成活率和保存率均超过 90%。

如今的周口日新月异,绿色已经成为周口的主题色,一幅生态绿地的画卷正在徐徐展开。

三川秀美胜景逐步呈现
冬日的早晨,一轮红日喷薄欲出,沙颍河两岸景美树绿。装扮一新的小游园,三三两两的游人装点着周围的风景,辛劳的环卫工人把街道打扫得干干净净,呈现出一派人与自然和谐相处的美好景象。

“大美周口”不仅是千万周口儿女的

期盼,也是市委、市政府孜孜以求的目标。我市以打造生态幸福周口、建设完备的生态体系为目标,提出了公园绿地、居住区绿地、单位附属绿地星罗棋布,道路绿化、河渠绿化、环城绿化纵横交错,点、线、面、环有机结合,乔、灌、花、草合理搭配的生态绿化格局,建成符合周口特色的城市生态绿地系统。“森林覆盖率不断提高,城市绿地不断扩大、宜居乡村美景如画……生态建设方面的变化,是改革开放以来周口最为直观、最为明显的变化之一。”市林业部门相关负责人介绍,目前,城市建成区绿化覆盖率达 41.21%,绿地率达 35.88%,人均公园绿地面积达 12.62 平方米,城市中心区人均公园绿地面积达 7.48 平方米。

全长 5.5 公里的沙颍河风景区(沙颍河中心城区段治理一期工程)已建成开放。两岸自西向东建有“故港新意、民俗长廊、空中走廊、铁路风情、逐波邀月、心意六合”等 22 个景观节点,形成了具有周口特色的生态长廊、文化长廊、风景长廊,既为市民构筑一块绿树成荫、鸟语花香、风景优美的带状休闲绿地,又为群众生活创造一个人与自然和谐相处的美丽家园。

位于中心城区北部的周口森林公园,原址是黄河泛滥遗存的沙化土地,不能耕种。刮风时沙尘飞扬,生态环境很差。为修复生态,拉动中心城区北部发展,在国家储备林项目基础上建设周口森林公园,占地约 5000 亩,绿化率达 86.4%。公园有七大功能区 and 14 个地域文化园,其中 14 个地域文化园分别体现周口市所辖县市区的文化特色和风俗民情。项目将于 2019 年年底竣工,公园建成后集生态、休闲、健身、娱乐为一体,成为中心城区的绿色屏障、城市环境的净化之林、历史文化的展示窗口。

为着力解决全市农村普遍存在的生活垃圾汚染、生活污水和坑塘沟渠汚染、秸秆汚染、畜禽养殖汚染、饮水安全和村容村貌等问题,2018 年 5 月 7 日,全市农村人居环境整治“百日行动”总结表彰暨“六村共建”工作动员大会召开,市委、市政府决定以农村精神文明建设为统筹,着力打造一批富民为要、党建为基、美丽为形、卫生为底、平安为本、文明为魂的示范乡村。

自此,农村基础设施得到了完善加强,大多数乡村生活垃圾集中统一无害化处理,乡村杂物堆积、垃圾遍地的情况得到基本根治,农村环境卫生有了巨大的改观,部分行政村已经达到省、市级卫生村标准。

“生态兴则文明兴”。改革开放 40 年来,生态文明建设成为我国经济发展的新动力,污染防治倒逼产业转型升级,发展的质量更高、动力更强;生态文明建设让群众生活质量不断改善,让更多人享受到环保红利;生态文明建设让城市发展的步履铿锵,让周口前进的道路上皆是“风景”;天更蓝、水更清、地更净、树更绿的宜居宜业新周口正在逐步显现。②5

改革开放 40 年

周口大事记

周口日报社 周口市史志办 联办

1993 年

■1 月 1 日,《周口报》改为《周口日报》,由每周出版 3 次改为出版 6 次。
■4 月 1 日,漯河至周口至阜阳地方铁路客运列车开始营运。
■7 月 10 日,周口市荷花市场一期开业。市场一期占地 35 亩,设批零摊位 100 个。建成后的荷花市场占地面积 180 亩,总投资 1.8 亿元,建筑面积 10 多万平方米。市场内各种服务设施齐全,有银行、邮电、医疗保健、公安派出所和汽车站。1994 年,荷花市场被省工商局、省国家税务局评定为“双 10 强”集贸市场和省级文明市场,为河南省第二大市场。在 1994 年 10 月国家工商局召开的北方 13 省 1 市市场工作研讨会上,荷花市场的成功经验引起很大轰动,被权威人士誉为高层发展与培育的成功范例。1995 年荷花市场日客流量达 10 万人(次),成交额 500 万元,年成交额 15 亿元,商品辐射豫、鄂、鲁、皖 4 省 100 多个县市,全国有 500 多家企业的 4000 多种产品在此集散,税收以每年 400~500 万元的速度递增。
■9 月 21 日,《周口日报》报道:全区高考录取创历史最高纪录,4567 人被全国各类院校录取,居全省第四位。
■1993 年 10 月,全区第一条中外合资商品公路省道——洛界公路周口至项城段正式建成通车。1993 年 3 月,地区交通局、公路总段与加拿大中国制造北美有限公司商定共同承担项路段路面改造工程,加方出资 3000 万元(人民币)、中方出资 1500 万元,合资修建周口至项城长 30 公里高等级商品公路。
■10 月 25~27 日,出席联合国粮农组织国际会议的 13 个国家的 15 位专家粮农组织官员,对扶沟县吕滩、大新、汴岗,淮阳县搬口、曹河、郑集、齐老、安岭,商水县张庄、巴村、舒庄

农商银行阳城支行获批全省旗舰网点

本报讯(记者 李凤霞 通讯员 姜庆波 林根深) 12 月 10 日,河南省农村信用社首批智慧银行旗舰网点名单公布,商水农商银行阳城支行顺利入选,成为系统内 10 家智慧银行旗舰网点之一。

为贯彻落实省联社“4+4”工作总要求和“双一流”战略目标,按照网点布局五年规划要求,市农信办高度重视智慧银行旗舰网点创建工作,充分发挥组织协调作用,指导辖内行社加大人力和资金投入力度,稳步推进创建工作,不断增强渠道服务能力和市场竞争力,示范引领全市网点转型升级。

商水农商银行阳城支行在市农信办和商水农商银行的领导与支持下,引入 3D 智能导览台、智能服务机器人、全息投影等先进智能设备,将客户身份识别、业务推荐和业务引导融入

人脸识别等智能化系统,逐步丰富和完善服务功能;科学划分功能分区,在传统网点的基础上增设贵金属展示区、多终端电子银行体验区,并结合不同客群需求设置高端客户沙龙区、书吧、水吧等服务区域,着力提升服务品质;注重人才配备,为网点选配了一批政治素养可靠、业务水平过硬的年轻化的员工和管理人员,以“走出去,引进来”的学习方式,稳步实现转型升级。

据悉,河南省农信社首批智慧银行旗舰网点评选是在全省 18 个地市推荐的 43 家网点中,通过初审、复审两个环节,经过网点形象展示、功能分区展示、网点智能化应用、业务展示和文化建设等 5 个方面的打分评比,综合确定商水农商银行阳城支行等成为全省农信社首批智慧银行旗舰网点。②5

扶贫车间 建到家门口



沈丘县在精准扶贫中,采取“企业+扶贫车间+农户”的模式,鼓励外出务工人员带着信息、技术、资金和项目返回家乡办工厂,把扶贫车间建到群众家门口,让留守妇女就近打工,实现挣钱顾家两不误。图为该县老城镇西关村留守妇女正在车间里加工服装。 黄海涛 摄

电力护航 照亮乡村致富路

——太康县供电公司电网改造助力脱贫攻坚小记

通讯员 邱志强

脱贫攻坚计划,太康县供电公司结合县政府脱贫攻坚工作部署,重点对 152 个建档立卡贫困村通电动力电改造工作进行整村推进。为确保完成任务,太康县供电公司制订详细实施方案,明确职责、工作时间及要求,组织专业技术人员多次深入供电台区开展勘查,现场摸底电网现状。对贫困村高、低压配网做好规划设计,努力解决贫困村线路线路径短、供电半径长、“卡脖子”“低电压”等供电问题。目前,全县已实现贫困村动力电力“村村通”,贫困户生活用电、农业生产电力保障达到 100%,有效保障了贫困村民脱贫致富用电需求。

电网改造全覆盖
“现在用电太方便了,想咋用就咋用,再也不怕空调带不起来了!”11 月 28 日,刚从地里干活回来的太康县大许寨乡王堂村村民王喆边用电水壶烧水边向记者说起贫困村电网改造带来的新变化。无独有偶,就在同一天,太康县杨庙乡西张村村民李秀勤因用电方便了,又为家里添置了电冰箱、电磁炉等家用电器。这一切变化,都得益于太

康县供电公司实施的贫困村电网改造工程。

为加快“十三五”脱贫攻坚规划,强化脱贫保障项目建设进度,太康县供电公司不断优化电网结构,加强设备和线路维护管理,提高供电可靠性。2017 年以来,太康县供电公司新建太康东 220 千伏彦伯变电站和 35 千伏板桥变电站并顺利投运,这两个变电站的顺利投运,有效缓解了太康县现有变电站供电压力,满足了太康县东西部电网负荷增长,对于提高该县经济发展水平将起到积极的作用。现仍有五里口、张集、龙曲、高朗、符草楼 5 个 35 千伏变电站正在建设中,预计年底建成投运。同时完成贫困村电网建设改造项目 239 个,新建、改造配电台区 460 个,完成机井通电项目 52 个,新建通电机井 750 眼,改建线路 495.49 千米,惠及全县 152 个贫困村的 1.5 万贫困人口,改造后,贫困村户均容量达到 1.5 千伏安,为村民脱贫致富提供了强劲电力支撑。

服务光伏助扶贫
“现在我啥也不做,每年就有 3000

元的光伏电站收益,这多亏了村里的光伏扶贫项目。”12 月 14 日,太康县毛庄镇叶庄行政村村民叶老汉充满感激地告诉笔者。为支持县政府脱贫攻坚工程,太康县供电公司光伏扶贫工程项目建设开辟绿色通道,组织营销、生产技术和乡镇供电所工作人员积极开展现场勘察,制订接入电网系统方案;安装并网计量装置等,全程提供技术支持,并从政策咨询、技术咨询、业务受理、并网服务等方面提供贴心服务。

为及时推进光伏并网发电,太康县供电公司还投入大量物力财力,抓紧时间建设并网设备,确保贫困村民早受益、早脱贫、早致富。截至目前,全县已有 160 座村级扶贫光伏电站并网发电,6000 余名贫困村民受益,有力推动了贫困村经济的发展。“我们叶庄行政村是建档立卡贫困村,自去年光伏电站并网发电以来,带动了 20 余户贫困户脱贫,群众打心眼里感谢供电公司所做的工作,感谢政府的好政策。”提起光伏电站带来的好处,叶庄行政村党支部书记叶泽贵激动地说。②5

内容和手段,逐级做好计划落实。会议强调,各单位要在认真学习会议精神的基础上,结合本地、本单位实际,科学合理制订发行方案,保持重点党报党刊发行数量稳定,严格按照预订时限要求,将发行任务分解好、措施落实好、经费保障好,确保按期完成党报党刊征订任务。②5

确保党报发行持续稳定

本报讯(记者 马治卫) 12 月 14 日晚,太康县 2019 年度党报党刊发行工作会议在县委脱贫攻坚指挥部会议室召开。会议的主要任务是传达学习全市党报党刊发行工作会议精神,安排部署全县党报党刊发行工作。

会议指出,近年来,在县委的正确领导下,在各乡镇各有关部门的共同努力下,太康县的党报党刊发行工作平稳有序、成效明显,为传递党和政府声音、沟通社情民意,为服务改革发展稳定大

局作出了积极贡献。

会议要求,一要提高政治站位。做好党报党刊发行工作,对于深入学习宣传贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想和党的十九大精神,学习贯彻落实全国、全省和全市宣传思想工作会议精神,巩固壮大主流思想舆论,引导广大党员干部凝心聚力、担当作为,实现决胜全面小康、实现周口跨越发展的奋斗目标具有十分重要的意义。二要抓好贯彻落实。今年党报党刊发行工作会召

开时间晚,会议结束后,参加会议的各单位负责同志,要认真贯彻落实会议精神,迅速启动党报党刊发行工作。三要统筹协调推进。宣传部门要会同新闻出版、财政及邮政部门,上下联动,分工协作,形成工作合力。各垂直管理系统、金融系统、教育主管部门,要将党报党刊的订阅工作作为加强党建工作的重要

内容和手段,逐级做好计划落实。会议强调,各单位要在认真学习会议精神的基础上,结合本地、本单位实际,科学合理制订发行方案,保持重点党报党刊发行数量稳定,严格按照预订时限要求,将发行任务分解好、措施落实好、经费保障好,确保按期完成党报党刊征订任务。②5

高血压防治知识(八)


高血压科普知识(生活篇)

睡觉要用轻被、低枕
高血压患者睡觉时习惯把手放在胸口,夜晚又容易憋醒,所以被子要轻薄,当然也要同时兼顾保温。过高的枕头会使患者脖子上的血管受到压迫,影响脑内血液循环,所以要选择低枕。

避免低头弯腰
少做低头弯腰的动作,尤其是弯腰提重物时,头部突然低于心脏水平位置时,就会有大量的血液流向脑部,如果弯腰所提的物体过重,会使脑部血压突

然增高,如果脑血管有薄弱之处,就可能被冲破,引发脑中风。

餐桌上的 10 款辅助降压的食物
芹菜、西红柿、荸荠、苹果、橙子、葡萄、海带、茄子、香菇、大蒜。
(周口市专科医院高血压防治中心主任 唐玉清)



重点疾病健康教育专栏

主办:周口市疾病预防控制中心健康教育所