

补齐短板确保“创文”达标

本报讯 (记者 普淑娟) 10 月 31 日上午,市委常委、统战部长赵锡昌带领市文明办、港区以及相关责任单位负责人督导中心城区“创文”迎检点工作。

赵锡昌一行先后来到李埠口乡政府、港区未来家园社区文化服务中心等“创文”迎检点进行了实地察看,详细了解各项基础设施建设、环境卫生、行业规

范展示、规范服务等情况,对各地所存在的问题和短板,现场协调解决,要求相关单位部门严格按照“创文”标准,加大工作力度,提高工作标准,落实整改到位。

针对督查中发现的问题,赵锡昌强调,各相关职能部门要深刻认识“创文”迎检工作的重要性,正视存在问题,进一步增强紧迫感和责任感,全力以赴推进

“创文”迎检各项工作。要加大宣传力度,营造浓厚的“创文”宣传氛围。要强化工作措施,狠抓薄弱环节,针对发现的问题,严格对照“创文”标准和要求,找准差距,精准发力,补齐短板,确保达标。要提高标准,注重细节,优化环境,确保“创文”无死角、全覆盖。同时,要把“创文”工作纳入常态管理,确保“创文”工作达标。①6

加强宗教工作凝聚力量推动发展

本报讯 (记者 付永奇 通讯员 董珍) 10 月 30 日下午,市委常委、统战部长赵锡昌赴商水调研基层宗教工作。

赵锡昌深入商水县基督教“两会”、新城办、张庄乡等地的宗教活动场所,询问农村基督教场所情况、商水县落实宗教工作主体责任以及宗教工作“三级网络、两级责任”压实情况。

赵锡昌指出,面对新时代、新任务,要坚决贯彻习近平总书记有关重要指

示批示精神,切实加强党对宗教工作的领导;要通过建立“网格化”责任体系,进一步健全宗教工作三级网络,压实两级责任;要聚焦宗教领域具体问题,着力提高场所规范化管理水平,把信教群众紧紧团结在党和政府周围,积极引导宗教与社会主义社会相适应,不断提升依法管理宗教事务水平。

赵锡昌要求,提升站位,坚持党的宗教工作基本方针,增强做好宗教工作的

责任感和使命感;坚持宗教中国化方向,用社会主义核心价值观和中华优秀传统文化阐释宗教教义;切实加强农村基督教场所规范化建设,依法依规开展宗教活动;重视加强传道员队伍建设,发挥教职人员教育引导信教群众的主导作用;加强宗教代表人士队伍建设,发挥宗教团体密切联系信教群众的桥梁纽带作用,传播正能量,为促进社会和谐作出积极贡献。①6

向“创卫”目标发起最后冲锋

本报讯 (记者 彭慧) 10 月 30 日下午,市委常委、周口军分区政委孙先振,市政协副主席张文平深入川汇区华耀城办事处检查“创卫”工作,现场提出涉及黑臭水体和环境卫生治理等多个问题,要求办事处立行立改。

孙先振、张文平一行首先来到华耀城办事处张庄行政村察看村容村貌,指出村头残枝枯草清理不到位等问题。在

华耀城综合批发市场,一行人步行察看,认为车辆摆放到位、标线规划整齐、市场干净卫生,“创卫”工作与前期相比明显好转。察看华耀城办事处多个村庄时,发现部分村庄内杂物堆放无序、路边沟沟依然存在黑臭水体等问题,当场安排华耀城办事处负责人对存在问题立即整改。

在随后召开的座谈会上,孙先振表

示,“创卫”目前已到了发起“冲锋”的关键时刻,要敢于“亮剑”,咬紧牙关,以高度的政治意识和强烈的责任心,以决战决胜的气魄和胆略,以志在必得的信心和决心,坚决打赢“创卫”这场战役。他要求,川汇区华耀城办事处作为牵头单位,在“创卫”工作中要起到带头和示范作用,鼓足干劲向前冲,齐心协力为建设美丽周口增光添彩。①6

开展集中整治 改善薄弱环节

本报讯 (记者 刘昂) 10 月 30 日下午,市人大常委会副主任建志主持召开城中村、城乡接合部、老旧小区“创卫”突出问题集中整治行动安排部署会。市委督查室、市“创卫”办、市直有关部门和中心城区四个区相关负责同志参加会议。

建志指出,国家验收专家的模拟打分充分显示,城中村、城乡接合部、老旧小区的环境整治是“创卫”工作的薄弱点

和关键点。各区各部门要高度重视,利用五天时间对上述区域存在的垃圾、杂物、管线、散养家禽和小广告五项突出问题进行集中整治,实现最终清零目标。

为做好集中整治工作,建志要求,一要高度重视、亡羊补牢。着重解决思想问题,努力克服侥幸心理和畏难情绪,对标对表暗访暗查目标任务,拉高标准,逐步整改。二要大员挂帅、全员上阵。及时调整充实人员力量,对城中村、

城乡接合部、老旧小区“创卫”工作给予倾斜和支持,切实做到班子成员包片、科级干部包点。三要多措并举、只争朝夕。夯实责任,密切配合,全力以赴打好“创卫”突击仗、攻坚仗,整改、部署、行动、落实要切实做到快、准、实、好。四要加強督查、跟踪问效。强化内部督查机制,充分发挥暗访、督查、问责三把利剑的作用,彻底解决好五项突出问题,保证关键时刻不掉链子。①6

周口市南水北调淮阳供水工程开工

本报讯 (记者 侯俊豫) 10 月 31 日上午,周口市南水北调淮阳供水工程开工仪式在淮阳郑集乡项目工地举行。副市长王少青出席开工仪式,有关单位负责人、项目合作方负责人、工程指挥部全体人员见证了开工仪式。

9 时 20 分,王少青宣布工程开工。

工程的正式开工,不仅拉开了周淮融合发展重点项目建设的帷幕,而且标志着淮阳已经正式驶入撤县设区后加速发展的快车道。南水北调淮阳供水工程,既是淮阳的重大民生工程,也是全市的重点建设项目。工程总投资约 3 亿元,近期供水能力 3 万立方米/每日,远期供水

能力 6 万立方米/每日。

项目建成后,淮阳居民用水将实现和中心城区“同城、同质、同价”,对缓解淮阳市水资源短缺、优化城区供水布局、促进城市经济社会发展、造福全县人民具有深远的历史意义和重大的现实意义。据了解,工程计划工期 8 个月。①6

转变思想认识 确保“创卫”实效

本报讯 (记者 宋馨) 10 月 31 日上午,副市长秦胜军带领周口经济开发区、市城乡一体化示范区、港区和市卫健委、市城管局、市市场监管局、市住建局、市公安局、市水利局等单位分管负责同志,督导检查中心城区“创卫”工作。

通过察看发现,平安路存在绿化带黄土裸露、杂草丛生;昌建湖畔国际工地存在物料堆放无序、公厕未使用、环

境卫生有待改进等;天鹅职专工地存在生活垃圾堆积、厨房无证;恒山路与松花江路交叉口存在绿化带断档、人行道地砖大面积缺失、卫生脏乱差;港区部分城乡接合部环境卫生未整改到位、部分公厕卫生差,杨脑干渠渣土未清运,部分“五小”行业、“三小”单位经营不规范等问题。

秦胜军要求,各相关单位和部门要

进一步巩固“创卫”成果,提高认识,转变思想,强化督导,整改标准要再提高,整改进度要再加快,对照创建国家卫生城市要求,把握工作重点,把“创卫”各项工作做细做实。同时,做好城乡接合部垃圾清理及社区环境卫生整治等工作,增加保洁频次,提高保洁品质,建立长效机制,避免问题反弹,保持管理规范化、经常化。①6

4010 件防寒服捐给西藏

本报讯 (记者 张猛) 10 月 30 日下午,由市红十字会、西华县卫健委、西华县红十字会主办的“大爱善举 情暖西藏”——爱心人士方凯援藏扶贫物资捐赠仪式在西华县市民中心广场举行。副市长、市红十字会会长秦胜军出席。

在捐赠仪式上,周口凯盛实业有限公司董事长方凯通过周口市红十字会向西藏

红十字会捐赠防寒服 4010 件。市红十字会执行会长毛立营向方凯颁发了荣誉证书。

秦胜军在讲话中指出,慈善事业是一项利国利民的事业。乐善好施、扶贫济困、团结互助,是中华民族的传统美德,是社会主义精神文明建设的重要组成部分,是构建和谐社会的重要举措。目前,社会上还有一些困难群众和弱势群体,

解决这部分人的生活困难,是各级党委、政府和社会各界的一项重要责任。他希望更多的企业、组织、社会人士和广大群众,积极参与社会救助工作,大力推动红十字公益事业的发展,为促进周口高质量跨越发展和社会和谐作出积极贡献。

据了解,4010 件防寒服已于当天晚上由顺丰快递装车发往西藏。①6

啄木鸟志愿者为“创卫”添彩

本报讯 (记者 王凯 文/图)身着红色马甲,手拿垃圾袋,目光紧紧盯着路面,每一个烟头、每一个小纸片都逃不出这群“啄木鸟”的眼睛。10 月 31 日上午,周口市啄木鸟志愿者服务工作委员会的 30 余名志愿者来到我市行政服务中心附近,在这里开展巡访活动(下图)。

活动一开始,大家兵分多路,有的在停车场内捡拾烟头、清理垃圾,有的则沿道路两侧巡访。捡垃圾、摆自行车,每一位志愿者都热情高涨。70 岁的志愿者马月兰是第一次参加啄木鸟志愿者巡访活动,她告诉记者:“城市变化太大了,到哪儿都干干净净的。景好,人好,心情好。”据了解,在当天的活动中,不少志愿者都是骑行 10 多里地才到达活动现场,有的志愿者还带着自己的“姐妹”。李仲菊是金色舞蹈队的

队长,也是一名啄木鸟志愿者,当看到群里通知要到路上巡访时,她找来 6 名舞蹈队员一起参加活动。“我跟大家说后,大家都很积极,都要为‘创卫’尽点力。”李仲菊说,作为这个城市的一分子,为“创卫”添砖加瓦是市民的责任和义务。

2018 年 8 月,为积极响应市委、市政府“大干快上三五载,请君再看周口城”的号召,周口报业传媒集团在市文明办指导下成立了周口市啄木鸟志愿者服务工作委员会。一年多来,我市 1000 多名爱心人士成为啄木鸟志愿者,相继开展了爱心萝卜送环卫工人、清理小广告、“五城联创”巡访、慰问百岁老人等活动,“啄木鸟”志愿服务在三川大地如火如荼开展,引来各界的广泛关注和一致赞誉。

一年多的时间里,每位志愿者都全身心投入到公益事业中,为我市的“创卫”工作添砖加瓦,那块印有“啄木鸟”的徽记,也越来越为周口市民所熟悉,越来越受周口市民尊重和喜爱。如今,我市的“五城联创”工作硕果累累、收获满满。去年,我市成功创建省级卫生城市。前不久,我市又顺利拿到全国绿化模范城市的牌子,顺利通过国家园林城市的现场考察。创建国家卫生城市、全国双拥模范城市等也都到了集中“迎考”的关键时期。周口市啄木鸟志愿者服务工作委员相关负责人表示,下一步,他们将继续发动更多的啄木鸟志愿者以主人翁的姿态投入到志愿服务工作中去,为我们的城市变得更美好而贡献自己的绵薄之力。②5



助力“创卫” 自愿者在行动

国开行河南省分行调研组来周调研

本报讯 (记者 张艳丽) 日前,国家开发银行河南省分行调研组来到我市,调研周口市 2018 年棚户区改造项目。

调研组一行先后来到泰和家园、贾鲁嘉苑等项目施工现场实地察看,听取相关负责人工作情况汇报,详细了解施工进度和资金支付情况,并与周口市投资集团班子成员座谈交流,听取周口棚改项目建设过程中存在的困难和问题。

调研组肯定了周口市棚户区改造成绩,肯定了市投资集团在棚改项目资

金管理、风险防控等方面作出的努力和取得的成效。调研组要求,周口市投资集团在下一步的资金使用过程中,要注意贷款资金的发放是否符合可研编制,如有变动应及时向国开行作出变动申请。要对贷款资金的发放进一步加强监督,保证与项目资本金同比例、合规合法发放。在项目管理方面,要进一步确定还款资金来源,科学规范贷后管理。

调研组表示,国开行河南省分行将一如既往地支持周口棚改项目,保证资

金及时到位;将继续加强与周口市投资集团的交流合作,不断探索新的合作领域,共同为周口市经济社会高质量跨越发展添砖加瓦。

市投资集团负责人感谢国开行河南省分行长期以来给予周口的大力支持,希望国开行河南省分行继续发挥行业 and 资金优势,持续关心支持周口发展,特别是在棚改项目和其他新建项目的资金需求上给予更多支持和帮助。②5



10 月 30 日,市人大常委会、市妇联副主席、市青联副主席、周口妇产医院院长张平,组织医院党员、入党积极分子开展“不忘初心、牢记使命”主题教育,深入学习习近平总书记关于“不忘初心、牢记使命”的重要论述,在多思多想、学深悟透,系统全面、融会贯通上下功夫,深刻领会习近平新时代中国特色社会主义思想,坚守初心、勇担使命、知行合一,立足岗位做好本职工作,服务好广大妇女儿童患者,为我市妇产医学事业的发展贡献一份力量。

记者 卢好亮 摄

高血压患者生活中应该如何稳定血压呢?今天给大家介绍“三少四多”原则,高血压患者只要坚持,相信一定会改善病情。

少食晚餐 老龄高血压患者应选择清淡的晚餐,食量也不应该太多。晚餐建议选择食用容易消化的食物,并搭配些汤水,不要总担心晚上尿频不敢喝水。饮水量如果不足,可能造成晚间血液粘稠,导致血栓的形成。

少疲劳 心脑血管疾病通常在早上发病,其中一个原因是上午 11 时之前,人的血压和其他时间相比较最少要高出 5 毫米汞柱。为尽量减少

高血压防治知识(七)

高血压患者记住“三少四多” 有效稳定血压

疲劳的发生,应避免参与让人感觉疲劳的聚会。结束一天的工作后,收拾干净书房或者办公室,以避免次日工作时看到凌乱的工作场所,影响情绪,造成血压升高。

少饮用咖啡 据研究,一天里,假如饮用两杯咖啡,人的血压会自然增高 2 至 3 毫米汞柱,这是由

于咖啡碱会造成血管收缩,有引发高血压的可能。

多进行有氧运动 有氧运动时,心律、呼吸都会加速,身体代谢水平提升,氧气需求量增加。虽然有氧运动对常人的血压情况来说,影响相对较小,但对高血压患者的血压影响比较大。可选择的有氧运动方式有行走、慢跑、打太极等。

多吃大蒜 平均每日食用 2 至 3 瓣大蒜,是一种很好又简易的降压方法。

多饮用橙汁 橙汁里含有非常丰富的维生素 C。部分研究人员认为,维生素 C 对血管扩张有帮助。每天服用 60 毫克维生素 C 片,或多食用蔬

菜、柠檬及其他酸味水果,也能起到相同的功效。多食用香蕉及酸奶 香蕉、酸奶所含的矿物质钾成分较高,对控制血压很有帮助。

(周口市疾病预防控制中心健康教育所所长邓莉)

