

新春走基层

“同梦育苗”培养乡村振兴“多面手”

本报讯(记者 郑月红 占振宇)春回大地,万物生发。田间地头纷纷按下春播春耕“快进键”,一场新的“育苗”计划也在我县正式启动。

2月15日上午,记者见到同弓乡经济生态办主任王涛时,他和同弓乡“同梦育苗”计划培养干部黄恩保、林涵琦等已早早地来到同心村会议室,和村党支部书记、村委会主任邹清华一起,为村级商贸体建设出谋划策。“我们村从去年年底就开始谋划村级商贸综合体项目,在谋划项目当中,我们碰到很多关于规划、流转土地政策上的问题。”邹清华告诉记者,得知情况后,乡里的年轻干部积极协助开展工作,助力项目顺利推进。

“项目目前已经进入到实施阶段了,但因同心村的村庄规划设计较早,

目前在项目实施方面有点滞后,所以我们刚好趁同心村创建美丽宜居示范村的机会,对接实施单位调整规划,将该地块调整为可用、可建设的一个用地性质。”吴涛介绍。

乡村振兴,关键在人。近年来,同心村利用全域土地整治契机,建设打造“莲心湾”创意农业产业园,吸引了众多游客前来打卡。为更好地丰富乡村旅游业态,拓宽农民增收渠道,乡、村两级共同谋划在同心村建设村级商贸综合体,将同心村旅游项目串珠成链,全面提升游客体验感、归属感。面对乡村振兴这一新发展契机,同弓乡党委牵头,谋划实施了“同梦育苗”年轻干部成长行动,17名90后年轻干部主动报名到项目一线、招商一线、矛盾调处一线等,挑重担、扛重责,全力以赴助力乡村发

展建设。

2月15日上午,晴空万里的彤弓山村百年苦楮树下,同弓乡“同梦育苗”干部余丹正与村干部一起,向村民介绍村级重要景点爱情树广场、文昌阁、未来乡村展馆等。一句句铿锵有力的解说词打破了乡村原有的宁静,现场村民听得津津有味,不时还响起热烈掌声。

“我们在干部队伍建设过程当中发现,年轻干部的能力、成长还有一定的空间,基于这一考虑,我们实施了‘同梦育苗’计划,让35周岁以下的年轻干部自主申报参加我们这个计划。”同弓乡组织委员徐科龙介绍,接下来,将进一步细化考核办法,将干部的考核结果作为年底评优评先以及下一步推荐使用的一个重要导向,为该乡未来发展储备人才。

表彰优秀志愿者 凝聚榜样正能量

本报讯(记者 朱蕾 曾奇)2月19日,县阳光志愿者协会举行了“志愿服务助共富 公益活动争先锋”先进表彰大会,大力弘扬“奉献、友爱、互助、进步”的志愿者精神,引导更多社会青年参与到志愿服务中。

表彰现场,70多名优秀志愿者受到表彰,他们分别被授予了抗疫先进个人奖、先进志愿者奖、优秀志愿者奖、特殊贡献奖、最美志愿者奖等荣誉证书。捧着红彤彤的证书,志愿者们纷纷表

示,将以更饱满的热情投身到公益活动中,用自身的力量去感召别人、帮助别人。

“焕新乐园”是由浙江省妇女儿童基金会发起,县阳光志愿者协会负责实施的低保家庭儿童关爱成长活动。项目以“改善低保儿童居住环境”为切入点,帮助5-14周岁儿童的低保家庭进行环境改善,并由志愿者对儿童进行长达1年的跟进陪伴,促进儿童养成卫生整洁习惯、确立自信自强的人生。志愿

者徐金福业余时间参与“焕新乐园”项目时间最长,他说,当志愿者把困境儿童的房子装修好、家具组装好后,看着小朋友露出的笑容,自己也觉得很快乐。“哪怕以后退休了,我也会长期坚持下去。”

“在感谢和表彰每一名志愿者的同时,我们希望鼓励更多人加入到志愿者服务队伍中来,壮大志愿服务力量,形成友爱、互助的良好氛围。”县阳光志愿者协会秘书长裴丹丹说。



[健康常山]

急救技能进警营

2月15日,县启天红十字应急救援队队员来到县公安局新都派出所开展应急救援培训。救援队员围绕心肺复苏要点步骤以及注意事项、AED的使用方法和注意事项等讲解了急救方面的知识,提高派出所民辅警应急处置和现场救护能力。

通讯员 莫莉莉 程学平 摄

县天马一小获评国防教育示范学校

本报讯(通讯员 陈宝国)日前,教育部、中央军委政治工作部印发通知,认定公布2687所中小学为中小学国防教育示范学校,县天马一小榜上有名。

天马一小有三百多年办学历史,积淀着厚实的传统文化和历史底蕴,学校在狠抓教学质量的同时,高度重视国防教育。在校园醒目位置,随处可见国防宣传标语,营造了浓厚的国防教育宣传氛围。同时,学校广泛开展国防教育活动,通过邀请战斗英雄来校讲座,给戍边英雄写诗,参观久泰弄国防教育馆等,帮助青少年树立国防意识和观念,锤炼国防精神,增强保家卫国的责任感和使命感。

手机“一键下单” “护理”服务到家

日前,县人民医院上线“浙里护理”应用,居民通过手机服务端足不出户即可在线预约居家护理服务,执业护士“一键接单”,为患者提供上门居家护理和线上咨询服务。患者在线可完成费用支付和服务评价,方便老年人、孕产妇、新生儿、长期卧床和术后康复患者等居家患者的护理需求。

市民可关注“常山县人民医院”公众号,点击右下角“在线服务”,进入“浙里护理”。需要上门护理服务可点击“上门护理”,在页面选择需要的护理服务项目,按提醒步骤完成即可;需要护理咨询服务可点击“护理咨询”,根据咨询项目选择相应专家,按提醒步骤完成即可。

下一步,医院还将根据市民需求,不断拓宽护理服务领域,壮大居家护理服务队伍,让患者足不出户就能把专业护士请回家,享受专业优质护理服务。

江红梅 供稿

[温馨提醒]

老年人转阴后如何恢复营养? 专家回应

老年人如何保障营养充足、均衡摄入?“阳了”该怎么吃,转阴后如何恢复营养?北京协和医院临床营养科主任于康来支招。

老年人如何保障营养充足、均衡摄入?

要把营养管理贯穿于整个新冠病毒感染防治前中后全过程。康复期食物要尽可能易消化、种类多。

良好的营养基础对提升老年人免疫力十分重要。一些老年人因为生活习惯或子女不在身边等因素,长期吃得较为单调素淡,身体营养基础相对较弱,一定程度上会影响免疫状况。

老年人饮食要做到荤素搭配、丰富多样,摄入优质蛋白质。在正常饮食基础上,可以补充一些复合维生素等营养补剂。把功夫用在平时营养摄入,对维持整体抵抗力非常有帮助。

“阳了”该怎么吃?

转阴后如何恢复营养?

一是少量多餐,比如以前一天吃三顿饭,在感染后可以稍微多吃一些,不要求一定按照三餐的规律来进行。二是选择的食物要尽可能易消化,如果有条件的话,可以用搅拌机把肉蛋菜奶等食物煮熟、打碎后摄入。

转阴后或在恢复期的胃肠道距离正常情况还相距甚远,仍需慢性恢复。因此,此时更要注意饮食,切忌暴饮暴食。同时,在恢复期时候也应保证食物的细软,吃饭时要放慢速度,细嚼慢咽。对大多数人而言,若能按照上述方法去做,可以较平稳地经过感染期和恢复期,再慢慢地恢复正常的饮食。

来源:中华人民共和国国家卫生健康委员会

网格巡查真管用 关键时刻帮村民 辉埠镇一独居老人被困20多个小时获救

本报讯(衢州市新闻传媒中心记者 吴红梅 通讯员 刘雪标)“军芳大哥,真是太感谢你了,多亏你及时帮我妈脱困!”2月8日早上,辉埠镇才里村陈菊香的儿子拉着村支委、网格员王军芳的手一个劲地表示感谢。

2月6日上午9时许,王军芳按惯例对龙头网格内的独居老人等重点人群进行巡查走访。当他走到距陈菊香家约50米时,隐约听到有人喊“救命!救命……”,听到呼救声,王军芳感到情况不妙,马上跑向陈菊香家。果然,发现陈菊香表情沮丧地站在房子的二楼阳台呼救,看到有人来,她拼命地挥手,情绪很激动。“你别急,我马上来救你。”王军芳先安抚好陈菊香的情绪,然后在

她家一楼储藏间找来一把梯子,从阳台窗户爬上二楼。此时,被困二楼20多个小时的陈菊香嘴唇干裂,讲话有气无力,瘫坐在凳子上。王军芳马上从随身携带的电工包里找出螺丝刀、扳手等用具,撬开楼道门锁。

今年78岁的陈菊香,三个儿子都在外上班,平时就她一个人住。元宵节那天一大早,她到二楼打扫卫生,不小心将楼道门反锁,当她想打电话时,发现手机还在一楼。

龙头自然村地处山坳里,交通不便,九十多户村民散落分布,和陈菊香家挨得最近的一户邻居也外出打工。“当天呼喊了一个下午没人应。”万般无奈之下,当晚,陈菊香好不容易在二

楼房间里找到了两包饼干,熬到了第二天早上。“又渴又饿又冷,感觉自己快支撑不下去了。我准备把房间里的被子扔到一楼地面,然后从二楼窗户跳下去,幸好王军芳及时赶到把我救了出来。”回忆起自己的遭遇,陈菊香仍心有余悸。

王军芳身兼数职,同时也是村里的电工,工作兢兢业业,村民都比较信任他。“村里的网格员巡查制度能在关键时刻帮助村民,特别是对那些子女在外工作、只有老人一人居住的,我们会加强巡查。大家乡里乡亲的,子女不在家的时候,村干部帮忙照看一下老人是应该的。”才里村党支部书记、村委会主任汪浩浩说。