

凯里：点滴小事暖民心

○ 通讯员 龙文芳

“很暖心，有一种新风扑面”的感觉。”谈及近日到凯里市政大厅办事的经历，经营摩托车店的市民李大姐内心依然荡漾着暖意。

那天，因顾客购车需要发票，李大姐火急火燎地出门奔赴市政大厅，忘了携带手机。市政大厅外，因疫情防控相关要求，忘带手机不能提供健康码的李大姐被拒之门外。

“虽然不能进去，但值班人员客客气气地请我到门外休息区等候，并为我提供了全程代办服务，最后还把申领到的增值税普通发票和机动车销售发票送到了我的手中。”李大姐十分满意。

点滴小事汇成暖流，温暖着群众心田。在开展“我为群众办实事”活动中，凯里市政服务服务中心秉持“贵人服务”的理念，持续开展帮办、代办、陪同、延时、上门等服务，简化手续、降低门槛，受理群众诉求，为办事群众提供优质、高效、快捷的政务服务，切实解决群众“急难愁盼”问题。

据了解，自“我为群众办实事”活动开展以来，凯里市开展“察民情、访民意”专题调研，积极组织党员干部深入基层群众、深入生产一线，聚焦发展难题多、群众意见多、工作意见大的行业领域，采取实地走访、集体座谈、民意调查、信访渠道、政务服务便民热线等方式，找准核实基层群众的操心事、烦心事、揪心事。

通过强化组织领导，市直各部门率先垂范，带头开展实践活动，做到“有专班、有方案、有目标、有措施、有结果、有反馈、有台账、有机制”，确保活动走深走实。目前，全市各级党员干部聚焦发展亟待解决的痛点难点问题、长期未能解决的民生问题和群众反映突出的就业、医疗、托幼等



志愿者到社区开展志愿服务活动(通讯员尹芳摄)

“急难愁盼”问题，制定调研方案107个，明确调研课题415个，开展调研611次，已解决疑难问题500余件。

与此同时，凯里市利用20个新时代文明实践所、198个新时代文明实践站、33个新时代文明实践点，推动广大党员切实把党史学习教育成果，转化为攻坚克难、真抓实干、善作善成的实际效果。

“谢谢、谢谢你们……”居住在洗马河街道的88岁徐恒泽老人颤巍巍握住志愿者的手，连声感谢。徐恒泽行动不便，生活不能自理，子女平时都很忙，没有时间照顾他，平日都是同样行动不便的妻子吴桂香照顾。

在洗马河街道开展的“学党史，办实事，关爱空巢留

守老人，情暖苗岭明珠凯里”志愿服务活动中，志愿者们上门给躺在床上的徐恒泽量血压、擦洗身体，换上干净的衣服裤子和床单，并给老人理发，清洗衣物，详细询问饮食及运动情况，并为他建立了健康档案。

当前，全市志愿服务活动深入开展，推行文明实践志愿服务“五单”模式。在全市深入推广“群众点单、政府买单、中心派单、志愿者接单、群众评单”的文明实践志愿服务“五单”模式，精准满足群众精神文化与生产生活需求。各社区通过“五单”模式，在社区居家日间照料中心组织志愿者为辖区老人特别是留守老人与孤寡老人提供日间居家照料服务、在“四点半”学校组织彩虹社工大学生志愿者为未成年人开设的“四点半”课堂、在社区家长学校和夜校开设的手工艺培训等，解决了群众生产生活需求。

据介绍，今年以来，凯里市结合党史学习教育，积极开展为民办实事志愿服务活动，全市群众点单8000余次、志愿者接单6000余次、举办文明实践志愿服务3000余场，共服务群众10余万人，开展“我为群众办实事”1000多件。组建党员志愿服务队828支，在职党员到社区报到为群众服务5319人次，将服务范围覆盖到一线。



9月11日至17日，凯里市集中开展“百年再出发，迈向高水平科技自立自强”科普展示活动。据悉，本次科普展既有高端的前沿科技，也有安全避险、新冠疫情防控、食品安全知识，还有贴合群众日常生活的健康常识、流言辟谣等。内容丰富，图文并茂。在活动期间，凯里市还在学校、农村、社区开展形式多样的科普宣传活动。

图为9月11日，市科协主要负责人给市民讲解科普知识。(通讯员 龙文芳 摄)

全国科普日·媒体在行动

凯里市：多措并举推进银饰刺绣及民族民间工艺品发展

本报讯(通讯员 范筱诗)苗族刺绣、苗族银饰制作技艺、侗族蜡染制作技艺是凯里市民族民间工艺品主导产业。今年，自凯里市成立银饰、刺绣、蜡染及民族民间工艺品工作专班以来，凯里市多措并举推进苗族银饰、刺绣、蜡染及民族民间工艺品商品化、产业化。

走访摸底企业，把脉产业路径。成立凯里市苗族银饰蜡染及民族民间工艺品商品旅游产业化工作专班小组，分3个小组对全市银饰蜡染及民族民间工艺品企业进行摸底。充分发挥行业作用，发动市非遗保护协会会员深入各镇(街道)对一线生产企业进行走访，全面了解全市银饰、刺绣、蜡染企业户数、

规模、产值、销售情况，实际分析研判行业发展中的问题，推动企业发展。据统计，全市银饰、刺绣各类民族手工艺品的生产加工和销售的个体与企业共195家，其中重点企业12家。

搭建发展平台，优化产业布局。优化全市文化旅游资源产业布局，充分发挥国有集团平台作用，积极与凯丽集团对接，集中力量推进产业聚集，着力发展苗侗风情园，打造苗族刺绣一条街，划行规市培育消费市场，对黔东南高新区闲置厂房的进行梳理，着力打造黔东南高新区民族民间文化创意产业区，进一步推进民族民间工艺品产业的研发、销售、展示、物流工

艺等，建立适应市场发展的工艺品集散市场，形成民族工艺品产业园、基地、街区、景区等民族工艺品产业多维发展格局。

集中分析研判，强化责任落实。建立会议制度机制，采取灵活多样的形式召开会议，及时研究解决凯里银饰刺绣蜡染及民族民间工艺品商品旅游产业化发展过程中遇到的困难和问题。同时，将此项工作纳入重点督查，强化责任落实，对履职不到位追究问责，将此项工作纳入单位年终考核内容进行考核，全力推动凯里市银饰刺绣蜡染民族民间工艺品商品旅游产业化发展各项目标任务落地落实。

凯里市：新冠疫苗送上门 力促接种全覆盖

本报讯(通讯员 罗勇)连日来，为让广大市民尽快完成全程新冠疫苗接种，尽早构筑全民免疫屏障，有效保障市民身体健康和生命安全，凯里市深入开展“我为群众办实事”活动，让疫苗“多跑路”、群众“少跑路”，最大限度方便群众接种新冠疫苗。

为满足不同人群接种需求，采取“固定接种点+临时接种点+流动接种点”模式，全市设置固定接种点26个，在人员流动较大、较密集区域设临时接种点，抽调医务骨干组成流动接种队进学校、进社区、进车站、进村寨，将新冠疫苗接种工作从城区延伸至村寨，积极打通疫苗接种“最后一公里”，力促新冠疫苗接种全覆盖。

进村寨，让村民接种省心。凯里市把农村群众出行不便的实际困难同扎实推进“我为群众办实事”结合起来，完成新冠病毒疫苗接种工作，解决群众“急难愁盼”问题。通过采取“网格管理、分片包干、入户动员、门口接种”的方式，帮扶单位抽调干部职工50%的人员下沉到村寨，落实好市领导包镇、镇级领导包村、帮扶干部包户的工作机制开展新冠疫苗接种工作。同时，组织多支新冠疫苗流动接种工作队，采取流动接种疫苗的方式，把流动车、医务人员派到偏远

村寨为群众接种疫苗，做到“应接尽接”，疫苗接种实现乡村全覆盖。

进学校，让学生求学安心。凯里市本着“优先、规范、便捷、安全”的原则，全力保障、统筹推进学校新冠疫苗接种工作，在完成凯里学院等各大院校接种任务后，将新冠疫苗接种重心调整至12-17岁义务教育阶段学生，组织多支流动接种工作队轮流到各个学校开展新冠疫苗接种。截至目前，凯里市已完成12-17岁学生第一剂次接种工作。

进社区，让市民居家安心。为让辖区早出晚归的上班族、年老体弱、腿脚不便的人群能在家门口接种新冠疫苗，凯里市将疫苗接种关口前移，把流动接种工作队“搬”进了各个社区。社区联合义工、网格员、业委会等，通过电话通知、入户走访、发放宣传资料等，对疫苗接种具体地点进行了广泛宣传动员。党员志愿者对辖区内商场超市、商业街、菜场等重点场所开展新冠疫苗接种宣传。同时，还为老年人开辟“绿色通道”，避免他们长时间排队等候。对于行动不便的个别特殊人群，社区还安排有专车接送，并安排专人服务，最大限度提供方便。

进车站，让旅客出行放心。凯里市在高铁南站、

客车站、火车站等人员流动量大的场所增加临时疫苗接种点，结合“两码同查”，及时为无禁忌适龄人员进行接种。临时接种点现场设立了登记区、咨询区、接种区、留观区，空间划分清晰、指示标志分布明确，对前来接种的旅客都要求佩戴口罩，保持1米线间距，有序进行信息登记、疫苗接种、半小时留观等环节。为确保所有符合接种条件的出入旅客都能及时接种到疫苗，接种点医务人员根据每天车次情况，实行不间断值班，加班加点延时服务，真正做到心系于民、服务于民。



群众疫苗接种

「志愿红」是最美文明「风景线」

○ 孙小二

一个城市招募志愿者的短时效能力，是对城市文明水平的最直接的检验。当发生疫情，或者发生台风、暴雨等城市应急事件时，需要在短时间内招募志愿者，此时，在越短时间内招募的志愿者越多，以及主动加入志愿服务队伍的人越多，不仅检验一个城市志愿者的数量，更体现一个城市的文明指数，彰显一个城市的社会凝聚力。

在抗击疫情这场严峻斗争中，广大志愿者无私奉献，一呼百应。在抗击疫情的第一线，千千万万的志愿者真诚奉献、不辞辛劳，为疫情防控作出了重大贡献。在城市里，越来越多的人加入到志愿服务行列，广大志愿者有一分热，发一分光，哪里有需要就奔向哪里，用实际行动诠释了奉献、友爱、互助、进步的志愿者精神。

志愿服务是社会文明进步的重要标志，也是城市文明建设的重要推动力。新冠肺炎疫情中的志愿服务“群像”，一道道流动的“志愿红”，让我们看到一个城市的精神风貌、文明“底色”。志愿者表现出的集体奉献和担当，更是彰显了理想信念、爱心善意、责任担当，成为人民有信仰、民族有希望、国家有力量的生动体现。

抗击疫情需要志愿者，城市文明建设需要志愿者。要理解志愿者的奉献，尊重志愿者的辛苦劳动，并给予志愿者回报。比如，推行志愿服务积分做法，参加志愿服务可以累计积分，积分可以直接兑换洗衣液、毛巾等实物，也可以用“志愿积分”换取“志愿服务”。这种正向激励，既增强了志愿者的荣誉感，也让志愿者有了看得见、摸得着的获得感。这其实就是让“有德者有得”，通过完善的制度激励机制，将对志愿服务的激励回馈到社会生活的方方面面中，从而激活人们心中的善念，激发更多人加入志愿服务，不断壮大城市志愿者队伍。

“志愿红”是最美文明“风景线”。滴水成海，聚沙成塔。一道道志愿服务的“红色风景线”，彰显了城市的文明形象，体现了城市的精神风貌。千千万万志愿者用爱心、奉献筑起抗击疫情的“万里长城”，

千千万万的志愿者以实际行动践行无私奉献的志愿者精神，他们心中共同的理想信念其实很简单——城市是我家，建设靠大家。



关于严厉打击非法采矿行为的通告

为进一步加强全市矿产资源开采行为的监管，规范开采秩序，保护矿产资源、保护生态环境，依据《中华人民共和国刑法》、《中华人民共和国矿产资源法》、《中华人民共和国环境保护法》、《最高人民法院、最高人民检察院关于办理非法采矿、破坏性采矿刑事案件适用法律若干问题的解释》等相关法律法规及扫黑除恶专项斗争决定，决定在全市范围内开展联合执法集中整治，严厉打击非法采矿行为，现将有关事项通告如下：

- 一、矿产资源属于国家所有，严禁任何组织和个人未经法定机关审批和许可，盗采、侵占或者破坏矿产资源。开采矿产资源，必须依法申请、经批准取得采矿权并办理登记，否则，以非法采矿论处。
- 二、凡在凯里市辖区内从事非法开采矿产资源的单位和个人，必须立即停止违法行为。自行到相关部门接受处理的，将从轻或免除行政处罚；涉嫌犯罪的，按自首可以减轻或从轻处罚。对拒不停止开采的，一经查实，依法顶格处罚，对其使用的机械装备依法予以没收；涉嫌犯罪的，依法从重处理。对于性质恶劣，涉黑涉恶的，将按扫黑除恶专项斗争相关规定，予以重点打击。
- 三、凡在凯里市辖区内从事代销售、运输、收购非法矿产产品的单位和个人，必须立即停止违法行为。自行到相关部门接受处理的，将从轻或免除行政处罚；涉嫌犯罪的，按自首可以减轻或从轻处罚。对拒不停止代销售、运输、收购非法矿产产品的，一经查实，依法顶格处罚；涉嫌犯罪的，依法从重处理。对于性质恶劣，涉黑涉恶的，将按扫黑除恶专项斗争相关规定，予以重点打击。
- 四、严厉打击各类参与、保护非法采矿行为。对党员干部以个人或家属名义参与非法违法采矿及为非法违法采矿充当“保护伞”的问题线索，将及时移交纪委监委，涉嫌犯罪的一律移送司法机关依法严肃处理。
- 五、严厉打击拒绝、阻碍矿山执法行为。对拒绝、阻碍国家工作人员依法执行公务的，一律由公安机关依法给予行政处罚；对以暴力、威胁方法阻碍国家工作人员依法执行公务的，依法追究刑事责任。
- 六、欢迎广大人民群众积极参与监督、举报非法采矿和代销、运输、收购非法矿产行为。对举报内容属实的，主管部门给予举报人1000—5000元奖励。举报电话：110、12336、0855—8223830。
- 七、本通告自发布之日起实施。

凯里市公安局 凯里市自然资源局 凯里市林业局 凯里市应急管理局 凯里市农业农村局 黔东南州生态环境局凯里分局 凯里市市场监督管理局 凯里市交通运输局 凯里市水务局
2021年8月31日

健康专栏

(一)高盐饮食的危害

食盐摄入过多可使血压升高，发生心血管疾病的风险显著增加。另外，吃盐过多还可增加胃病、骨质疏松、肥胖等疾病的患病风险。

(二)食盐推荐摄入量

《中国居民膳食指南(2016)》推荐健康成人每人每天食盐摄入量不超过6克。2-3岁幼儿摄入量不超过2克，4-6岁幼儿不超过3克，7-10岁儿童不超过4克。65岁以上老年人应不超过5克。

(三)少放盐，正确使用定量盐勺

烹调食品时应少放5%-10%的盐，不会影响菜的口味，并建议使用定量盐勺控制放盐量。

(四)用其他调味品代替盐

尝试用辣椒、大蒜、醋和胡椒等提味，也可用无盐混合调味料。

(五)少吃咸菜

少吃榨菜、咸菜和酱制食物，或选择低盐榨菜。

(六)少吃高盐包装食品

熟食肉类或午餐肉、香肠和罐头食品的钠盐含量很高，所以应选择新鲜的肉类、海鲜和蛋类，不吃或少吃添加食盐的加工食品和罐头食品。

(七)逐渐减少钠盐的摄入量

减盐需要一步步来，要让味蕾感受和适应不同食物的自然风味，对咸味的需求就会随着时间的推移逐渐降低。