

# 德耀商洛 因为有你

李丹峰 南 星

本报讯（通讯员 徐勇锋）春节期间，全市公安机关从细落实各项安保措施，确保全市社会大局持续稳定。1月21日至27日，全市共接有效警情1365起，其中刑事案件6起，同比持平；治安案件151起，同比下降24.1%。全市未发生有影响的刑事治安案件和交通灾害事故，辖区主要道路畅通，景区秩序井然。

提前研判部署。春节前夕，市公安局专门制定下发了春节安保维稳工作通知，对节日期间矛盾纠纷化解、烟花爆竹安全监管、道路交通安全管理、森林防火、大型活动安保、疫情防控、值班值守等重点工作进行部署安排。结合大车流、大人流等情况和社会治安形势特点，启动“情指行”一体化运行机制安保模式。

强化交通管控。全市实行3级承包督导责任制，强化对高速公路、重点国省干线和旅游景区的路面管控。春节假期，共出动交警4439人次，出动警车1286台次，启动交警执法站41个，设置春运临时执勤点56个，劝导纠正交通违法行为287起，查处酒驾5起。通过交警双微平台和手机短信发布提示预警信息504条。特别是针对各景区人员、车辆增多等情况，迅速启动预案，全力做好提示引导、分流管制、巡逻安保等工作，确保各旅游景区秩序井然。

加强整体防控。紧盯人民群众反映强烈的突出治安问题，始终保持对各类违法犯罪的高压态势。密切关注各类矛盾问题，抓好排查调处化解。严密爆炸物品管控，加强烟花爆竹安全监管，引导群众合规燃放、文明燃放。严格落实“1、3、5”分钟快速响应机制，全市每日出动警力1300多人次，车辆300多辆次，加强对重要部位和人员密集场所的巡防力度，切实提高见警率、管事率和威慑力，全力以赴压降发案、维护秩序。

严格值班备勤。市公安局认真落实主要领导带头坚守、24小时值班备勤、外出报备、信息报送制度。强化廉洁过节，严格落实中央八项规定、公安部“六个规定”、省公安厅“十项规定”等制度规定，下发了《春节廉政提醒函》。组织班子成员分赴各县区，走访慰问基层民警，对春节安保维稳工作开展落实情况进行了督导检查。

帮助1400多名受灾群众脱离险境，累计参加各类社会公益活动460多场次。

像张晓敏这样一直热心公益、服务他人的人，还有崔新武、王赢、梁富斌、胡长财、焦晓惠……他们是助人为乐道德模范，他们用一腔热忱温暖人心。

春风化雨，润物无声。道德模范们感动的不仅是在场的观众，更是凝聚成了一股爱的光束，照亮了商山洛水的每一个角落。

## “模范效应”日益凸显

“善莫如火苗，一灯燃百炬。”世间的善，是可以传递的，一份爱心可以感动一个人，也会使被感动的人对他人施以爱心。爱心以这样的方式不断传递，整个社会就会变成一个温暖的大家庭。

一方水土养一方人，一方人筑一座城。在商洛这片善与美的土地上，道德模范、身边好人、最美人物层出不穷。特别是2013年以来，全市广泛评优树模，弘扬新风正气，累计评选产生全国及省市各级各类道德典型700多名。仅在2022年，全市涌现出139名道德典型，有1人获得“三秦楷模”荣誉称号，4人入选“中国好人”，8人入选“陕西省第七届道德模范”，9人入选“陕西好人”，5人入选“陕西省新时代好少年”。

一个模范一盏灯，一个典型一面旗。榜样就是一个标杆，就是一面旗帜，引领和激励人们崇德向善、奋勇向前。

城市营养的滋润，孕育出一代又一代、一群又一群、一个又一个商洛好人，精神文明的力量，铸就了推动高质量发展的商洛之魂。

向上向善的力量是强大的，也是持久的。春天即将到来，文明的种子一定会在商洛每个人心底生根、发芽、开花、结果。

金、诚信做事的退役军人，有不顾危险、挺身而出的普通工人，有勤奋工作、敬业为民的干部职工，有孝老爱亲、血脉相依的淳朴农民……

## 隆重表彰道德模范

这是一场暖人之旅，文明的光辉灿若星辰；这是一场向善之行，榜样的力量永不褪色。在道德模范颁奖仪式现场，经久不息的掌声，夺眶而出的眼泪，交织成最温暖的画面。

以德润心，以文化人。颁奖仪式分为诚实守信、见义勇为、敬业奉献、孝老爱亲、助人为乐5个篇章，每个章节通过播放短片、颁发奖杯、致敬礼赞、文艺表演等环节，展示道德模范的感人事迹和崇高精神。

道德光辉光彩照人，诚信之光光芒闪耀。40年前对越自卫反击战打响后，陈秋生、党英存、向新平三人义无反顾走上战场，参加了老山战役，三人结下生死同盟，如果在战斗中牺牲，活着的就替牺牲者赡养父母。战斗中向新平不幸牺牲。1985年，陈秋生和党英存退伍，他们牢记当初的约定，回到家乡拜访向新平的父母，主动承担起“儿子”的责任，37年如一日，无微不至照顾两位老人的生活起居，用实际行动兑现承诺。

诚实守信，一诺千金。陈秋生、党英存、彭方军、王超……他们将道义的天平常驻于心，他们将庄严的承诺化为品行。

生死关头，英雄气概。2022年1月18日下午，郭建平途经丹江桥时，突然发现两个小孩被河水冲着往下游漂流，不断在水中挣扎，他毫不犹豫跳入冰冷的河中，抓住一个孩子拖到岸边。此时，另一个小孩已被河水冲远，他再次折返援救，几次尝试将孩子推上岸岸都没能成功，只好将孩子托出水面大声呼救，听到呼救的周围群众立

即赶来，一起将他们救上了岸。

和郭建平一样，张伟东、王建峰、宋娟等人也都选择在千钧一发之际用生命捍卫生命，以使肝义胆护佑一方。

恪尽职守展风采，无私奉献不言苦。27年来，市特殊教育学校副校长党红妮耕耘在特教讲台，守护着残障儿童。她以培智学生“一生一案”实施策略研究为课题，制定个别化教育计划，展开个性化教育研究，制定特殊儿童5种能力评估表，对学生能力进行评估和结果分析。她组织开展金丝掐画、水钻贴画、蔬菜种植、绘本阅读等课程，让学生掌握一技之长，更好融入社会。

忠诚勤勉，将事业做到极致，将平凡化作传奇的敬业奉献道德模范还有郭淑琴、王凌云、刘爱军、熊根有、周俊波、王俊涛、杨青山、陈彦炜。

孝行无疆，演绎人间真情。商南县青山镇花园村村民韩红霞，1999年弟弟韩传泰在工地被油桶砸伤腰部，经住院治疗虽保住了性命但下肢瘫痪，生活不能自理。当年11月哥哥患胰腺癌去世，两年后父亲也因病去世。面对接踵而至的打击，韩红霞没有退缩，毅然挑起照顾残疾弟弟和年迈母亲的重担，每天一大早到县城买菜，中午赶回家做饭，给弟弟端吃端喝，照顾得无微不至。2016年，丈夫刘盛银在煤矿发生意外，造成两根肋骨骨折，住院治疗时又发现了肺病，韩红霞又悉心照顾丈夫直至其去世。20多年来，她用心用情守护着母亲、弟弟和丈夫，始终不离不弃。

百善孝为先。像韩红霞这样孝老爱亲、诠释大爱真谛的，还有王治莲、刘宏祥、吴泽英、周小莉、段艳丽……他们用孝行践行中华民族的传统美德。

扶危济弱，深怀大义。洛南曙光救援队长张晓敏，2011年加入洛南曙光救援队，7次跨区域参加全国各类紧急救灾任

# 商洛多项文旅活动迎新春闹元宵

本报讯（记者 肖云）这个春节，来商洛，看社火，游古城，感受满满的年味。据市文旅局消息，1月29日至2月5日，我市举办“年味商洛”迎新春闹元宵文化旅游活动，以丰富市民游客的节日生活。

本次文旅活动包括在市博物馆举办“山水秦岭 人文商洛——商洛珍品文物展”“弘扬革命精神、传承红色基因——商洛革命文物图片展”展览活动，在市博物馆微信公

众平台推出“商博陪您过大年 文物与您贺新春”线上活动，在市戏曲文化广场举办折子戏专场、综合晚会和正月十五猜灯谜等线下戏曲展演活动。与此同时，全市六县一区结合当地民俗特色，也将举办内容丰富、形式多样的“年味商洛”庆祝活动。

体验传统年俗，了解文物故事，追忆红色历史……活动期间，全市人民将畅享一场高品质、多元化的文化盛宴。



为增添节日气氛，一月二十八日，由镇安县永乐街道办事处、新城社区、镇安汉服文化协会协办的“前兔似锦”趣味新年“2023”春节猜灯谜主题活动在金台广场举行，吸引了众多市民参与其中。图为市民在活动现场猜灯谜。（本报通讯员 杨建东 摄）

# 商南提升移民小区“三化”水平

本报讯（通讯员 代绪刚 何坤洲）2022年以来，商南县进一步提升全县移民小区管理服务规范化、专业化、市场化水平，加快推动搬迁群众在小区生活的融合融入。

商南县围绕搬迁群众生活需求，配套建设安置点小超市、小公墓、小库房、小菜园等“五小”设施，目前，全县易地扶贫搬迁安置点建设小超市28个、小库房100间、小公墓174亩、小菜园150亩、小理事会场13个，基本满足搬迁群众生产生活需求。在城区5个集中点周边建成8个产业园区，在其他安置点周边建设14个规模产业基地，在16个集中点建立就业服务站，建设社区工厂22家，易地搬迁劳动力外出务工5670人，社区工厂吸纳242人，公益岗733人，实现了有劳动能力的家庭每户至少1人就业目标。

县上开展移民小区消防安全大排查大起底大整治行动，投入资金260万元，对全县移民安置点的消防设施进行了完善更新维护。在汛期来临之前，对全县移民小区各栋房屋楼顶防水、户外排水管道、河道堤坝、院墙院落等情况进行全面检查，确保发现隐患全部整改到位。采取“市场化+公益岗”相结合的办法，实现16个易地搬迁小区规范化物业服务全覆盖，组织开展全县移民小区物业员工培训2次，全面提升物业服务水平，加快搬迁群众融入融合。认真开展易地扶贫搬迁安置点房屋使用专项排查，对发现的3户出租户进行了整改。

县上开展移民小区消防安全大排查大起底大整治行动，投入资金260万元，对全县移民安置点的消防设施进行了完善更新维护。在汛期来临之前，对全县移民小区各栋房屋楼顶防水、户外排水管道、河道堤坝、院墙院落等情况进行全面检查，确保发现隐患全部整改到位。采取“市场化+公益岗”相结合的办法，实现16个易地搬迁小区规范化物业服务全覆盖，组织开展全县移民小区物业员工培训2次，全面提升物业服务水平，加快搬迁群众融入融合。认真开展易地扶贫搬迁安置点房屋使用专项排查，对发现的3户出租户进行了整改。



里贤达，被统称为乡贤。当下，乡贤又被赋予了新的内涵，即本土本土有德行、有才能、有声誉而深被本地民众所尊重的贤人，而从乡村走出去，或致仕，或求学，或经商，而后回乡的精英，同样可称之为新乡贤。

# 凝聚乡贤力量 助力乡村振兴

张忠德

去年以来，镇安县政协把发挥乡贤作用、助力乡村振兴作为服务大局的一项重点工作来抓，立足位置超脱、联系广泛的优势，在群众和各界人士中、挖掘乡贤、表彰乡贤，选树乡贤，激励乡贤发挥模范带动作用，推动形成乡村振兴上下联动、内外互动、各方齐动的新格局。可以说，乡贤已成为助力乡村振兴一支不可缺少的生力军和依靠力量，各级党委、政府必须高度重视，创新工作方式，积极引导乡贤主动投入到贡献家乡、建设乡村的光荣使命中来。

激活乡贤资源，释放强大助力能量。各地各部门应主动加强与乡贤的联系，及时传递乡情乡事，进一步密切乡贤与家乡的联系，提升乡贤群体的归属感，激发乡贤反哺

家乡的活力与动力。如出台礼遇政策，关心新乡贤工作生活，为对家乡发展作出突出贡献的新乡贤提供医疗、教育、通信等社会公共服务，激励引导新乡贤参与乡村社会治理。为支持乡贤参与乡村治理，镇安县政协积极搭建平台载体，建立15个镇办政协联络组，发动凝聚经济发展带头人、创业成功人士、专家学者、道德模范、退休老干部等社会贤达人士，支持其有序参与镇村决策咨询、民主议事、产业发展、招商引资、慈善公益等活动，充分激发了乡贤人士服务乡村振兴的积极性和主动性。

凝聚乡贤力量，发挥模范带头作用。乡村振兴离不开农民的参与，更离不开那些有威望、有能力、有思路的乡贤。很多乡贤身在他乡却心系家乡，是建设家乡、发展家乡的一股重要力量。因此，我们应凝聚好乡贤这股力量，有效发挥乡贤“领头雁”“助推器”等引领示范作用，引导和支持乡贤积极投身家乡建设，吸引更多资金、项目、人才、技术回乡发展。同时，充分发挥他们在生态环境、乡村治理、乡风文明、公益慈善等诸多方面的重要作用，带动乡村振兴战略实施。

# 富水镇开展迎新春过大年活动

本报讯（通讯员 周衍江）为营造干净热闹的节日氛围，商南县富水镇强化举措，通过实施集镇美化亮化、开展立体宣传、深化环境整治等，扎实推进“干干净净迎新春 热热闹闹过大年”活动。

张灯结彩营氛围，热闹漂亮迎新年。由镇政府牵头，投入资金20万元，在集镇开放大街沿线实施扮靓、点亮工程，对沿街损坏的路灯、太阳能面板进行更新，在主干道悬挂彩灯600多盏，扮靓集镇夜景，增添浓浓年味。在桑树村、龙窝村开展“欢乐迎新春 文化我传承”民俗文化展演活动6场次，在富水街社区开展“迎新年 我健康 我快乐”太极拳展演主题活动1场次，在黑漆河村开展“启航新征程 幸福中国年”乡村“春晚”活动1场次，通过开展内容丰富的文化主题活动，弘扬中华优秀传统文化，确保热热闹闹迎新年。

线上线下齐宣传，全民参与迎新年。镇上以新时代文明实践阵地为平台，大力开展新时代文明实践。通过LED电子屏、广播喇叭、宣传车等，广泛宣传健康知识，增强群众文明意识，营造浓厚的文明卫生氛围。通过“金富水”微信公众号发布倡议书、拍摄春节主题短视频，在阳城驿景区、茶海公园开展网络打卡等形式，积极引导广大干部群众参与文明创建，共建美丽家园、共创文明新风。

清扫垃圾保通畅，提升颜值迎新年。富水镇以农村人居环境整治为抓手，按照“扫干净、摆整齐、保畅通、树形象”要求，大力开展村庄清洁专项行动，发动600多名镇村干部、保洁员、片长、志愿者等对镇区机关、学校、超市、街道、景区、村部、广场等公共区域等进行集中清扫整治，全天候保洁，努力打造干净整洁的村庄环境，确保干干净净迎新年。

# 保护血液从日常做起

血液是生命之河，它的质量高低与健康息息相关，在日常生活

中该如何保持这生命之源的“澄澈”呢？  
**注意饮食：**血液里每天都有很多的细胞死去，只有提供足够的造血原料（铁、蛋白质、叶酸、维生素B<sub>12</sub>等），才能满足新生细胞需要的营养，从而使体内红细胞和血红蛋白含量保持正常。含铁丰富的食物主要有动物内脏，如肝、肾等，蔬菜中则以菠菜、芹菜、番茄等含铁较多，水果中有红枣、桃、李等含铁较多；含蛋白质较多的食物有牛奶、瘦肉、蛋类及豆制品等；叶酸、维生素B<sub>12</sub>以动物的肝、肾及肉类中含量最多，绿叶蔬菜中含叶酸。还要注意少抽烟、喝酒，烟雾中的一氧化碳能与血液中的血红蛋白结合，使红细胞丧失运氧能力，据测定正常人血液中的一氧化碳只有0.5%~0.7%，而吸烟者血液中的一氧化碳血红蛋白含量可达10%~15%。而长期饮酒，可以造成酒精中毒。

**保护好胃肠：**有足够营养的饮食，还需好的肠胃来消化吸收。食物中的铁主要是由胃酸将三价铁还原成二价铁，而由胃黏膜吸收，当人体缺乏胃酸，引起铁吸收困难，就容易导致缺铁性贫血；维生素B<sub>12</sub>主要由肠吸收，但需胃黏膜分泌的黏蛋白协助；叶酸主要在十二指肠及空肠吸收。当胃黏膜蛋白缺乏或一些胃肠疾病如胃炎、胃癌、小肠吸收不良综合征时，可引起贫血。因此应保护好胃肠，积极医治胃肠疾患。  
**注意用药：**某些药物可导致血液疾病，影响血液功能，当血液本身患病时，更易遭受药物不良作用的损害，常见的药物所致的不良反应有再生障碍性贫血、急性溶血性贫血、免疫性贫血等。

**防止外源性损害：**如短期内接触大剂量的放射性物质引起的以骨髓造血障碍为主的急性放射病；引起高铁血红蛋白血症的苯的氨基和硝基化合物；引起溶血性贫血的砷化氢、苯胺、硝基苯等。

总之，要保护好生命之河，就得从日常生活的点点滴滴做起，只有这样生命之树才会常青。

