

烟火夏日夜 点亮监利城

监利夏夜美食活动释放“夜经济”新活力

本报讯(记者刘祥龙)由荆州市商务局指导,监利市委、市政府主办,监利市商务局、团市委、容城镇共同承办的夏夜美食活动完美收官。为期近1个月的活动,为监利市民带来一场精彩夏日盛宴。

烟火夏日夜的每一天,美食广场热闹非凡,市民与游客纷纷踏上这场美食与文化的盛宴,现场日均客流量近1万人次,销售总额近2千元。

现场美食琳琅满目,汇聚了监利及周边特

色美食商家,设有18个桁架展位,40个美食摊位,28个全国特色小吃展位。其中,有一号虾铺、荣阳堂卤菜、新沟付鸡子等本地餐饮企业,钵钵鸡、章鱼小丸子、杂粮煎饼、凉粉、双皮奶等网红小吃,还有烤肉、薯塔、烤鸡腿、拉丝热狗、臭豆腐等特色美食,更配套了一百套桌椅供游客休息。

活动期间,文旅、广告协会与民间团体举办了花鼓戏、电音乐队、合唱团、声乐课堂、儿童话剧、动感舞蹈等丰富多彩的节目,为广大

市民提供了一场别开生面的视听盛会。碰碰车,七彩滑道、射击、水上娱乐、过山车等10多个游乐设施,让放假暑假的孩子有了去处,为市民提供了逛夜市、享美食、玩游戏、高质量遛娃一条龙服务。

同时,承办方联合容城商会组织广告公司、品牌餐饮企业、装饰公司、建材企业、家电公司等91家企业轮流进驻夏夜美食活动现场,对监利企业品牌进行展示、推介、宣传。并现场开展以旧换新、满减、打折等活动回馈新

老客户,达成意向合同近千万元。

为确保本次夏夜美食活动的高效、安全、有序运转,市商务局联合市市场监督管理局、市城管局、市公安局、市应急管理局等部门规范场内商户经营秩序,严格把控食品和燃气安全,做好消防安全隐患排查等各项工作,为参与者和市民、游客营造一个安心、舒适的环境。

烟火夏日夜,点亮监利城,不仅是一场美食盛宴,一次文艺狂欢,充分激发了全市消费潜力,助推监利“夜经济”发展。

战高温 保畅通 市公路发展中心开展城区道路夏季养护工作



监利大道对车辙进行铣刨。



对跳车段进行处置。



夜间沥青摊铺。

“下”到最基层 “沉”出新作为 ——市公安局尺八中心派出所四级高级警长余家政的故事

□ 通讯员 丁夏

从风华正茂到满头飞霜,他用铿锵有力的脚步负重前行,用无悔的坚守践行着铮铮誓言;他用警心暖民心,用平凡铸非凡,在每一个岗位上用真心服务人民群众,用真情守护万家灯火。

虽然年龄“55+”,但干劲不输“90 后”。他,就是市公安局尺八中心派出所四级高级警长余家政。

从军营到警营,18 年来,余家政忠诚履职,兢兢业业,在职业生涯末期,主动选择前往离群众最近、离城区最远的地方,全身心下沉基层,誓要站好最后一班岗。

警力下沉“响应人”

今年年初,市公安局按照“重心下移、警力下沉、保障下倾”的总体要求,鼓励机关老民警下沉社区。“警力下沉”的号角响起,曾经军队正营转业,先后在治安管理大队、内保大队工作 18 年的余家政没有一丝犹豫,积极响应。市公安局党委将其安排下沉到尺八中心所,他却主动请缨,申请到更偏远的三洲警务区从事社区警务工作。

变的是岗位,不变的是初心。那个曾经走遍辖区几百家党政机关、学校、医院、金融网点、危化品单位,并将每个单位的内保信息、安全隐患点、技防措施都了然于胸的余家政,就这样,在满头白发之际开启了退休前的新篇章。

“组织信任我们老同志,我们下基层就绝不是来养老的。”为尽快了解辖区社情、民情,家住城区的余家政以警务室为家,每周一大清早驾车 60 余公里赶到三洲,直到周五晚上再回城,有时遇到重要节点,连周末都不能回家一趟。“住在警务室里我更安心,有什么风吹草

动,几分钟就能赶到。”当有人问起余家政家里怎么办时,他总是淡淡的回应。虽然头发已花白,但他眼神依旧坚毅。

偏远江村“守护人”

三洲警务区地处监利最南端的长江边,隔江相邻湖南岳阳,属两省交界处,距离辖区派出所 10 多公里,社会治安防范治理基础薄弱,事多人少。

为构建和谐平安三洲,提高居民安全感、满意度,下沉到三洲警务区以来,余家政主动作为,组织驻村辅警、村治保力量定期走村入户开展巡逻防控,三洲辖区民生小案实现了从去年偶发到今年同期零发案。

“老余经常来我们村检查小超市、小饭馆的安全,还会宣传防火防盗、反诈、禁毒等知识。”提起余家政,盐船社区书记丰华北赞不绝口。

“余伯,最近生意上资金出现了点问题,我本想在网上贷点款,但是这个不可信?”今年 6 月,余家政接到王先生报警求助,他立即提醒王先生停止后续操作,顾不上吃午饭的他第一时间赶赴现场进行劝阻止付、普法宣传工作,成功避免了王先生 16 万余元的资金损失。

入汛以来,余家政除了日常社区工作外,还积极参与防汛巡堤。因三洲属于长江外滩围垸,每年防汛压力都十分大。余家政便利用自己休息时间,每天早晨、傍晚,带领值班辅警巡堤。“余伯,您又上堤了!这一路要走蛮远咧!”驻堤的干部群众每每看到余家政,总是热情地跟他打招呼。“是哟,微信运动排名第一!你们也要注意安全,有险情随时跟我说!”他挠着满腿的蚊包乐呵呵地应着。

乡里乡亲“贴心人”

余家政一直都有写工作日记的习惯。来到社区短短半年,他的工作日记上密密麻麻记满了各种信息。从社区环境,到常住人口结构,谁家孤寡老人需要特殊照顾,谁有什么困难需要及时帮助,他的笔记本上都一一记录着。

5 月中下旬,余家政带领驻村辅警在“日访五户”中了解到村里两户邻居存在一起土地纠纷,当事人李爹扬言实施极端行为。为了解解矛盾,余家政联合综治中心工作人员多次赶往两人家中,倾听双方的诉求,动之以情、晓之以理,耐心劝导,打开了他们的心结。数次协调后,双方都做出了让步,矛盾得到了圆满解决。在余家政的带领下,辖区矛盾纠纷调解成功率达 100%。

“老百姓的事,再小也是大事,都得当成自己的事情办好。”连夜帮群众找回走失黄牛、帮孤寡老人上门办证、送走失老人回家、给留守儿童解决上学问题……下沉社区半年来,余家政用心用力用情为群众解决好“点滴小事”。正是因为这一件件实实在在的小事,余家政的名字很快在村里传开,村民有了烦事难事,都愿找这个“白头老余”帮忙。

青年警营“带路人”

退伍不褪色,余家政将部队中磨炼出来的吃苦耐劳精神和严谨负责的作风融入工作,这位“资深老将”的言行时刻影响着身边的青年民警辅警。

“每次遇到棘手警情,余伯就像我们的定海神针。”尺八中心派出所青年民警王荣鹏说。今年 4 月,三洲警务区村社内发生一起婚

姻情感纠纷,当事人双方因经济花费问题产生矛盾,矛盾纠纷随时有扩大化趋势。

“那时的我手足无措,有点迷茫,工作上一时间不知从何入手,还好有余伯带着我一起干。他告诉我,遇到矛盾纠纷调解,要先让双方换位思考,再进行调解,就更容易找到解决问题的突破口,工作细致用心,才能做到矛盾不上交。”在余家政的指导下,最终这起矛盾纠纷顺利化解。

难以尽孝“狠心人”
从机关到基层,从城区到偏远小村,从重点行业场所的安全防范到家长里短的纠纷调解,余家政始终尽职尽责,从不曾因个人事务耽误工作进度。但面对家庭的需要,他却因工作总是“缺席”。

余家政是孝感大悟人,年迈的父亲在老家大悟生活。今年五一,市公安局启动最高勤务模式,而此时余家政从亲友口中得知,老父亲在大悟家中不慎跌倒卧床。领导在谈话中了解这一情况后多次劝他回家照看。“过段时间吧,现在正是忙的时候。”他推脱了领导的好意,转身默默拜托亲友代为照顾父亲。

“老父亲知道我忙,不愿耽误我工作,总是报喜不报忧,这次,不是亲友告诉我,我也不知道。”谈起老父亲,余家政眼中饱含泪水,他说,这些年来,自己非常愧对老人。

双鬓变白,警心不改。从机关到社区,余家政从未卸下肩上的担子,始终坚持着初心和使命,饱含工作热情,干出了扎实的成绩,赢得了优秀的口碑,诠释了一名人民警察的忠诚担当。如今,余家政每天依然在三洲江村来去匆匆、忙忙碌碌,用无华的时光,守护一份温暖,呵护一份平安。

民生提醒

监利市7月份重要民生 商品价格巡视报告

7月31日,市发改局对监利市民生商品进行了市场巡视,对城区有关大型超市和主要农贸市场进行实地调查,重点监测市民关心的粮油肉蛋菜等民生商品价格动态。目前,全市市场货源充足,价格平稳,整体运行良好。

米面粮油类价格稳定

米、面、油零售品种价格与上月相比价格较为稳定,价格涨跌幅在5%左右。

面粉价格与上月比有涨有跌,其中特制一级面粉和标准粉零售均价分别为每500克2.79、2.31元。

粮食类价格基本稳定,其中,早籼米、中籼米、晚籼米、粳米零售均价分别为每500克2.31元、2.51元、3.01元、3.01元。

监测的4种食用油(5升桶装)平均零售价格较上月最大跌幅为5%。花生油、菜籽油、大豆油和色拉油零售均价分别为157.79元、70.56元、57.19元、59.80元。

肉禽蛋奶零售价格有涨有跌

本月,所监测的猪肉零售价格上涨,精瘦肉、猪腿夹肉、排骨月平均价格分别为每500克14.93元、13.10元、27.82元,较上月比最大涨幅5%。

牛肉、羊肉、鸡肉(冷冻)、鸭肉(冷冻)零售月均价分别为每500克35.07元、41.19元、9.51元、9.29元,价格波动在3%以内波动。

鸡蛋每500克零售月均价为6.42元,较上月比下跌1%。牛奶250毫升零售月均价为3.30元,较上月比微涨。

水产品价格上涨

本月所监测品种草鱼、胖头鱼、鲫鱼月均市场价格分别为每500克7.79元、8.97元、9.91元。分别波动+2%、+6%、+4%。

干杂调料类价格持平

本月所监测的干杂品种价格波动在2%以内。

水果类价格持平

本月所监测的苹果、香蕉、梨每500克价格分别为8.20元、4.00元、5.00元,分别波动0%、+1%、+1%。

豆制品类价格下降

本月所监测的豆腐、干子、干张价格每500克分别为3.19元、5.04元、7.92元,与上月相比,分别波动1%、-5%、-9%。

蔬菜价格大部分下跌

监测的13种蔬菜价格部分大涨,黄瓜上涨52%,青椒上涨49%。

农业气象服务快报

天气过程:前期(07月29日~08月05日),监利以晴热高温天气为主,平均气温31.0℃,比历年平均高1.1℃;最高温度36.2℃,最低温度26.0℃;累计降水量0.1毫米,比历年平均偏少一倍;日照时数76.4小时,比历年平均偏多13.8小时。

影响分析:高温发展,加快了再生稻灌浆速度,降低千粒重,持续高温热害天气还将对中稻幼穗分化、扬花授粉造成不利影响,导致棉花蕾铃脱落增加、出现脱肥早衰。

农事建议:防范高温热害。处于灌浆结实期的再生稻不宜停水过早,以防高温逼熟;处于幼穗分化期至抽穗扬花期的中稻可采取灌溉4-5厘米水层调节田间小气候,或日灌夜排、叶面喷施磷酸二氢钾、水杨酸、芸苔素溶液等措施减轻高温影响。

做好虫害防治。高温高湿天气有利于病虫害的发生发展,加上水稻“两迁”害虫回迁虫源叠加影响,迟熟中稻、晚稻稻曲病、稻瘟病和稻飞虱依然有重发风险,各地要加强农作物病虫害监测和防控。

加强水产管理。盛夏应适当提高水位,降低水温;高温闷热及雷雨前的闷热天气可能导致鱼虾缺氧,应适量减少饲料投入,使用药物改善水质或机械增氧,改善水体养殖环境。

冬病夏治三伏贴

三伏天是一年中最炎热的时期,此时气血趋于肌表,皮肤松弛,毛孔开张,有利于药物的渗透,有助于邪气的外驱。因此,在三伏天进行穴位贴药,可通过经络内传,气候、穴位、药物三者共同作用,提高免疫抗病能力,对调节机体阴阳平衡,恢复脏腑功能,都有不可低估的效果。

7月15日以来,数百名市民到市中医医院进行三伏贴贴敷。医院开展三伏贴贴敷多年,采用纯中药制剂,通过药物在特定的时间对穴位的刺激达到调节气血阴阳、扶正祛邪的功效。

三伏贴什么时候贴

三伏贴不一定非要在三伏当天进行,可以灵活安排,只要在三伏期间内,按疗程贴敷都可以达到冬病夏治的效果。今年的三伏天共有40天,从7月15日至8月23日,只要在这段时间内,间隔7-10天任选三个时间节点进行敷贴,都能达到理想的养生效果。最好连续贴3次,为1个疗程,并且在上午11时以前贴完药饼。上午11点到下午1点是午时,中医认为此时人的穴位、毛孔充分张开,若刚贴完药饼,药力最容易渗透到体内。

三伏贴适应症

呼吸系统疾病:慢性咳嗽、哮喘、慢性支气管炎、慢性阻塞性肺病、反复感冒等。

风湿免疫性疾病:颈肩腰腿痛、风湿及类风湿性关节炎等。

消化系统疾病:慢性胃炎、慢性肠炎、消化不良等。耳鼻喉科疾病:过敏性鼻炎、慢性鼻窦炎、慢性咽喉炎等。

妇科疾病:慢性盆腔炎、痛经、月经量少、经行泄泻、不孕症、妊娠呕吐等。

儿科疾病:反复呼吸道感染、支气管炎、肺炎、哮喘、慢性咽炎、慢性扁桃体炎、过敏性鼻炎、鼻窦炎、厌食、遗尿症及免疫力低下等患儿。

其他疾病:四肢厥冷、冻疮、遗尿、湿疹、荨麻疹、慢性疲劳综合征、阳虚型体质的人群。

冬病夏治必须遵守固定疗程,三伏为一个疗程,一般需连续3年,也就是3个疗程才有确切疗效。只有坚持按疗程治疗,才能保持药效的发挥,经络才能处于持续兴奋应激的状态,对病邪的祛除才能保持力度和惯性。而且,还要治养结合,接受冬病夏治的患者即使在三伏天也要在生活习惯上有所克制,不要贪凉,应该配合治疗,以达到最佳效果。