

全市政法系统领导干部 专题培训班开班

本报讯 6月27日，全市政法系统领导干部专题培训班开班。市委常委、市委政法委书记刘桦，副市长、市公安局局长谢振华，市中级人民法院院长杜晓阳，市人民检察院检察长赵荣出席开班仪式。

培训围绕《中国共产党政法工作条例》、当前执行难存在的主要问题及相应对策等方面进行专题辅导，进一步学习贯彻落实中央、全省政法领导干部专题培训精神，推动我市政法系统深入开展大学习大培训大培训活动，奋力开创新时代张家界政法工作新局面。

刘桦强调，要全面领会习近平总

书记在中央政法工作会议和省部级主要领导干部专题研讨班上重要讲话精神，深刻领会政法工作肩负的使命；要深入明晰重点目标路径，完善一体化重大风险防控体系、多元化矛盾纠纷化解体系、系统化基层社会质量体系等重点工作，破解重点问题，强化组织保障；要深入提升履职尽责能力，通过政治学习培训、走访调查研究、实践锤炼，强化政法工作出实效，培育严细深实的工作作风，忠诚履职尽责，勇于担当作为，锐意改革创新，以优异的成绩向新中国成立70周年献礼。

（本报记者 陈硕）

我市开展国际禁毒日宣传活动

本报讯 6月26日，市禁毒委举行以“健康人生 绿色无毒”为主题的2019年6.26国际禁毒日宣传活动。市委常委、市委政法委书记、市禁毒委第一副主任刘桦参加。

活动现场，刘桦一行先后观看禁毒公益歌曲《有双翅膀》MV、销毁毒品活动视频；会见谭小周、杜志军、周海燕等全省禁毒三年大行动先进个人、全省十佳禁毒志愿者及永定区禁毒先进个人代表；随后参观了永定区樟树角禁毒主题公园。

刘桦强调，加强新时代禁毒工

作，要必须坚持立足当前，着眼长远。公安机关要严密防范易制毒化学品流入非法渠道，从源头上切断毒品制造，拓展涉毒线索来源、深挖扩线、从严打击，持续加大对各类涉毒违法犯罪的打击力度；要加强吸毒人员的管控工作，确保不漏控、不失控；要教育青少年，最大限度地防止他们陷入吸毒的深渊；同时，要营造全民禁毒的浓厚氛围，始终保持严打毒品犯罪的凌厉攻势，形成对毒品犯罪零容忍的高压态势。

（本报记者 杨旭东 通讯员 向婷婷）

市委卫健工委庆祝建党98周年

本报讯 6月27日，市委卫健工委庆祝建党98周年大会暨行业系统基层党建工作会议举行。

目前，全市卫生健康行业系统共有中共党员2588名，各类党组织143个，其中公立医院党组织52个，乡镇卫生院党组织52个，民营医疗机构党组织13个，其他党组织26个，共派出

党建指导员63名。

近年来，该系统以党支部五化创建为抓手，开展调查研究，坚持问题导向，落实保障措施，基层党建取得了新进展、新成效，为促进全市卫生健康事业发展提供了坚强保障。

（本报记者 朱付勇 通讯员 谭小林）

慈利县企业退休人员养老金人均增长95元

本报讯 近日，笔者从慈利县社会保险服务中心获悉，该县企业退休人员养老金将再度上调，11854名退休人员月人均至少增长95元。

此次待遇调整人员为2018年12月31日前已按规定办理退休手续并按月领取基本养老金的企业退休人员。按照待遇调整通知，今年养老金上调分为两部分：在每人每月增加基本养老金50元的基础上，再按退休人员缴费年限（含视同缴费年限，不含折算工

龄），每满1年月基本养老金再增加3元（不满1年的记为1年）。同时，对2018年12月31日前年满70周岁以上（含70周岁）至80周岁以下的退休人员每人每月再增加基本养老金20元，对2018年12月31日前年满80周岁以上（含80周岁）的退休人员每人每月再增加基本养老金30元。此外，原因工残退休人员月基本养老金按普调加缴费年限金额调整后不足140元的，按140元调整增加。

（田小芳）

龚美慧入选首批芙蓉教学名师

本报讯 近日，记者从省教育厅发布的《关于湖南省2019年度芙蓉教学名师遴选拟通过人员的公示》中获悉，民盟张家界教职支部原主委龚美慧老师入选首批芙蓉教学名师。

市政协委员、民盟张家界旅游学

校原主委龚美慧老师从事教育34年来，长期从事一线教学工作，教学成果和教育质量显著，为培养优秀青少年作出了突出的贡献。

（本报记者 宁惠 通讯员 刘玲 高自安）

张家界高新区举行安全知识抢答赛

本报讯 6月25日，张家界高新区举行2019年高新杯安全知识抢答赛。

活动旨在全面加强安全生产宣传教育，进一步弘扬安全文化，普及安全知识，增强园区企业安全意识，提

升企业员工安全素质。久瑞生物有限公司一位参赛人员深有感触地说：通过参加这次活动，学到了很多安全知识，安全意识也增强了很多。

（本报记者 向文 通讯员 陈健）



6月26日，平安人寿保险张家界分公司来到永定区爱心林启智教育学校，开展“残健共融 爱心陪伴”活动，并捐赠了低音鼓、音乐宝宝等器材。

本报记者 郭文 通讯员 乐乐 摄

聚焦深度 攻坚克难

新华社记者 侯雪静

在离打赢脱贫攻坚战仅有约一年的时间里，深度贫困地区脱贫攻坚工作进展如何？如何补上深度贫困地区发展的短板？26日在国务院新闻办公室举行的新闻发布会上，国务院扶贫办有关负责人和部分深度贫困地区扶贫干部就上述问题作出解答。

攻坚克难 成绩可喜

凉山州是全国三区三州深度贫困地区之一，有深度贫困县11个，建档立卡贫困人口97万，2013年底贫困发生率是19.8%。精准扶贫以来，我们取得了可喜的成绩，到2018年年底，全州累计减贫65.9万人，贫困发生率降至7.1%。四川省凉山彝族自治州副州长向贵瑜说。

哪些地区属于深度贫困地区？在国家层面主要指三区三州。三区是指西藏、新疆南疆四地州和四省藏区；三州是指甘肃的临夏州、四川的凉山州和云南的怒江州。

谈起变化，向贵瑜现场总结了以下最突出的几点：

人修了路、路改变了人。凉山著名的悬崖村，已经修出了一条钢梯天路，这条天路彻底结束了悬崖村人与世隔绝的历史，让新一代村民实现了与时代同频共振。

人建了房，房改变了人。凉山州陆续投入了271亿元，建起了10.82万套新房，48.54万贫困人口在这些新房中开始了新生活。

人融入了文明，文明改变了人。凉山州投入122亿元，建成了各级各类学校1572所，小学教学点1011个，投入22.58亿元，建成3117个一村一幼的幼教点。

人拥有了能力，能力改变了人。凉山州投入38.1亿元，建设一批现代农业产业园，贫困群众的口袋鼓了，眼界开阔了，思想解放了，脱贫致富的信心愈发坚定了。

凉山巨变。群众彻底摒弃了安于贫困的心理，树立了自我脱贫的信心和勇气。向贵瑜说。

2018年，全国334个深度贫困县共减贫480万人，占全国减贫总数的38%。这334个县的贫困发生率比2017年下降了4.9个百分点，比全国下降的速度快了3.2个百分点。这说明，我们对深度贫困地区脱贫攻坚的政策在持续发挥作用，支持深度贫困地区脱贫攻坚的力度在加大，成效在显现。国务院扶贫办副主任欧青平说。

整合力量 集中攻坚

深度贫困地区脱贫成绩的背后，是两年来从中央到地方的一系列政策举措陆续出台，推动深度贫困地区脱贫攻坚不断向纵深发展：

强化政策的倾斜保障，2017年9月，中办、国办印发了《关于支持深度贫困地区脱贫攻坚的实施意见》，从中央统筹来强化资金、政策、人财物各方面的保障。各部门陆续出

台了40多个配套性文件，把中央的政策要求进一步实化、细化。

整合各方面力量，加大集中攻坚力度。2018年到2020年，中央财政对深度贫困地区投入的资金达到2140亿元，其中用于三区三州的将近一半，达1050亿元。此外，大力动员社会力量向深度贫困地区倾斜。在由全国工商联推动的万企帮万村精准扶贫行动带动下，现已经有7.64万家民营企业结对帮扶4.88万个建档立卡贫困村，有1000多万贫困人口受益。

在中央的部署下，各深度贫困地区聚焦精准，集中攻坚。山西临县在一个战场上打赢生态治理与脱贫攻坚两个攻坚战。2016年以来，临县组建合作社313个，吸纳农村劳动力1.5万参与造林，其中贫困人口9000多人。2016年至2018年，临县三年累计造林99万亩，是十二五期间全县造林面积的2.6倍，森林覆盖率由2015年的18.1%提升为2018年的24.5%。

在实现增绿的同时，贫困人口实现了退耕还林领资金，造林护林拿薪金，生产经营得现金，流转入股挣租金。这两年不仅山增绿了，老百姓增收了，生态环境也在逐步改善，初步实现了增收和增绿、生态和生计的有机统一。山西省吕梁市临县县委书记张建国说。

产业是脱贫的重要支撑。在资源禀赋差的深度贫困地区，如何选择产

业成为关键。这几年我们充分利用高原的冷凉气候和天然牧草的优势，发展牦牛和青稞产业；充分利用光照优势，大力发展光伏扶贫产业；充分利用青海特有的自然、人文景观，大力发展乡村旅游、民族文化产业。青海省扶贫开发局局长马丰胜说。

目标标准 尽锐出战

深度贫困地区脱贫攻坚这两年取得了非常好的成效，但是难度依然很大，困难仍然不少。欧青平说，334个深度贫困县没有脱贫的贫困人口还有627万人，占全国未脱贫人数的近一半，这些地方的脱贫成本比别的地方高，脱贫难度比别的地方更大。

深度贫困地区经济基础发展比较薄弱，生态环境脆弱，劳动力的文化素质比较低，内生动力调动起来比较慢。深度贫困地区是脱贫攻坚最大的短板，是最不托底的地方。欧青平说。

欧青平表示，下一步，将按照中央的决策部署，坚持目标导向和问题导向相结合，坚定信心，坚持目标标准，解决底线任务，巩固提升脱贫质量，加大各方的支持力度，抓好各项政策举措落实，注重防范化解各种风险，持续加强干部队伍建设和作风建设，以良好的作风去破解形式主义、官僚主义，为贫困地区的老百姓提供更好的帮助。

新华社北京6月26日电



6月26日，农民在贵州省印江县朗溪镇普蒲村的石漠化治理区采摘桃子。

近日，贵州省印江土家族苗族自治县朗溪镇种植的桃子、李子等水果陆续成熟，种植在连片石头缝之间的水果，吸引了众多客商和游客前来采购。

近年来，印江县通过探索逐步形成了茶叶、松树、水果、畜牧的石漠化区域治理模式，在有效改善石漠化问题的同时，促进农民增收。

新华社记者 杨文斌 摄

武陵源区评选文明单位、文明村镇、文明校园

本报讯 6月26日，武陵源区启动今年文明单位、文明村镇、文明校园评选活动。

文明单位申报对象为全区范围内

创建文明单位中成绩突出、能够发挥示范作用的党政机关、人民团体机关，以及实行独立核算、具有独立法人资格或建有中国共产党基层组织或工会基层

组织的多种所有制形式的企业、事业单位、文明村镇申报对象为全区范围内创建文明村镇工作中成绩突出、能够发挥示范作用的乡和行政村、文明校园申报

对象为全区范围内领导班子建设好、思想道德教育好、活动阵地好、教师队伍好、校园文化好、校园环境好的中小学校。（本报记者 鄢渊 通讯员 张林）

慈利县人民检察院批准逮捕 毒品犯罪案件6件10人

宜。当晚10时许，刘某某来到邵东县与谢某某见面，提出想购买50克冰毒，谢某某表示同意并约定价格。9月6日凌晨，二人在邵东县某宾馆附近进行交易，谢某某将100个小包冰毒疑似物交给刘某某，刘某某随即支付了现金。之后，被告人谢某某还表示给刘某某的冰毒只有32克，天亮后再给剩余的18克。当日14时许，在邵东高铁站附近，被告人谢某某将1大

包白色晶体冰毒疑似物交给刘某某。当天下午，刘某某驾车从邵东县出发返回慈利县，9月7日凌晨在常张高速公路慈利东收费站出口处被慈利县公安局民警抓获。民警当场从刘某某所驾车辆中查获白色晶体冰毒疑似物100小包和2大包、麻古疑似物1包。经称量，冰毒疑似物100小包净重35.55克、2大包冰毒疑似物分别净重11.22克、47.81克，共计净重94.58

克，麻古疑似物净重8.92克。经市公安局刑事科学技术研究所检验，冰毒疑似物中检出甲基苯丙胺成分，麻古疑似物中检出甲基苯丙胺和咖啡因成分。2018年10月25日，被告人谢某某在邵东县某餐馆一楼被邵阳市公安局禁毒大队民警抓获。

今年以来，慈利县人民检察院从严从重打击毒品犯罪，现已批准逮捕毒品犯罪案件6件10人，提起公诉10件19人。检察官提醒，根据《中华人民共和国刑法》第三百四十七条的规定，走私、贩卖、运输、制造毒品，无论数量多少，都应当追究刑事责任，予以刑事处罚。

（代娇娇 谢海军）



杏林之窗
张家界市中医院协办

如今夏季已经到来，最容易引发的一种症状就是会出现湿热的体质。当出现湿热体质后，可以通过哪些现象看出，可以采取哪些方法来应对呢？

一、湿热体质的表现形式
1、身体消瘦

如何消除身体湿热？

当出现湿热体质的时候，对于食物的消化来说是并不充分的，从而就产生了营养补充不全面，这样一段时间以后就会出现身体消瘦的情形，而且这种消瘦程度从自己的面色就能够看出来，因为湿热的人面色是比较暗沉的，同时面色出油的现象特别严重。

2、盗汗

盗汗是身体最容易出现的一种现象，而且这一种现象会随着天气炎热的变化而变化。比如天气炎热的时候，盗汗的情形就比较严重，气温降

下来的时候，自身盗汗的情况又会明显地降低。

3、舌苔

当出现湿热体质的时候，也可以从舌苔就能够看出身体的健康状况。比如患有湿热体质的人，舌苔比较厚，并且舌苔的颜色是白的，只要身体有这样的症状，就完全可以说明身体的湿热现象比较严重。

4、容易劳累

当出现湿热体质的时候，也容易引发劳累的情形，而且这一种疲劳感会显示为肌肉无力，甚至是大脑暂时

性的意识模糊。这种一种感觉越来越明显的时候，就说明身体的这种病症比较严重了。

二、如何调理身体湿热的病症

1、通过运动

我们可以在平时的生活中保持半个小时的运动，这样就能够将身体的湿气完全排解出去，一段时间以后就能够改善湿热的体质。

2、保持合理的睡眠

睡眠时间不足的话，也会让身体出现湿热的现象，希望大家在生活中一定要将自己的睡眠质量提高，同时睡眠的时间要达标，才可以将这样的病症消除。