

全力以复，做足功课

永定区：敲响开学 预备铃

本报讯 学校大门是校园疫情防控的第一道防线，把好校园第一道关卡至关重要。演练从模拟学生进入校园开始，学生戴好口罩，间隔1.5米以上距离排队有序入校，测温员逐一进行体温测量……4月3日，永定区在张家界市第一中学组织开展

了2020年春季开学疫情防控演练，确保学校安全、有序、顺利开学。

连日来，记者走进国光、张家界一中、崇实北校等地，发现各校都在积极筹备开学工作。每所学校校门一侧均已经搭建起了红外线测温通道，对校园内外进行全面消杀和大扫除，

并准备了开学所需的医用口罩、测温枪、消毒液、酒精、一次性防护服、医用手套等一系列防疫物资。

记者从相关会议了解到，自4月2日市新冠肺炎疫情防控工作指挥部发出全市中小学校分学段分批次错时错峰开学复课的公告以来，永定区敲响

开学 预备铃。从加强组织领导、宣传教育、监测摸底、校园管理、入学演练、教育教学、安全工作这七个方面入手，切实抓实疫情防控和复学相关工作，组织各校进行疫情防控模拟演练，为全区安全、有序、顺利开学复课打下坚实基础。（宁惠 腾子伟 李享）

张家界天门中学：过三道关卡 住六人宿舍

田育才 朱永桂

同学，你体温异常，请配合到隔离室进行检查。4月6日，在张家界市天门中学门口，检测员检测到一位同学体温过高，随即将其带到隔离室，由校医进行诊断。

当天，天门中学举行开学疫情防控应急处置演练。演练分为入校、上课、就餐、就寝4个环节，由志愿者扮演学生和家长，模拟正式开学后可能出现的各种情况。

演练现场，一名学生经测温

发现异常，执勤人员迅速将其送到隔离观察室。校医让学生休息5分钟后，拿出体温计对他进行重新测量。

报告，体温达到38.6摄氏度。校医逐级上报，并将学生带到定点医院进行观察、诊断。

过了测温关，学生们分组进入教学楼，沿指定路线到达教室，班主任用额温枪对他们进行复测并登记。教室里单人单桌，间隔1.5米。

开学后，每间教室都会开门开

窗保持通风，不开空调以减少交叉感染。开学第一课，班主任向学生讲述日常防护知识。

午餐时间到了，学生们依次排队洗手、消毒，进入食堂，按照指定方式就餐。实行错峰就餐，就餐时单人、单桌、单向。天门中学校长彭树成告诉记者，学校将安排专人维持秩序，确保师生就餐安全。

放学后，学生回宿舍休息前，体温检测同样不可少。为降低宿舍人员

密度，学校将原来12人一间的宿舍改为6人一间，并对相邻床铺实行上下铺错位。

让全体教职工掌握防护、登记、报告、应急处置等标准流程和工作要求，提高学校疫情防控应急处理能力。市教育局相关负责人表示，各校在开学前都将开展一次疫情防控应急演练，从演练中查找问题、梳理短板弱项、查漏补缺，为安全有序开学做好准备。



在镇环卫所的支持下，慈利县龙潭河镇中学全体行管干部动手打扫校园卫生，迎接师生返校。

吴杨会 摄

茅岩河镇组织防疫演练助复学

本报讯 4月6日，永定区茅岩河镇组织开展了学校疫情防控应急演练。

上午9时许，疫情防控应急演练在茅岩河镇中心学校开始：学生

有序进校园、上课、就餐、入寝，突然学生出现发热症状，学校立即启动应急处置流程，将学生送到校园内隔离室，值班医生详细询问流行病史、鉴别作出初步诊断。随后，结合

现阶段疫情防控工作，及时上报给上级主管部门，协助上级部门妥善处理。

为保障师生健康，助力复学工作，茅岩河镇中心卫生院专门设置了发热门诊，随时防范和处置入学后出

现的疫情问题，并为学校捐赠了84消毒液、酒精、一次性手套等防控物资，为学生们开展了新冠肺炎防控知识宣传讲座。

（本报记者 廖兴亮 通讯员 赵志国）



4月2日，市交警支队直属一大队民警来到张家界大众建材有限公司开展交通安全知识讲座。图为民警和企业负责人在公司宣传栏粘贴宣传资料。

本报记者 廖兴亮 摄

桑植县首批两大项目开工建设

本报讯 4月3日，桑植县洪湖路和步步高新时代广场建设项目举行开工仪式。

据悉，洪湖路项目估算投资总额5361.29万元，新建道路全长977.473米、路幅宽20米及配套管网等附属设施，设计行车速度为每小时40公里。建成后连接南门峪与文明路，拉通整个人字湾地块，将有效缓解乌龟嘴路段的拥堵。步步高新时代广场建设项目位于桑植中心城区，项目总占地面积14.1亩，项目总建筑面积66000平方米，包括商业中心、商务公寓和住宅等功能，建成后将成为桑植的新地标。

据了解，洪湖路和步步高新时代广场建设项目是桑植县今年的首批开工项目。这两个项目的建成落地，将有助于推动该县城区南扩、商业中心东移，实现城市扩容提质，助推经济社会发展，对该县城市建设具有重大而深远的影响。

（本报记者 向文
通讯员 黎治国 陈中化）



张家界市中医院协办

进入4月，阳气渐长，但早晚仍有冷暖变化，若养生不当或过度劳作，则容易引发流感、过敏性鼻炎等疾病。因此，要事先做好防护措施。

衣着要宽松

春暖花开，着装以宽松为宜，以

利气血流通。现在一些年轻女孩为追求曲线美喜欢穿紧身裤，这很不利于健康。因为女性的阴道常分泌一种酸性液体，有防止细菌侵入和杀灭细菌的作用，若裤子穿得过紧，就不利于阴部湿气蒸发。长时间过热过湿的环境，会为细菌繁殖创造了有利条件，

容易引起炎症。

饮食要养肝补脾

饮食方面重在养肝补脾，但以平补为原则，不可太过进补。春应于肝，肝的生理特性就像春天树木生发那样，要舒展、顺达。若肝脏功能受损则导致周身气血运行紊乱。而且，

中医认为酸味入肝，若春季再摄入过量的酸味，则会造成肝气过旺，反而伤及脾胃，妨碍食物的消化吸收。甘味入脾，宜补益脾气，脾健又辅助于肝气。故此时应少吃酸味多吃甘味的食物（不是指多吃糖）以滋养肝脾两脏，对防病保健大有裨益。

运动通气血

除了饮食，科学合理的运动必不可少。如踏青赏花、荡秋千、放风筝等一系列户外风俗体育活动，既能调畅情志、怡养心神，又能活动筋骨、疏通气血，提高心肺功能，增强体质。早晨是采纳自然之气的好时机，

可自行练习一些吐纳导引之法，如按摩小腹可强健膀胱，双手搓腰可温肾阳。老年人可选择静中有动的太极拳或五禽戏。当然，需要提醒的是，普通人运动量要适度，否则过劳则损。有哮喘和花粉过敏症的人，应尽量减少户外运动。

安全责任重于泰山
人民生命高于一切

确保防火防汛两手抓两不误
省应急管理厅检查指导永定区安全生产工作

本报讯 4月5日，省应急管理厅相关负责人深入永定区，就该区马路市场整治及当前防汛、防火等工作进行检查指导。

在王家坪镇农贸市场临时点，检查组详细了解农贸市场前期整改、市场人员流动以及后期建设规划等情况后指出，马路市场集中整治工作是一项重大民生工程，关系到群众切身利益，各级各部门要严格按照整改时限，采取强有力的措施，认真抓好马路市场集中整治工作。对划定区域规范管理的同时要加快建设步伐，尽快解决路外交易场所。对社会反响大、市场间距短、长陡坡、临水临崖、国道、省道的马路市场予以坚决取缔。

（本报记者 宁惠
通讯员 覃向军 周怀志）

全国扶贫项目开复工进一步提速

新华社北京4月6日电（记者王立彬）按照中央统一部署，各地统筹推进疫情防控和脱贫攻坚，目前贫困地区劳动力外出务工、扶贫龙头企业及项目开复工进一步提速。

记者6日从国务院扶贫办获悉，3月份以来，各地党委政府在组织发动贫困劳动力外出务工方面持续发力，贫困劳动力外出务工进一步加快。截至目前，25个省份已外出务工贫困劳动力2085.94万人，相当于去年外出务工

工总数的76.43%，较3月6日提高24.4个百分点。

目前贫困地区劳动力外出务工以及扶贫车间、扶贫龙头企业、扶贫项目开工复工进一步提速。为化解疫情对脱贫攻坚的不利影响，促进贫困群众就地就近就业，近日国务院扶贫办和财政部下发通知，要求切实做好光伏扶贫促进增收工作，拓宽贫困群众增收渠道，实现稳定增收脱贫。

清明假期各地网络祭扫2631万余人次

新华社北京4月7日电（记者孙少龙）民政部7日发布消息，据统计，清明节假期三天各地网络祭扫平台累计服务祭扫群众2631万余人次。

针对疫情期间的实际情况，各地积极推行网络文明祭扫方式，较好地满足了群众祭扫需求。除网络祭扫平台外，清明节假期三天各地累计举办公益性集体代祭服务1.5万余场，完成个人代祭服务41.9万余宗。

同时，清明节假期三天各地累计

接待现场祭扫群众1019万余人次，疏导车辆218万余台次，参与服务保障的工作人员近100万人次，各地群众祭扫活动安全有序。

随着清明节假期的结束，群众祭扫活动已接近尾声，但后续一段时间仍会有部分群众进行祭扫活动。民政部提醒广大群众遵守当地祭扫管理要求，服从工作人员引导，做好个人安全防护，绿色出行、文明祭扫，严防火灾等安全事故。

教育部开展 24365校园招聘 专场活动

新华社北京4月6日电 记者6日从教育部获悉，教育部面向战略性新兴产业、电子商务行业开展 24365校园招聘专场活动。3月 31日至5月1日，教育部大学生就业网（新职业网 www.ncss.cn）将开设专题页面，免费发布用人单位招聘信息，供高校毕业生浏览查询与在线联系。

记者了解到，疫情防控期间，教育部联合地方、高校以及社会知名招聘网站共同开展 2020届高校毕业生

全国网络联合招聘——24365校园招聘服务，为高校毕业生提供24小时全年365天的网上校园招聘服务。目前 24365校园招聘平台共提供833万条岗位信息，累计新增注册人数132万人，投递简历超过1100万人次。

据介绍，教育部后续将推出更多专场招聘活动，围绕重点行业、重点领域、重点区域，提供更多岗位信息，促进岗位需求与毕业生就业精准匹配。

永定区开展村居(两委)换届选举
前期工作调研

本报讯 连日来，永定区民政局组织工作小组深入乡镇街道办事处，开展村居（两委）换届选举前期工作调研。

工作组重点对村务公开、村规民约（居民公约）的修订、补选工作、换届选举前的准备工作等进行调查摸底，逐村进行排查，发现问题及时整顿，全面掌握村情民意，排查影响换届的不利因素。此次调查摸底将为永定区制定换届实施方案提供参考依据。下一步，该局将严格按照省市统一安排部署，认真分析现状，及时解决突出问题，全面细致地做好换届前准备和宣传动员工作，为下届换届选举工作打下坚实基础。

（田贵学）

沙塔坪乡打造产业发展板块集群

本报讯 4月3日，桑植县沙塔坪乡莓茶基地612亩、优质稻基地351亩、小花生392亩、绞股蓝500亩、墨复油茶1.6823万亩。同时，完善龙头企业+合作社+农户+互联网+产业扶贫等产业发展模式，引进5家龙头企业，夯实13个农民专业合作社示范带动作用，发展电商平台11个，建成桑植白茶毛茶加工厂1个。

（邱德帅 李月娥）

四月养生顺时 为

中医认为酸味入肝，若春季再摄入过量的酸味，则会造成肝气过旺，反而伤及脾胃，妨碍食物的消化吸收。甘味入脾，宜补益脾气，脾健又辅助于肝气。故此时应少吃酸味多吃甘味的食物（不是指多吃糖）以滋养肝脾两脏，对防病保健大有裨益。

运动通气血

除了饮食，科学合理的运动必不可少。如踏青赏花、荡秋千、放风筝等一系列户外风俗体育活动，既能调畅情志、怡养心神，又能活动筋骨、疏通气血，提高心肺功能，增强体质。早晨是采纳自然之气的好时机，