

擦亮“张家界”绿色品牌

——鑫成君泰小区生活垃圾分类工作观察

全媒体记者 曾甲长 通讯员 向平华 黄星

张家界，一座世界旅游名城。在这座城市里，有一个鑫成君泰小区，人口不到一万，最近却因为生活垃圾分类的做法，引来各方关注。

有人说，她为张家界今后生活垃圾分类工作进行了有益探索。也有人认为：这个小区让垃圾分类成为新时尚，擦亮了 张家界 绿色品牌！

宣传先行，生活垃圾分类宣传无处不在

进入鑫成君泰小区，高大的银杏树结满了青绿的银杏果，广场上中老年人跳着欢快的广场舞，娃娃们在游乐场追逐嬉闹。对于这里的环境，居民的评价都很高，他们说：现在走在小区里，树更绿了，花更多了，垃圾也见不到了，感觉每天都住在花园里，整个人心情都跟着好起来了！

类似的赞美之词，在小区内时常能听到。走在小区内，记者还注意到一个特殊现象：关于环境卫生的宣传无处不在！在小区显要位置的2块电子显示公告栏、33个单元入户大厅、小区公示栏，都能看到垃圾分类宣传标语。连67台电梯轿厢的电子显示屏，都在循环播放生活垃圾分类动画宣传片。

生活垃圾分类宣传，到单元、入楼道、进住户。 小区党支部负责人介绍，小区有党员微信群、公职人员微信群、业主微信群等，天天都在宣传、提醒居民注意环境卫生，即使是小区党支部和业主委员会换届，也趁此向业主进行生活垃圾分类的宣传。截至目前，生活垃圾分类知识小区居民知晓率已经达到90%。

永定区人民检察院离退休干部党支部：以“六好”标准推进党建工作提质增效

本报讯（通讯员 向秋卿）近日，笔者在永定区检察院获悉，今年以来，该院离退休干部党支部围绕 组织设置好、班子建设好、党员队伍好、学习活动好、作用发挥好、制度坚持好 的标准要求，实现了支部党建工作提质增效。

永定区检察院离退休干部党支部自成立以来，以创建“六好”党支部为抓手，抓实学习教育、党员管理等工作。通过强堡垒，优化支部设置，退休党员均纳入支部管理，老党员归属感得到增强。通过抓关键，选优培强班子，促进业务素质好、服务热情高、党性观念强的老党员积极参与社会治理、乡村振兴、关心下一代、检察工作等志愿服务活动。通过提素质，强化队伍管理，每月定期组织政治理论学习，以理论宣讲、集中研学和上门送学等方式，使离退休干部思想紧跟时代脉搏。通过激活力，带领老党员开展“红色之旅实地研学”“美丽乡村实践活动”等一系列活动，并开展线上学习活动，实现离退休干部理论学习与文化乐趣全覆盖。通过发光热，激活先锋作用，促进离退休老干部参与社会服务走在前列，联合开展公益活动20余次，为全区4万余名师生送去法治课。通过增质效，加强机制保障，规范“三会一课”、主题党日、组织生活会、民主评议党员等基层党建制度12项，并建立人文关怀机制，帮助老干部解决实际困难，离退休党员干部的获得感、归属感、幸福感得到有效提升。

慈利县白龙村：6名学子获赠助学金

本报讯（通讯员 印月）8月15日，慈利县苗市镇白龙村“我爱白龙，人才基金会”筹备仪式启动，第一轮筹备资金共收到40名爱心人士捐款，金额共计39500元。

今年我们村新出5名大学生和1名慈利一中高中生，我代表村里对他们表示祝贺！仪式上，白龙村党支部书记杨海雄高兴地向大家宣布喜讯，并将助学金送到6名学子手中，对受助学子提出了殷切希望，希望全体学子珍惜学习机会，将来以优异的成绩回报社会和家庭。

被中南大学录取的新生杨振说：2023年高考对我来说是双喜临门，被大学录取了，村里还给予我奖励，乡亲们的爱心和善心让我倍感温暖。未来我们一定要为美丽的白龙村贡献自己的一份力量，把家乡建设的更加美好。

九旬老人圆梦黄龙洞景区

本报讯（全媒体记者 鄢渊 通讯员 李远明）8月14日上午，来自陕西商洛的一位九旬老奶奶来到张家界黄龙洞景区，在志愿者的爱心帮扶下，顺利完成了张家界圆梦之旅的首站旅行。

据家人介绍，老奶奶姓鲁，已经九十多岁了，多年来一直有到张家界看一看的愿望。今年老人家做医生的儿子退休后，决定帮母亲圆梦，黄龙洞是他们到达张家界后的第一站。当他们在景区服务台咨询时，工作人员了解到老人家行动不便的特殊情况后，考虑到洞内路程较远、台阶较多，有时可能需要多人抬扶轮椅，于是上报公司启动了爱心助力程序。黄龙洞景区的四名志愿者迅速集结，全程为鲁奶奶提供了无微不至的帮扶服务。

在志愿者的帮助及家人的陪护下，鲁奶奶成功克服了各种困难，参观了黄龙洞舞厅、响水河等精华景点，欣赏了洞外的田园风光和民族歌舞，在自然美景和独特文化氛围中与家人共度了一段美好时光。

景色美，服务人员更美！在游览结束时，鲁奶奶与志愿者们依依惜别，并郑重题词表示感谢。接下来的几天，鲁奶奶将在家人的陪护下，游览张家界天子山、森林公园等其它精华景点。

党建引领，589名党员成垃圾分类标杆

鑫成君泰小区位于永定区大庸桥街道月亮岛社区，是一个大型小区。小区住宅18栋1891户，商业综合楼1栋533户，入住人口8500多人。

这么多居民和商户生活在一起，每天产生的垃圾量很大，及时处理垃圾都是一大挑战，更不用说对生活垃圾进行分类这样的细致活了。如何做好？小区党支部带领小区业主委员会、物业管理公司和党员、业主、居民，聚焦生活垃圾分类工作的难点和痛点问题，研究解决办法，最后得出一个结论：党员得带头示范！

理由也很简单：生活垃圾分类工作涉及千家万户，又不产生明显的经济效益，没有坚强的领导是干不好的。 责任最后落实到33名党小组组长、33名单元长的肩上！ 小区党支部负责人介绍，通过组织发动，小区内的589名报到党员和党员家庭户成为生活垃圾分类工作的标杆，挑起相关的志愿服务活动，把责任扛到了自己的肩膀上！

设施建设，腾出车库也要设垃圾暂存点

打铁还需自身硬，生活垃圾分类工作，硬件设施是基础，没有必要的硬件设施，推动生活垃圾分类只是一句空话。早在2019年，物业管理公司对小区生活垃圾分类设施进行了改造，在小区33个单元和沿街商铺区域投放两类生活垃圾桶共130个，分别标明“可回收物”和“其他垃圾”，迈出了小区生活垃圾分类的第一步。

力，对生活垃圾进行分类，正在成为居民生活的自觉行动。

2022年，在 创建张家界市城市住宅示范小区 中，小区建设生活垃圾集中中转站1个、生活垃圾分类收集站4个。进入今年7月以来，又争取相关政策和资金支持，拟增加建设生活垃圾分类收集站17个，最终使其生活垃圾分类收集站总数达21个，每1栋或每400人配套建设生活垃圾分类收集站达1个以上！在实践中，大家发现仅有一些还不够，大件垃圾、装修垃圾、有害垃圾、哪里摆？大家不约而同地将目光瞄准了地下车库。一商量，从18栋地下室中腾出3个车库，设立了“大件垃圾、装修垃圾、有害垃圾”暂存点，一举解决问题。

精准投放，大喇叭“红黑榜”一起助阵

硬件设施有了，居民愿不愿意投放又成了一个难题。如何解决？那就是实行定时定点投放。引导小区居民每天投放生活垃圾时间为上午6时至9时、晚上6时至9时，在小区21个生活垃圾分类收集站分别投放，垃圾清运人员则于上午9时30分、晚上9时30分两个时间点分类收集运输。

刚施行时，我们担心有的居民记不住时间，在微信群里发通知的同时，还安排人员在各栋楼下用喇叭喊话，提醒大家定点定时投放。 小区物业管理负责人说，在随后的时间里，小区逐步建立起联合督导制度，对21个生活垃圾分类收集站进行定点定时督导引导。对居民分类情况进行如实记录，对投放正确、积极配合的居民给予表扬，对不按要求投放的行为予以提醒纠正，并实行“红黑榜”予以通报。通过坚持不懈地努



炎炎夏日，献血人数锐减，难以达到临床用血需求，为充分保障临床血液供应，近日，市公安局、市交警支队、永定区公安局、慈利县公安局200余名警力出动，撸袖献血，为保障高温季节临床用血保驾护航。短短几日，献血量累计达71400毫升。

通讯员 李捷 龚卓 摄

孩子学跳舞警惕“下腰瘫”

孙越

暑假期间，不少家长会选择送孩子去参加舞蹈培训班。然而鲜为人知的是，一个舞蹈训练中常见的下腰动作，却有可能导致儿童受伤甚至瘫痪。

大幅度的体位改变容易造成脊髓损伤

仅最近3周，我们就接诊了5例“下腰瘫”病例。日前，南京鼓楼医院脊柱外科副主任医师刘臻在接受媒体采访时表示。其中，一位11岁的女孩子在5岁跳舞下腰的时候发生了瘫痪。这个孩子是即刻就发生了瘫痪，脊柱畸形、骨盆倾斜是在随后的6年间逐渐发生的。刘臻说，对于儿童而言，下腰瘫 的治疗是世界难题。

10岁的武汉女孩清清，同样因为在舞蹈训练中做过下腰动作受伤导致高位截瘫。清清的治疗医生、华中科技大学同济医学院附属协和医院骨科教授郭晓东说，下腰瘫 的孩子会出现脊柱侧弯、严重骨质疏松、反复泌尿系统感染、褥疮、心理障碍等各种并发症。

一个常见的舞蹈动作为什么会造成瘫痪这么严重的后果？刘臻介绍，在练习下腰时，脊髓被相应地拉伸。儿童脊柱柔韧性强，脊椎骨发生相对移位后可自行复位，但脊髓往往难以适应体位的过度拉伸，因此大幅度的体位改变容易造成脊髓损伤。郭晓东团队近年公布的一项数据

显示，2005年以来，我国因下腰导致瘫痪的孩子超过1000人，舞蹈下腰训练已成为导致我国儿童脊髓损伤的一大诱因。相关资料显示，1992年至2002年，舞蹈下腰训练导致脊髓损伤的患儿在所有脊髓损伤患儿中仅占4.0%，2015年至2019年这一比例已高达33.9%，在无骨折脱位型脊髓损伤中占比为64.1%，总体上呈现逐年上升趋势。

7月21日，教育部、中国消费者协会联合发文《不盲目参加培训，让孩子们拥有健康、快乐的暑假》，其中明确表示，对于满足孩子兴趣特长的非学科类培训，既要合理安排培训时间，还要谨慎选择合规机构，同时特别提醒家长高度关注儿童舞蹈下腰等动作可能导致的受伤甚至瘫痪风险。

发生不适应抓住黄金救助时间

多位受访专家表示，儿童要在专业人员的指导下练习舞蹈动作，不建议儿童自行学习、训练舞蹈。如果想参与下腰训练，家长要先带孩子进行体检，有隐性脊柱裂、脊髓拴系综合征等脊柱先天异常的儿童不要学习舞蹈。同时，儿童练习动作前要充分热身，然后再缓慢进行脊柱后伸等动作。

此外，一旦当儿童下腰后发生不适，应当抓住黄金救助时间，尽可能减少脊髓损伤。郭晓东告诉记者，脊

髓损伤黄金救治时间在8个小时内。

刘臻说：有些“下腰瘫”的孩子如果当时能有比较好的处理，可能就不至于造成全瘫。第一，如果孩子舞蹈下腰时出现腰部不适或者腿部的酸麻等症状时，应该马上停止训练。第二，要平卧休息。第三，在休息一段时间后，如果症状好转，可以继续休息，但是不建议站立走路；一小时内左右如果没有明显好转，建议马上送往医院，但需注意一定不可以选择抱或者背的体位，而要让孩子躺在平板（如门板、担架床等）上再送往医院。

在脊髓损伤目前缺乏有效治疗措施的背景下，提前预防是减少“下腰瘫”的唯一途径。

造成儿童“下腰瘫”的根本原因是不科学、不规范的训练。中国教育学会舞蹈委员会常务理事邹琳玲认为，一些培训机构缺乏相关资质，脱离教学规律，不按孩子心理、生理发展规律训练，容易酿成悲剧。

专家提醒，儿童在10岁之前，学习舞蹈应以培养兴趣和艺术气息为主，不要过早接触专业的下腰、劈叉、翻滚等涉及脊柱过度拉伸的高难度舞蹈动作。如果孩子表现出强烈的兴趣和独特天赋，建议在骨骼发育成熟后，再接受正规且规律性的舞蹈训练。其中，柔韧性的锻炼需要循序渐进。孩子刚开始的练舞时间不宜过长，练习强度不宜太大，家长不要操之过急。（来源：科技日报）

端上生态碗 吃上旅游饭

桑植县芭茅溪村探索生态+红色 模式做活旅游经济

通讯员 陈功平 吴金成 钟钰伟

8月13日，来桑植县五道水镇芭茅溪村的游客成群结队，络绎不绝。曾经的贫困村，现在却变成了网红村、旅游打卡地，村民们一个个端上了“生态碗”，吃上了“旅游饭”。

在贺龙刀劈芭茅溪盐税局旧址、红歌寨、穿洞峡、业水溪等景点，随处可见流连忘返的游人。庄严肃穆的纪念馆，清澈如镜的溪水，美妙绝伦的月亮门，神奇壮观的五行山，具有现代元素的民宿吊脚楼，吸引了不少省内外游客在这里拍照打卡，尽情品尝土家族美食和桑植白茶，欣赏这里的山歌、民歌、红歌及民俗风情表演。

芭茅溪村位于桑植县西北部五道水镇，森林覆盖率达95%以上，是贺龙元帅武装革命的根据地，全村16个村民小组，2180名村民依山而居。在乡村振兴发展战略中，党支部充分发挥战斗堡垒作用，大胆探索“生态+红色”融合模式，把生态产业作为发展长线产业，用“绿水青山”创造“金山银山”，把红色遗址作为实践阵地，开展红色旅游研学体验，打响了乡村生态游和红色旅游品牌。去年以来，共开展革命历史宣讲活动300多批次，共接待省内外游客3万人次，带领群众吃上了“乡村旅游饭”。

在乡村旅游的带动下，不少村民开起了店，摆上了摊，做起了农副产品生意，特有的趴趴鱼、醇香腊肉、土鸡、蜂蜜、油茶、烧烤等商品不仅赚了人气，也鼓足了村民的腰包。为进一步完善旅游服务，红歌寨推出了“红色五个一”“绿色两个源”“文化一圈”活动，大力传承红色文化、土家族民俗文化，助推乡村旅游发展，带动周边农副土特产品销售，增加地方农民旅游收入。今年以来，全村共创旅游收入200多万元。

该村以党建引领为核心，围绕革命遗址、山、水、溪、洞等地理资源优势，以红色资源为切口撬动“农旅+文旅”融合大发展，以项目建设为抓手，密织“农旅+文旅”一张网，着力打造“红色卡点”，把资源优势转化为经济优势和发展优势，不断提升乡村旅游发展质量，培养一批新型农民，带动村民增收致富，走出了一条“党建+旅游”的新路子，先后荣获国家级“森林村”，被中组部确定为“全国红色美丽村庄建设示范村”。

让村民从旅游“旁观者”变为“参与者”，从“参与者”变为“受益者”，做活“党建+旅游”文章，让广大群众走上生态旅游路、乡村振兴路，共享旅游业发展带来的红利，端牢“生态碗”“红色碗”，让农民的“旅游饭”越吃越香。村党支部书记甘协成充满信心地说道。

覃仲玉：笃行奋进慰平生

通讯员 张典 邓锦

在张家界市城区北正街的居民巷里，92岁老人覃仲玉的家就在这里。

与周边楼房不同的是，覃仲玉的家依然是一层的平房，但干净整洁，院子里花草蔬菜。

走进覃仲玉家中，桌子上整齐地摆放着笔记本、报纸、草稿本、钢笔。钢笔在笔记本上发出沙沙的声音，覃仲玉正在客厅翻阅当天送来的报纸，记录着一些信息，这是他几十年来生活的一个日常。客厅的墙上挂着一副对联：诚信心处世事，笃行奋进慰平生，从中可以感受到覃仲玉高尚不离心、退休不褪色的精神。

俗话说：老骥伏枥，志在千里。这句话用来形容覃仲玉尤其合适。退休后，他多年来持续关注永定区发展变迁，致力土家文化的发扬，并坚持写作著书，为我市留下了宝贵的文献。我生在旧社会，吃过苦，深刻感受到新中国成立后人民生活发生的翻天覆地变化，关心和支持经济社会的发展是我义不容辞的责任。有着60多年党龄的他一直初心不改。

覃仲玉是土生土长的永定区人，1931年8月15日出生，1951年参加工作，曾经担任过小学老师、团县委副书记、社乡党委书记、大庸县人大常委会副主任等职，1992年退休后又被邀请到永定区党史联络组工作和返聘为永定区老年大学校长。

覃仲玉的经历可以追溯到他小时候。在那个艰苦的年代，他的父母从小就给覃仲玉灌输了读书的重要性，因此，他总怀着对知识的渴望和追求，努力地汲取书中智慧，同时也立下志向为国家作出贡献。

退休后，覃仲玉有更多的时间投入到读书和写作中。他专注于党史和国家发展的研究，对近年来永定区城乡面貌、社会民生等方面的发展情况密切关注。为了更好地记录所学所思，覃仲玉始终保持着记笔记的习惯。家中的书柜上放满了他厚厚的笔记本，达70本之多，这些记录成为了他的宝贵财富，也是他写作的重要参考资料。

覃仲玉被永定区党史联络组邀请担任《难忘的五十年》的总编时，他认为对他来说，这是一份崇高的使命。他用心地编撰每一篇文章，从本地的历史中提取出有价值的故事和经验，希望通过这本书传承党的光荣传统，激励后人更好地建设家乡和国家。书分为两本，一共65万字，还被张家界市档案馆、博物馆等收录。

随着时间的推移，覃仲玉编写的书籍数量不断增加，目前有12本，总字数达120万字。他以自己的亲身经历为素材，写下了许多关于国家、工作和人生态度的文字。

退休四十年来，覃老一直坚持自费订阅《张家界日报》，每天收到邮政局送来的报纸后，他总是第一时间认真阅读，然后折叠整齐，用报夹夹起来挂在墙上。

92岁的覃老耳聪目明，思维敏捷，就在最近张家界日报社编辑部收到他关于城市建设方面的投稿，对城市建设提出了一些颇有参考价值的建议和意见。当问到覃仲玉养生的秘诀时，他回答，在坚持读书看报写作的同时，保持心情愉悦，心态平稳很重要，他还特别强调：一定要坚持做事，一直做事活着就有了意义，活得才有力。

在这个快节奏、竞争激烈的社会中，覃仲玉先生以退休不退色的热情和坚持初心的信念，展现了对社会的无私奉献和真心关怀。他的故事告诉我们，退休并不意味着结束，而是一个崭新的起点，同时也鼓舞着更多的人积极投身到自己热爱的事业中。