

缅怀革命先烈 弘扬英雄精神 我市举行向革命烈士敬献花篮仪式

本报讯（全媒体记者 李成义 邵颖）2023年9月30日是第十个烈士纪念日。上午，我市社会各界向革命烈士敬献花篮仪式在张家界烈士陵园举行。市委书记刘革安出席，市委副书记、市长王洪斌主持仪式，尚生龙、杨洪峰、吴文海、林宏生、龙维务、高靖生、赵云海、龙铁军、陈叶峰等市领导和全市各界代表一起，向革命烈士敬献花篮，共同缅怀英烈、寄托哀思。

本报讯（全媒体记者 朱末）9月28日，记者从新闻发布会上获悉，《张家界市机动车停车管理条例》自2023年10月1日起施行，着力解决停车难、停车乱等问题，进一步提高停车管理服务水平。市人大常委会党组书记、副主任陈红日，市人大常委会副主任周芳出席发布会。

《条例》共六章三十八条，重点从停车位设施规划与建设、停车场管理、旅游停车场、法律责任等方面作出规定，由市第八届人民代表大会常务委员会第八次会议于2022年12月16日通过，并经湖南省第十四届人民代表大会常务委员会于2023年3月28日第二次会议批



400多名 旅游医生 出征

本报讯（全媒体记者 王妍 通讯员 朱铁华 王建红）9月27日，由市委宣传部（市文明办）、市直机关工委、团市委、市卫健委、市社科联、市人民医院等单位联合举办的“旅游医生”志愿服务中秋国庆假期出征誓师大会举行。

据了解，为做好此次假期游客安全保障，市人民医院及下属分院从院内共招募征集了400多名医务人员，组成183支旅游医生志愿服务小分队，分别在全市7家景区景点、5家医疗机构，设置了23个医疗救助站点及医疗窗口，并采取定点医疗+流动医疗+随机医疗，实施一站多点+一点多路+一呼多应，及一张

旅游健康地图的保障机制，开展巡山巡诊、应急救助及快速导引等志愿服务，全力守护假期游客出行安全。

32个临街机关单位院内 可免费停车

本报讯（全媒体记者 周密）中秋国庆小长假来临，来我市自驾游客车辆有停车位吗？9月29日，记者在市城区看到，多数机关单位大院的门口摆放着院内有免费停车位标志牌，提示游客可入内免费停车。据了解，即日起，市城区32家临街机关单位院内共免费开放1445个停车位。

机关大院车位提供出来，我感觉这个举措还是很为游客着想的。来自江西的游客秦先生在张家界看到这样暖心的一幕，由衷地说道。在常德工作的周女士趁小长假回张探亲，原本担心旅游高峰期可能停车不方便，没想到机关院内也能停车，真好！将车辆停好后，周女士为惠民停车政策连连点赞。

开放临街单位院落停车场是市委、市政府做好旅游接待工作，缓解游客停车难问题的一项重要举措，旨在为市民和广大游客创造一个便利、舒适的旅游城市环境。免费开放时间为9月29日至10月6日。临街单位包括党政机关、人大机关、政协机关、社会团体、政府部门、驻张单位等。

据介绍，市委、市政府高度重视开放临街单位院落停车场工作。节前，市城市管理委员会办公室向永定区人民政府，市直及驻张各单位下发《关于中秋国庆期间开放临街单位院落停车场的通知》，确保开放临街单位院落停车场工作的人员、时间、责任落到实处，确保单位院落内外干净、整洁，停车场大门口设置明显标识牌，全力做好自驾游客车辆停放服务保障。

本报讯（赵前进）今天真是太感谢你们了！我车上刚好带了月饼，来，大家尝一尝吧！9月29日，在武陵山大道老木峪隧道三岔路口附近，看着满头大汗的执勤交警、派出所民警和村干部志愿者，来自广东省深圳市的游客曾先生为表达谢意，一边连声道谢，一边拿出自带的月饼给他们，被婉言谢绝。

当日下午，曾先生驾车沿武陵

山大道行驶，计划前往张家界国家森林公园旅游。15时左右，当其驾车在老木峪隧道三岔路口熄火停车等红灯时，发动机突然无法启动。该路口为主要路口，车流量较大，且路况较好车速普遍较快，车辆

在路口抛锚不但影响其他车辆通行，还存在较大安全隐患。经过多次努力无果后，曾先生向附近执勤的交警、派出所民警和村干部志愿者求助。

接到求助后，市公安局交通警察支队直属一大队民警、永定区新桥镇派出所民警和永定区新桥镇老木峪村干部志愿者立即到现场查看情况。后经现场商量，大家决定将车辆推至安全地带作进一步处理。随后，几人合力推动车辆，最终将车辆安全推至数十米远的路边安全地带。

目前，该车辆已安全拖移至修理厂进行维修。

车辆路口抛锚 警民合力推车

山大道行驶，计划前往张家界国家森林公园旅游。15时左右，当其驾车在老木峪隧道三岔路口熄火停车等红灯时，发动机突然无法启动。该路口为主要路口，车流量较大，且路况较好车速普遍较快，车辆

在路口抛锚不但影响其他车辆通行，还存在较大安全隐患。经过多次努力无果后，曾先生向附近执勤的交警、派出所民警和村干部志愿者求助。

接到求助后，市公安局交通警察

换季降温时 小心护好 心

注意饮食健康。很多传统饮食高糖高盐，对心脏影响很大。王安彪表示，研究表明，如果饮食是低糖低盐，胃肠道受刺激小，对盐和糖的吸收能力会降低，反之，胃肠道对盐和糖吸收能力更强，所以养成低糖低盐的饮食习惯非常重要。

国家心血管病中心今年发布的《中国心血管健康与疾病报告2022》显示，心血管病患病率处于持续上升阶段，高血压、高血脂、高血糖是心血管疾病重要危险因素。

随着高血压病人人数增加，近年主动脉夹层动脉瘤发病率呈明显上升趋

2023年市国防动员委员会 全体会议召开

本报讯（全媒体记者 李成义 黄亮）9月28日，2023年市国防动员委员会全体会议召开，传达学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，深入学习贯彻习近平强军思想，坚定不移贯彻总体国家安全观，全面贯彻新时代军事战略方针，始终胸怀两个大局、心系国之大者，从政治和全局高度领会战略意图，增强贯彻落实的政治自觉、思想自觉、行动自觉。

市委常委、常务副市长、市国防动员委员会副主任尚生龙，张家界军分区司令员、市国防动员委员会副主任林宏生，市国防动员委员会成员单位负责人参加会议并讲话。

会议传达学习了2023年省国防动员委员会全体会议精神，听取市国防动员工作报告，审议并原则通过了《张家界市国防动员委员会工作规则（送审稿）》《张家界市国防动员委员会成员单位职责（送审稿）》《张家界市国防动员委员会联合办公室运行细则（送审稿）》。

王洪斌强调，要提高站位担使命，增强国防动员工作的责任感，进

一步深化思想认识，坚持以习近平新时代中国特色社会主义思想为指导，深入学习贯彻习近平强军思想，坚定不移贯彻总体国家安全观，全面贯彻新时代军事战略方针，始终胸怀两个大局、心系国之大者，从政治和全局高度领会战略意图，增强贯彻落实的政治自觉、思想自觉、行动自觉。

要科学把握着力点，推进国防动员工作高质量发展，聚力深化改革，进一步优化动员体制；着眼提质增效，进一步创新动员模式；突出新域新质，进一步拓宽动员领域。要密切配合强保障，加强军地统筹，强化责任落实，提升动员质效，抓好督导评估，确保国防动员工作任务落到实处。要以时时放心不下的责任感、时时枕戈待旦的危机感，按照上级国动委和市委的统一部署，全力以赴抓好新体制下的国防动员建设，为党和人民交出满意的答卷。

湖南八大公山国家级自然保护区： 党建红 引领 生态绿

陈功平 贺辉

9月26日，笔者从湖南八大公山国家级自然保护区获悉，在前不久召开的2023年生态文明贵阳国际论坛会上，湖南八大公山国家级自然保护区被世界自然保护联盟（IUCN）授予世界最佳自然保护地称号。

这是湖南八大公山国家级自然保护区以党建红引领，绘就生态绿新画卷中的丰硕成果，是党建工作与生态保护工作深度融合，守正创新，凝心铸魂聚力量，真抓实干促发展，以民为本初心，不断推进生态保护事业蓬勃发展交出的亮眼成绩单。

坚持党建引领 筑牢保护屏障

湖南八大公山国家级自然保护区位于桑植县北部边陲，是亚热带地区保存最完整、面积最大的常绿和常绿落叶阔叶混交林原生性森林地区之一，自然环境独特，地貌类型多样，野生动植物资源种类十分丰富，已记录脊椎动物410种，维管束植物2498种，被誉为天然博物馆。物种基本库和天然氧吧，是国家首批、湖南首个国家级自然保护区，1998年被列为中国具有全球意义的17个生物多样性关键地区之一，2001年被列为全球200个重点生态区之一。

如何保护好自然遗产，走出一条生态发展之路？保护区坚持以党建工作为引领，以凝心聚力、抢抓机遇、争创一流保护区为目标，积极践行绿水青山就是金山银山的发展理念，把森林防火作为保护与发展的首要任务，以林长制为抓手，不断完善防火组织机构，全面加强基础设施建设，建立了森林防火联防联控机制，形成了以党员干部为主体的社区义务防火队伍，实现建区41年以来零火灾记录，多次被评为国家级、省级森林防火先进单位。

突出党建创新 提升科研水平

湖南八大公山国家级自然保护区积极创新党建载体，着力打造绿色发展建设美丽八大公山党建品牌，充分发挥党员先锋模范作用，不断夯实基层堡垒。中秋节前夕，组织机关全体党员在斗篷山林区集体徒步巡林9公里，开展走好长征路，守好八大公山主题党日活动，让鲜红

的党旗在林区高高飘扬。斗篷山林区老党员徐生科护林33年，先后12次死里逃生，劝导携带火源火种行为2000多起，制止乱采乱挖行为100多次，去年荣获全国优秀护林员，今年又获得湖南好人荣誉称号。

湖南八大公山国家级自然保护区不断探索无人机航飞监测技术，建起了天空地三位一体精细监测体系，完善一对多对多帮学培训措施，积极开展无人机与红外相机监测培训，全面提升科技监测水平和能力。今年来，该保护区发表了发现新物种桑植湍蛙的论文，编制出版了红外相机野生动物图鉴，拍摄的4种野生保护动物同框视频被国内外媒体广泛转载，并登上微博热搜，点击量达60万人次。

强化党建阵地 守好绿水青山

在全力提升科研监测水平和能力的基础上，湖南八大公山国家级自然保护项目实施，持续牵引保护区提质升级，去年被评为湖南科普基地，今年又被评为湖南省十佳生态环境教育基地，保护区生态地位不断提升。

今年以来，湖南八大公山国家级自然保护区党组书记、主任廖操元以一名普通党员的身份和护林员同吃、同住、同巡。围绕保护区群众关心的公益补偿资金、林地权属、生产生活等问题走访调研，联合县林业局、属地政府组建专班，先后深入林区现场踏查近30次，召开屋场会、各种座谈会10多次，用心用情用力化解林农与保护区林权纠纷，解决涉林农权益问题25件，及时兑现林农公益林补偿资金。

党建红引领生态绿，带来了可喜的社会和经济效益。今年来，湖南八大公山国家级自然保护区茅芭溪村共创旅游收入250多万元。

下一步，湖南八大公山国家级自然保护区将积极探索红色+生态党建模式，努力打造国家级自然教育基地，引导周边社区做活生态旅游文章，让林农端上生态碗，吃上旅游饭，走上资源保护与经济发展、林农增收的共赢之路。

慈利县举办医保经办系统练兵比武大赛

本报讯（全媒体记者 吴凤姣）9月28日上午，慈利县医保经办系统练兵比武大赛进入决赛环节。

本次大赛以岗位练兵优服务，业务比武强规范为主题，以强业务、重服务、惠民生为目标，面向慈利县医保经办机构全体工作人员，包含定点医药机构和各大连锁药店、经办

保险公司，实现县、乡镇（街道）、村（社区）三级全覆盖。大赛主要围绕医保经办专业知识、服务能力等内容展开，以必答、抢答、实际操作、情景模拟的形式进行比拼，旨在重点提升医保经办人员的政策水平、业务能力、应急能力、文明程度及办事效率，推进医保经办管理服务规范化建设。

专家提醒，换季时节，气温骤升骤降，容易引发心血管疾病，需要做好保暖措施。此外，近年来主动脉夹层动脉瘤为代表的心脏大血管发病率上升较快，公众既要坚持运动，也要避免突然剧烈运动，并在饮食、作息上采取积极行动，戒烟少酒、保持良好心情。

王安彪表示，主动脉夹层动脉瘤虽然有瘤的头衔，却并非真正的肿瘤，而是由各种原因造成的主动脉壁内膜撕裂，并在内膜与中外层之间形成壁内血肿。

王安彪表示，突然剧烈运动、情绪紧张、过度疲劳都是主动脉夹层动脉瘤的重要诱发因素。肥胖、高血压患者需要特别注意健康饮食、控制血压，如果感到剧烈胸痛，要赶紧就

医。

专家提醒，适度的体育锻炼可以使心血管系统的调节与适应能力提升，同时减轻焦虑情绪，减少对心血管的危害。此外，如果突感胸闷、胸痛或不明原因的颈背部疼痛及牙痛，应该引起警惕，这可能就是心脏在报警，中青年不要因为工作忙碌等原因耽误了及时就诊。

（据新华社）



张家界市中医院协办

表示，温度变化较大，忽冷忽热容易导致血压变化，引发冠心病等心血管疾病，做好保暖非常必要。

除做好平时保暖外，专家还建议