

# 跨越千里奔赴寻“门巴” 续写渝芒两地援藏情

本报讯(记者 陈婷 通讯员 游春媛)日前,重庆大学附属江津医院来了一名特殊的患者,说着藏语,想要找一名骨科援藏的“门巴”(即“医生”)复诊,经医院详细了解后,才知道该患者是来自千里之外的西藏芒康县的扎西(化名)。为啥该患者会不远千里来到重庆大学附属江津医院找“门巴”呢?故事还得从重庆大学附属江津医院支援西藏芒康开始说起。以前西藏芒康的区县很少有骨科,当地的群众若需骨科手术不得不驱车数百公里前往昌都市或四川天全县或大理就医,十分不便利。

2015年,中央组织部、国家卫生健康委等部委启动了医疗人才“组团式”援藏。得益于这一创新举措,援藏地医务人员整体素质显著提高,西藏基层群众享受的医疗服务水平明显改善。近几年,重庆援藏医疗队将骨科医生纳入该队伍,使得昌都部分区县已能开展骨科手术,为当地群众的就医带去了方便,也赢得了他们的信任。这名叫扎西的藏族患者就是重庆大学附属

江津医院援藏医疗队队员吴川在援藏期间救治的一名骨折患者。吴川是重庆大学附属江津医院脊柱外科的副主任医师,2022年7月他和4名同事在芒康县人民医院开启了为期一年的援藏工作。同年11月,扎西因为髌骨骨折前来就医,吴川为其做了手术,手术很成功。一年后,出于对吴川医生技术的信任以及治病期间结下的友谊,扎西不远千里,来到江津,希望吴川能再次为他手术,取出髌骨骨折内固定装置。重庆大学附属江津医

院全面了解情况后,安排了吴川与扎西见面,并组织优质的医疗团队为其完成了手术,经过2天休养,患者于11月20日顺利出院。据悉,重庆大学附属江津医院是西藏自治区昌都市芒康县人民医院的对口帮扶医院,目前已派遣19名优秀业务骨干前往芒康县人民医院参与援藏工作。该院在雪域高原持续对口帮扶新篇章,先后累计帮助芒康县人民医院开展新技术新业务100余项,有力推动了当地医疗技术水平整体跃升。

## 邓小平文献巡回展在区图书馆开展 展览时间为11月27日至29日

本报讯(记者 陈婷)昨日,记者从区图书馆获悉,11月27日至29日,邓小平文献巡回展将在区图书馆一楼展厅开展,欢迎市民前往观展。本次展出的展品,是邓小平图书馆精心挑选出的较为珍贵的文献。展品涵盖历史图片、影像资料、珍贵手迹等近300种文献资料,分邓小平著作、邓小平年谱、邓小平传记、邓小平理论研究和邓小平手迹、小平足迹、小平画册等单元进行展示,展品特色鲜明,内容丰富,全面而生动地诠释了邓小平同志光辉的一生。据区图书馆相关负责人介绍,希望通过文献展,让邓小平文献资料走出阅览室,让广大群众充分享受和利用珍贵资源,感受邓小平多年革命生涯中的艰辛探索和卓越功勋,近距离地领略伟人生平、学习伟人精神,弘扬伟人品格。

## 双福街道进一步改善居民生活环境 老旧小区“逆生长” 改到居民心坎上

记者 刘星欣 通讯员 王书俊

宽敞平坦的道路,干净整洁的环境,整齐划一的停车位……日前,记者走进双福街道阳坪社区,社区“衰老”痕迹已被靓丽“新颜”取代,三三两两的居民正在焕然一新的小区健身、闲聊,尽情享受惬意的幸福时光。“小区改造后,环境更好了,生活更舒心,需要我们大家一起努力维护。”谈及小区改造,70多岁的张大爷竖起大拇指。

“是啊,以前没有停车位,车辆随意停放在路中间,影响出行。”居民小王接过话来,改造后的小区,不仅规划了停车场,还修缮了坑洼路面,看起来干净整洁、安全舒

适,大家都喜欢聚在院坝里散步、聊家常,邻里关系十分和谐。年久失修、物管缺失、乱搭乱建、乱停乱放……众多痼疾缠身的老旧小区如何实现安居,是社区治理的痛点,也是关乎居民幸福的焦点。近年来,阳坪社区以党建统领小区治理为重点,将人大代表作用发挥与社区重点工作有机融合,人大代表履职内容与社区治理改革紧密相扣,充分发挥人大代表参与社区治理的主动性、积极性,通过打造共建共治共享的社会治理格局,不断完善社区治理体系。据了解,阳坪社区至今已投入资金150余万元,新增硬化车位150余个;破损路面修复1000余平方

米;更换井盖100余个;组织大型小区全面清扫30余次,开展新时代文明实践站清扫志愿服务20余次,清理杂物乱堆乱放60余车,修剪小区绿化、清理杂草10余次……疏通了小区治理的“毛细血管”,给群众交上了一份“明白账”。小区不但要改好,更要管好。为做好老旧小区改造“后半篇文章”,阳坪社区结合实际,积极探索老旧小区改造的长效管理机制,以党建为引领、基层网格治理为抓手,发布社区环境治理倡议书,引导小区居民自治,让老旧小区改造,不光改“面子”,更要改出“里子”,从深层次上改变居民观念,巩固改造成果。在倡议书的发动下,大家都积

极响应号召,充分发挥务实、奉献精神,主动、积极参与到环境治理工作中。青年党员刘邦说道:“作为一名年轻党员,我能用自己的行动,带动小区居民参与到小区治理中,为小区变得更好贡献一份绵薄之力,我感觉很自豪。”“能够与小区业委会成员一道,共同努力,积极为业主排忧解难,参与基层治理,解决在小区治理工作中遇到的困难和问题,也切实增强了一名人大代表的责任感和使命感。”人大代表杜建平表示。双福街道相关负责人表示,下一步将深入实施推进网格工程,进一步推动主题教育的成果转化到社区治理问题的解决,把老旧小区改造与基层党建、居民自治有机结合,在完善提升小区基础设施建设水平的同时,进一步改善居民生活环境,真正让老旧小区改造“改”出幸福感,“改”出满意度,将民生实事办到群众心坎上。

## 石门镇李家村举行第六届农民运动会 和美新李家 健康新生活

本报讯(记者 王茜 通讯员 张娅 实习记者 卢丹)日前,石门镇李家村文化广场人头攒动,呐喊声、加油声此起彼伏,李家村第六届农民运动会在这里如火如荼开展。此次农民运动会由中共李家村委员会和李家村村民委员会主办,石门镇文化服务中心、石门镇李家村新时代文明实践站、石门镇李家村社区学习中心协办。运动会以“和美新李家,健康生活”为主题,吸引了来自全村30个村民小组和区人武部帮扶集团组成的10个代表队共计150名体育健儿参加。本次运动会以娱乐性和趣味性为主,设置了掰手腕、袋鼠跳、同心乐、插秧、50米运粮接力赛、跳8字长绳、踢毽、拔河8个比赛项目,各项比赛虽然简单却趣味盎然,精彩场面随处可见,处处都是欢声笑语。据悉,李家村农民运动会已连续举办了六届,既丰富和活跃了李家村村民的文化体育生活,也展示了李家村村民拼搏进取的精神和团结奋斗的情怀。

## 贾嗣镇开展巡河护河志愿服务活动 保护中华秋沙鸭“河小青”在行动

本报讯(记者 邓浩 通讯员 秦琴)11月23日,贾嗣镇组织机关、社区党员干部、“河小青”志愿者等联合开展“河小青”巡河护河志愿服务活动,保护中华秋沙鸭栖息地。活动现场,志愿者们身穿志愿者马甲,分工协作、互相配合,他们提着垃圾袋,对沿岸进行逐段式排查、“地毯式”清理,捡拾塑料袋、瓶罐、白色污染物等垃圾,清理堤岸杂草和河道漂浮物,经过志愿者们齐心协力整治后,河岸环境焕然一新,碧水青山整体环境质量得到明显改善。据悉,自2012年首次在江津发现中华秋沙鸭以来,它们每年都会“如约而至”飞抵风景秀美的碭河江津段越冬,今年已经是第12个年头。

## 西湖镇持续优化乡村人居环境 “点亮”群众幸福路

本报讯(记者 杨安迪 通讯员 熊雪如)为方便村民出行,优化乡村人居环境,日前,西湖镇将安装太阳能路灯作为推进美丽乡村建设、改善民生的重要举措,照亮了村路,也暖了民心。据悉,西湖镇部分区域夜间照明条件有限,群众出行不便,也存在一定的安全隐患。在征求村委会、村民代表及广大群众意见后,该镇工作人员多次实地勘测、摸底、调查、统计,确定安装点位、灯型、数量等具体方案,力求尽快尽早解决群众“心头事”。此次太阳能路灯安装在镇域范围主要道路、村民聚居地、防洪堤等地,共新装太阳能路灯373盏,安装全长18公里,受益村民达8125户24000余人,极大地改善了村民的夜间出行条件,照亮了村民回家道路,得到了村民们的高度评价。下一步,西湖镇将以更加务实的工作作风,不断深化“为群众办实事”,推进美丽乡村建设,加快农村基础设施建设,让群众获得感成色更足、幸福感更可持续、安全感更有保障。

(上接第一版)已累计下达120亿元支持两批共25个枢纽城市,推动300个左右货运枢纽项目和100余个集疏运项目建设。公路方面,完成“十四五”规划内204个公路项目(高速公路46个、普通公路158个)的审查,国家公路省际瓶颈路段完工和在建设项目达到43个,里程约2170公里,占“十四五”建设任务的77.5%。水路方面,稳步推进沿海和内河港口航道规划建设,小洋山北侧集装箱码头工程、西部陆海新通道(平陆)运河均已开工建设。

## 教育最前沿

### 家校社携手 护航促成长

本报讯(记者 易南杉)11月24日,区关工委在四牌坊尚融小学组织召开“家校社共育暨家庭教育实践校建设”家长座谈会。本次座谈会邀请了区关工委心理成长关爱团团长何洪福前来作家庭教育的专题讲座,他用深

入浅出的语言、生动详实的事例,详细解读了父母在孩子的成长过程中,与孩子相处的正确方式。座谈会上,老师与家长们在教育方面进行了交流互动,共同为孩子们的未来出谋划策。随后,来自四牌坊小学、田家炳中学等“家庭教育实践校”代表

与辖区内部分优秀家长代表,分别进行了发言。会议强调,要进一步统一思想认识,搭建好家校社协同育人平台;进一步突出家长主体,构筑好家校社协同育人的根基;进一步发挥学校作用,守护好家校社协同育人的主阵地,共同推进家

校社共育暨家庭教育实践校建设再上新台阶,为构建家校社协同育人新格局,培养德智体美劳全面发展的社会主义建设者和接班人作出新的贡献。区关工委常务副主任王晓玲,副主任钟传金、何泽智、黄淳、许福新等参加活动。

## 滨江四牌坊小学开展读书分享会



分享读书感受和收获 记者 贺奎 摄

本报讯(记者 贺奎)11月24日,滨江四牌坊小学校举行第二期读书分享会。该校部分师生、家长齐聚一堂,一起畅谈读书的收获,共同抒发阅读感悟。本次分享会以“共沐书香 阅见未来”为主题,分为家长阅读分享、暖场游戏、阅读小剧场、阅读碰撞、美文朗读等环节,现场家长和同学们积极参与、踊跃作答,并以家庭为单位上台演绎名著经典桥段、分享读书感受和收获、诵读经典名篇,并对在第三学月中的阅读优秀家庭和班级进行颁奖。此外,学校公共区域还设置了书中经典人物展,同学们以班级为单位“摆摊设点”,扮演经典名著中的人物形象进行展示,并准备一些与此人物、此名著有关的问题进行现场有奖竞答。近年来,滨江四牌坊小学校严格落实区委、区政府以及区教委部署安排,以“爱读书、读好书、善读书”为口号,组织开展了主题鲜明、内容丰富、形式多样的家校共读活动,让师生家长爱读书,知晓读书的重要意义,通过晨诵、午读、暮省,每2个月开展一次系列读书分享会,评出“书香家庭”“书香班级”,让阅读成为新优质学校一道亮丽的风景,助力我区推进全民阅读活动在学校走深走实。

### 预防出生缺陷

1. 一级预防:孕前及早孕早期综合干预,通过选择最佳生育年龄、婚检、孕前健康检查、叶酸增补、避免接触放射性和有毒有害物质、戒烟、戒酒、科普教育等减少出生缺陷的发生。  
2. 二级预防:产前筛查、诊断和宫内干预及早识别先天缺陷,及早宫内干预,改善异常胎儿出生预后,减少异常胎儿出生。新生儿疾病筛查包括新生儿遗传代谢性疾病筛查和听力筛查。使患儿得以早诊断,早治疗,早干预,避免患儿因脑、肝、肾等器官出现不可逆的损伤而影响智力和体格发育,保障宝宝的健康成长。

### 这些食品安全常识必须知道

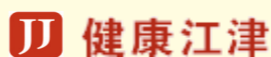
1. 保持清洁:勤洗手,餐具和厨具要清洁,厨房环境要清洁。  
2. 生熟分开:生熟食物要分开,加工食物的厨具、容器要生熟分开。  
3. 食物要彻底煮熟烧透:烹调要煮熟、烧透,再次食用要彻底加热。  
4. 在安全的温度下保存食物:室温不安全,食物冷却后再放冰箱存放,肉类不要反复冻融,定期清理冰箱,不买、不吃超过保质期的食品。  
5. 使用安全的水和食物原料:选择新鲜的蔬菜水果,没有霉变的主粮、豆类和花生等,适当清洗、削皮,降低风险;食品制作的全过

程要使用安全的水,包括清洗果蔬、加工食物、清洁烹饪用具和餐具,以及洗手;不用未经处理的河水、雨水和雪水加工食物,避免因环境污染引起水源性或水源性腹泻等。

### 如何预防糖尿病?

1. 养成良好的生活习惯有助于控制血糖水平,减少糖尿病相关并发症的发生。  
2. 定期监测血糖:开展自我血糖监测有助于控制血糖水平,调整治疗方案,应在医生建议下开展监测。  
3. 注重饮食调节:平衡膳食,少量多餐,定时、定量、定餐,限制脂肪摄入量,适量选择优质蛋白,减少单糖和双糖食物,高膳食纤维

维饮食。  
4. 足部检查和护理:糖尿病足是糖尿病最严重的和治疗费用最高的慢性并发症之一,治疗非常困难,患者除了定期复诊时检查足部外,在家也应做好足部护理。  
5. 科学服药:严格按照医嘱规定的时间和剂量服用药物,随意服用可能导致药物作用不能有效发挥,低血糖或者不良反应增加等;不得随意更换药物。  
6. 健康运动:规律运动可以直接降低血糖值;增加体内胰岛素的敏感性,改善血糖控制。(由区疾控中心提供)



### 公示

全体民工:  
由重庆市双福建设开发有限公司负责建设的江津区双福聚缘路人行道改造工程项目,施工单位:业兴实业集团有限公司,监理单位:重庆兴宇建设工程监理咨询有限公司,工程位于重庆市江津区双福新区,于2019年4月8日开工,2019年9月30日竣工,现已验收完毕,准备撤销项目部。我司已通过银行代发工资形式,按月发放到各位工友银行卡。若你在该项目有工资被拖欠,请自本公示发出后30天内,与公司项目部联系。  
项目建设主管部门:  
江津区住房城乡建委 联系电话:023-47520839  
双福工业园城建部 联系电话:023-47518021  
双福街道社保所 联系电话:023-47261173  
建设单位联系人:杨林 联系电话:13996227208  
施工单位联系人:吴卫 联系电话:15923170785  
业兴实业集团有限公司  
2023年11月14日