荥阳举行村民住房灾后重建现房安置集中交付仪式

本报讯 近日,荥阳市村民住房灾后重建现房安置集中交付仪式在高山镇举行。

此次集中交付的现房位于高山镇关帝庙社区。截至目前,该镇已有53户群众选得新房,23户群众已搬入新居,其余群众正在紧锣密鼓地装修中。同时针对房源不足问题,该镇结合群众实际用房需求,出资金将16套复式楼房改造为32套小户型,化整为零,博得了群众的一致好评。

目前,荥阳农村危房加固维修1万余户已全部完成,原宅基重建和同村新建实现1281户100%开工,15个集中安置点也实现了全部开工,高山镇穆沟村、豫龙镇、环翠峪和崔庙镇的东花园社区、龙门社区共142户群众实现了现房安置。

据了解,荥阳将继续充分发挥"五位一体"的监管体系,形成齐抓共管的良好局面,把灾后恢复重建工程做成群众放心的"民心工程"。科学制订推进方案,结合工作实际,精心组织实施,紧盯节点,细化工作目标,打好灾后恢复重建工作攻坚战,让受灾群众早日迁入新居。

记者 姚辉常 通讯员 王立军

党建引领 跑出一心为民加速度

——高山镇灾后房屋重建侧记

在灾后群众安置中,荥阳市高山镇始终坚持群众自愿、服务到家,用心用情用力推动受灾群众安居乐业,让群众有更多获得感、更好满意度、更强幸福感。到11月底,高山镇已完成安置120户,其中货币安置已完成74户,社区现有房源已安置53户,原址重建和同村选址新建221户已全部开工建设,其中104户已实现封顶。

今年暑期降雨对高山镇造成了巨大损失,全镇共需安置543户,其中原址重建33户,同村选址新建188户,集中安置195户,社区现房安置53户,货币安置74户。

在灾后房屋重建工作中,高山镇不等不靠、科学调度、主动作为,不断压实工作责任、严把工程质量、严守建设标准、明确职责分工,不断提高工作效率,在保证质量和安全的前提下,全力以赴加快进度,确保受灾群众早日搬入新居。

建设中的穆沟新村

强化党建引领 下好灾后重建先手棋

高山镇各支部坚持把灾后重建作为当前首要任务,切实发挥组织优势、织密组织体系、凝聚组织力量,在灾后重建工作中发挥了党员领导干部的表率带动作用、基层党组织的战斗堡垒作用和广大共产党员的先锋模范作用,全力以赴打好灾后重建攻坚战。在集中安置点等重建阵地建立临时党组织,做到"哪里有受灾群众,哪里就有共产党员;哪里有重建任务,哪里就有党组织",成立党员突击队、党员志愿服务队等,带动群众积极自救自建。

在工作推进中,制定灾后重建路线图,按照时间节点挂图作战;同时,进一步压实工作责任,实现责任到人,各包村领导深入村组,从规划、清表开始,全程参与房屋重建全过程;实行"早碰头、晚会商"工作机制,及时解决灾后重建工作中存在的困难和问题;对各村重建进度进行日通报,并每周召开专项工作例会,重建进度缓慢的村向镇党委书面递交情况说明,同时成立督查专班,对各村重建进度定期督查通报,确保工作推动有力。

突出集中安置 打好项目推进主动仗

穆沟新村是全市13个集中安置区之一,也是高山镇唯一的集中安置区,总建筑面积11745.9平方米,于今年10月8日开工建设,建成后将安置群众80户。在新村建设过程中,高山镇坚持高起点规划、高效率推进,成立穆沟新村灾后重建指挥部,镇、村干部全程参与,主动对接上级部门和施工企业,盯紧施工中的每个环节,定期召开项目推进协调会,及时协调解决施工中存在的问题,倒排工期、压茬施工,在保证质量和安全的基础上,工人加班加点施工,全力加快项目建设,确保11月底实现主体封顶,12月底交付使用。水、电、气等基础配套设施建设同步推进,确保让安置群众宜居宜业有奔头、幸福生活有甜头、长远生计有盼头。

坚持因地制宜 跑出一心为民加速度

在分散安置建设中,高山镇坚持大分散小聚集,以"插花方式"安置为主,又依据各村地质状况和群众意愿,确定了妥要、余顶、庙沟3个小型集中安置区。在坚持"一村一策、一户一策"原则的基础上,又充分尊重群众意愿,根据家庭人口及收入情况,合理确定房屋面积。同时,鼓励和引导群众向县城、镇区集中安置,支持受灾群众选择货币化安置方式,自主购买商品住宅。目前,已有74户群众实现货币化安置。

据介绍,在下一步工作中,高山镇将牢固树立"等不得、慢不得"的忧患意识,以能打敢拼的干劲韧劲,只争朝夕加油干、奋力争当排头兵,确保12月底前让群众搬新家、住新房、过新年。

记者 姚辉常 通讯员 樊 涛 文/图

荥阳市自然资源和规划局扎实做好灾后安置点选址工作

本报讯 "看到你们来了,我们的房子就有希望了。"这是近日荥阳市自然资源和规划局高山所工作人员在进行灾后安置点选址中听到最多的一句话。

荥阳市自然资源和规划局高山所以服务乡镇保障发展为宗旨,积极响应高山镇党委政府号召,积极联系测绘部门、协调局业务科室配合镇政府先期做好受灾严重的穆沟村集中安置点选址,保障重点项目及时开工建设,为公共服务设施受灾严重的乔沟村、白水村、纸坊村、苗顶村、许村进行重建选址。

由于特殊的地理环境,对19个村受灾严重无法集中安置的农户,按照镇政府分散重建安置选址要求,逐村逐户进行选址,为保证在最短时间完成选址、项目如期开工建设,所长喻文山带领全所人员发扬连续作战的作风,不怕苦不喊累,起早贪黑,翻山越岭深入田间地头进行现场测绘,对高山镇需安置户542户中分散安置的303户早早完成选址上报,带领测绘部门对19个村进行5次15天的测绘,配合镇政府为每个村实地现场打点20余次。

据了解,下一步,该所将一如既往配合镇党委、政府做好灾后重建、人居环境整治工作,让安置群众早日搬入新的家园。

荥阳时报 邓浩浩 通讯员 王志远 王欢

知识科普 健康促进

主办:荥阳市健康促进办公室
支持:荥阳市卫健委

很养人的8种米

特营养:粳米

粳米营养价值均衡,维生素B族以及氨基酸含量丰富、齐全。其中的蛋白质主要是米精蛋白,人体容易消化吸收。

中医食疗认为粳米入脾经、性甘平,所以对于脾胃气虚、食少纳呆的人,如果适当食用粳米,有着很好的健脾益气的功效。

特通便:糙米

糙米中的蛋白质、脂肪、维生素含量比精白米要多,糙米含有大量食物纤维,是没有被精致过的米,因此它保有白米所没有的米糠层和胚芽层,而这部分却含有大量帮助减肥的食物纤维。此食物纤维属于非水溶性的,在肠内会吸收水分膨胀,进而刺激肠胃蠕动,改善便秘且促进新陈代谢。

特补肾:黑米

黑米性味甘温,有益气补血、暖胃健脾、滋补肝肾、止咳喘等作用。黑米含有丰富的蛋白质、淀粉、脂肪、多种维生素及钙、磷、铁、镁、锌等矿物质和天然黑色素,营养价值高于普通稻米。黑米具有滋阴补肾、健脾开胃的作用。

特养胃:小米

小米富含蛋白质、脂肪、糖类、维生素B2、烟酸和钙、磷、铁等营养成分。中医讲小米"和胃温中",在所有的谷类中,小米粥是最养胃的。小米味甘咸,有清热解渴、健胃除湿、和胃安眠等功效,内热者及脾胃虚弱者更适合食用它。它还是治疗脾胃虚弱、体虚、食欲不振的营养佳品。

特排毒:糯米

糯米含蛋白质、脂肪、糖、钙、磷、铁、维生素B及淀粉等,是一种温和的滋补品,有补虚、补血、健脾暖胃、止汗等作用。适用于脾胃虚寒所致的反胃,食欲减少,泄泻和气虚引起的汗虚,气短无力,妊娠腹坠胀等症。不过,糯米不易消化,老人、小孩,脾胃虚弱者慎用。

特养颜:薏米

薏仁中含有丰富的蛋白质分解酵素,能使皮肤角质软化,减少皱纹,消除色素斑点等美白功效。能调整肌肤恢复到平滑健康的状态。长期使用会发现肌肤由内而外变得红润白嫩光滑。但是,薏米性凉味甘,大便燥结、小便多者,孕妇不宜吃薏米。

特降脂:荞麦米

荞麦富含烟酸和芸香苷,具有降甘油三酯和降胆固醇的作用,可预防和辅助治疗高血脂。另外,荞麦还富含镁元素,可使血管扩张,有助于降低血清中的脂肪酸含量,常吃能够调节血脂和血糖。但是,脾胃虚寒、消化功能不佳、经常腹泻的人不宜食用。

特止泻:高粱米

高粱米含脂肪及铁较大米更多,还含有钙、磷、铁等微量元素和维生素B族,具有和胃、健脾、养肝益胃、收敛止泻的功效,尤其是患有慢性腹泻的人,更应多加食用高粱米。高粱米有很好的预防肠胃不适的作用,对于止泻或者是调理肠胃有很好的作用。但是,大便燥结者慎食。