

坚持为民创建 巩固创建成果

周新鹤督导“创文”工作

本报讯（记者 熊勇力）12月27日，市委常委、宣传部部长周新鹤带领相关部门负责人督导检查“创文”工作。

当天下午，周新鹤先后到天鹅湖小区、柳江路二道巷、衡山路银鸽小区、公路局老家属院等地察看创建整改提升情况，并对存在的问题现场督办。

周新鹤强调，各区、各有关部门要坚持为民创建，认真研究解

劳模精神报告会举行

本报讯（记者 刘 丹）12月27日上午，我市劳模精神报告会在市总工会新时代职工讲习所举行。市人大常委会副主任、市总工会主席陈平出席并讲话。

报告会上，6位全国、省“五一劳动奖章”获得者，全国工人先锋号，全国“百佳”语文老师，市劳模代表分别讲述了他们在各自岗位上努力拼搏、默默奉献的感人事迹。

市豫剧团举行迎新年戏曲展演

本报讯（记者 左素莉）为弘扬中华优秀传统文化，丰富“双节”期间群众文化生活，助力我市全国文明城市创建工作，12月27日晚，市豫剧团2019迎新年戏曲展演在人民会堂拉开序幕，为观众奉上经典豫剧《战洪州》。

市豫剧团建团以来，先后排演

中国人民政治协商会议第七届漯河市委员会常务委员会关于同意刘铁请辞政协第七届漯河市委员会委员的决定

（2018年12月27日政协第七届漯河市委员会常务委员会第九次会议通过）

刘铁因个人原因，于2018年11月20日提出请辞市政协委员的要求，依照《中国人民政治协商会议章程》相关规定，同意刘铁辞去政协第七届漯河市委员会委员。

调节饮食，远离脂肪肝

如今，不少人在做B超时被告知有脂肪肝，要饮食清淡、少吃油腻。通俗地说，脂肪肝就是肝脏中的脂肪太多了。医学上的定义是，当肝脏内脂肪（脂肪主要是甘油三酯和脂肪酸）的分解与合成失去平衡，或储存发生障碍时就会在肝实质细胞内过量积聚。如果脂肪的总量超过常量的一倍，或组织学上肝实质脂肪浸润超过30%～50%，就可以诊断为脂肪肝。

有了脂肪肝，不要着急，要找出脂肪肝发生的病因，并尽可能地消除病因。其中，远离脂肪肝，调节饮食格外重要。

总能量。有了脂肪肝，需要控制总能量的摄入。对于体重正常、从事轻度活动的人，每天的能量摄入应该控制在20千卡～25千卡。蛋白质。需要适当增加蛋白质的摄入量，特别是优质蛋白质，每天每公斤体重需要1.2克～1.5克蛋白质，有利于肝细胞的修复和再生。注意优质蛋白质的摄入。蛋氨酸、胱氨酸、色氨酸、苏氨酸和赖氨酸等都具有抗脂肪肝的作用。一个体重60公斤的人，每天需要72克～90克蛋白质。

碳水化合物。适量减少碳水化合物的摄入。过多的碳水化合物可转变为脂肪，导致肥胖，促使脂肪肝的形成。适量吃谷类、薯类食物，特别是粗加工的谷类食物；不吃或少吃精制糖、蜂蜜、果汁、果酱、蜜饯等甜食和甜点心；不喝含糖饮料。

脂肪。控制脂肪和胆固醇的摄入。植物油中含的谷固醇或豆固醇等有降脂作用，可以阻止或消除肝细胞的脂肪变性，有利于防治脂肪肝。控制脂肪提供的能量，不超过全天总能量的25%；控制胆固醇的摄入，每天胆固醇的摄入量不超过300毫克。

维生素和矿物质。保证维生素、矿物质和膳食纤维的充足摄入。充足的维生素、矿物质摄入有利于代谢废物的排出，具有调节血脂、血糖的作用。

饮食应粗细搭配，最好能做到顿顿吃新鲜蔬菜，天天吃水果，这能保证充足的维生素、矿物质和膳食纤维的摄入。如果需要，可以适当使用维生素、矿物质补充剂。

梁三阁

孙小杰 崔 哲

●近日，源汇区马路街街道组织爱心人士到结对帮扶乡间十户贫困户家走访慰问，为他们送米、面、油等生活用品。

●近日，源汇区城乡建设和环境保护局严格检查扬尘点围挡设立、防尘网覆盖、区域保洁等情况，发现问题逐一下达整改通知书，限期整改到位。

袁 静

●近期，市事业单位登记管理局对全市事业单位法人进行核查，摸清底数，规范管理。

●近日，源汇区城乡建设和环境保护局严格检查扬尘点围挡设立、防尘网覆盖、区域保洁等情况，发现问题逐一下达整改通知书，限期整改到位。

袁 静

建机制 强服务 做表率

——市政府办公室执行力建设综述

■本报记者 张俊霞

党的十九大报告明确提出，要增强政府公信力和执行力。市委副书记、市长刘尚进在年初召开的市政府第19次常务会议上强调，执行力建设是市政府自身建设的首要问题，执行力就是落实力，执行力就是竞争力，执行力就是战斗力。

市政府办公室作为政府决策的参谋助手，其作风建设、工作成效直接影响着全市工作大局和人民群众的满意度。2018年，市政府办公室坚持把执行力建设作为转作风、树形象的有力抓手，认真履职、强化担当，率先垂范、树立标杆，以更高的标准、更严的要求、更实的作风，在执行力建设中走在前、做表率、当先锋，推动各项工作实现新跨越、新突破。

明确责任，做执行力建设的引领者

2018年1月4日至7日，一场大雪冰封了我市城乡道路，由于缺乏快速反应机制，给车辆和行人出行带来困难。1月15日，市委副书记、市长刘尚进主持召开市政府常务会议，对清雪除冰等工作进行了深刻反思，剖析了工作中存在的推诿扯皮、决策受阻、责任不清、落实不力、效率不高等突出问题，明确提出要“增强执行力，提升公信力，以钉钉子精神做实做细做好各项工作”。

市政府办公室作为市政府的中枢机

关，迅速贯彻落实会议精神，全面查摆工作中存在的不足和差距，对近30项制度进行全面梳理、修订，制订了增强执行力、提升公信力的具体措施，争做全市提高政府执行力的排头兵和先行者。一年来，市政府办公室把执行力建设贯穿工作全过程，全力营造“人人讲落实、人人会落实”的执行文化氛围，在参与政务、管理事务、综合服务等重点工作中走在前列，树立了市政府办公室务实高效的良好形象。

强化服务，做执行力建设的践行者

市政府办公室负责人在多次工作会议上反复强调，增强执行力，必须切实增强服务意识、质量意识、效率意识、责任意识、协作意识、学习意识，每一项工作都要求真务实、真抓实干，踏石留印、抓铁有痕。今年以来，市政府办公室坚持把抓落实放在更加重要的位置，体现在办公室工作的各个环节中，健全抓落实机制，明确抓落实责任，形成抓落实合力，推动市委、市政府决策部署落地生根。

围绕市政府重点项目建设、服务企业、城建交通三个周例会制度，完善了问题收集、研究会商、会议筹备、督查落实全流程工作机制，推动一批又一批问题得到有效解决。围绕服务市政府主要领导决策，创办《政府重点工作动态》，全年累计编发50期，刘尚进市长

服务群众 永无止境

——市劳动人事争议仲裁院推进“阳光漯河”建设纪实

象地展示仲裁流程，让当事人一目了然。针对仲裁接待、立案、审理、调解等关键环节，制订《申请劳动人事争议仲裁须知》《劳动人事争议调解服务指南》等19项规章制度，全面规范职责。在案件处理过程中，大力实行阳光操作“五公开”：立案公开、庭审公开、依据公开、程序公开和结果公开，做到群体事件“慎”处理、一般案件“快”处理、特殊案件“活”处理。2018年，该院共立案处理争议案件256件，涉案金额1911.6万元，有力地维护了全市劳动关系大局的和谐稳定。

在审理上，重事实、重证据、重政策，案情不清不放过、证据不实不放过、仲裁程序不到位不放过，严把法律关、程序关、证据关、裁决关“四道关口”，杜绝错案发生；在调解上，搭建一

批示127条，小信息有了大作为，成为推动政府工作的有效抓手。加班熬夜是秘书科、公文科和各专业科的家常便饭，科长总是冲在最前沿，带领同志们为漯河加快发展默默奉献青春、挥洒热血。针对相关部门密集下达的“创文”、基层党建等工作任务，市政府办公室不作选择，不搞变通，科学谋划、加强统筹、担当作为，一丝不苟、认真真抓好落实，赢得了社会各方面的肯定。

健全机制，做执行力建设的推动者

市政府办公室将贯彻落实全市深入纠“四风”持续转作风动员会议精神与政府系统执行力建设相结合，牵头组织起草了《漯河市人民政府关于印发〈漯河市强化政府系统执行力建设若干细则〉的通知》《漯河市人民政府关于加强政务督查推进工作落实的实施意见》《漯河市人民政府办公室关于进一步规范完善周例会制度的通知》三份文件，并经市政府常务会议研究通过。这三份文件是市政府系统纠“四风”转作风的具体行动，也是对各县区、各部门的明确要求。

《漯河市强化政府系统执行力建设若干细则》包括强化执行理念、优化执行机制、加大执行力度、夯实执行责任、创新执行方法、提升执行效能、形成执行合力、严格执行督查、严肃执行

体化调解平台，实现仲裁案件全程调解、宽领域调解、人性化调解。目前，该院仲裁案件呈现“一少一多”的特点，仲裁当事人到人民法院提起诉讼的案件少，人民法院维持仲裁结果的案件多，初步达到了“审理一案、教育一群、宣传一片”的效果。该院先后收到当事人赠送的锦旗十余面、感谢信五十多封。

该院出台《窗口服务规范》等规章制度，用制度管人、管事、管权，并将服务项目等汇编成宣传手册免费发放给办事群众，让群众详细了解应该到哪办、找谁办、怎么办、多久能办完等细节，真正把公开透明的要求贯穿于仲裁服务的全过程。同时，该院抓业务不忘记党风廉政建设，精心设计了以“清”“正”“廉”“洁”“勤”“实”“严”为主

问责、培育执行文化共十条，是对市委纠“四风”转作风三年行动方案的细化、具体化，也是对市政府主要领导关于执行力建设要求的量化、系统化。《漯河市人民政府关于加强政务督查推进工作落实的实施意见》，突出政务督查工作重点和健全政务督查工作制度两个方面，对政务督查工作进行了部署。《漯河市人民政府办公室关于进一步规范完善周例会制度的通知》，对重点项目建设周例会、服务企业周例会、城建交通周例会三个周例会制度进一步规范和完善。具体工作中，市政府办公室围绕上述三个文件的落实，坚持高标准、高质量对待每一项工作，用精益求精的“工匠精神”，做足“绣花”功夫，务求办文办出上乘之作、办会办得周密无误、办事办得无可挑剔，实现工作零失误、细节零缺陷、服务零缝隙。

今年以来，市政府办公室执行力建设成效不断彰显，集体和个人获市以上各项荣誉50余项，先后荣获全市平安建设、节能建设、无烟单位建设先进单位称号；在全市宪法、监察法知识竞赛中荣获集体第一名和三个人一等奖；在全市率先与沿街门店商户、清洁工联动开展城市清洁行动；注重以学习提高素质、增强能力，全年开展集体学习22次；深入开展精神文明建设活动，年度动态考评居全市前列，全室呈现出你追我赶、竞相进取的发展态势。

该院采取人员公示、全程录像、结果公开三项措施，主动“晾晒服务”。在接待室外悬挂工作人员公示栏，把人员姓名、工作职责、联系方式全面公开，主动接受社会监督；利用信息化办案系统，实现省、市、县三级联网、实时录播，办案流程更加规范透明；完善“互联网+人社”服务体系，用大屏幕将仲裁案件涉及的案由、申请人、被申请人、仲裁员、开庭时间、开庭地点、案件状态等关键信息对外公开，做到每个环节都有监督、每个环节都有记录，实现风险源头可控、责任源头可究。

题词的仲裁廉政宣传画，教育仲裁员自觉遵守仲裁纪律，做到办案不徇私情、执法追求公心，让法治观念入脑入心，让廉洁自律警钟长鸣。

该院采取人员公示、全程录像、结果公开三项措施，主动“晾晒服务”。在接待室外悬挂工作人员公示栏，把人员姓名、工作职责、联系方式全面公开，主动接受社会监督；利用信息化办案系统，实现省、市、县三级联网、实时录播，办案流程更加规范透明；完善“互联网+人社”服务体系，用大屏幕将仲裁案件涉及的案由、申请人、被申请人、仲裁员、开庭时间、开庭地点、案件状态等关键信息对外公开，做到每个环节都有监督、每个环节都有记录，实现风险源头可控、责任源头可究。



孔繁森：“一个共产党员爱的最高境界是爱人民”

当孔繁森的名字响起在庆祝改革开放40周年大会上时，他曾经的同事、现任那曲市人大常委会副主任李玉建禁不住热泪盈眶。“孔繁森同志把生命献给了雪域高原，祖国和人民没有忘记他。这让我们坚守在高原上的干部异常激动、备受鼓舞。”李玉建说。

“远征西涯整十年，苦乐桑梓在

高原。只为万家能团圆，九天云外有青山。”孔繁森生前留下的诗篇，生动概括了他在高原的工作状态：在藏十年，由援藏到调藏，他为西藏的发展呕心沥血，倾尽所有。他留下的那句话——“一个共产党员爱的最高境界是爱人民”，已经成为党员领导干部共同的精神财富。

没人能说得清，孔繁森在西藏做

了多少好事。下乡时，他总是随身携带一个药箱，靠着在部队掌握的医术，为群众减轻病痛；他的女儿出嫁，为了等他回家三次推迟婚期，还是没有等到。但下属结婚，他却忙前忙后；在拉萨市羊日岗乡的地震废墟上，孔繁森收养了3个藏族孤儿。在那个物资贫乏的年代，为了养大3个孩子，他竟偷偷跑到西藏军区总医院献

血换取孩子们的生活费。

孔繁森是清贫的，也是富有的。在他工作过的地方，人们仍在传颂他的故事。阿里地区孔繁森小学，成为远近闻名的爱国主义教育基地。“孔繁森精神将永远激励我们矢志不渝地为人民群众的幸福生活奋斗终生。”阿里地委书记朱中奎说。

据新华社拉萨12月25日电

临颖：优化营商环境 打造发展新高地

（上接1版）

服务供给 为企业提供难题解决方案

半天时间，帮助企业办理注册登记等前期手续；企业用地指标，经过多部门共同开辟的“绿色通道”快速解决……正是这高效、贴心的服务，让总投资10亿元、占地300亩的海底捞颐海食品项目成功落户临颖。

多年来，临颖在持续优化营商环境方面不断发力，构建起了“亲、清”政商关系，软硬同抓、以软补硬，营造出了吸引客商集聚的一方小气候。

在服务企业发展方面，该县始终坚持企业至上，大胆坦诚交往，真心竭力服务，对每个投资项目都明确一名县级干部挂帅，组建贴身服务团队，“一条龙”提供证照办理、土地征迁、用工招聘等服务，以真情感化投资客商。同时，守好“清”的底线，强化刚性约束，把握分寸尺度，严格遵规守纪，让政商关系在界限分明、彼此清白、公开

透明、依法依规的轨道上良性互动，真正建立起“亲”而有度、“清”而不疏的新型政商关系，用实际行动彰显了“全省最具法治投资环境产业集聚区”这一环境硬实力，创出了客商“投资中原、先看临颖”的良好口碑。

营商环境的不断优化，让临颖进入了持续发展的快车道。目前，全县共有个体工商户2.1万家，非公企业5588家，为全县贡献了98%的企业数量、90%的技术创新成果、84.5%的税收、95%的劳动就业。今年以来，全县156家小微企业实现“个转企”，60家企业实现“小升规”；前三季度，规模以上工业增加值49.4亿元、增长8%，实现税收7.18亿元、增长28.1%。

要素供给 打造企业发展生态圈

去年冬天，受多种因素影响，临颖县产业集聚区内一度出现企业用气难、供气荒的情况，严重影响企业的生产经营。今年5月，随着燃气一级供应商——

新奥燃气的成功引进，企业的燃眉之急迎刃而解，集聚区内诸多企业负责人拍手称赞。

为了解决产业集聚区内企业的用电、用热、污水处理等棘手问题，全县强化企业生产要素保障，先后建成盛安热电、开元热力项目，供热能力实现翻番，达到175蒸吨/小时；新布局110KV变电站一座，供电保障能力进一步增强。截至11月份，大工业用电量增长33.1%；实施一污、二污提标扩容工程，日处理能力实现倍增、达到12万吨；结合南水北调工程新建供水厂一座，日供水能力新增10万吨；持续推进静脉产业园建设，城区垃圾综合处理项目建成启用，日处理能力达到300吨，承载能力进一步提升。

要素保障让临颖县产业集聚区内的企业发展生态圈越来越完善。如今，临颖依托产业集聚区、现代家居园区、现代物流园区的200多家知名企业，带动形成了休闲食品、现代家居、装备制造三大百亿产业。已经建成的国家级标准质检研发中心、河南

省休闲食品加工技术协同创新中心和全省唯一的膨化食品检验中心和全市唯一的省级重点实验室，为全县企业发展提供了强有力的科技创新保障。天然色素提取、功能食品研发、铸造材料生产等多项技术领跑行业，带动传统食品产业向功能化、营养化、大健康、高附加方向加速升级。截至目前，全县建成院士工作站2个、省级工程技术研究中心9个、省级企业技术中心15个，培育出国家级高新技术企业11家、市级高新技术企业15家，引进院士2名、千人计划专家4名，转化科技成果210多项、开发新产品300多种。

“持续优化的营商环境是临颖经济发展的硬招牌。临颖将持续实施营商环境重点领域提升行动，加快形成充满活力、富有效率、更加开放的法治化、国际化、便利化营商环境，提升招商引资的吸引力与核心竞争力，把投资环境的‘软实力’转化为中原更加出彩的‘硬支撑’。”临颖县委副书记杨智勇说。