

翟庄街道燕山路社区 “老莫帮办”促和谐

■本报记者 张丽霞
“你让一点儿，我让一点儿，舒心的笑容多一点儿。”近日，记者来到召陵区翟庄街道燕山路社区党群服务中心“老莫帮办”工作室，首先映入眼帘的就是这句标语。
在这里，记者见到了社区居民常常说的“老莫”。
“老莫”名叫莫开建，不仅是燕山路社区党支部书记，还是燕山路社区基层治理品牌“老莫帮办”工作室的负责人。在他眼中，居民的事再小也是大事。
莫开建说，为辖区居民排忧解难是“老莫帮办”工作室的宗旨。
“其实，‘老莫帮办’工作室不只我一个人，还有社区工作者、物业公司经

理、民调信息员、社区志愿者等人员。”莫开建告诉记者，燕山路社区下辖17个专业化小区，1.5万户近3万人，是市大型社区之一。近年来，燕山路社区始终坚持党建引领，结合自身实际和居民需求，不断创新为民服务方式，尤其是2022年，社区以创建“五星”支部为契机，立足“找短板、补短板、创星级、促发展”，充分发挥“老莫帮办”工作室作用，从解决居民最关心、最直接、最现实的问题入手，基层社会治理水平得到大大提升。
“老莫帮办”工作室自2021年成立后，用理、用情、用法帮助邻里调解纠纷、化解矛盾。截至目前，“老莫帮办”工作室共处理矛盾纠纷120多件，实现

了“小事不出社区，大事不出街道，矛盾不上交”。

采访时，社区居民纷纷表示，“老莫帮办”工作室除了调解矛盾、化解纠纷，还会管很多小事。比如，菜刀不锋利了、小家电坏了、家里水管漏了或者堵了、小区路灯不亮了……这些看似很小的事，“老莫帮办”工作室都会当成大事抓。

2015年，燕山路社区靠着一把理发推子和四块磨刀石，开启了社区志愿服务之路。“老莫帮办”工作室成立后，为更好满足居民多样化的需求，工作室的成员深入群众走访调研，认真倾听群众心声。在工作室成员的建议下，社区不断增加投入，购买成套服务器材，志愿者群体壮大至2800多人，常态参加活动

的志愿者有200多人，群众满意度得到极大提升。

丰富居民文化娱乐生活，助推社区文明创建也是“老莫帮办”工作室的工作重点之一。

两年来，“老莫帮办”工作室集思广益，组建合唱队、舞蹈队和腰鼓队等，举办了一系列文化娱乐活动和弘扬正能量的评选活动，不仅增进了邻里之间的感情，拉近了居民与社区的距离，还促进了社区风气的好转。

“如今，各小区谈论健身养生的多了，喝酒打牌的少了；尊老爱幼、家庭和和睦睦的多了，家庭不和、邻里斗嘴的少了；互帮互助的多了，搬弄是非的少了。”谈起“老莫帮办”工作室，莫开建高兴地说。

郾城区人社局 多措并举促就业

新春伊始，郾城区人社局树立“开局即冲刺、起步即决战”的理念，发挥部门作用，组织开展企业用工需求与劳动者务工需求对接，让更多务工人员实现本地就业，助力企业复工复产。

精准摸排企业用工需求。从大年初六开始，郾城区人社局开展企业走访活动，进园区、进企业，走访企业50多家，宣传人社惠企政策等，了解重点项

目重点企业用工需求，及时收集企业复工复产情况和用工信息，开展劳动者就业状况调查，摸清劳动者就业意愿和需求等情况。

多渠道发布企业招工信息。发挥市、区、街道、社区四级就业服务信息平台作用，通过漯河人才网、漯河人力资源网、“郾城人社”公众号等，集中发布用工信息，为用工企业和求职者搭建岗位对接平台。

举办系列特色招聘活动。组织开展“春风行动”“新春招聘月”“直播带岗”“送岗位进社区”等系列招聘活动，做到日日有招聘、天天有专场。同时，有效发挥零工市场作用，适时举办小型、微型招聘，满足企业灵活用工需求。

开展技能培训助企行动。围绕健康食品、生物医药、新材料三大产业用工需求，开展订单培训、定向培训、短期培训，为缺工企业培养急需技能人才，

有效满足企业人才需求。

开展创业带动就业增效活动。持续开展“四送四促”送贷上门，千方百计扩大创业担保贷款发放规模，着力缓解市场主体融资“难慢贵”问题，为企业复工复产和持续经营注入资金“活水”。

截至目前，全区开展线上招聘活动6次、线下招聘活动4次，提供就业岗位2200余个，达成就业意向900余人，发放创业担保贷款1100万元。郾城区人社局将继续聚焦高校毕业生、失业人员、农村劳动力等有就业帮扶需求的重点群体，发布企业用工信息，搭建岗位对接平台，促进各类城乡劳动者实现就近就地就业，让务工者“天天有活干、月月有钱赚”，增强居民和市场经营主体的获得感、幸福感。

李军峰

召陵区 推进巡察工作高质量

新春伊始，召陵区委巡察办科学谋划巡察重点，精准开展政治监督，不断发挥巡察“利剑”作用，推进巡察工作高质量发展。

完善制度，扎实开展巡察工作。新建制度27个、完善制度4个、规范工作模板38个，有力推动巡察工作制度化、规范化。启动五届区委第二轮、第三轮巡察，下发立行立改通知书18份、情况说明通知书8份，反馈问题617个，移交问题线索64件，整改问题610个。

压实责任，做实做细“后半篇文章”。

对五届区委前三轮巡察的13个区直单位、3个镇（街道）及下辖的36个行政村党组织整改情况开展调研督查，对被巡察单位提交的“两报告两台账”逐项审核，对反馈意见整改落实等情况进行督办。

积极探索，提升村（社区）巡察质效。探索“以巡促治”有效路径，建立完善“巡一改一治”一体推进机制；打造“以巡促治”示范点3个，推动巡察监督融入基层治理体系。

付亚平 张亮

爱心捐款帮助困难居民

■本报记者 张丽霞
“这是我的零花钱和压岁钱，一起捐了吧！”2月5日，经济技术开发区湘江路社区燕山花园小区，几名孩子正把钱放进捐款箱中，其他居民也陆续前来，你100元我200元地捐款。

该小区13号楼居民李海军因父亲患病去世欠下债务，母亲、妻子均患重病，孩子才4个月大。因为高额手术费和后期治疗费，李海军家生活愈加困难。

得知李海军家的情况后，湘江路社区党委发出倡议，号召辖区居民为李海军家捐款。辖区居民、金山南路免费爱心粥屋、市荣途物业有限公司……短短几天时间，大家纷纷伸出援手，共捐款4341.3元及生活物资若干，解了李海军家的燃眉之急。

“在小区里传递正能量，增进邻里关系，让困难邻居感受到来自社会的关爱，是我们应该做的。”参加捐款的居民说。



2月7日，在源汇区空冢郭镇王会朝村高效生态农业示范园温室大棚，村民正在为西红柿打叉、吊绳。

本报记者 王嘉明 摄

声明

漯河日报社所属媒体对发布的原创新闻信息拥有合法版权，未经明确书面许可，严禁复制或转载或引用，违者将依法追究法律责任。

医生教你如何晨练

■本报记者 齐国霞
实习生 付兴源
生活中，很多人喜欢早起锻炼身体。那么，大家如何进行晨练才能促进身体健康呢？晨练中又要注意哪些事项？近日，记者采访了市三院心内科、心脏康复科主任段继豪，请专业医生谈如何晨练。

如何晨练更健康

段继豪告诉记者，人们最好等太阳升起后、有明显暖意时，再外出锻炼。夏秋季最佳时间是早上5点30分到6点30分，冬春季最佳时间是早上6点到7点，过早和过晚进行晨练效果会大打折扣。对于老年人和孩子，这种影响更为明显。晨练的时间不宜过长，一般半个小时为宜。晨练前，最好能排空大

小便，少量进食，可以喝一杯奶，吃几片面包或饼干，但千万不要吃太饱。可在晨练结束半小时后，再吃一点儿早餐。晨练前可做一些热身运动，比如拉伸肌肉、活动关节，加快血液循环，为晨练做好准备。

“眼下进入初春时节，晨练的方式宜选择一些节奏比较舒缓且运动量不大的项目，如步行、放风筝、慢跑、打太极拳等。其中，步行简单易行，可首选，运动量可以自行调控。”段继豪说。

晨练时要注意哪些事项？段继豪提醒，晨练时不宜张嘴呼吸，要学会鼻吸口呼，因为鼻子对空气有过滤作用，使气管和肺部不受尘埃、病菌的侵害。不经常晨练的人，不能盲目追求运动量。春季日出前，天气依然有些凉，此时外出锻炼，容易受“风邪”侵害，很容易

患伤风感冒。长期在寒冷的室外锻炼，也容易引发关节疼痛、胃痛等。

此外，晨练前要喝水补充水分，稀释血液浓度，防止血流过慢，导致脏器供血不足。忌空腹晨练，如果在运动前补充一些营养，很容易引起心脑血管疾病。晨练后，不要再睡“回笼觉”，因为这样不利于心脏健康。有晨练习惯的高血压患者，建议在开始锻炼前30分钟到1小时服药，最好是晨醒后立即服药，还要避免高强度、过早的晨练。早晨往往是心血管疾病高发期，晨练虽好但要保证安全。

“阳康”后如何运动

“阳康”后进行正确且适度的体育活动，对恢复健康有着积极意义。适当的运动锻炼可以增强呼吸肌的力量，改善

肺功能，提高机体的免疫能力，加快病后康复进程。

段继豪提醒，感染新冠病毒有症状期间最好不要运动，若发热、咳嗽、咽痛、鼻塞、流涕、腹泻等症状还没有完全消失，身体需要休息来抵御病毒并完成修复，不建议此时进行运动锻炼。合并基础疾病者、新冠病毒病情严重者、感染后曾出现心肺症状者，要在医生许可与指导下逐步进行康复锻炼。

“阳康”后，很多人身体状态恢复到以前还需要一两周时间，此时不适合做剧烈运动。运动时要考虑个体差异，循序渐进，从低强度开始，逐渐进阶。在锻炼中，若出现胸痛、明显心悸、异常呼吸困难、发热等情况，应立即停止运动并及时就诊，无症状后要要进行身体评估，再逐渐恢复锻炼。

张辉： 公益无假期 爱心永相随

■本报记者 张玲玲
见习记者 李慧莹
对张辉来说，公益路上没有节假日。

刚刚过去的春节假期，市红十字急救队队长张辉带领队员在神州鸟园连续5天开展急救宣传培训，手把手地教游客心肺复苏和气道异物梗阻急救办法等，累计处理意外情况60多次，为游客提供了安全保障。1月29日起，张辉带领专业老师到多家企业开展急救培训……“哪里有需要，哪里就会出现红十字人的身影。”张辉说。

张辉是这样说的，也是这样做的。参与汶川地震救援和新冠疫情防控、组织公益讲座、培训红十字救护员、关爱失独家庭、转运救援物资……多年来，张辉一直在公益路上奋力前行。

2008年5月12日汶川地震发生后，张辉第一时间组织医护、救援成员，成立红十字救援队，采购急需药品赶赴地震现场。2020年新冠疫情发生后，张辉积极参与疫情防控工作，及时将抗疫物资运送到医院和卡点等最需要的地方。2021年7月，河南多地遭遇强降雨，张辉和队员在市红十字会的指导下，迅速成立赈济救护灾备组，协助完成各项救灾物资的接收、查验、转运等工作。2022年3月，新冠疫情再次来袭，张辉一如既往地冲锋在前。不管是核酸检测采样点、基层社

区等疫情防控一线，还是接收、查验、转运防疫物资现场，都能看到他的忙碌身影。

2020年12月，张辉在市红十字会的指导下成立了市红十字急救队应急救援队。“我们团队牢固树立‘传播人道、守护家园、为民服务、侠义救急’的理念，主要在企事业单位、学校和服务行业开展急救培训、自救互救相关知识的培训，并参与突发事件的应对和大型公益活动应急保障工作。急救培训、赈济灾备、疫情防控、大型公益活动应急保障等志愿服务现场，都能看到我们的身影。”张辉说。

张辉是这样说的，也是这样做的。参与汶川地震救援和新冠疫情防控、组织公益讲座、培训红十字救护员、关爱失独家庭、转运救援物资……多年来，张辉一直在公益路上奋力前行。

2020年，张辉加入中华骨髓库，成为一名造血干细胞志愿者，并投身造血干细胞采集宣传工作。在张辉的带动下，越来越多的队员和社会人士纷纷进行造血干细胞采集。此外，张辉还带领队员参与博爱送万家、关爱老人和失独家庭等暖心行动。

“未来，我会在公益路上继续前行，希望通过自己的努力，把爱心传递给更多的人。同时，我希望带动更多的人参与到公益事业中，为红十字志愿服务事业贡献力量。”张辉坚定地说。

市住房公积金管理中心 延时服务暖人心

2月6日下午，从郑州到漯河的王先生刚下高铁就赶到市行政服务中心嵩山路大厅办理住房公积金提取业务。当时已是5点30分，大厅窗口工作人员已下班回家。王先生一时间不知该怎么办。如果当天办不成业务，他就只能在酒店住一晚，还会耽误第二天的工作。焦急之余，他想到了之前办理业务时曾添加过市住房公积金管理中心窗口工作人员的微信。于是，他抱着试试的态度发了微信说明了情况，没想到到该中心窗口工作人员毫不犹豫就回家返回大厅为他办理业务。这让王先生非常感动。

办理过程中，王先生提供的材料中缺少户口簿。窗口工作人员根据“容缺受理”机制先行受理，待王先生顺利返回郑州，并于第二天通过微信把户口簿照片发送过来后，当即为其办结业务。市住房公积金管理中心窗口的延时服务和“容缺受理”，让王先生切身感受到了政务服务的

贴心。提起窗口工作人员的服务态度，王先生赞不绝口。

市住房公积金管理中心窗口以“全心全意服务缴存群众”为宗旨，不断提升效率、优化流程。为进一步方便群众办理住房公积金业务，该中心推出延时服务等便民措施，最大限度为群众提供便捷服务。

春节假期结束后的首个工作日，市住房公积金管理中心窗口排起了长队，大多数都是外地务工人员，趁着过年回来办理业务。为确保群众办事“只进一扇门”从家返回大厅为他办理业务。这让王先生非常感动。

市住房公积金管理中心窗口全体人员始终把群众的需求放在最高位置，推行温情化服务，不断提升服务品质，增强人民群众的幸福感和获得感。

赵友阳



2月8日，郾城区沙北街道金山社区对辖区非机动车乱停乱放进行整治。

本报记者 刘净涛 摄

成立公告 名称:临颍县大郭镇商会 法定代表人:杨要伟 统一社会信用代码: 51411122MJ0A24844U 业务指导单位:临颍县工商业联合会 地址:临颍县大郭镇岗杨村 临颍县民政局社团登记管理办公室 2023年2月9日	拍卖公告 我院定于2023年3月14日10时至3月15日10时(延时除外),在河南省漯河市郾城区人民法院网络司法拍卖平台,第一次公开拍卖位于漯河市郾城区太行山路波普·e墅家4号楼4幢1320、1420、1421、1011、407、413、1015号房产。有意竞买者,请登录 http://sf.taobao.com/0395/02 ,搜索户名:漯河市郾城区人民法院 漯河市郾城区人民法院 2023年2月9日	公告 临不动公(2023)第0009号 根据房屋产权人的申请,下列房屋权属证书遗失,现声明作废。有异议者,请自公告发布之日起15个工作日内将书面材料送达我中心,逾期我中心将根据申请人申请,补发不动产权证。 <table border="1"><thead><tr><th>权利人</th><th>面积(m²)</th><th>坐落</th><th>原房产证号</th></tr></thead><tbody><tr><td>周爱玲</td><td>124.83</td><td>临颍县曲剧团家属楼</td><td>0201023800</td></tr></tbody></table> 临颍县自然资源局不动产登记中心 2023年2月9日	权利人	面积(m ²)	坐落	原房产证号	周爱玲	124.83	临颍县曲剧团家属楼	0201023800	公告 临不动公(2023)第0010号 初步审定,我机构拟对下列不动产权利予以首次登记,根据《不动产登记暂行条例实施细则》第十七条的规定,现予公告。如有异议,请自公告发布之日起15个工作日内将书面材料送达我机构。逾期无人提出异议或者异议不成立的,我机构将予以登记。 <table border="1"><thead><tr><th>不动产坐落</th><th>面积(m²)</th><th>不动产坐落</th><th>房屋类型</th><th>备注</th></tr></thead><tbody><tr><td>颍川镇颍川大街村委会</td><td>22419</td><td>临颍县颍川镇颍川大街</td><td>教育用地</td><td>媒体建设用地 临颍县(2022)1019号</td></tr></tbody></table> 电话:0395-8665990 临颍县自然资源局不动产登记中心 2023年2月9日	不动产坐落	面积(m ²)	不动产坐落	房屋类型	备注	颍川镇颍川大街村委会	22419	临颍县颍川镇颍川大街	教育用地	媒体建设用地 临颍县(2022)1019号	变卖公告 我院定于2023年2月27日10时至4月28日10时,在淘宝网司法拍卖平台,公开变卖位于漯河市源汇区柳江路107国道交叉口西南角瑞通汽配建材综合市场预售许可证号为20150276、1号楼3套;预售许可证号为20170414、20号楼114套,共计117套房产。有意竞买者,请登录 http://sf.taobao.com ,搜索户名:河南省漯河市源汇区人民法院 漯河市源汇区人民法院 2023年2月9日
权利人	面积(m ²)	坐落	原房产证号																			
周爱玲	124.83	临颍县曲剧团家属楼	0201023800																			
不动产坐落	面积(m ²)	不动产坐落	房屋类型	备注																		
颍川镇颍川大街村委会	22419	临颍县颍川镇颍川大街	教育用地	媒体建设用地 临颍县(2022)1019号																		