

景美环境优 休闲好去处

——我市南河水环境综合治理工程建设走笔

全媒体记者 孙莹/文 李敬元 高强/摄



水清岸绿、景美民乐。近年来，我市坚定不移走生态优先、绿色发展之路，打造生态经济发展新标杆。坚持高起点规划、高标准建设，以“河畅、水清、岸绿、景美”的绿色生态建设为主线，结合自然生态、河流分布及地域文化特色，坚持绿水长廊建设和水环境治理双向发力，让居民在家门口就享受到“绿水青山”带来的幸福生活。在市南河水环境综合治理工程现场，目之所及皆是青翠葱茏，沿河两岸风光旖旎、美景别致清新，令人心旷神怡。随着我市南河水环境综合治理工程建设有序推进，一幅幅水清岸绿、人文和谐的生态画卷徐徐展开。

据了解，市南河水环境综合治理工程一期工程于2022年2月28日开工建设，今年6月30日竣工。市南河水环境综合治理工程，围绕着已经治理好的生态涵养湖，环湖驳岸巧妙打造生态拦水坝3座、木栈道5座、木栈桥1座、亲水平台1座、生态隔离缓冲带2.36公里，设置驳岸景石2050吨。同时，园区内绿植丰富，挖掘种植穴19361个，累计种植乔木16878株、灌木2483株、花卉4728平方米、水生植物55880平方米、栽植色带6292平方米、铺设草坪175764平方米、设置绿化地形塑造71588立方米。为了给前来游玩的市民提供便利条件，还设立景观照明路灯317盏、监控21处、市政公用卫生间2座、指示牌23个、导视牌10个、座椅28个、水边警示牌31个、草坪警示牌44个，切实打造更加良好的游玩环境。

70多岁的徐爷爷和老伴刚散步完坐在长椅上休息，一旁的老伴正跟随着音乐练着舞步，其乐融融。“原来这里荒芜一片，是城市边角地，没想到现在打造成这么有价值的公园。水生态环境治理提升后，最受益的就是我们这些附近居民了，真是养眼又养心。”在现场，一排排、一行行整齐排列的树木，幽深静谧的环境、沁人心脾的空气，令人心旷神怡。“现在的南北河，很多人会过来遛弯，这里空气好、路面宽，行走安全舒适，一路上的景致也是不断变换，是大家休闲的好去处。”家住附近的居民赵阿姨说：“周末经常带孩子到这里来玩，跟以前相比变化太大了，河水变得清澈畅通，岸上设施齐全，行走在桥上，别提多惬意。”市民张女士高兴地说。

为了让植物得到更好的养护，工作人员定期进行浇水，做到浇足浇透，不留死角，及时松土保墒，确保植物安全度夏。同时，工作人员还提高了草坪修剪的高度，增加其抗高温能力，并做好草坪病害的杀菌预防用药。同时，集中对干枯枝、病虫害枝进行巡查，做好雨季来临前的树木安全隐患排查，防止树木倒伏，树枝劈裂折断。

如今，人在景中走，景在心中留，人叹景色好，景美城亦优。市南河水环境综合治理工程一期工程的推进实施，不仅能够增加城市绿地面积，极大拓展市民休闲娱乐空间，同时也为市民创造了更加安全稳定的生产生活环境和更加坚实的生态保障，居民的幸福感、获得感进一步提升。



招聘会开在家门口

滨河社区举办商圈服务业专场招聘会

同心工程进行时

本报讯(全媒体记者 刘莉)为统筹解决企业、商户用工难和重点群体就业难问题，集中为各类求职人员以及有用工需求的用人单位提供就业及用工帮扶，近日，铁西区北沟街滨河社区举办商圈服务业专场招聘会。活动现场，求职者穿梭在招聘大厅的展台前，询问岗位信息、工资待遇。用工单位的招聘专员为了抢人才，走出小小的招聘台，向每一位求职者热情地介绍单位的性质、薪资及福利待遇。“我看到招聘会开了家门口，就来看看有没有合适的机会。”

铁东刑警成功打掉一跨省电信诈骗团伙

涉案2000余万元抓获16名嫌疑人

本报讯(全媒体记者 崔圣驰 通讯员 王超)近日，市公安局铁东分局刑警大队远赴3000余公里外的南方某市，成功打掉一个利用电商平台实施诈骗的犯罪团伙，抓获16名犯罪嫌疑人，冻结涉案资金2000余万元。今年4月，有群众向该刑警大队反映，在浏览手机时被某短视频APP上发布的“动动手指、轻松赚钱”广告所吸引，按照广告提示先后支付了599元的开店费和2400元的升级服务费。然而，交了费用后，非但没有轻松赚钱，开店费和服务费也打了水漂。接取线索后，该大队联合市局相关部门立即成立专案组，全面开展侦查工作。经深入研判分析资金流，民警发现涉案资金均流入某公司的对公账户内，专案组成员立即启程开展了实地走访。在当地警方的密切配合下，民警逐步掌握了该公司的实际地址、运作规律、核心成员及组织架构。7月7日，实施抓捕，专案组快速反应，协同作战，精确打击，顺利将16名犯罪嫌疑人抓获归案，成功冻结涉案资金2000余万元，缴获手机300余部、电脑20余台。经审讯，16名嫌疑人对其电信诈骗犯罪行为供认不讳，目前均已被依法采取刑事强制措施，案件正在进一步侦办当中。



空调吹多会“面神经麻痹”？了解这种疾病！

什么是面神经麻痹？

面神经麻痹也称“面神经炎”或“贝尔麻痹”，俗称“面瘫”“歪嘴巴”“吊线风”，是由于面神经受损导致的面部表情肌群运动功能障碍，主要表现为病侧颜面部口角歪斜、闭眼困难、鼓腮漏气、示齿不全及流涎等，是一种常见病、多发病，不受年龄限制。

面神经麻痹如何治疗？

早期治疗以用药为主，改善局部血液循环、消除面神经的炎症和水肿。后期治疗以表情肌功能训练为主，以促进肌纤维收缩和血液循环，控制面肌痉挛和防止面肌萎缩，促进功能的恢复。

运动疗法：

- (1)抬眉训练：尽力将患侧眉毛向上抬起。
- (2)耸鼻训练：向上耸鼻。
- (3)示齿训练：用力做龇牙状，口角向侧方移动。
- (4)努嘴训练：用力收缩口唇并向前努嘴。
- (5)鼓腮训练：患者双唇尽力紧闭，使双侧颊部充气呈膨胀状。
- (6)闭眼训练：用力使眼裂闭合。

以上每个动作训练 10~20 次，每天训练 2~3 次，可促进面部表情肌恢复。

面神经麻痹如何护理？

- 1保护眼睛**
眼睛闭合不全者容易畏光、流泪，需及时保护眼睛，切忌用手揉眼睛。白天强光下可佩戴墨镜，每天早晚 2 次滴眼药水或睡前用眼膏覆盖。减少接触电子屏幕，避免出现结膜炎。
- 2饮食护理**
避免食用辛辣、油腻、寒凉食物，以及海鲜、牛羊肉、韭菜、花生等“发物”，多吃蔬菜、水果和粗粮。
- 3面部护理**
患侧面部用湿热毛巾外敷，水温 50℃~60℃，每天 2~3 次，每次 10~15 分钟。并于早晚自行按摩患侧，按摩应用力轻柔、适度、持续，按摩部位准确。
- 4口腔护理**
进食、咀嚼时，食物易滞留在患侧齿颊之间，故护理应做好口腔清洁卫生，饭后可用温开水漱口，并在睡前刷牙。
- 5其他注意事项**
注意面部保暖，避免直接吹风；注意休息，避免熬夜，不宜睡凉席，手机应远离头部；加强运动(运动后应及时更换干衣服)，增加抵抗力。
(来源:科普中国)

受人夸赞的社区志愿者

——铁西区英雄街道师大社区志愿者黄冠小记

全媒体记者 张奕双 见习记者 刘子辰

热心公益，为社区免费提供电脑维修服务，帮助社区服务中心解决电脑故障，用实际行动践行“奉献、友爱、互助、进步”志愿服务精神，为和谐社区建设添砖加瓦——他就是铁西区英雄街道师大社区志愿者黄冠。

在铁西区师大社区服务中心的办公室里，拥有多年电脑维修经验的黄冠熟练使用着专业工具和设备，用自己的电脑维修技能为社区服务中心的电脑进行维护和修复。他检查了电脑的硬件和软件，对发现的问题进行修复。在

他的努力下，社区服务中心的电脑逐渐恢复了正常运行。

“作为师大社区的一份子，我希望通过自己的努力，为社区提供一些实用的服务。”黄冠说：“电脑在现代社会中扮演着重要的角色，我希望能够发挥自己的所长，帮助社区解决他们在工作中遇到的问题，为社区工作的顺利开展贡献一份力量。”

黄冠乐于助人、无私奉献的品德赢得了社区居民的广泛赞誉，“黄冠是我们社区的宝贵财富，他不仅懂得电脑维

修，还乐于助人，为社区提供的志愿服务，我们这里的居民都很感谢他。”社区居民周大哥说。

提起黄冠，师大社区服务中心的工作人员也纷纷竖起大拇指，“社区服务中心的电脑是居民们进行各种活动和咨询的重要工具，而黄冠的维修服务不仅为社区节省了大量的维修费用，同时也提高了电脑的使用效率。”社区工作人员说。

师大社区领导对黄冠的志愿服务也是赞赏有加。她说：“社区志愿者是社区建设的重要力量，他们的无私奉献

精神为社区居民带来了很实际的帮助。我们会继续支持志愿者的工作，为志愿者们提供必要的资源和帮助，也希望更多的人能加入志愿服务行列中来，为社会发展出力。”

黄冠是志愿者队伍中的一个缩影，他用自己的行动诠释了新时代青年志愿者的初心与使命，用真诚的付出彰显了青年人的责任与担当。面对众多赞扬，他表示，希望通过自己的实际行动激励更多的人加入志愿者队伍，为社区的发展和居民的生活作出应有贡献。

公厕标识应凸显便民理念

街谈巷议

俗话说“人有三急”，着急如厕却进错卫生间更是“急上加急”。近日就有一则新闻报道称，一位高龄女士因卫生间标识不清，在男卫生间门口陷入尴尬。由于类似事件频发，近年来舆论场上关于“统一标识”“统一颜色”甚至是“统一男女左右”的呼声也愈发高涨。

如今，在不同场合、不同装修风格影响下，部分卫生间标识试图体现个性和美观。但有的模糊不清，让如厕者分不清“男”“女”；有的不甚醒目，常常上演“美丽的错过”；还有的“清新脱俗”，其深意有待揣

度。说到底，任何公共设施的设置，都应优先考虑其受众群体的理解能力，遵循便民原则。公共卫生间面向全体民众，解决基本需求，更应严格遵循清晰、醒目、易懂的设计理念，让老人和孩童都能理解。

2016年，规定公共卫生间设施、尺寸、比例的《城市公共厕所设计标准》出台，但并未对标识进行要求。北京、广州、上海等地已着手统一卫生间标识，而国家层面仅有“推荐”，尚未确定统一标准。“统一”是一种有效的解决措施，归纳“负面清单”也可以在保障辨识度的基础上鼓励多样化风格。除了上文提到的“先天不足”之外，公共卫生间标识也存在后续维护的问题：白天尚能分辨，到了夜里却看

不清细节，标识轮廓能否采用荧光？标识文字印在白布或是隔帘上，经不住长期风吹雨打，有无补救措施？这些问题要求责任方换位思考，统筹考虑。

更要看到，公共卫生间的归属和性质不尽相同，有归属市政、环卫管理的公益性质卫生间，有商场、餐馆、影院等公共场所的配套设施，也有集体或个人筹建的卫生间，因处在公共区域或人流量较大路段而带上公共性质。后两者的设计独立性相对较强，监管存在难点和盲点，往往也会捎带建造者的主观意愿。随着餐饮服务行业的发展，此类卫生间的占比不断提高，对其进行适度规范和治理同样有其必要性。

今年7月初，浙江某高级餐厅采用“凹凸”的字样来代指男女卫生间引发争议，商家自称是创意，部分网友则指责其寓意恶劣。网络上流传的图片中，又有使用男鞋女鞋、动物剪影、怪异标志来指代男女。追求个性本身无可厚非，但涉及到公共空间的话语表达，以及卫生间这类涉及隐私的场合，符号的使用也应更加谨慎，避免将性别认知误用成了性别偏见。

公共卫生间标识虽小，折射出的却是民生治理中面临的共性问题。小到标识怎么画、指示牌如何立，大到街区生活圈的规划、车行道步道的设计，在便民与尊重的基础上追求个性与美观，才可称作是成功的设计。(默达)