

抓住保持血肉联系这个核心问题

——八项规定改变中国的启示①

坚持以人民为中心的发展思想，走好新时代党的群众路线，以优良作风把广大人民群众紧紧团结在党的周围

为民办事、为民造福，最重要的政绩背后，是最直观的作风。

外贸企业出口受阻，怎么办？浙江湖州商务部门组织党员干部开展调研，举办对接会，手把手指导企业拓展国内市场；贵州毕节税务部门组织专业团队上门“辅导”，围绕企业关心的出口退税、跨境电商等问题释疑解惑。

从以文件落实文件、以会议传达会议，到走进直播间、来到群众身边，从“门难进、脸难看、事难办”，到“最多跑一次”“一网通办”“高效办成一件事”，治理之变背后是作风之变。“党同人民群众的血肉联系更加密切，党长期执政的基础更加巩固。”这是《党的十八大以来深入贯彻中央八项规定精神的成效和经验》列出的一条重要成效。

习近平总书记深刻指出：“作风问题核心是党同人民群众的关系问题。”不断把党的作风建设引向深入，就必须抓住这个核心问题，坚持以人民为中心的发展思想，走好新时代党的群众路线，以优良作风把广大人民群众紧紧团结在党的周围。

“花5600万建成的网站打都打不

当前，深入贯彻中央八项规定精神学习教育正在全党开展，中央党的建设工作领导小组组织编写了《党的十八大以来深入贯彻中央八项规定精神的成效和经验》，并要求各地区各部门将其列入学习范围。本版今起推出系列评论，聚焦如何学习好运用好显著成效和宝贵经验，推动学习教育进一步走深走实，推动党的作风建设不断取得新成效。

——编者

“环保局门前为何有条臭水河”……《问政山东》节目为什么火爆出圈？每期节目的第一个版块，都聚焦上期节目曝光问题的整改情况，做没做、改不改，群众一目了然；领导干部当场答卷，包括群众代表在内的评审团现场打分。有市长感言，参加问政是一堂生动的工作作风建设课，让人清楚地看到了工作的不足和短板。

贯彻落实中央八项规定精神，锚定人民群众满意度这个价值坐标，刹歪风邪气、除顽瘴痼疾，发展环境优化了，群众获得感增强了。

人民群众反对什么、痛恨什么，我们就要坚决防范和纠正什么。中央八项规定继续改变中国，要求党员干部必须站稳人民立场，以“不舒服一点、不自在一点”的自觉，坚决反对特权思想、特权现象，坚决破除作风之弊、行为之垢；以“时时放心不下”的责任感，拿出更多改革创新举措，把老百姓的事情一件一件办好，不断提升群众的舒适度、满意度。

民生无小事。从广场舞扰民，到停车位紧张，再到楼上楼下噪音，左邻右舍矛盾如何解？

一起。实践中，有的年轻干部不敢做群众工作，怕惹事上身、麻烦缠身；有的不会做群众工作，同群众说不上话、坐不到一条板凳上去。做好群众工作，靠能力更靠作风。把自己当作群众的一员，把群众的事当作自己的事，才能抽丝剥茧，把工作做透，把事情办好。

学习推广“四下基层”制度，坚持和发展新时代“枫桥经验”，大力纠治损害群众利益的不正之风和腐败问题……贯彻落实中央八项规定精神，让党员干部增强了群众感情、群众获得感。群众感言：“共产党的好作风又回来了！”什么是“共产党的好作风”？就是“与人民群众心连在一起，把屁股端端正正地坐在老百姓的这一面”。

谁把群众放在心上，群众就会把谁记在心里。中央八项规定继续改变中国，要求党员干部必须把群众工作这个“看家本领”学到手，深入做好组织群众、宣传群众、教育群众、服务群众工作，以强大的人格力量、感召和带领广大人民群众去完成党的中心任务而奋斗。

八项规定是镜子，照见优良作风，折射初心使命。密切联系群众、经常深入群众、紧紧依靠群众，我们就能赢得历史主动，始终走在时代前列。



公告

广大市民：

感谢您对市政府工作的关心和支持。5月10日至16日共受理群众来电反映事项55件，其中咨询类15件、求助类40件，已办结48件、正在办理7件，办结率87.3%，回复率100%。现将具体办理情况公告如下。

一、咨询类

群众咨询事项主要为：机关和企业事业单位(办公室)电话号码事宜，已全部答复。

二、求助类

已办结事项，一是城市管理领域，主要为：乃东城区、贡嘎县、错那市个别区域停水、停电，乃东城区、加查县某乡无联通通讯信号，乃东城区某区域存在流浪狗、某路段未硬化，扎囊县某村未接通自来水管，某建筑企业盗用来电人资质证书，某停车场凌晨扰民，某项目施工影响店面经营，某景区公厕卫生差，乃东城区某小区住户卫生间漏水无人维修事宜。二是便民服务领域，主要为：某县城液化气站不予加气，某客运班车点、景区、餐厅工作人员态度恶劣事宜。三是交通管理领域，主要为：扎囊县、浪卡子县、桑日县存在非法营运车辆，贡嘎县某巷道未安装电子违章抓拍系统、出租车不打表事宜。四是市场管理领域，主要为：桑日县境内有人私自采砂事宜。五是其他领域，某公园篮球场夜间熄灯时间过早。

持续跟踪督办事项，主要为：乃东城区某酒吧门口存在占道经营情况，来电人包裹丢失，乃东城区、贡嘎县、错那市个别项目拖欠工资，乃东城区某小区物业管理不规范，某单位未为来电人缴纳社保、医保事宜。以上待办结事项，相关部门正在积极协调。

真诚感谢您的来电，我们将认真践行以人民为中心的发展思想，进一步改进工作作风，提高办事效率，更好为全市人民服务。

特此公告。

山南市12345政务服务便民热线办

2025年5月20日

用人单位“以券抵薪”被判违法

以案释法

直接用“友商”网购平台的消费券来给员工发工资？看似“两全其美”的操作，实则既不合更不合法。

近日，江苏省苏州市中级人民法院审结了一起劳动合同纠纷案，认定用人单位未经协商即以消费券形式发放工龄补贴并限制提现、限定消费平台及方式的做法违反法律强制性规定，侵害了劳动者的合法权益，依法判决公司以货币形式支付工龄补贴差额。

2018年7月，小刘入职某大型网络平台企业旗下的一家供应链公司，劳动合同约定工龄补贴为每月500元，此后这笔款项一直以货币形式随工资一起发放。2023年1月，公司调整工龄补贴发放形式，改以消费券形式发放至小刘在该公司所属集团购物平台的账户中，这些消费券无法提现且只能用于购买该平台商品。

2023年7月，劳资双方解除劳动合同，小刘在集团公司网购平台的账号被关停，其账户中还剩2000余元消费券无法使用、提现。小刘认为，公司违法解除与其劳动合同的同时以消费券形式发放工资的行为亦不合法，于是提起仲裁并诉至法院。

本案一、二审法院均认定，上述供应链公司以严重违反公司制度红线为由解除与小刘的劳动合同属于合法解除，依法驳回小刘相关诉求，但针对公司以“以券抵薪”发放工龄补贴的行为，法院审理后认为，工龄补贴属于工资组成部分，《中华人民共和国劳动法》第五十条规定，工资应当以货币形式

儿童、老人、孕妈妈……特殊人群这样做好体重管理

卫生与健康

超重和肥胖是导致心脑血管疾病、糖尿病和部分癌症等慢性病的重要危险因素，当前我国居民超重肥胖形势不容乐观，亟需加强干预。

5月17日至23日是全民营养周，今年的主题是“吃动平衡 健康体重 全民行动”。以营养和运动为基础的措施，儿童、老年人、孕产哺乳期女性等特殊人群该如何科学控制体重？营养专家给出建议。

肥胖儿童：减重把握“吃、动、睡”

目前我国6岁至17岁儿童青少年超重肥胖率约为19%，儿童青少年肥胖已成为重要的公共卫生问题。

天津市儿童医院营养科副主任营养师林莹说，肥胖会影响孩子的呼吸系统、心脑血管系统、骨骼发育等，儿童期肥胖还会给成年健康带来“三高”、冠心病、肥胖相关癌症等远期危害。

专家指出，儿童减重应综合把握合理膳食、运动和睡眠。饮食上做到小份多样；每日摄入12种以上食物，要包括谷薯类、蔬菜水果类、禽畜鱼蛋奶类和大豆坚果类，每周摄入25种以上食物。

用餐顺序最好是先吃蔬菜，再吃鱼禽肉蛋豆类，最后吃谷薯类。蔬菜

的膳食纤维可以增加饱腹感，稳定餐后血糖，减少胰岛素波动。

同时，超重肥胖儿童应在专业人员的安全评估和指导，结合自身运动能力循序渐进运动，可从每天20分钟慢慢增加时长。应保证每周3至4次、每次20至60分钟中高强度运动。

“睡眠上，5岁以下儿童应保持每天10-13小时睡眠时长，6-12岁儿童应保持9-12小时，13-17岁青少年应保持8-10小时。同时，每天久坐时间不超过1小时，视屏时间越少越好。”林莹说。

中国营养学会副理事长、北京协和医院临床营养科主任于康建议，定期监测超重肥胖儿童的身高、体重和生长曲线，在不影响正常发育的前提下，控制体重增长速度。学龄前儿童通常不推荐药物和手术治疗。

老年群体：腰围指标很重要

随着年龄增长，老年人的代谢能力、咀嚼能力和感觉器官等逐步退化，可能导致营养不足或营养过剩。专家提示，对于老年人群特殊的生理和营养状态，应结合健康状况和相关危险因素进行全面评估，制定相应营养和运动方案。

解放军总医院第一医学中心营养科主任刘英华说，研究表明，老年肥胖患者减重对冠状动脉疾病、2型糖尿病等代谢性疾病有显著改善，但可能对骨密度和瘦体质量有轻微负面影响，尤其是老年女性更易增加骨质疏松和骨折风险。

如何判断老人需要增重还是减重？刘英华介绍，对于老年人的体重管理，应综合BMI、腰围和体脂率进行判断。正常老年人的体脂率比一般成年人适度增高，男性一般在20%-25%，女性在25%-30%。体脂率过高，说明身体脂肪过多；体脂率过低，则可能存在营养不良等问题。

研究表明，腹部肥胖与老年人衰弱密切相关，腰围可能是检测老年人健康风险的更好指标。“一般来说，男性腰围应小于90cm，女性应小于85cm。如果超过这个标准，即使BMI正常，也可能存在腹部脂肪过多的问题，增加慢性疾病风险。”刘英华说。

专家提示，老年人的肌肉数量和力量都在下降，体重管理应以保留肌肉为核心目标，循序渐进，避免快速减重或增重。

饮食上，应保证足量优质蛋白搭配适量果蔬，推荐肥胖中老年人采用“221餐盘法”：2拳蔬菜（半数可为深色）、2掌心高蛋白食物（鱼、豆制品为主）、1拳低血糖生成指数（低GI）主食（如糙米燕麦），增加抗阻运动，同时补充蛋白营养补充剂。

孕期哺乳期女性：警惕生育性肥胖

中国营养学会妇幼营养分会副主任委员赖建强在日前举行的全国营养科普大会上介绍，当前，生育性肥胖是女性体重管理的一大难点。孕前、孕期和产后是三个关键时期，可能导致

女性体重增加、产后体重滞留，带来超重和肥胖的风险。

中国居民营养与健康状况监测结果显示，我国女性孕产期体重增长平均达14公斤，有41%的女性孕产期体重增长超过推荐范围。而且，女性产后体重难以恢复到孕前水平，产后1至2年较孕前体重平均重3公斤，有39%的女性在产后半年、1年和2年内体重滞留超过7公斤、6公斤和5公斤。

赖建强说，肥胖会增加育龄期女性患2型糖尿病、高血压、血脂异常等心血管代谢性疾病和月经不调、子宫内腺瘤、乳腺癌等特定疾病的风险。此外，肥胖女性还可能出现生育特征受损，如围产期胎儿死亡率升高、泌乳能力下降、乳汁营养降低等，对后代生长发育产生不良影响。

于康说，做好女性孕产期体重管理，应注重合理膳食和主动运动，“孕前期维持健康体重，合理膳食，适当增加运动；孕中期维持体重合理增加，选择低GI、优质蛋白、低脂食物，每周适度运动150分钟；产后保持膳食多样，避免过量，逐步提高运动强度和减重。”

专家建议，孕期和产后女性多做一些有氧、力量、柔韧性、平衡性和盆底肌训练。孕妇应在较凉爽的条件下进行运动，如在阴凉处或清晨锻炼；尽量避免在高温高湿环境下运动，避免骑马、高山滑雪等较为剧烈的运动。

（来源：新华网）

(上接第一版B)建立联席会议制度，实施领导牵头机制，确保工作有序推进。

在工作推进过程中，各部门各司其职、协同配合。宣传部门充分发挥统筹协调作用，精心制定活动方案，举办启动仪式、召开部署推进会，全程指导督促；各牵头部门围绕移风易俗宣讲、文明交通等“十项活动”重点任务，细化举措，明确分工；工会、团委、妇联等社会组织依托新时代文明实践中心(所、站)，发挥自身优势，多点发力，推动活动走深走实。

突出主题、精准宣讲，凝聚思想共识

组织市委讲师团理论专家、相关单位业务骨干成立提编编写专班，开展为期10天的专题调研，走访群众1500余人次，并广泛征求意见，最终形成高质量宣讲提纲，印制2000册藏汉双语版《宣讲提纲》，为宣讲工作提供有力保障。

在宣讲队伍建设上，不仅充分发动1100余名农牧民骨干宣讲员，还吸纳专家学者、道德模范等各界人士加入。市家庭教育讲师团负责人卓玛、“全国自强模范”次仁卓巴、“全国人民满意公务员”格桑旦增等纷纷带头宣讲，发挥示范引领作用。目前，已组建市级宣讲团10个、县级宣讲团12个。各县(区、市)也积极创新宣讲模式，培育宣讲品牌。琼结县琼结镇“文明新风宣讲团”采用“典型人物示范讲”等多种模式开展宣讲；错那市勒门巴民族乡“爱国守边”模范志愿服务队正在巡边路上传递正能量；洛扎县“我与文明有约”、桑日县“桑日青稞小讲堂”等品牌活动精彩纷呈，以多元形式传递文明理念，激发群众参与热情。

创新载体、多管齐下，纵深推进开展

各牵头单位结合自身职能，创新方式方法，全力推进活动开展。市委

社会工作部将移风易俗内容纳入村规民约，修订完善2899条；市公安局发布文明交通倡议，升级交通设施；市司法局开展分层普法宣传；市便民服务中心开展手语培训、发放服务手册；市卫健委组织健康讲座和义诊；市市场监管局联合外卖平台，将文明餐桌标语印制在食安封签上；市电影发行放映站开展“宣讲+电影放映”活动；市妇联打造“阿佳讲堂”等线上课堂。

同时，市文明办围绕活动主题，将11个全国文明村镇设为示范点，涌现出乃东区嘎东团结新村“嘎东夜话”、曲松县白林村无烟示范村、措美县卓德村“群众参与+积分管理”、错那市勒门“护边志愿服务联盟”、错那市肖村“德育银行超市”等诸多创新经验，将乡风文明融入基层治理和群众生活，助力乡村振兴。市检察院在曲松县召开市妇女儿童权益保护检察工作现场会，总结推广基层创新实践经验。

广泛宣传、形成声势，营造良好氛围

制作刊播“文明新风”公益广告宣传短视频9个，在户外平台和移动端同步推送，进一步扩大活动社会知晓度和影响力。市级媒体开辟“培树文明新风 崇尚健康幸福生活”“文明新风尚 共筑新未来”专栏，累计刊播新闻稿件140余条，其中《文明新风拂面来 健康生活共追求》等10余篇稿件被人民网、西藏日报、西藏电视台和“学习强国”西藏平台等采用。各级融媒体中心陆续推出“主播说文明”专题专栏，形成浓厚舆论氛围。洛扎县制作系列新媒体优秀作品，弘扬文明新风。

此外，我市还开展“文明山南·与榜样同行”先进典型宣传展示活动，通过新媒体平台展示先进典型事迹，让榜样力量深入人心。制作印发《山南市民文明手册》9000册、文明新风宣传海报2.3万张，以图文并茂的形式提升干部群众文明素养。

水质检测

为保障城市公共供水安全，山南市自来水总公司按照《城市供水水质管理规定》、《生活饮用水卫生标准》(GB5749-2022)和《地下水质量标准》(GB/T14848-2017)要求，2025年5月6日委托第三方《西藏永蓝环保科技有限公司》对总公司各水厂水源水、出厂水和管网末梢水水质进行采样检测，检测结果公示

遗失声明

艾巴仓乐园(统一社会信用代码:92542232MA6T55R583)不慎,将营业执照(正本、副本)丢失,声明作废。

山南市自来水总公司
2025年5月26日