



# 褚振中：当年“抗非”勇士 今日“创卫”先锋

记者 张劲松

“创卫”路上,他有着掘地三尺都要做好“创卫”工作的激情,有着想方设法都要让辖区垃圾“无处遁形”的韧性。

自“创卫”以来,从没休过节假日,从没帮家里做过家务,就连陪孩子吃顿饭都变成了奢侈的事情。当年“抗非”,他曾在一线抗战 105 天,在火线上上了党。

他就是周口市城乡一体化示范区“创卫”办公室工作人员褚振中。

今年 10 月 3 日晚上 11 时,褚振中才忙完一天的工作,区“创卫”办副主任韩宝珠又打来电话说要他整理督导组当日的督查通报,第二天早上 6 点晨会要用。二话没说,他又开始了工作,直到第二天凌晨 4 时 30 分左右才忙完。在办公室休息个把小时,6 时许,他准时参加当天早上的“创卫”晨会。像这样的工作状态,对褚振中来说司空见惯。

“在督导的过程中,有时也会遭到误解。作为基层工作人员,有好几次我想提出回原单位工作,但是看到‘创卫’工作时间紧迫,任务艰巨,每次到了领导面前都欲言又止。”记者了解到,褚振中于 2016 年下半年被抽到区“五城联

创”办公室工作,之前,他是搬口卫生院副院长。

由于“创卫”工作时间紧、任务重,褚振中没有时间和同学、朋友聚会,时常受到朋友的误解甚至嘲讽。今年 9 月 10 日,褚振中一个当兵的同学回来休假,当天打电话说聚一下,由于工作太忙,褚振中没有参加。之后的一个半月时间里,褚振中竟然没有抽出时间和同学聚一下,至今,他还感到遗憾。

“其实我真想和同学聚一下,可是太忙了,怕耽误工作,怕误了‘创卫’大事。”说这话时,褚振中显得很委屈也很无奈。

“真不知道你咋那么忙,一周过去了,女儿还没见上你一面。”说这话时,褚振中的爱人有点埋怨。每天早上 6 点褚振中就走在“创卫”督导的路上,这时他 7 岁的女儿还没睡醒;每天晚上,褚振中 11 点左右回到家,女儿早睡着了。

正在上初中的儿子已经 12 岁了,两周才从学校回来一次,由于“创卫”工作繁忙,褚振中几个月没有和儿子

一起吃过了。今年暑假后的一个周末,褚振中本打算中午请儿子去饭馆吃顿饭,可早饭后接到任务,陪孩子吃饭的事情又要泡汤,他就以野外游玩的理由带孩子坐上车,一个上午,在示范区辖区内转了个遍儿。快下午 1 点了,还有两个地方没有转到,这时孩子饿得已经受不了。“爸爸,几个月没和你一起吃饭了,今天你说请我吃饭,都快 1 点了还没吃上饭,我饿得受不了。”说这话时,孩子眼里含着泪水,脸上满是委屈。那天下午 1 时 30 分,褚振中终于带着孩子回到家,只用了半小时,简单陪孩子吃过饭后,就赶紧回到办公室。

“每次我回到家,妻子说得最多的话就是‘你除了上班还是上班,家里的事儿你管过啥’。”面对妻子,褚振中总是充满着感激,家里的事他的确没有管过多少,可家里的每一项事情妻子都做得井井有条。

对于每天的加班,褚振中已经习以为常。说起“创卫”,他感觉责任重大,使命光荣。“褚振中真是把平凡的工作干到了极致,是示范区党员干

部的榜样,值得大家学习!”示范区管委会副主任丁有亮如此评价他。

“在我小的时候,爸爸老是说不管干什么工作,一定要干好。别人不愿意干的工作你去干,别人干的工作你更要尽力干,一定要干一行爱一行。”褚振中说,他的爸爸是一位老军人、老党员,是搬口卫生院的一名退休职工,曾经获得卫生部颁发的荣誉证书。父亲的话种在了他的心里。如果工作上遇到困难就退缩,他感觉没脸回家见年迈的父亲,更不是一名共产党员的风格。

记者了解到,褚振中是 2003 年“非典”一线入的党。那一年,“非典”肆虐时,他自告奋勇冲在一线,连续在当时的淮阳县西大门(原搬口收费站)站岗 105 天,其中的辛苦、危险、付出可想而知。在国家和民族遇到灾难的时候,褚振中冲在了一线,当年,搬口卫生院就他一个人被特批入党。那一年,褚振中 23 岁。①7

## 身边的初心使命

<b>一、贾鲁嘉苑 AB 地块</b> 1.支护桩、桩基工程、塔吊安装、褥垫层、砼垫层、主楼防水、主楼基础钢筋施工已完成； 2.土方开挖累计完成 46.49 万立方米、降水井累计完成 175 口,基坑边坡支护累计完成 12250 平方米； 3.基础钢筋：地库 A3、A4、A6—A9、A11 —A13、A16、A17、B1、B11 —B13、B15 区筏板钢筋完成 100%,A5 区完成 80%； 4.主体工程：A1# 楼二十六层完成 5%，A2# 楼二十六层完成 65%，A3# 楼二十五层完成 40%，A4# 楼已封顶，A5# 楼二十二层完成 55%，A6#、A7# 楼已封顶，A8# 楼二十一层完成 50%，B1#—B5# 楼已封顶，B6# 楼十八层完成 100%，B7# 楼已封顶，B9# 楼（商业）二层完成 40%；地库 A1、A3、A4、A7、A9、A10、A12、A16、A17、B11、B13、B15 区完成 100%，A6 区完成	<b>5%、A8 区完成 45%；</b> 5. 砌体施工：A2# 楼完成至十层，A4# 楼完成至十四层,A6# 楼完成至十四层,B2# 楼完成至二十六层,B3# 楼完成至二十一层,B4# 楼完成至九层,B5# 楼完成至二十四层,B7# 楼完成至十九层。 <b>二、贾鲁嘉苑 C 地块</b> 1.土方工程、CFG 桩、支护桩、降水井、基坑边坡支护、塔吊安装、主楼基础钢筋施工已完成； 2.SDS 桩累计完成 900 根； 3.地库施工：1—26 区筏板钢筋完成
---	--

### 糖尿病防治知识(三)

## 糖尿病科普知识(运动篇)

糖尿病治疗的另一匹“驾辕之马”是运动。运动可以增强胰岛素的敏感性,消耗能量,有利于患者血糖的控制,增强体质,改善血液循环,预防并发症、合并症的发生。糖尿病运动要遵循循序渐进、量力而行、持之以恒的原则。

### 一、首先进行病情评估：

可以在医师的帮助下,根据年龄、性别、职业、病史、当下疾病状态及有无并发症、合并症,来评估一下病情,自己适合不适合做运动,做什么样的运动。

### 二、选择适合自己的运动,运动大致分为三类：

- 1.轻度运动:散步、做家务、购物、打太极拳、骑车。
- 2.中度运动:快步走、慢跑、跳舞、上楼梯、做广播体操。
- 3.重度运动:跳绳、游泳、打球。

通常我们选择轻中度的有氧运动,一周 3 至 5 次,每次 30 至 60 分钟,一周不少于 150 分钟,比较适宜的运动心

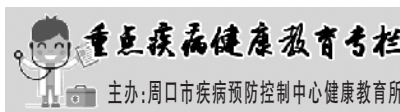
率=170—年龄。

### 三、注意事项：

- 1.运动前要做 5 至 10 分钟的热身,运动中时刻观察自己的反应,运动后做 5 至 10 分钟的整理动作,避免过激运动造成的不适。
- 2.选择合适的鞋袜,运动后检查脚是否磨擦。
- 3.随身携带糖果、饼干、巧克力等零食,以防低血糖的发生。
4. 糖尿病病人运动最好结伴而行,白天运动。

运动是我们消耗血糖,也是降低血糖的一个重要的途径,所以“迈开腿”将使糖尿病患者走向更美好的明天。

(周口市专科病医院糖尿病专科 袁慧芳)



# 持续开展“四德”教育 铸造新时代应急人

**本报讯** (记者 张志新)勇于担当,有强烈的责任意识,在其位,谋其事,做到日常工作尽责、难题面前负责、出现过失担当……为把“不忘初心、牢记使命”主题教育向纵深推进,近日,市应急管理局下发《关于深化“四德”教育 切实转变机关作风的通知》(以下称《通知》),决定从现在开始到今年年底,在全系统持续开展以社会公德、职业道德、家庭美德、个人品德为主要内容的

“四德”教育活动。  
《通知》要求,整个活动分三个阶段实施,第一阶段通过精心谋划部署,广泛宣传发动,认真制订“四德”教育活动方案,组织召开动员会。第二阶段紧紧围绕“四德”这一主题,精心组织开展各类“四德”教育活动。第三阶段将“四德”教育活动贯穿“不忘初心、牢记使命”主题教育全过程,对活动开展情况及取得成效进行自我评价,形成自查报

## 淮阳再次吹响烟花爆竹“打非”号角

“打非治违”行动。

会议通报了该县近年来,尤其是今年的烟花爆竹“打非”工作情况,并对下一步工作进行再安排再部署,要求各乡镇要在会议之后,迅速行动,张贴标语,公布举报电话和奖励办法,进一步宣传非法生产、经营、储存烟花爆竹的危害

性;要迅速开展拉网式大排查,做到县不漏乡、乡不漏村、村不漏户、户不漏房、排查无盲区、工作无死角;要突出对重点村、重点户和重点人的排查;要迅速与各村行政村签订目标管理责任书,实行网格化管理,切实落实安全生产属地监管职责;要继续鼓励举报非法生产、经营、储存、运输烟花爆竹各类违法行为。

会议强调,要充分考虑工作的反复性、复杂性、长期性和严峻性,切实做好长期作战的思想准备,深刻汲取事故沉痛教训,引以爲戒,决不存侥幸心理,更不能让非法生产经营烟花爆竹行为死

4 大部分,共计 40 小项内容。

市应急管理局相关负责人说,此次活动旨在要求全体党员干部,时刻严格要求自己,切实将“四德”教育落实到日常工作之中,将落实到“8 小时”之外,落实到一言一行、一举一动之间,形成“风清气正、进取向上、担当作为、和谐温暖”的良好工作环境,争做新时代对党忠诚、纪律严明、赴汤蹈火、竭诚为民的应急人。②2

灰复燃。要切实转变思想,提高认识,强化领导,落实责任,采取部门联动,开展强力执法,对发现的烟花爆竹非法违法行为进行严厉打击。要不定期对该县“打非”工作进行督导。

据了解,淮阳县烟花爆竹生产企业自 2012 年整体退出以来,该县上下精心组织,齐抓共管,履职尽责,做了大量卓有成效的工作,连续 7 年实现了“零事故、零伤亡”,取得了有目共睹的成绩,保持了稳中趋好的好态势。尤其是今年以来,该县共收缴非法经营储存烟花 263 箱、爆竹 1030 件,扣押非法运输烟花爆竹车辆 2 辆,行政罚款 5000 元,行政拘留 7 人。②2

## 应急与安全

应急指挥中心热线电话:(0394)8286998

生产安全事故与隐患投诉电话:12350

周口报业传媒集团

周口市应急管理局



在“双十一”来临之际,我市格力空调各专卖店已经历兵临马、紧锣密鼓地筹备,确保货源充足。格力空调一成不变的优质服务、超乎想象的价格、前所未有的优惠幅度将为消费者带来特别的惊喜。格力作为全球空调行业的领军品牌,一直坚持自主创新,其卓越的品质和领先的技术早已成为消费者首选。图为 11 月 4 日,格力电器帝上城专卖店员工正在积极备货。

记者 徐如景 摄

五层,12# 楼完成至十层,13# 楼完成至十二层。

### 七、顺和家园

1.土方工程、桩基工程、降水井、塔吊安装、边坡支护、基础施工、地库施工已完成；  
2.主体工程：A1# 楼二十二层完成 50%，A2# 楼西单元二十三层完成 70%、东单元二十三层完成 30%，A3# 楼十八层完成 50%，A4# 楼二十层已浇筑，A6# 楼十八层完成 100%，A7# 楼二十一层完成 30%，A8# 楼二十层完成 30%，A9# 楼二十二层完成 100%，B1#、B2#、B5#、B9# 楼已封顶，B3# 楼二十四层完成 10%，B4# 楼二十五层完成 70%，B6# 楼二十层已浇筑，B7# 楼二十层完成 30%，B8# 楼二十五层完成 30%，B10# 楼二十层完成 50%，B11# 楼二十一层完成 70%，B12# 楼二十层已浇筑；

3.砌体施工：A6# 楼完成至五层，A7# 楼完成至九层，A8# 楼完成至八层，A9# 楼完成至六层，B1# 楼完成至二十层，B2# 楼完成至十八层，B3# 楼完成至十一层，B4# 楼完成至十一层，B5# 楼完成至二十四层，B8# 楼完成至十层，B9# 楼完成至十五层，B10# 楼完成至七层。

### 八、泰和家园

1.土方工程、CFG 桩、基坑边坡支护、塔吊安装、基础施工、地库施工已完成；  
2.主体工程：21 栋楼已全部封顶；  
3.砌体施工：A1# 楼完成至二十二层，A2# 楼完成至二十层，A3# 楼完成至二十六层，A4# 楼完成至十八层，A5# 楼完成至二十三层，A6#—A12# 楼完成，B1# 楼完成至二十六层，B2# 楼完成至十八层，B3# 楼完成至十九层，B4# 楼完成至二十二层，B5# 楼完成至二十二层，B6# 楼完成至二十层，B7# 楼完成至十九层，B8# 楼完成至二十层，B9# 楼完成至二十一；

4.抹灰工程:内墙抹灰:A7# 楼完成至二十六层,A8# 楼完成至七层,A9# 楼完成至二十六层,A10# 楼完成至二十六层,A11# 楼完成至二十二层。

# 鹿邑瓶装液化石油气专项整治结硕果

**本报讯**(记者 张志新)11 月 4 日,记者从鹿邑县安委办获悉,10 月份,鹿邑县安委会组织相关部门大力开展瓶装液化石油气安全专项治理,取得了显著成果。

据了解,截至 10 月底,该县共排查各类瓶装液化石油气重点场所 687 家,发现并整改安全隐患 231 处,停业整顿 13 家,关闭取缔 2 家,经济处罚 2 万余元,消除了一批安全隐患。

按照上级要求,10 月 8 日,鹿邑县出台了《鹿邑县安委会瓶装液化石油气安全专项治理工作通知》,要求各乡镇、

各行业部门结合工作实际,成立领导小组,制订工作方案,落实整治责任,集中人员、集中领导、集中时间开展近 1 个月的瓶装燃气违法违规专项整治,全面整治该县非法经营、储存、倒装、运输和违规充装液化石油气等突出问题,全力遏制生产安全事故发生。

专项整治会结束,但是“打非治违”不会停止。下一步,鹿邑县将持续推进专项整治深入开展,加大入户检查力度,对违法违规行为按照“四个一律”要求,加大执法处罚力度,始终保持瓶装液化石油气“打非治违”的高压态势。②2

## 知识讲堂

眼下,天气逐渐变冷,又到了取暖季,可是每年都有一些市民因疏忽大意,发生一氧化碳中毒事件,市民在取暖时候应该多加注意。1.用煤炭取暖的住户,居室内火炉要安装烟囱,烟囱结构要严密,排烟排气良好。空气湿度大、气压低的天气应格外注意,室内门窗不

要封闭过严,做好通风措施。2.使用管道煤气时,要防止管道老化、跑气、漏气,烧煮时防止火焰被扑灭,导致煤气溢出。3.停车开暖气时,不要把车窗完全关死。4.洗澡间最好不要安装燃气热水器,因为洗澡间非常狭小,空气流动性差。

## 工作

## 动态

◆10 月 29 日,西华县应急管理局团委积极响应号召,组建一支由 4 名青年志愿者组成的队伍,开展文明交通志愿劝导活动,助力文明城市创建。

◆近日,鹿邑县消防大队深入该县博德中学开展消防安全知识培训及疏散演练活动,全面提升学校师生消防安全意识和逃生自救能力。

