

港南区多举措推进普法与依法治理工作落到实处

本报讯（见习记者李宗奇）近年来，港南区以落实“谁执法谁普法”责任制为抓手，以贯彻落实“八五”规划为主线，围绕中心，服务大局，强化责任，狠抓落实，着力丰富法治宣传载体、加强法治文化阵地建设，进一步推进基层民主法治建设，法治宣传教育取得明显成效。

该区着力健全完善机构体制。成立区委全面依法治区委员会守法普法协调小组，每年根据工作需要召开守开守法普法协调小组会议，全面统筹协调守法普法工作；建立普法骨干队伍，今年4月，成立由各乡镇、机关各部门的有关人员以及律师等78人组成的普法志愿者队伍，建立了港南区“八五”普法讲师团队伍。该区充分发挥城市、乡村文化站点和车载媒体等公共资源，积极引导镇街、村社、社会各单位建立法治宣传阵地，进一步完善守法普法宣传阵地。截至目前，已在木松岭小学、港南二中

（少年模拟法庭）、桥圩派出所建立青少年普法教育基地3个；建有法治文化广场2个，在各镇（街道）设有普法大讲堂9个、村级法治宣传教育阵地172个。

该区着力加强乡村普法与依法治理工作。2021年以来，该区开展“法律明白人”培养工程，构建基层法治治理新理念、新平台，有效化解基层矛盾纠纷，强化法治乡村建设。截至目前，该区172个村（社区）已有“法律明白人”2766人。此外，该区积极开展“民主法治示范村（社区）”创建工作，桥圩镇新华村和姚平村分别成功创建全国民主法治示范村（社区）。

该区着力推进各领域法治宣传工作。结合“春风行动”等招聘活动，加大劳动保障法律法规宣传力度，发放维权知识宣传材料8500余份，有效保障务工人员的合法权益。结合企业法治文化建设，

强化对企业经营管理人员的法治教育。开展“八五”普法工作以来，该区开展法治宣传“进企业”活动12场次，走访企业50多家，进一步营造了良好的营商环境。多举措推进青少年普法教育工作，港南区与区内140所中小学校开展合作，聘任“法治副校长”，每学期开展法治讲座、以案释法、法律咨询等形式的“开学第一课”系列活动，加强未成年人思想道德建设和法治教育。

该区着力开展主题宣传，促进全民普法。自“八五”普法工作开展以来，该区利用民法典宣传月、宪法宣传周等重要时间节点，开展扫黑除恶专项斗争专项斗争、优化营商环境、疫情防控、禁毒、反诈、实施乡村振兴战略等相关主题法治宣传活动600多场次、培训法制讲座300多场次；此外，发放宣传资料135万余份、宣传物品12万余份，张贴标语、横幅6万多条，展出法治展板1200多块。

贵港供电局：

服务项目建设再提速

本报讯（记者陆小洁 通讯员江灿梅）8月22日，南方电网广西贵港供电局供电服务人员现场走访广西爱咯乐农牧科技有限公司，为该公司提供项目建设用电服务。

广西爱咯乐农牧科技有限公司为标准化出口禽蛋养殖企业。该公司标准化养殖项目位于覃塘区樟木镇黄道村，占地48.7公顷、总投资5亿元，用电工程分三期建设，今年8月10日已完成二期变压器增容项目接火送电，增容变压器容量1500千伏安。

据了解，在该项目建设初期，贵港供电局实时关注项目建设用电需求，在企业提出二期工程建设的增容需求时，及时派出供电服务人员现场勘查、定制供电方案，快速办理业扩报装手续，仅27天就完成增容配变接火送电工作，以快速高效的供电服务，为企业发展提供了可靠的电力保障。

据介绍，该局将继续增强供电服务人员的服务意识与能力,创新开展办电资料再精简、办电流程再优化、办电效率再提升等服务举措,为高质量发展提供电力保障。



覃塘区平龙水库管理中心加强水库坝区管理，定期组织人力修整主、副坝绿化地带。图为8月24日，该管理中心组织员工割除水库一副坝坝坡的杂草。（记者张日芳摄）

六陈镇内外兼修推进乡风文明

本报讯(记者张日芳 通讯员张士寅)平南县六陈镇大力抓好环境整治，用好新时代文明实践所(站)场所,培树道德榜样,内外兼修推进乡风文明。

塑形固本，夯实乡风文明建设“基石”。六陈镇以“拆旧拆废”为突破点，加强环境整治及乡村风貌村屯示范点打造工作。镇、村干部合力开展复垦复绿，建设小菜园、小果园、小游园，重点把大妙村旺京屯打造成集生态、休闲、健身、娱乐、观光于一体的村屯“后花园”，建设了新贵村胡村屯、周隆村山子屯两个乡村风貌村屯示范点，建成金龙村“陈桂产业示范区陈列馆”主体，完成115个基本整治型村屯建设工作。2022年，该镇龙凤村被评为“广西壮族自治区卫生村”，古和村泗河屯入

围贵港市2023年农村综合改革美丽乡村建设示范项目。目前，全镇推行典型引路、示范带动，逐步实现“以点连线带面”的乡村风貌塑形工程。

在建设美丽乡村的同时,六陈镇注重新时代文明实践所(站)的利用,不断完善文明实践所(站)的场所维护、资料管理、队伍建设、活动开展、效果评估等制度,招募干部职工、在校学生、乡村居民等各职业、各年龄段志愿者1200余人,建成村、屯志愿服务队共104支,常年在村、屯开展宣传宣讲、文艺、法律、咨询、体育、健康、乡村振兴、移风易俗、孝老爱幼等志愿服务活动。同时,该镇新时代文明实践所还加强与乡镇社工站、广西青年发展空间、中小网格等社团组织的联系,纵横服务,有效延伸阵地的“触角”,拓宽阵

地活动辐射范围,进一步强化志愿服务工作。

培树道德模范，引领乡村风尚。六陈镇从日常点赞“好人好事”入手，深入开展星级文明户、文明清廉家庭、最美人物、百孝之子、道德模范等先进典型的选树工作，营造崇德向善、见贤思齐的浓厚氛围。2022年以来，全镇开展各类评选表彰活动39次，向上级推荐“身边好人”20余人，培育出全国“十大最美救护员”张隆云、广西新时代好少年张西子、全市“孝老爱亲”道德模范卢潇以及最美家庭、最美婆婆等一批先进典型。在这个基础上，镇党委、政府组织了一支由镇各级党组织书记、驻村干部、道德模范、青年代表等组成的“桂香强音 理响六陈”文明乡风宣

重视心理教育 培养阳光一代

耿银平

主持人语：随着客观环境和社会环境的变化，青少年的心理健康发展面临越来越多亟需解决的问题。政府、社会、学校和家庭，要高度重视心理教育，纠正心理发展不良态势，提高心理发展水平，让心理发展战略落地落细落实，促进学生身心健康、全面发展。



老徐茶座
广西新闻奖获奖专栏
栏目主持：徐 强

据8月24日《长沙晚报》报道，为提升学校心理健康教育质量、加强家庭心理健康教育水平、整合社会心理健康服务资源、强化心理健康工作实施保障——近日，长沙出台《长沙市全面加强和改进新时代学生心理健康工作十五条措施（暂行）》（下称《十五条措施》），学生心理健康工作怎么做，有了更具体细致的指导。

前不久，教育部等17个部门共同发布了《全面加强和改进新时代学生心理健康工作专项行动计划（2023—2025年）》，其中谈到，“到2025年，全国将有95%的配备专（兼）职心理健康教育教师的学校”“所有中小学校都要开设心理健康教育课程”，以及“建立健全覆盖城乡的心理健康服务网络”等，这预示着心理发展已经成为国家教育发展的重要战略。针对这一教育新态势，长沙市迅速出台了《十五条措施》，为全面加强和改进新时代学生的心理工作提供了全面、科学和制度化的实施方案。

首先，必须树立紧迫的心理发展意识。在过去，人们对心理发展的认识可能较低，也不会引发太大的问题。但现在，如果我们还抱有这种观念，必将引来许多困扰和造成错位发展。现在的生存环境已变得更复杂，压力也逐渐增大，我们的行为和观念也必须随着时代的发展而演变。学校、家长在为孩子提供物质帮助的同时，也应及时给予心理慰藉和情感支持。在提出高标准、严要求的同时，也要预留科学有效的宣泄途径，以保证他们在遇到挫折、失败、焦虑和困惑时，可以从容应对、不慌不忙。

其次，要不断提高心理发展能力和水平。《中国国民心理健康发展报告（2019—2020）》指出，2020年我国青少年的抑郁症状检出率达24.6%，其中轻度抑郁的检出率为17.2%，重度抑郁的检出率为7.4%。小学阶段的抑郁症状检出率约为10%，初中阶段的抑郁症状检出率接近30%，高中阶段的抑郁症状检出率接近40%，其中重度抑郁症状检出率为10.9%—12.5%。

为什么会出现如此严峻的心理发展不良呢？主要原因就是家长、孩子的心理素质相对较低，心理发展能力相对比

较弱，不能科学处理自身存在的不良情绪，不能及时纾解积压的负面情绪等。

《十五条措施》主张“以课程培养内心”，并将“心理健康教育课程”纳入所有年级的教学计划，涵盖如认识自我、学会学习、人际交往、情绪管理、生涯规划、生活和社会适应等多个方面，让心理教育融入孩子学习、生活的每个环节。在专业老师的陪同下，逐渐提升心理发展能力，用科学方法解决心理冲突、负面沉淀。此外，还通过“强化同伴协助”，学校每班设有1至2名心理委员，包括有寄宿生的学校设有寝室心理委员，每学期学校将对心理委员进行至少2次培训，强化学校的心理学习氛围，并营造伙伴式的教育环境，提高孩子的心理素养，确保每个孩子能够拥有平和、平衡、阳光、豁达的心态，提升心理发展水平，有效化解心理发展不良态势。

再次，要认真纠正心理教育中的知易行难。重视心理教育，培养阳光一代，已成为社会共识。但是，由于心理课程不能带来立竿见影的政绩和发展效应，不少学校的重视程度还是有点低。有学校的心理咨询室、情绪发泄室同虚设，心理课程也不能足额开设。《十五条措施》特意强调，将心理健康教育工作纳入政绩考核，与基层领导的行政政绩和“乌纱帽”挂钩。有了这条铁律，心理教育中的不良态势，肯定能得到改善纠正，为心理发展提供充分的行政保障。

我市加强评标专家力量助推营商环境优化

本报讯（记者张庆杰 通讯员凌颖）8月21日，记者从市大数据发展和政务局了解到，最近，我市国有企业非工程建设类、非政府采购类的货物和服务项目抽取评审专家开展评审项目得到圆满解决，对我市经济发展起到促进作用。

2020年底，我市印发《贵港市公共资源交易管理办法》以来，规范了公共资源交易项目“应进必进、能进必进”，由于进场交易项目多、类别多，导致在广西公共资源交易综合评标专家库（贵港市子库）抽取货物类和服务类的评标专家资源不

足，特别是不能满足进场交易的非工程建设类、非政府采购类的货物和服务项目评审需求，影响我市项目推进。

为解决该问题，市大数据发展和政务局加强主动沟通协调工作，向自治区机关事务局书面请求解决问题，提出该局工作思路和建议，争取重视和支持；与市财政局沟通共享政府采购评标专家，得到市财政局同意；协调市国资委作为项目监管部门，并印发《贵港市国资委关于监管企业招标监管工作有关事项的通知》，规范项目监管工作。

覃塘区布山小区开展爱心助学活动

本报讯（首席记者黄静华）8月21日，覃塘区覃塘街道荷塘社区（布山小区）驻小区工作队联合部分退役军人开展“情暖学子，金秋圆梦”爱心助学活动，为布山小区2名学生发放奖学金。

“小区工作人员和退役军人很热心，感谢他们愿意帮助我。”该小区学生覃飞燕今年参加高考，以优秀成绩被陕西师范大学录取。覃飞燕家境困难，父亲早年去世，母亲患有听力障碍和语言障碍，一家人生活全靠兄长在广东务工维持。此次小区的爱心助学活动资助其1000元，并赠送一张前往陕西的火车票。

荷塘社区（布山小区）是覃塘区的易

地扶贫搬迁移民安置小区，有安置房253套，安置搬迁户253户共1228人。一直以来，荷塘社区“两委”和驻小区的工作队都十分关心小区群众的生产生活，关注青少年学生的教育情况，此次助学活动是荷塘社区党员干部落实“我为群众办实事”的具体实践。

“我们每年都举行助学活动，奖金虽然不多，但希望以此鼓励青少年努力读书。”布山小区第一书记苏建顺说，小区工作人员将继续跟踪帮扶好脱贫群众家中孩子的教育情况，不让他们因为家境困难放弃学业，提升居民群众获得感、幸福感和满足感，助推乡村教育振兴走深走实。



连日来，市卫生监督所以监督检查为抓手，严格执行公共场所卫生管理条例，通过开展现场检查，强化各项卫生安全设施的落实，及时发现和消除卫生安全隐患。图为近日，卫监工作人员正在公共场所所检查。（陈曲摄）

如何护理银屑病

贵港市中西医结合骨科医院医院皮肤科 麦海芬

银屑病（psoriasis）俗称“牛皮癣”，是一种由环境因素刺激、多基因遗传控制、免疫介导的皮肤病，典型表现为鳞屑性红斑或斑块，局限于一处或全身广泛分布。多数患者冬季加重或复发，夏季可缓解。部分患者可同时有关节症状（如关节肿胀、疼痛）、指（趾）甲的异常，中重度患者患代谢综合征（以肥胖、血脂紊乱、高血压、血糖异常为主要表现）、心血管疾病的风险增加。银屑病严重影响患者的生活质量。尽管目前治疗尚无法达到避免复发，但积极治疗可以明显减轻皮损或者促使痊愈，避免出现严重并发症，明显改善患者生活质量。

银屑病的病因有哪些？

这是最重要的因素之一，目前已确定多个银屑病易感基因位点。父母患有银屑病则孩子患病的机率会增加。

免疫因素

寻常型银屑病中淋巴细胞、单核细胞浸润明显，尤其是T淋巴细胞和树突状细胞，表明免疫系统参与了该病的发生和发展。

银屑病病因尚不明确，目前已知银屑病是由遗传因素、环境因素共同作用而引起的。银屑病是在遗传易感性的基础上，受环境影响导

致发病或者病情波动。环境因素包括感染、精神紧张、外伤手术、妊娠、肥胖、吸烟、酗酒、某些药物作用等。因此，在银屑病的发生发展中护理起着重要作用。

银屑病的护理主要包含皮肤屏障护理、心理护理、生活护理、饮食护理、用药护理以及抗感染护理。合理的护理可减少银屑病复发，使患者病情获益。我们将分两期来跟大家分享银屑病的护理内容。今天我们先来了解一下银屑病患者日常生活中皮肤屏障和心理护理秘籍吧！

1.银屑病的屏障护理

洗澡注意事项

- 建议使用温水洗浴，洗澡水温维持在32—37℃之间。避免热水烫洗，热水会使皮肤干燥，加剧瘙痒。
- 建议患者每日1次或者隔日1次洗澡。洗澡的时间不要超过每次15分钟。
- 避免使用强力香皂，选择温和的清洁剂。像水状乳霜和乳化软膏这样的肥皂替代品对于干燥和敏感的皮肤更舒适。
- 浴后皮肤护理
- 沐浴后轻轻地拍干皮肤。避免粗糙的毛巾擦拭，否则会刺激皮肤。

每天至少保证在干燥的皮肤和皮疹上涂抹一至两次保湿霜。

- 干燥、龟裂和脱屑的皮肤可以使用较为稠厚的润肤霜，如凡士林或含油量较多的产品。对于不太干燥的皮肤，可以使用相对轻薄的润肤乳。
- 可在沐浴后使用外用药物，刚沐浴过的皮肤更易吸收这些产品。液体石蜡和凡士林等油性润肤霜会减少皮肤对外用药物的吸收，因此最好在使用外用药物之后再涂抹油性润肤霜。

2.银屑病的心理护理

- 银屑病给患者造成的心理痛苦远大于身体痛苦。其中部分原因如下：
 - 由于银屑病存在病程长，复发率高，病情容易加重等情况，导致患者病情反复迁延不愈。
 - 银屑病患者易被周围人发现皮损并产生歧视、躲避等行为；或误以为银屑病十分恐怖并远离银屑病患者，为患者带来了极大的心理压力。
 - 由于病情无法根治，需要长期用药治疗，增加了患者的经济负担，导致患者与家庭的生活质量有所下降。
 - 大多数患者与家属对银屑病本身没有正确、足够的认识，因此

可对疾病本身产生恐惧，给患者造成了严重的心理负担。

- 患者要适时调节自身的不良心态,保持积极向上的心情,以良好的心态应对病情,积极地配合治疗。
- 鼓励家人或朋友陪同患者一起参加患者健康教育会或者科普讲座，了解银屑病的发病原因及机制，让家人和朋友认识到银屑病不具有传染性，而且是可以治疗得到很好控制的。
- 患者可以通过培养兴趣爱好使自己保持心情愉悦，使身心达到良好的状态。
- 目前银屑病的治疗取得了非常大的进步,大部分患者完全可以回到正常生活的状态。所以要有信心哦！
- 皮肤屏障功能不全与银屑病的复发密切相关，因此保护皮肤屏障在预防银屑病复发中至关重要。合理的洗浴及坚持外用保湿剂能降低银屑病复发率和减轻复发时的严重程度。目前，局部保湿剂是国际公认的治疗银屑病的一种标准化辅助治疗方法。
- 银屑病也是一种心身疾病，心理因素在银屑病的诱发、发展及治疗中具有重要作用。银屑病本身易使患者产生自卑心理，严重影响社会生活，明显增加自杀率及死亡率。因此，心理治疗是银屑病治疗中不可或缺的一部分。

健康贵港