

宣传阐释习近平新时代中国特色社会主义思想

## 基层治理多下“化解”功夫

江 南

不断健全共建共治共享的社会治理制度,使每个社会细胞都健康活跃,必定能在提升社会治理效能中提升群众的获得感、幸福感、安全感

“把党员、干部下访和群众上访结合起来,把群众矛盾纠纷调处化解工作规范起来,让老百姓遇到问题能有地方‘找个说法’,切实把矛盾解决在萌芽状态、化解在基层。”在浙江省湖州市安吉县社会矛盾纠纷调处化解中心(以下简称“矛调中心”),一进门便看到墙上醒目的大字。

2020年3月30日,习近平总书记来到这里,在了解群众矛盾纠纷一站式接收、一揽子调处、全链条解决模式运行情况时,语重心长地说:“基层是社会和谐稳定的基础。”

在党的二十大报告中,“完善社会治理体系”这一部分多次提到“基层”这个关键词,强调要“及时把矛盾纠纷化解在基层、化解在萌芽状态”。这让矛调中心“金牌”调解员王正平备受鼓舞,他深有感触地说:“我坚持每星期都到村居调解矛盾纠纷,今年参与调处的成功率达到100%。”如何加强和创新基层社会治理?坚持和发展新时代“枫桥经验”是关键,特别要在“化解”上下功夫。进一步畅通和规范人民群众诉求表达、利益协调、权益保障通道,健全矛盾一站式、多元化解决机制,才能努力做到“小事不出村、大事不出镇、矛盾不上交”。

作为“枫桥经验”的发源地,浙江不断坚持和发展新时代“枫桥经验”。2019年,进行社会治理领域“最多跑一地”改革;2019年底,全省实现县乡

调中心全覆盖;2022年,继续探索将县乡矛调中心升级为县级社会治理中心。目前,浙江已建成县级社会治理中心90个,努力打造为集运行监测、矛盾调处、分析研判、协同流转、应急指挥、督查考核于一体的综合性平台。立足实际,有效实现矛盾纠纷就地化解,必须从完善政策、健全体系、落实责任、创新机制等方面入手,做到发现在早、防范在先、处置在小。

从矛调中心到社会治理中心,迭代升级的不仅是名称。在安吉,溯源治理方面过去还存在短板,如果矛盾纠纷不能在源头上减少,那调处化解工作无异于“开着水龙头拖地”。如今,安吉实现县乡村三级矛调中心(站)全覆盖,探索形成一窗受理、调解对接、教育疏导、分层协调等工作机制。

2020年以来,安吉三级矛调中心受理各类矛盾纠纷28546件,化解27787件,化解率97.34%,群众满意率99.3%,90%矛盾纠纷在乡、村层面得以化解。实践证明,实现社会矛盾纠纷调处化解机制从单一调处化解向多元综合治理的转变,多方参与、多元调解,有助于找到合理解决办法,让群众更满意、让治理更有效。

信息化、数字化,也为基层治理提供了有力支撑。基层治理平台、省社会矛盾纠纷调处协同系统、掌上矛调系统等数字化系统的数据对接,让县乡村三级矛盾纠纷收集实现“纵向到底”;12345县长热线、重点行业部门数据对接,以及省社会矛盾纠纷调处协同系统的运用,让各部门矛盾纠纷收集做到“横向到边”;“解纷码”“法润两山”法律服

务直通车等数字化场景,让矛盾纠纷受理、处置全程实现数字化流转……安吉给矛盾纠纷调处建起了数字平台、打牢了数字底座。运用信息技术提升治理现代化水平,才能更好建设人人有责、人人尽责、人人享有的社会治理共同体。

在矛调中心墙上有四句标语:“用心”响应诉求,“真心”化解矛盾,“贴心”为民服务,“忠心”尽职尽责。加强和创新基层社会治理,就要始终把人民放在最高位置,与群众“零距离”接触,“心贴心”交流。不断健全共建共治共享的社会治理制度,使每个社会细胞都健康活跃,必定能在提升社会治理效能中提升群众的获得感、幸福感、安全感。

(原载于2022年12月05日《人民日报》第05版)

“我们的小康生活”  
北碚区乡村村晚在澄江上演

本报讯(记者 齐宏)12月15日,欢庆二十大·奋进新征程——“我们的小康生活”重庆市北碚区乡村村晚暨重庆市第一片区文化馆联盟线上展演活动在澄江镇柏林村王家院子精彩上演,来自北碚区文化馆、重庆两江艺术团演员们为村民送去精彩文艺表演。

本次活动由区文化旅游委、澄江镇党委、澄江镇人民政府主办,区文化馆承办,采取线下+线上联动展演的形式,集中展示北碚区及第一片区文化馆联盟乡村文艺创作成果并通过“国家公共文化云”进行全国直播。

当天下午3点,歌舞《永远跟党走》拉开序幕。随后,男女声二重唱《幸福中国一起走》,原创舞蹈《绿水青山》《青青的石板路》,歌曲《幸福小康》《风吹麦浪》等获得阵阵喝彩。

值得一提的是,村晚上,澄江镇、柏林村相关负责人还通过线上平台向全国观众推介了澄江镇乡村旅游和农特产品,诚邀五湖四海的观众来澄江游玩,欣赏缙云山美景、品尝地道农家美食,感受北碚乡村振兴成果。

除了线下展演外,来自江北区文化馆、沙坪坝区文化馆、巴南区文化馆等重庆市第一片区文化馆联盟选送的优秀乡村文艺作品也通过线上的形式面向全国观众展播。这些作品包含音乐、舞蹈、曲艺等,大多为2022年新创作的反映乡村振兴、新农村建设的现实题材作品。

12月15日,在澄江镇柏林村王家院子,舞蹈演员们表演文艺节目。  
记者 秦廷富 摄

年度最受期待电影  
《阿凡达:水之道》上映

本报讯(记者 田济中文/图)近日,备受影迷期待的电影《阿凡达:水之道》(以下简称《阿凡达2》)正式在全国上映。在重庆UME影城北碚店,不少市民选择线下观看该电影。

《阿凡达2》由詹姆斯·卡梅隆执导,片长193分钟。在演员上,除了第一部男女主演萨姆·沃辛顿和佐伊·索尔达娜回归外,凯特·温斯莱特、杨紫琼等知名演员也倾情加盟。第二部故事发生在第一部故事的5年后,曾经的地球残疾军人杰克已经成为了纳美族的族长,与妮特丽组建了家庭,育有一对可爱的儿女。直到某天,部族兄弟的意外身亡,打破了他们平静的生

活,杰克猜测有人类的阿凡达混入部落,于是与族人共同对抗邪恶势力。

在重庆UME影城北碚店,刚刚看完电影的张先生表示:“看第一部的时候我还在上学,隔了十几年终于等来了第二部,虽然电影有三个多小时,但故事情节还是不错的,看起来不会让人感觉疲惫,没有让我们粉丝失望。”

据介绍,自该部电影官宣定档后,已先后打破过去三年贺岁档档期影片累计票房纪录、档期票房纪录及单日票房纪录三项影视纪录。截至12月15日20时30分,全国首日预售票房已达6664万元,综合票房(含预售)更是超过1.91亿元。



市民在自助机前取票。

千亩桔子熟  
采摘正当时

本报讯(记者 田济中文/图)眼下正是各类柑桔成熟上市的季节,在东阳街道西山坪上千亩的柑桔林内,硕果累累、果香袭人。趁着周末,不少市民走进果园,感受采摘的乐趣。

走进柑桔林,阵阵果香扑面而来,市民们边摘边尝,大饱口福的同时,欣赏美丽的田园风光,感受丰收的喜悦。

市民李女士说:“今天特意带娃来摘桔子,既能亲近大自然,呼吸新鲜空气,又能让他体验采摘的乐趣。”

据介绍,西山坪共种植有各类柑桔1000余亩,拥有大雅柑、沃柑、血橙、脐橙、明日见等10余个柑桔品种,今年柑桔长势整体良好,预计可实现产值约300万元,整个采摘期可持续到明年4月。

东阳街道西山坪村驻村第一书记王青峰说:“我们西山坪种植柑桔已有70多年的历史,今年各类柑桔的总产量预计达到100万余斤,平均每斤售价2.5—3.5元。市民可以自己前来采摘,还可以通过我们的直播带货、社区团购等形式购买产品。”



市民采摘桔子,感受丰收喜悦。

## 慢阻肺小常识

我国居民慢阻肺患病率高,并随着年龄的增加而升高,但肺功能检查率低,大多数慢阻肺患者不了解自己的患病情况。

建议大众:

1. 了解慢阻肺的相关知识;
2. 定期进行肺功能检查,尽早知晓自己是否患有慢阻肺;
3. 主动戒烟,避免二手烟暴露;
4. 避免与有毒、有害的气体及化学物质接触,减少粉尘暴露;

5. 减少生物燃料燃烧所致的室内空气污染,避免大量油烟刺激;

6. 在室外空气污染严重的天气减少外出或做好防护措施;

7. 主动接种流感疫苗和肺炎球菌疫苗;

慢阻肺患者应加强生活方式干预,注意合理膳食、适量运动,减少危险因素暴露,注意预防感冒,及时接种流感疫苗和肺炎球菌疫苗等,在医生的指导下进行治疗和康复训练等。

## 卫生与健康专栏

北碚区卫生健康委员会 主办

## 久坐的危害

现代人,除了睡觉,最常用的姿势就是坐着。路上通勤坐着,上学上班坐着,回家休息躺在沙发上也坐着,我们似乎随时随地都会坐着。而对于久坐的危害,大家还停留在腰酸背痛上,其实,久坐的危害不止于此。

1. 颈椎病。坐着时人的头部是处于前屈位,这时颈部的血管会受到压迫,导致血液循环不畅通,肌肉也处于紧张状态,久而久之颈椎慢慢就会变僵硬。

2. 腰肌劳损。长时间保持一个姿势不动,很容易使腰背部过度劳累,阻碍血液正常流动,软组织因缺血、缺氧会引发腰肌劳损,出现腰疼等情况。

3. 引起痔疮。长时间坐着容易使压力在直肠周围聚集,造成直肠血液循环障碍,并且使直肠周围的静脉血管薄壁慢慢扩张,出现充血造成痔疮。

4. 诱发前列腺炎。前列腺位于盆腔内,男性如果长期坐着,会影响盆腔的血液循环,引起前列腺局部出现充血、水肿,有害物质无法排出,导致前列腺炎。

5. 诱发妇科炎症。女性如果上班久坐,压迫盆腔局部,也会出现充血的情况。这时,如果你还喜欢翘二郎腿,那这样的坐姿会使私密处一直处于封闭而潮湿的

环境中,非常容易致细菌滋生,出现妇科炎症。

6. 肥胖。每天都在摄入热量,而活动量缺乏,能量消耗过少,进而造成基础代谢率缺乏,身体脂肪堆积,久坐对腰腹部脂肪的堆积作用尤其明显。

7. 肌肉、骨骼损伤。当长时间保持一个姿势坐着的时候,人的肌肉没有任何的牵拉,骨骼也得不到活动,如果平时再不运动的话,时间长了就会导致肌肉松弛,骨骼退化。

4个动作减轻久坐伤害:

1. 转头。先抬头往后仰,再慢慢低头,接着向两侧倾斜,使头部充分伸展。接下来头部开始缓慢转动,最后靠在椅背上,两手抱在颈后,停留片刻。

2. 踮脚。双脚并拢着地,踮起脚尖,片刻后放松,重复20~30次,踮起脚尖时,有利于下肢血液回流顺畅。所以,久坐的人,最好每坐1小时就做1次踮脚运动。

3. 抬腿。抬起一条腿,坚持住,直至腿部发酸,再换另一条腿。可以锻炼平时很少运动到的大腿股四头肌。

4. 贴墙站。整个身体紧贴墙壁,保持头、背、臀在一条线上,后脚跟离墙一拳远。这样能使前胸得到一定伸展,放松紧绷的肩膀。

来源:科普中国

## 提高全民科学素质专栏

北碚区科协 主办



缙享北碚

指尖上的智慧生活  
让你更加喜欢北碚