

深情大爱“点亮”空巢

——记吉林好人、国网白城供电公司党委党建部副主任朱靖璐

●本报记者 李彤君

近十年的公益路上，2023年第一季度吉林好人、国网吉林省电力有限公司白城供电公司党委党建部副主任兼团委书记朱靖璐在尽职尽责做好本职工作的同时，以高度的社会责任感，积极投身志愿服务事业，用爱心温暖了孤寡老人、留守老人的晚年生活。

多年来，朱靖璐从一名普通的青年志愿者成长为国网白城供电公司“科尔沁”青年志愿者服务队队长。在她的带领和发动下，志愿者队伍越来越庞大，由当时的231人发展到如今的406人，并常态设置了21支志愿服务小分队。同时，为确保专业支撑到位和志愿服务水平，她每次都积极组织活动并参与其中，还定期组织志愿者开展技能培训。

做孝老敬亲的“带头人”

2015年，朱靖璐发起了“电亮空巢”助老敬老志愿服务项目。在她的参与和推动下，国网白城供电公司先后与9个社区12家养老院结成帮扶对子，为780余名老人送去关爱。

朱靖璐深知，陪伴是化解孤寡老人孤独最好的良药。为此，她和团队骨干集思广益，在常规的志愿服务活动中增加了一系列让老人开心的特色娱乐活动。组织志愿者利用节假日时间，开展“三送”活动，即送文艺到养老院、送棋牌到养老院、送“祝福”到养老院。以形式多样的趣味娱乐活动，为老人的晚年生活增添乐趣。在传统节假日里，志愿者们与老人一起贴春联、包饺子、包粽子、煮汤圆、吃年夜饭。尤其在老人生日时，为老人送去蛋糕和祝福，让老人感受到儿孙绕膝的幸福。

因为很多养老院的老人子女亲友不在本地，老人渴望与远方的亲友沟通，然而老人自己又不会使用智能手机。了解到这一情况后，朱靖璐在志愿者中提出“三通过”举措，即通过视频见亲人、通过电话聊亲情、通过照片看亲友。这一做法化解了老人们的思念之情。同时，又为老人拍摄生活照，留下最美瞬间，并用微信发给他们的亲友，让远方的亲友放心。这些“电力儿女”的暖心之举，给老人们的晚年生活带来了生机和欢乐，受益人群达4200余人。

做精准帮扶的“贴心人”

在满足孤寡老人基本生活需求的前提下，朱靖璐考虑到在提高老人生活水平的同时，还要提升幸福感。为此，无论是母亲节还是传统节日，朱靖璐都组织青年志愿者们为福利院、敬老院的孤寡老人送上关爱与祝福，并给老人带去米、面、油等生活用品，她还和志愿者们帮助老人打扫卫生、修剪指甲、剃须理发。天气降温时，他们精心为老人们挑选舒适保暖的帽子。

同时，朱靖璐还定期组织志愿者走访调研，了解老人的所思所想、患病情况和生活需求，有针对性地为老人送去轮椅、血压仪、吸油烟机、冰箱等生活用品。多年来，为11个敬老院及孤寡老人筹集物资5万元，帮助了243名老人，为他们改善了生活质量。

做助力振兴的“追梦人”

在农村有一些空巢老人和留守老人年老体弱，对科学种田的认知有限，对

现代农机具的使用也受到限制。针对这一情况，“电保姆”“电机井浇出致富田”“向光而行”等志愿服务活动应运而生。朱靖璐带领志愿者把乡村子女不在身边的老人作为重点关爱对象，通过这些志愿服务帮助他们他们在种地的过程中少走弯路，积极享受国网公司的便捷服务，助力农业生产。多年来，国网白城供电公司常态化开展“电保姆”“电机井浇出致富田”“向光而行”等志愿服务活动400余次，受益人群达31

万余人次。

多年来，国网白城供电公司“科尔沁”青年志愿者服务队多次荣获吉林省优秀志愿服务组织称号，“电机井浇出致富田”志愿服务项目获评全国青年志愿服务大赛银奖，“向光而行”志愿服务项目获白城市志愿服务大赛一等奖；国网白城供电公司“科尔沁”青年志愿者服务队获评“出彩国网人”称号和全国第十一届保护母亲河绿色团队奖，同时相关事迹在《国家电网报》头版刊发。



朱靖璐看望长期帮助的老人。

本报记者张殿文摄

“小案快办”解决群众“烦心事”

●张磊尹雪

历时3天半时间，无人清理的“垃圾带”被清理干净，附近居民及路过群众纷纷拍手称赞。

近日，洮北区人民检察院公益诉讼检察部门积极履行公益诉讼职能，通过“小案快办”工作模式，使一小区外圈的生活及建筑垃圾被及时清理，群众的“烦心事”得以解决，有效改善了公众人居环境，提升了市容“颜值”。

洮北区人民检察院接到群众举报，辖区内某小区自去年10月至今堆积了大量建筑垃圾无人清理，并与旁边成堆的生活垃圾连成一片，脏乱不堪、气味难闻。

得知线索后，该院迅速派干警赶赴现场调查，确认情况属实，并拍照固定证据。干警通过走访附近群众、联系属地主管部门得知，涉案地块位于紧邻刚刚竣工

的新小区。

经调查，发现“垃圾带”的成因由来已久：小区在开发建设阶段产生的大量建筑垃圾无处消纳，随着居民陆续装修入住，更是引发了肆意倾倒垃圾的“破窗效应”。时间一长，又没有人管理，这里就变成了垃圾投放点，周边群众反应强烈。

检察官调查核实后，与相关部门磋商，并就整改责任、整改方式、整改时限等达成一致。随后，相关部门开展全面清理，出动铲车和转运车辆清运垃圾600余吨。

一时的清理治标不治本，做好建筑垃圾长效监管的“后半篇文章”才是关键。“我们将与多部门联动，形成监督合力，加强日常检查和督促力度，严防垃圾积存，避免

问题反弹，共同维护环境卫生，保障人民群众的生活环境宜居，守护人民群众美好生活。”洮北区人民检察院相关工作人员说。

据了解，检察公益诉讼是指对在法律规定的范围内损害国家利益和社会公共利益违法行为，由检察机关以“公益诉讼起诉人”的身份向人民法院提起诉讼的制度，公益诉讼分为行政公益诉讼和民事公益诉讼。

2019年以来，洮北区人民检察院着力办好群众身边的每一起“小案”，共立案公益诉讼案件185件，办理行政公益诉讼诉前程序案件168件，提起行政公益诉讼10件，提起刑事附带民事公益诉讼13件，办案中召开听证会21人次。上述案件诉前程序和诉后执行程序全部整改到位。

护航春耕生产平安路 交通安全宣传进农村

本报讯（王立德）连日来，大安市公安局交巡警大队深入乡村开展交通安全宣传活动，将交通安全“播种”到田间地头，和农民一起聊春耕、话“安全”，保障春耕期间道路交通安全。

活动中，民警辅警针对农村道路交通状况和春耕农忙期间常见违法特点，走进田间地头、农户家中，以“唠家常”的方式耐心细致地讲解交通安全注意事项及农用三轮车违法载人、酒驾醉驾、无牌无证等交通违法行为的危害。结合近期典型交通事故案例，面对面地为农民剖析各类交通事故引发的原因，讲解事故发生的严重后果，用“身边事”警示“身边人”，使大家认识到遵规守法、安全出行的重要意义，从而自觉做到文明守法、平安回家。

当前正值春耕备耕的重要阶段，为进一步做好春耕期间道路交通安全管理工作，预防和减少涉农道路交通事故发生，大安市公安局交巡警大队结合辖区实际，以“查处+宣传”相结合的方式开展交通安全宣传活动。通过一系列有效措施，进一步筑牢了春季农村地区道路交通安全防线，有效降低了道路交通事故风险隐患，为创造良好的春季道路交通环境奠定了坚实的基础。

食用油该如何甄别选择

饮食习惯与心血管疾病的患病风险密切相关，而食用油的摄入是其中重要的一环。油用得对不对，非常重要。为了健康着想，我们要选择好的油，对的油。那么，食用油该如何甄别选择？什么油对心脏健康有益？

一、“压榨”与“浸出”，品牌油安全系数无差别。

在食用油标签上注明加工方式，压榨油的加工工艺是“物理压榨法”，安全、卫生、营养和原汁原味深受消费者喜爱，但价格较高；浸出油的加工工艺是“化学浸出法”，化学浸出，出油率高、成本低，价格相对便宜。

有些消费者害怕浸出制油中会出现溶剂残留的问题，其实大可不必担心，大家在购买过程中，只要认准大品牌，产品质量非常有保障。

二、四级特点各不同，根据用途选分级。

在各类食用油的国家标准中，根据油的品质将其分成了四级，从四级到一级，级别越高，油脂精炼程度越高。

一级和二级的油适合较高温度的烹调，如爆炒、油煎、干炸等，有害成分的含量较少，但同时许多营养成分也流失了，如维生素E和植物甾醇。三级和四级的油不适合高温加热，较适宜炖菜、做汤等，杂质较多，但同时也保留了许多营养成分。

三、“纯正油”换着吃，谨慎选择“调和油”。

每一种油，都有自己的优点和缺点，无论在脂肪酸组成上还是营养成分方面都有所欠缺。因此，为了营养均衡，在日常生活中

中建议大家适当地调换不同种类的食用油。

如果觉得调换很麻烦，最省事偷懒方法就是选用调和油。正规的调和油都是经过科学配比的食用植物油调和油，不仅具备各种油中的多样营养成分，同时可满足人体对各类脂肪酸的需求，可以更方便合理地满足油脂的营养需求。

四、小包装，防氧化。

无论是哪种油，只要符合我国食用油脂质量标准 and 卫生标准，都可安全放心地根据自己的需求选择。但由于油脂容易氧化，建议尽量选择小包装的食用油，减少打开后与空气的接触时间，减少油脂酸的酸败。

五、吃好油，什么是好油？油酸含量的多少，是评定食用油品质的重要标志之一。

因为油酸被称为营养界的“安全脂肪酸”，是一种单不饱和脂肪酸，具有抗氧化、降低胆固醇、降血脂、有利于心脑血管健康的作用。油酸含量在75%以上的食用油被认定为“高油酸油”，对心脏健康有益。

橄榄油中油酸含量为55%至80%，花生油为36%至67%，豆油含量为21%左右。在流行病学研究中，食用橄榄油、茶籽油、亚麻籽油等高油酸型食用油已被广泛证明可以降低心血管疾病的风险。

（白城市科协供稿）

普及科学知识
提升科学素质

市长杨大勇会见 深圳钜财汇新能源开发有限公司董事长申岩伟

本报讯（记者姜宁）4月23日，市长杨大勇会见深圳钜财汇新能源开发有限公司董事长申岩伟一行，双方就风光消纳、秸秆焚烧、畜禽粪便处理、冬季取暖等领域开展会谈。

杨大勇对申岩伟一行来自白表示热烈欢迎，他指出，近年来，白城大力实施“一三三四”高质量发展

战略，加快释放“三大资源优势”，建设新能源、装备制造、农产品加工、特色旅游“四大产业集群”，欢迎企业来白投资兴业，多方面开展合作，实现互利共赢。

申岩伟表示，将加强与白城的对接沟通，争取早日达成合作，发挥企业优势，助推白城高质量发展。副市长李子罡参加会见。

民生话题

居民从家出发，在步行15分钟的生活半径内，所需要的娱乐、休闲、社交、康养、健身等日常生活、基本消费和品质消费都可得到满足。目前，我国多个城市正积极推动“一刻钟便民生活圈”建设，许多居民感受到“家门口”的生活越来越便捷和美好了。

商务部等部门前不久印发的《全面推进城市一刻钟便民生活圈建设三年行动计划（2023—2025）》提出，力争到2025年，在全国有条件的地级以上城市全面推开，形成一批布局合理、业态齐全，功能完善、服务优质、智慧高效、快捷便利，规范有序、商居和谐的便民生活圈。根据规划，我国今年将推动70%以上的城市启动“一刻钟便民生活圈”工作。打造好“一刻钟便民生活圈”，从目前看，需要在补齐基本保障类业态、发展品质提升类业态、优化社区商业网点布局、改善社区消费条件、创新社区消费场景等环节持续发力。各城市应系统谋划设计，因地制宜，一圈一策，结合居民需求优化商业布局。可鼓励企业投资便利店等便民设施，参与养老、托幼机构等服务项目建设。可鼓励相关单位加强合作，形成便民生活圈建设合力。比如，南京市的规划、商务等多个部门联手搭建专业社区规划团队，在当地一处100多平方米的广场上开辟出生活休闲、娱乐活动、便民集市三种模式的便民场景。

提升居民生活品质，让居民的生活更便捷更美好。打造“一刻钟便民生活圈”，应做到问需于民、问计于民。建设便民生活圈，附近居民是直接受益者。居民的生活、休闲、消费需要什么，怎么建设能满足居民需要，应多听居民意见，做到“缺什么、补什么”，让便民服务真正到位。例如，一些城市采取访谈和发放问卷的方式，充分了解居民对家门口健身休闲的期待，建设篮球场等设施的同时，还安装了智能健身景观路径等适合大众健身的产品。又如，一些城市充分发挥街道、社区基层单位功能，对一些便民设施建设充分倾听百姓意见，让修鞋、配钥匙等“小修小补”回归百姓生活，让城市烟火气更足。

打造“一刻钟便民生活圈”，信息化手段不能少。提供高质量高效的便民服务，离不开信息化数字化的赋能。在科学规划方面，可通过大数据、人工智能等方式，精准分析居民生活习惯，对一些生活服务设施的布局提供科学依据，满足多样化、差异化的居民需求。可借助移动互联网等新技术，通过手机APP、小程序等平台，推荐个性化服务，满足多样化需求。信息化手段还可以让便民服务运营智慧高效，让市民在享受便捷生活的同时，体验“数字化便民”带来的美好感受。

打造“一刻钟便民生活圈”，还应注重发挥市场机制。相关建设离不开各个门店、商家的参与。为居民提供丰富的生活服务，既方便了居民，也为商家带来收益。可搭建高效政务服务平台，多举措优化企业开办服务，吸引更多擅长提供服务的商家入驻。政府提供优质营商环境，商家提供优质便民服务，让“一刻钟便民生活圈”释放更多消费潜力。

目前看，许多城市的“一刻钟便民生活圈”在方便居民的同时，还呈现出新商业、新社交、新就业等新业态新功能。我们应持续推动便民服务提质升级，积极补齐基本保障类业态、发展品质提升类业态，将建设便民生活圈与城市的更新、满足居民日益增长的生活需要同步推进。

打造好一刻钟便民生活圈

●马维维

首季金融数据怎么看？经营主体活力如何激发？

——中国人民银行、国家外汇局回应热点问题

●新华社记者 吴雨 张千千

源，这就容易形成空转和资金沉淀，降低资金使用效率。”邹澜说，相关部门将加强对资金空转的监测，完善管理考核机制。未来随着经济转型升级、有效需求恢复、社会预期改善，资金沉淀空转现象将会缓解。

针对M2余额已超300万亿元，邹澜认为，当前存量货币已经不低，庞大的货币总量增长可能放缓。但这并不意味着金融支持实体经济力度减少，真正需要资金的高效企业仍会获得更多融资，这是金融支持质效提升的体现。

优化结构投向重点领域

记者从发布会上了解到，一季度，新增贷款主要投向制造业、基础设施业、服务业等重点领域，房地产业贷款增速也有所回升。

数据显示，3月末，金融机构高技术制造业贷款、普惠小微贷款、涉农贷款和民营经济贷款同比增速分别为27.3%、20.3%、13.5%和10.7%，均明显高于全部贷款增速；科技型中小企业贷款获得率为47.9%，较2017年增长两倍多；普惠小微授信户已超过6000万户。

“企（事）业单位贷款是信贷增长的主体。”张文红介绍，一季度，企（事）业单位贷款增加7.77万亿元，其中中长期贷款增加6.2万亿元，反映出金融体系持续为实体经济提供稳定的资金来源。

张文红说，一季度新增社会融资规模虽然同比有所回落，但仍处于历史较高水平。今年以来，中国人民银行注重引导金融机构信贷均衡增长，在稳固对实体经济支持的同时，避免过度冲高导致后劲不足，有助于增强信贷增长的可持续性。

中国人民银行还通过激励机制，引导金融资源向重点领域倾斜。朱鹤新表示，要充分发挥结构性货币政策工具的

作用，用好新设立的5000亿元科技创新和技术改造再贷款，支持中小科技企业和重点领域数字化、智能化、高端化升级改造。放宽普惠小微贷款认定标准至单户授信不超过2000万元，引导更多金融资源精准投向普惠领域。

截至3月末，我国结构性货币政策工具余额达7.5万亿元，约占央行总资产17%。经过整合优化，目前10项存续工具的支持领域可实现对五篇文章基本覆盖。

确保政策落到实处激发活力

“检验金融服务实体经济成效的一个方面，就是经营主体获得金融服务的便利度、满足感。”朱鹤新介绍，今年以来，中国人民银行、国家外汇局推进简政放权，持续疏通资金进入实体经济的渠道。

数据显示，一季度，民营和小微企业贷款增速均明显高于各项贷款平均增速；签发票据的中小微企业占全部签发企业的93.2%；信用类债券发行超3.65万亿元，同比增长3.5%。3月末，民营企业债券融资支持工具已累计支持143家民营企业发行债券超2515亿元。

同时，中国人民银行综合施策保持人民币汇率基本稳定，加强跨境贸易投资外汇便利化政策供给，支持企业特别是中小微企业更好管理汇率风险。

“中国经济迈入高质量发展阶段，国际收支自主平衡，外汇市场深度和广度将进一步拓展，经营主体的风险中性意识也将显著增强。”朱鹤新介绍，一季度，外汇衍生品交易在银行代客交易中占比接近30%，较去年提升3.9个百分点。

据介绍，下一步，中国人民银行、国家外汇局将继续着力提升金融服务质量和水平，加大政策评估，确保惠企利民政策落到实处，充分激发各类经营主体的内生动力和发展活力，支持经济高质量发展。（新华社北京4月18日电）