



市场干净整洁 经营规范有序



□文/图 本报记者 王 培

农贸市场与市民生活息息相关，也是一个城市文明的缩影。8月22日，记者走访了市区几个农贸市场后发现，市场内地面平整，干净卫生，分区明确，商户经营井然有序……摆脱了往日脏乱差的形象，市民和商户都对整治后的农贸市场更加满意，环境好了，市民手中的“菜篮子”也更加安全。

【沟张农贸市场】 分区明确 经营有序

8月22日上午9点，沟张农贸市场里人来人往，十分热闹。两边摊位摆放整齐，道路干净整洁，市场上方设置的显示屏上滚动播放着创卫宣传标语，功能分区明确，摊位有序，不少市民正在选购。

提及农贸市场的变化，商户田春霞笑着说：“农贸市场整治以后比原来干净卫生了，大家也更愿意来买东西，我们的生意更好了。”市民刘先生说：“干净卫生，吃着放心，大家当然愿意来买。你看现在菜市场里多规范，蔬菜、熟食、鲜肉等都有专门的区域，想买什么直奔那里去买就行。”

“自从‘两城同创’工作开展以来，沟张农贸市场进行了改造升级，卫生、经营秩序等方面都有很大的变化，彻底改变了以往脏乱差的现象，整体环境焕然一新，受到了广大商户和市民的好评。”沟张农贸市场管理人员党新安说。

【铁东农贸市场】 商户理解 市民称赞

“以前商户们对市场整治很不理解，都说这是瞎折腾哩，但是现在你看看市场内环境好了，我们天天

待在市场里，心情也好了，大家也都觉得整治很有必要。”在铁东农贸市场，正在接待顾客的商户魏松山说。

正在买菜的市民付华珍说：“我经常在这里买菜，以前市场里脏乱差，现在很干净。另外，经营秩序也更好了，没有乱摆乱放、占道经营的了。”

据翟庄工商所所长王跃伟介绍，自年初以来，铁东农贸市场进行了高标准推进改造工作，先后对16家活禽宰杀户进行高标准改造，对市场南北区9户冷鲜肉经营户进行标准化改造，疏通下水道80多米，更换下水道盖板38米，制作离墙离地隔板170平方米，统一发放垃圾桶160个，封闭柜台500平方米。

【丁湾农贸市场】 路面平整 道路畅通

在丁湾农贸市场，记者看到这里的钢结构大棚使得市场内宽敞明亮，道路平整、干净，两边摆放着垃圾桶，不少商户门前悬挂着捕蝇笼，并配备有灭蚊灯……

商户白女士说：“改造之前市场内的道路坑坑洼洼，现在道路平整了，市民来买菜更方便，老人孩子走着也更放心了。防蚊防蝇防鼠的这些设施都有，更加卫生。”

市民马玲家住附近，来市场买菜是她每天都要做的事，谈起市场的变化，她说：“以前市场比较乱，一个是脏，地上都是一些烂菜叶子、鸡毛之类的垃圾，每次经过都得捂着鼻子快速通过。现在好了，你看市场里干净整洁，大家也都把垃圾扔到垃圾桶里了。”“是啊，不但干净了，也没有占道经营的了，以前有些摊位都摆到路上，致使道路狭窄经过时很不方便，现在道路畅通，不少人骑三轮车来买菜。”

【部门】 采取四项有效措施

“近年来，市区的十个农贸市场得到了很大的改造提升，市场面貌、市场管理、经营条件、经营秩序、环境卫生等有了很大改观。”市工商局市场科科长田保太说。

据介绍，在农贸市场改造方面，我市采取了四项有效措施。一是抓好创卫机制的建立。建立了市工商局、工商分局、工商所、农贸市场管理办公室四级责任体系，修订完善市场综合管理办公室的各项制度，建立起环环相扣、管理规范、责任清晰、追究有力的农贸市场管理制度体系。二是抓好创建氛围的营造。在市场醒目位置张贴社会主义核心价值观、漯河精神、市场创卫宣传画，免费发放《漯河市文明行为规范》《文明工商户行为守则》《集贸市场创卫标准》等宣传资料，在农贸市场设置宣传栏、宣传横幅、电子显示屏等，广泛宣传市场创卫和文明诚信知识。三是抓好教育引导和典型带动。按照证照齐全、经营规范、物品摆放整齐、卫生状况良好的标准，在各农贸市场开展“两城同创示范店”争创活动，同市文明办联合举行“文明诚信商户、企业、市场”评选活动。四是全面加强市场硬件设施建设。目前，受降路市场畜禽区二次改造已经启动，近日即可整建到位；育才路农贸市场西半部升级改造基本完工；柳江路市场新建15间门面房已经投入使用；开源农贸市场东大棚采取轻钢隔断的形式，新建12间营业用房，已经全部投入使用；沟张、丁湾农贸市场经过全面的改造，市场硬件设施逐步完善。市区十大农贸市场展现在广大市民眼前的是秩序井然、干净整洁的新形象。

村民凑钱义工出力 帮五保户修建新房

本报讯（记者 张晓甫）“这么热的天，俺村里这个建筑队还不要钱，白干活。真是少见！”8月22日上午，舞阳县莲花镇吴李村，五保户李和平面对这些义务帮助他修建新家的义工，激动得热泪盈眶。记者看到，一群村民正在你一桶水泥、我一锹沙子，热火朝天地忙碌着。

事情还得从一个多星期前说起。当时持续35度以上的高温天气，李和平在中午做饭时中暑了。“李和平的邻居在外面干完农活回家吃饭时，经过他家的院墙，听到李和平的呻吟声。”正在干活的村民李自亮一边砌砖，一边和记者聊了起来。

后来邻居们直接把李和平送到村卫生所，经过一番抢救才算是有命了。

事后大家看到李和平家里那间低矮破旧的危房，不禁又担心起来。驻村干部陈庆来等人呼吁村里党员积极行动起来，帮助李

和平建一所新房子。

这个计划公布后，村里的党员们踊跃报名。大家先是将李和平的危房扒了，后来村民凑钱找来水泥、沙子、砖头，义工们一砖一瓦地干了起来。

“报名的党员群众有十几个，最后会干建筑的只有我们五六个。”吴建会是村里的一名老党员了，以前也做过建筑工。炎炎烈日下，他那件褐色的背心早已被汗水湿透。

在李和平的新院子里，高高的院墙已经拉起，连堂屋也已经初现雏形。“这是西边专门给老李盖的猪舍，紧挨着的是一个厕所。”马连英，义工中唯一一名女党员，自从开始帮李和平扒危房时起，她就一天没落下过。

这处新修建的院子里总共有五间房子，堂屋三间，西屋两间。“将来能用上自来水和电风扇了。”在临时搭建的窝棚里，李和平激动地说。

志愿服务进行时

雨花斋志愿者服务站 免费供餐8万人次

□见习记者 陈金旭

常言道，“天下没有免费的午餐”，但在市区五一路北段的雨花斋志愿者服务站却提供免费午餐，无论年龄长幼，无论身份贵贱，来者不拒。8月22日上午，记者在五一路北段见到雨花斋志愿者服务站负责人张长喜，了解这个团队的动人故事。

干净放心获赞

当日中午11点左右，记者走进雨花斋志愿者服务站的餐厅，只见义工们早早地准备好了午饭——卤面条，还搭配了蛋花汤。每张餐桌上还摆放了一壶白开水。义工黄改告诉记者：“来吃饭的多是环卫工人，准备上白开水，是让他们过来时先喝点。”

11点30分左右，陆续有人来餐厅就餐。他们打饭时，依次排队，秩序井然。除了环卫工，来就餐的还有空巢老人、鳏寡孤独、流浪乞讨及其他弱势群体。65岁的环卫工利兰经常来此就餐，她笑着告诉记者：“自从听同事介绍来了一次后，我几乎每天来，这儿的饭好吃还干净，我中午也不来回跑了。志愿者服务态度可好，看到那些走路不方便的，直接盛好端过去。”

免费供餐8万人次

自2015年1月15日成立以

早睡才能有活力

现在许多人都喜欢熬夜，实际上，这是在干扰自己身体里精密的生物钟，打乱睡眠时间。从长远来看，这是在无端耗费自己的生命。

有人说，晚睡晚起不就可以补足睡眠了？但事实上不管睡多久，第二天都会感到很累。因为从晚上12点到第二天的凌晨3点，人体的血液循环大部分集中在肝部，这是

肝脏排毒的时间，所以在这之前人就应该进入睡眠状态。如果在凌晨3点以后睡觉将不会有时间排毒，这些毒素会一直堆积在体内。

早睡早起才是开始一天生活理想的方法。在睡觉中完全排掉体内毒素，起床后才能吸入有利的能量。这就是为什么住在乡间的人比较健康的原因，因为他们遵循了正

常的生物钟。

据《中国中医药报》

