

践行核心价值观·民主

居民争当主人翁 小区和谐更宜居

民主如同国之经络。国家层面的民主，体现为基于一切权利属于人民的国家民主制度。社会层面的民主，倡导的是民主观念与精神的培育及开展协商民主、参与式治理等实践。个人层面的民主，主要表现为珍视自己的民主权利、提升民主素养、积极有序地参与民主。

实施居民自治的棉麻龙泰小区就是我市众多践行核心价值观的代表之一。

□本报记者 张玲玲

召陵区漓江路棉麻龙泰小区尽管没有物业，但居民们争当主人翁，将小区管理得井然有序。“大家就像一家人，一

起管着小区这个家。”这是采访中记者听到最多的一句话。

棉麻龙泰小区由原来的棉麻家属院和龙泰星级花园两个小区组成。“对于小区的管理，我们采取只引导不包办的原则，帮助小区成立了党支部和居民自治委员会，带领居民共同参与管理，在管理过程中增进感情，使小区成为‘亲情苑’。”漓江路社区居委会主任靳会杰说。

疫情期间，小区居民在门口轮流值守，居民间感情进一步增强。“过去这就是两个小区，大家都不认识，通过一起值班，彼此增进了了解。现在邻里们就像一个大家庭，见面互相打招呼，没事就一块儿拉拉家常。”居民自治委员会副主任余道慧说，每天大家在群里报名参加小区门口值班，虽然是义务的，但都很踊跃。

平时，小区党支部和居民自治委员会定期召开会议，商议小区事务，同时

充分听取居民的意见、建议。“比如这次改造前，我们通过走访发现大家对飞线充电和一楼栏杆意见大，就将建议反映至社区，在改造时就能有的放矢。”余道慧说。此外，小区热心人和党员志愿者成立了一个微信公益群。“现在谁有事情在群里说一说，大家会共同想办法解决。”居民谢会娜自豪地说。

采访中，施工人员正在小区车棚里安装充电桩。60多岁的退休工程师孙建宏一天到晚盯着施工进度。“我知道怎样安装才能更方便大家使用。”孙建宏说，能为大家做点事儿，为小区出点力，辛苦点儿也乐意。

“小区的事儿就是我们大家的事儿，小区环境好了，我们都很自豪，住着也舒心。”余道慧说。小区环境变好了，大家精神面貌也不一样了，“谢谢”“你好”等文明用语的使用也成为常态化，整个小区充满和谐气息。

中考在即 考生看这里

□本报记者 尹晓玉

7月15日、16日，我市初三学生将迎来中考。考试期间，天气如何？饮食方面应注意什么？疫情防控常态化下的中考，考生又有哪些需要特别注意的事项？7月13日，记者进行了采访。

提醒：认好考场 带好物品

疫情防控常态化下的中考，考生和家长都需要注意什么？市实验中学9年级班主任霍惠景提醒，今年中考多了体温检测环节和隔离备用考场的准备。考试期间，一旦考生出现发热、咳嗽等症状，须进入隔离备用考场考试。

考生进入考点时，须佩戴口罩，沿体温检测通道有序入场。为避免体温检测误判造成心理紧张，进入考点前，建议考生休息一下，等身体、情绪平稳后，再测体温进场。考生要提前到考点熟悉环境，测算赴考所需时间、最佳路线和交通工具。“考试当天，尽量早点出发，带好必备物品，以免造成考试迟到。”霍老师提醒。

饮食：均衡营养 不盲目进补

考试期间怎么吃，也是家长们普遍关心的问题。对此，市二院中级临床营养师董晗丽表示，首先要注意卫生，不要吃外卖和路边小吃。食材要充分加热烧熟，如四季豆，夹生可能会导致食物中毒。其次，要注意均衡饮食。选用饱腹感强的食物能保证考生集中注意力，防止饥饿带来各种不适。可在饮食中适量增加各种粗粮，如小米、黑米、玉米、薏米等，及豆腐、绿叶蔬菜和水果。此外，考生正处于旺盛的生长发育期，进食补品完全没有必要。盲目进补还有可能增加考生肠胃负担，引发不适。

天气：阴雨止步 凉爽依旧

考试期间天气如何？7月13日，记者从市气象部门获悉，7月15日、16日，天气以多云为主，最高温度31℃。总体来说，天气凉爽，利于考生考试。

具体预报如下：7月14日，阴有中雨，22℃~26℃；7月15日，多云，东南风2到3级，19℃~28℃，当天早上或有短时阵雨，但对考生来说影响不是很大。7月16日，晴转多云，东北风2到3级，22℃~31℃。

冢马村：建起文化墙 演绎旧时光



□文/图 本报记者 姚晓晓

7月13日上午，记者在龙城镇冢马村看到，村内墙壁变成连环画、彩绘为主的文化墙（如图）。

以“旧时光”为主题的文化墙上，孩子们推铁环、跳绳、踢毽子，不禁让人想起年少时光；“农民丰收图”上，麦田在悄悄变着颜色，从画中能感受到农民丰收的喜悦。

“你看这画多逼真，让俺回忆起很多老时光，很多场景都是现在的孩子没有见过的。”村民马再山告诉记者，文化墙成了村民茶余饭后的好去处，不少家长还会专程带孩子来参观。

中国银行 BANK OF CHINA

汽车分期 已签约汽车品牌有宝马、奔驰、广汽本田、广汽丰田、一汽丰田、别克、一汽大众、领克、起亚、蔚来、特斯拉、吉普等。

车位、家装分期 全市各品质楼盘车位均可续作车位分期。已签约家装公司有宇美家装、浩天家装等。

优客分期 政府机关及事业单位客户；金融、通讯、媒体等重点行业客户；公积金缴存、优质房产等优质财力客户；住房按揭、代发薪等行内优质客户。

- **额度专享**：优客分期最高额度30万元，汽车分期最高额度80万元。
- **期限丰富**：一年、二年、三年、四年、五年，任您选择，有效缓解还款压力。
- **费率低**：汽车分期部分车型可享受厂商贴息，其他分期产品每万元每日最低0.83元。
- **用途广**：购车、装修、家电、婚庆、留学、旅游……各种日常消费所需，通通都能满足。
- **办理快捷**：申请资料简便，到账速度快，汽车分期最快可实现当天放款。

温馨提示：中国银行漯河分行从未委托任何中介机构办理分期业务，凡符合条件客户均可直接到全市任意营业网点申请办理。联系电话：0395-3566053