

## 市旅游局 深入宣汉督导帮扶村脱贫攻坚

本报讯 近日,市旅游局相关领导深入联系帮扶村——宣汉县龙泉土家族乡贫困村鸡坪村、非贫困村水古村和全市重点旅游项目巴山大峡谷,督导帮扶村脱贫攻坚。

市旅游局一行了解了两个村的贫困户生产、生活情况,走访慰问了贫困户。还与宣汉县委、龙泉土家族乡党委、宣汉县旅游旅游局和两个村的支委会、村委会分别座谈,了解两个村的基本情况和在脱贫攻坚中存在的问题和困难。

一行人还深入巴山大峡谷进行了调研督导。在调研督导工作中,观看了罗盘顶、桃溪谷、桑树坪和游客接待中心、《梦回巴国》演艺中心等项目建设现场。

市旅游局负责人指出,巴山大峡谷旅游扶贫综合开发项目是全国“景区带村”旅游扶贫示范项目,该景区是全市北部核心景区的重要组成部分,对全市旅游发展以及旅游扶贫攻坚起着示范带动作用。他强调,要按照规划加快项目建设,大力推进罗盘顶、桃溪谷、桑树坪三大功能区以及渡口风情小镇建设,丰富特色业态,创新推出一批“森林人家”。

(本报记者 孟静)

## 渠县 把旅游扶贫引向深入

本报讯 近日,渠县旅游局积极开展扶贫主题宣传和帮扶慰问活动,把旅游扶贫工作引向深入。

该局组织人员到万兴广场开展旅游扶贫宣传活动,通过制作旅游扶贫宣传展板、发放旅游扶贫宣传资料、现场讲解等方式,向群众展示旅游扶贫成果、宣传旅游扶贫政策。该局干部职工还走进联系帮扶村龙潭乡文星村,与帮扶群众面对面交谈,宣讲扶贫政策,了解致贫原因,收集贫困诉求,为龙潭乡文星村的21户贫困户送去了米、面、油等生活物资。

今年,渠县旅游局制订了《渠县旅游扶贫专项2017年工作计划》,建立了扶贫台账,对龙潭乡文星村21户贫困户进行了精准帮扶,目前已有12户实现了脱贫。同时,积极开展产业扶贫,鼓励指导有条件的村、户通过发展乡村旅游实现增收致富。今年,该县共推荐3个农家乐申报了四川省农家乐,推荐1个家庭农场申报了四川省精品养生山庄,推荐1个庄园申报了四川省精品创意园,推荐1家音乐主题乐园申报四星级乡村酒店,推荐1家酒店申报五星级乡村酒店,推荐3个村成功申报了四川省旅游扶贫示范村,推荐渠县申报四川省旅游扶贫示范区。

(本报记者 孟静)



## 妙趣横生 富有新意 百余乡村干部接受旅游扶贫培训

本报讯 大竹县2017“农旅文”融合发展助推旅游扶贫培训班近日开班,来自该县旅游扶贫重点村的21个乡镇主要负责人、22个村党支部书记和致富带头人等115人参加了这次别开生面的培训。

重庆市旅游局顾问、《台湾乡村旅游研究》副总编、重庆理工大学教授刘聪,四川师范大学旅游与城乡规划研究院常务副院长、教授、旅游规划博士、省A类评委专家杨国良应邀授课。

刘聪从乡村旅游与休闲农业的同和异、旅游消费的本质求异、求异之法、感官消费由“眼科”到“五官科”、休闲旅游产品三系统、软化“让乡村旅游有体温”等6个方面,妙趣横生阐述了乡村旅游,并提出了“在地性”和“创意性”两个理念。

杨国良则围绕乡村旅游有哪些开发模式、乡村旅游的“颜值”与“气质”、乡村旅游怎么扶贫、项目要落地靠的什么政策、关于乡村旅游发展的问题与建议等4个方面,通俗易懂讲解了“乡村旅游与扶贫”的主题。他的8个“气质关”富有新意,引起了大家的强烈共鸣。

(何武)

# 创新服务机制 实现全面关怀

### 达州供电公司荣获全国『敬老文明号』殊荣

## 文化养老 开启老人“第二人生”

“我们的退休职工像一个大家庭,大家互帮互助,活动多多,每天都‘忙得很’哦!”67岁的退休女职工刘文碧是达州供电公司退休职工坝坝舞的组织者,换上舞蹈服的她显得神采奕奕。一旁来“扎场子”的57岁退休女职工张芸,除了参加舞蹈队,还是合唱团的领唱。“为庆祝十九大胜利召开,我们老年大学合唱团还精心排练了《歌唱祖国》这首歌。”

丰富多彩的退休职工活动背后,是达州供电公司以“文化养老”为目标所做的大量工作。该公司在省电力公司系统和达州市企业中率先成立老年文化艺术大学,并于2015年被四川省老龄委授予B级老年大学,为国网川电系统内唯一一家B级老年大学。老年大学分设书法、音乐、舞蹈、太极等13个班,开展了多样化的利于身心健康的活动,让退休职工“走出来、学起来、动起来、乐起来”。

丰富的“文化养老”活动让人眼花缭乱:常态化开展“金婚、钻石婚”主题活动,每年评选退休先进典型、模范夫妻及“孝道之星”;组织互联网知识、健康知识、老年人权益保障等讲座;开通夕阳红微信、QQ群,方便老同志交流生活、学习体会。

## 创新服务 提出“中心+分中心”模式

达州供电公司在51年的历程中,离退休人员逐年增加,目前总数已达1254人。

“为实现‘六个老有’服务管理

目标,我们创新离退休人员管理体制机制,让离退休人员政治坚定、思想常新、精神愉悦、生活幸福。”达州供电公司党委书记严平介绍道。

针对离退休人员住地分散的现状,该公司创新提出“中心+分中心”管理模式。“中心”,即公司离退休管理服务中心,是离退休工作总的服务和办事机构,除担负分中心的业务指导工作外,还具体管理服务本部离退休人员;“分中心”,即在辖区5个县供电公司驻地设立的分支服务机构,管理服务当地离退休人员;在离退休人员相对集中的成都、重庆两地组建成渝两地异地管理联络站,成立成渝两个片区小组和离退休党支部。按照“三统一”管理标准,实现人、物、财的合理配置,做到分而不散,让他们随时能感受到组织的关心和温暖,消除距离感。

在具体服务管理中,严格落实离退休职工政治和生活两项待遇。为离退休人员订阅有关书籍、报刊,保障其学习权利;邀请离退休干部、老领导列席职代会、党代会等重大活动,保障其政治待遇;确保离退休人员养老生活费按时发放,按时接种预防疫苗,定期对离退休人员进行健康体检,开展无微不至的敬老爱老关爱行动。创新成立“达州市光明凤凰社区”,采取政治关心进社区、生活服务进社区、人文关怀进社区、文体活动进社区、自我管理进社区的方式,从政治上关心、生活上照顾、精神上满足离退休老同志。

## 志愿服务 感恩回馈社会

“我们还专门成立了‘红杜鹃’老年志愿服务队,无偿为大家办实事、解难事。”达州供电公司离退休管理服务中心工作人员李琳坦言,

老人们离开了大半辈子的工作岗位,在心理上都有些不适应,加之身体上的大小病痛,偶尔也会引发一些小问题。

为解决这一情况,该公司特意为离退休职工制作发放了“爱心卡片”,综合社区、水电气客服、常用应急电话和老年人出行温馨提示等内容;对特困职工、行动不便的离退休职工开展志愿者上门服务。该公司以“红杜鹃”老年志愿服务队寻找离家老人、真实故事拍摄的微电影《回家》,还荣获第四届亚洲微电影艺术节三等奖。

该公司还结合行业特色,在营业厅为老年人设立绿色通道,配备雨具、老花镜、老年人专座、医疗用品等物品;老年人交费、咨询相关业务优先,专人引导服务;在业扩报装、真实抢修等方面,安排人员上门服务;严格落实“两保”优惠政策,为所有低保户、五保户减免电费。“红杜鹃”老年志愿服务队还积极参与精准扶贫项目,到对口扶贫的万源市大沙乡青山村为贫困地区老年人送温暖。

“达州供电公司积极为离退休老同志和社会老人办实事、解难事、做好事,老龄工作做得好,社会评价高,荣获全国‘敬老文明号’称号实至名归。”市老龄办主任徐华这样评价。

繁华落尽见真淳。在达州供电公司离退休人员文艺作品汇编《岁月如歌》中留有这样一段动人文字:“几十年的工作时间,给我们留下了不少值得记忆的今天。而今我们离开了岗位,颐养天年,匆忙的脚步停歇了下来。那些隐于脑海的记忆,在退休的闲暇里,逐渐变得清晰起来。捡拾这些记忆诉诸文字,给我们企业及企业文化增砖添瓦。”



老年大学音乐班自编快板庆祝十九大的表演现场。(王鸿基 摄)



“红杜鹃”老年志愿服务队关爱万源市大沙乡青山村贫困户。(王鸿基 摄)

# 抛弃“三千烦恼丝”

## 医生为精神心理疾病患者开“良方”

### 少年:学习、家庭带来“焦虑伴抑郁”

成绩优异的17岁少女小茗读高中二年级,在学习方面她对自己要求很严格,但在高二这年成绩却一直下滑。面对考试失败的打击以及离高考越来越近的压迫感,小茗变得着急、易怒,注意力难以集中。无奈之下,家人只能在高二结束后为小茗办理休学申请,并带她到达州市精神卫生中心寻求帮助。

市精神卫生中心心理咨询与治疗部主任钟颖回忆起小茗时说,“这个孩子来到医院时,我们根据她的情况判定她患上了焦虑伴抑郁症。对此类尚未发展到重度心理问题的咨询者,当时采取了转移疗法,鼓励她多听音乐、多做运动,暂时放下学习压力。渐渐地,她走出了心理阴影。”

### 青年:初入职场无意中得罪同事

今年大学毕业进入某企业上班的张先生,工作几个月后,他直率的性格无意中得罪了许多同事和领导。张先生想邀上几个同事一起吃饭喝茶,缓解一下同事关系,但同事也大多拒绝。久而久之,他出现了失眠、焦虑、抑郁症状。

据医生张银波讲述,张先生在来到医院寻求治疗时,他已经难以凭借自己的意志力从失眠、焦虑中摆脱出来,所以直接选择了药物治疗,辅助心理咨询,最终才实现了康复。“有心理问题的青年人就诊人数已经接近病人总数的三分之一,工作问题和感情问

题是青年心理问题产生的两个主要因素。”

### 中年:面临“事业、婚姻、家庭”三难

近日,一张黑豹乐队鼓手赵明义手端保温杯的照片走红网络,中年大叔的模样引起了社会关于中年危机的讨论。但是,中年的危机远远不止一个“保温杯”。

据钟颖介绍,每周接诊的中年咨询者中,大多都在事业、婚姻、家庭三方面面临困境和压力,内心矛盾重重,从而产生焦虑、紧张等情绪。若长期不能解决这种危机,就会使个体心理失调,出现病态的行为方式。

### 老年:把所有的“苦”都往肚子里咽

70多岁的王大爷已经退休多年,他有天心血来潮,拿着自己一辈子的积蓄玩起了投资,结果后来钱全打了水漂。祸不单行,老伴又突然生起了重病。

面对儿子的埋怨,王大爷自知理亏,只得把所有的苦都往肚子里咽。重病的老伴又很需要钱,但仅靠自己的退休金有点捉襟见肘,他只得向儿子要钱,可儿子每次都要提王大爷投资赔钱的事情。面对双重压力,王大爷逐渐患上了抑郁症。

张银波说,人人老年,就会对自己的健康状况产生担忧,同时还会和子女因为孙辈抚养、婆媳关系等问题发生矛盾。老年人基本上无法靠自己摆脱心理问题,因为他们很难向外宣泄自己的情感,习惯了将事情憋在心里,所以一旦出现问题往往就很严重。

少年

初、高中学生产生心理问题,家庭往往是主导因素,例如父母离异、留守家庭等,只是学习压力不会导致严重的心理问题。学生们应安心学习,适当给自己减压;家长则应努力做到不让家庭问题(婚姻关系、经济负担等)影响子女。

青年

青年人应该提升自己应对各种挫折的能力和职场技巧,尤其是刚入职场的新人,应当摆正心态,谦虚学习,挫折是难免的。

中年

步入中年后,应该尽量将工作安定下来,处理好家庭问题,准备一笔积蓄以应对突发事件。还可以关注一些养生知识,保持平和心态,增强应对“中年危机”的能力,学会自我调节,合理缓解压力。

老年

老年人首先应当加强身体锻炼,提升身体素质;其二,应当让自己的内心保持年轻乐观的心态,不要过度操心;最后,尽量选择与子女就近分住,既方便子女照顾,也避免过多干扰子女生活。如果条件不允许,入敬老院等专业养老机构也是一个解决办法。

良方

记者最近在市精神卫生中心临床心理科看到,该科目前住有70余名治疗者,每天来寻求心理援助的咨询者多则七八十人,少则一二十人,咨询者的年龄从十余岁到七八十岁不等。看来,每个年龄段的人都面临着焦虑、抑郁、失眠等心理问题。

□本报记者 冯津榕

