

### 我市能源供应平稳可控

本报(株洲晚报融媒体中心记者/廖喜张 通讯员/杨洋)低温雨雪冰冻天气即将来临,春节期间能源供应有保障吗? 1月27日,记者从市发改委组织召开的能源运行保供工作座谈会上了解到,我市能源供应平稳可控,电力、汽油、天然气等供应均能满足需求,无须担忧。

国网株洲供电公司副总经理陈小武介绍,“春节期间,大量企业放假,工业负荷大幅度减少,地区负荷不高,整体供电能力可以满足要求。”

中石化株洲分公司相关负责人介绍,目前,全区域各加油站、油库油品资源储备充足,储备了可供35天正常销售的油品。

中石油株洲分公司相关负责人表示,当前,中石油株洲分公司加油站油品库存储备安全储备70%以上,在不新增配送计划前提下可满足4.5天正常销售。周边地区5座库存充足的自营油库将全力保障株洲地区加油站的油品供应。

株洲新奥燃气有限公司(以下简称株洲新奥)副总经理刘志朋介绍,为保障冬季稳定供气,已提前落实好春节期间的供气资源,保障气源供应。目前,全市气量指标充足,能够满足全市用气需求。

### 冰冻雨雪天气 注意这些健康“杀手”

本报(株洲晚报融媒体中心记者/刘琼 实习生/黄天策)春节的脚步越来越远,天气也逐渐变得寒冷,这波冰冻雨雪天气也让不少医护人员忙碌坏了。

1月27日,省直中医院急诊科主任黄磊介绍,冬季是中风、心梗、慢性气道疾病的高发季节。因为在冷空气的刺激下,血管收缩,血压容易波动,从而引发一系列不良反应,这对心脑血管疾病患者来说,无疑就是一颗“定时炸弹”,容易引发脑梗、心梗等。他建议,市民应注意保暖,出门前应先先在门口打开门适应一下,避免冷空气突然刺激血管,引发心脑血管疾病。

此外,骤降的气温也让一氧化碳中毒的患者多了起来。“昨天,我们接诊了8位一氧化碳中毒的患者,主要是老人和小孩。”市中心医院急诊科医生吴敏介绍,老人和小孩由于缺乏防护知识,喜欢在不通风的室内烧炭取暖,所以容易“中招”。吴敏提醒,市民在烧炭取暖时要保持室内通风。若发现有人一氧化碳中毒,应立即打开门窗,转移病人,保持其呼吸通畅,同时拨打120急救电话。

## 曹慧泉在全市防御低温雨雪冰冻灾害工作视频调度会上强调 最大限度降低灾害影响 确保生产生活和社会稳定

本报(株洲晚报融媒体中心记者/胡文洁)1月26日晚,全市防御低温雨雪冰冻灾害工作视频调度会召开。市委书记曹慧泉强调,要坚持人民至上、生命至上,最大限度降低灾害影响,切实保障正常生产生活,确保人民群众度过一个平安祥和的春节。

曹慧泉指出,马上就要春节假期,正处人流物流车流集聚、用水用电用气高峰、疫情威胁叠加期,全市各级各部门要充分认识做好本轮低温雨雪冰冻天气防灾减灾工作的变化性、严峻性和艰

巨性,做到见事早、行动快,一线指挥、全面动员,突出专业化、针对性,全力以赴做好保民生、保交通运输、保供电、保安全、保稳定等各项防范应对工作,努力将极端天气不利影响降到最低。

曹慧泉强调,要坚持党员干部冲锋在前,加强人员调配和值班值守,深入一线排查隐患、化解风险,把工作做得更前一点,精准精细抓落实,努力于干部的辛苦指数换取人民群众的幸福平安。要发挥好指挥体系作用,把各项工作任务落实到每个乡镇

(街道)、村(社区)、小区以及楼栋,切实打通服务群众“最后一百米”,有效联通每一个“神经末梢”,积极动员广大人民群众参与。要及时准确发布信息,打破信息壁垒,确保信息对称,全面争取更大理解和支持,凝聚战胜极端天气灾害的强大合力。要更好统筹发展和安全,坚持更高标准、更严要求,在大战大考中不断提高各级干部准确识变、科学应变、主动求变的能力和水平,统筹做好“防疫情、抗冰雪、过春节”和确保一季度“开门红”等各项工作。

## 新一轮雨雪冰冻今晚来袭 我市启动低温雨雪冰冻灾害Ⅳ级应急响应

本报(株洲晚报融媒体中心记者/马文章 实习生/刘倩婷 通讯员/颜寿乐 曾炳虎)新一轮雨雪即将强势来袭。1月27日,记者从市减灾委获悉,春节前我市将迎来两次阶段性雨雪冰冻天气,各级有关部门提早部署,全力做好雨雪冰冻灾害防御工作。



▲应急部门工作人员在调配救灾物资。通讯员供图

### 天气 两轮雨雪天气,城区和醴陵市需重点防范

根据气象预报,春节前后将出现持续低温雨雪冰冻天气,雨雪相态复杂、覆盖范围广、致灾风险高。其中,1月28日夜间至1月29日,市区、醴陵有中到大雪,最大积雪深度可达3至5厘米,攸

县、茶陵、炎陵有雨夹雪或小雪;1月30日降雪间歇,夜间最低气温降至-2℃左右,部分地区有冰冻。1月31日夜间至2月2日,全市又将有一轮雨雪过程,北部有小雨,南部以雨夹雪为主。

气象专家提醒,需重点防范

低温雨雪冰冻灾害天气过程造成的道路湿滑、道路结冰、积雪,低能见度对春运交通、电力、能源保供、城市运行、农林畜牧、疫情防控及公众健康等方面的不利影响。

### 应对 各部门严阵以待,确保生产生活与社会稳定

为应对此轮低温雨雪冰冻灾害天气,我市已启动低温雨雪冰冻灾害Ⅳ级应急响应。

1月26日,我市召开全市防御低温雨雪冰冻灾害工作视频调度会。会议要求,要高度重视恶劣天气下的安全生产工作,加强对重点行业、重点部位的监控与

监管,组织指导及时排除安全隐患,严防事故发生;要前置抢险救援力量和物资装备,确保能够快速有效处理突发险情灾情。目前,各级各部门有条不紊做好部署,最大限度确保生产生活与社会稳定。市交通运输局已建立起313人的公路养护应急队伍,并与

18支市交警支队巡逻队在各交通要道巡逻执勤,确保各类车辆运行安全;市城管局已准备融雪盐280吨,与市盐业部门对接,确保融雪盐供应到位;市消防救援支队全员保持战斗状态,以应对突发险情;市应急局准备好棉被、棉衣4000余件,确保受灾人员过冬物资充足。

### 提醒 提高安全意识,非必要不出行

群众如何应对低温雨雪冰冻灾害天气?市减灾委提醒广大市民,要将安全放在首位,注意用火、用电、用气安全,防范一氧化碳中毒、交通事故、火灾事故发生。相关部门要加强对商场、医

院、养老院、福利院、农贸市场以及旅游景区等人员密集场所的安全检查,确保不因恶劣天气发生安全事故。交通部门提醒,驾车行经山区、临水临崖、隧道桥梁出入口、

急弯陡坡、长下坡路段需格外小心。要及时关注交通路况和道路管制情况,注意防滑,保持车距,恶劣天气下市民要做到非必要不出行,防范事故发生。

### 心理咨询师 手记

### 取悦自己,让心灵得以自由

穗儿是一家单位的中层,先生在外地工作,有一个读初中的女儿。平静生活的打破,源于单身的小姑子生病住院,婆婆坚持自己照护,很快就累病了,住进了另一家医院。

穗儿先生请假回来照顾病人,不慎滑倒导致腰椎骨折。穗儿请了三个护工,照顾医院里的三个病人。而她负责的厂工会正紧锣密鼓地进行,无法分心。

恰在这时,女儿也出了状况,又哭又闹不肯去学校。忙完厂工会,穗儿才腾出时间带女儿看病,女儿被确诊为抑郁症。穗儿白天陪伴女儿,晚上照顾婆婆,隔三差五探望丈夫和小姑子。她说,那時候唯一自由的时间,是独自吃快餐时,会将脸埋在碗里哭泣,擦干了眼泪,转身又是坚强的铠甲战士。

穗儿出生于一个知识分子家庭,父亲是那个年代少有的大学生,很受单位器重。母亲贤惠能干,虽然家中有重男轻女的传统,但有妈妈照顾,穗儿快乐地成长着。

穗儿的快乐时光在18年前停摆。那年,母亲确诊癌症,治疗出院后,为了不影响工作,父亲把家搬到了单位宿舍。宿舍楼常年不见阳光,阴冷潮湿,更阴冷的是父亲的脸色。母亲过一天少一天,父亲照常开会出差。父亲也一直面若冰霜,直到母亲去世。

穗儿父亲是典型的理工男,所有的思维都围绕“事情”本身,缺少了情感沟通的能力。妈妈撒手人寰,穗儿面对的不仅是痛失挚爱的悲伤,还要承担爸爸情感淡漠所带来的伤害。

彼时,弟妹还在读初中,穗儿担负起了妈妈的角色。多年来,她习惯了照顾他人,习惯告诉自己:没什么,我都可以搞定。

在心理剧场,穗儿将沉积多年的伤痛悉数表达。有这样一個温暖、抱持的所在,承接住她对父亲的愤怒、怜惜、心疼、抱怨……所有复杂的情感都是被允许的。在父亲的角色里,穗儿也更能理解和体会父亲的无奈与痛楚。

虽然母亲早已离开,但运用心理剧中的“附加现实”,让现实中不可能发生的事呈现在心理剧场,远在天堂的“母亲”重新与穗儿链接,借由母亲之口告诉穗儿,她为这个家付出太多,妈妈为有她这样的女儿感到骄傲。

重新面对生活,穗儿内心感受到父母的认可和允许,她不再需要舍命担负别人的责任,也不需要指责自己做得不够多不够好……这一刻,心灵重获自由。

在团体中浸泡的穗儿,心灵越自由,她的身体越舒展,生命力越蓬勃而出。她读诗、健身、旅游,做自己向往的事,只为取悦自己。而这一切也深深影响着家人,没有穗儿鞍前马后的照护,所有的人和事按照自己的步伐有条不紊地行进着,女儿的状态也越来越好。

——摘自《照进心底的光》(毕亚炜)

毕亚炜,国家二级心理咨询师,国际心理剧考试委员会认证导演,株洲市中医院创伤后病人心理干预课题负责人,株洲市红十字会心理援助志愿队长,天元区关心关爱社区心理服务中心心理专家,湖南省红十字会“四星”志愿者。

## 国网“金牌党员服务队” 为烈士母亲扫尘迎春

本报(株洲晚报融媒体中心记者/余思薇 通讯员/胡立明)“陈妈妈,您就把我们当成自己的儿女,以后如果遇到困难,可以随时拨打我的电话,我们党员服务队一定随喊随到。”1月26日,国网株洲供电公司客服中心主任、湖南省优秀共产党员侯新平将自己的手机号存入烈士陈林母亲的手机,对她做出郑重的承诺,这也是国家电网“金牌党员服务队”湖南电力东方红(客服电小二)共产党员服务队对陈妈妈的承诺。

这天是小年,也叫“扫尘日”,家家户户扬尘清洗,祈求新年安康。“陈妈妈70多岁了,她一个人在家,不知道有没有人帮她打扫卫生?有没有购买年货……”在这个特殊日子里,党员服务队来到陈妈妈家中,为她打扫卫生、开展安全用电检查,并送上了年货物资和新春祝福。

当听到陈妈妈说卧室空调插座坏了,侯新平立即安排人员购买开关并进行了更换。看着



▲国网湖南电力东方红(客服电小二)共产党员服务队看望陈妈妈。通讯员供图

忙碌的电力员工,吹着空调里送出来的暖风,陈妈妈既高兴又感动,握着队员们的手说:“这些年,你们一直关心我、帮助我,特别是用电方面,一次次帮我解决用电难题,太感谢你们了!”

陈林烈士是湖南株洲人,生于1979年,在2008年汶川地震

中,他和战友在执行飞行任务时,遇局部气候变化,飞机失事,不幸遇难。2012年陈爸爸也去世了,留下陈妈妈孤一人在株洲生活。陈妈妈是国网株洲供电公司客服中心党总支支部长期关爱帮扶的对象,该公司每年不定期开展帮扶活动,已持续帮扶了近10年。

## 书“福”字、写春联…… 株洲市民在传统民俗文化中重拾年味



▲非遗传承人教授市民剪纸技法。通讯员供图

本报(株洲晚报融媒体中心记者/文楼 通讯员/杨帆)书法家挥毫泼墨,书“福”字、写春联,非遗传承人“手把手”传授剪纸技艺,传统茶艺表演赏心悦目……1月25日,株百中心店民俗年味街区热闹非凡,“祖国新春好,文艺进

万家”惠民活动,将株洲“那些年”的迎春年味还原,吸引了众多市民参与。

自1月21日开展活动以来,包括市书法家协会主席楚石、常务副主席彭卉轩、叶剑平、谭必清等知名书法家在内的50余位

## 献爱心、送祝福 他们让爱汇聚成寒冬中的暖流

本报(株洲晚报融媒体中心记者/凌琳 通讯员/陈志)春节将至,年味渐浓。近日,市委老干部局副局长王政文、周立刚一行来到濠溪口区龙门镇李家村、长冲村开展“贺新春送温暖”活动,温暖了乡村乡村振兴点村困难群众的心窝。

慰问组逐户走访了困难群众,高龄老人、贫困家庭学生,为他们送上慰问金、慰问物资和新

春祝福,与他们亲切交流,详细询问政策落实、全年收入、子女上学、身体健康等情况,鼓励他们在政策帮扶下坚定信心,用勤劳的双手创造幸福生活。

来到13名90岁以上高龄老人家中,慰问组为老人们送上慰问金、慰问物资、春联、保健读本等,与他们促膝长谈,并祝愿他们度过一个幸福祥和的春节。一句

问候,一声声祝福,汇聚成寒冬中的暖流,让老人们倍感温暖。

在李家村村部,慰问组还开展了“爱心助学”活动,为10名贫困学生每人送去1000元助学金,勉励他们认真学习、锻炼身体,为祖国增光添彩。孩子们深受鼓舞,表示将心怀感恩,努力克服困难,自尊自爱,用优异成绩回报父母、回馈社会。

东方红娘婚介:政府注册的正规婚介,法人专注婚介十九年,一直以来秉承诚信至上、发展理念,坚持实名认证登记,资深红娘贴心服务,经过多年创新经营,成功率已有惊喜的超越。

男:丧偶,65岁,1.71米,本科,有房有车,事业单位退休,现已成家另住。

男:离异,52岁,1.8米,本科,有房有车,公务员,无孩。

男:离异,43岁,1.76米,本科,有房有车,机关干部,女随母。

男:离异,40岁,1.8米,研究生,有房有车,央企干部,女随母。

男:未婚,45岁,1.78米,大专,高档房两套,有车,大公司股东,帅气。

男:未婚,34岁,1.73米,博士,有房有车,大学科研工作者,青年新精英,家境优。

男:未婚,30岁,1.75米,本科,有房有车,央企技术,父母退休另住。

女:离异,60岁,1.57米,大专,有别墅,有车,经商,大气,现已婚有房有车。

女:离异,48岁,1.63米,大专,有房,铁路职员,孩随父。

女:离异,40岁,1.65米,高中,有高档房有车,经商,貌美气质佳。

女:未婚,30岁,1.62米,本科,有房有车,银行干部,靓丽。

女:未婚,26岁,1.6米,本科,机关正编,漂亮可爱,父母有单位。

诚邀爱心人士加盟  
地址:株洲市中心广场(株百旁)福鑫大厦16楼1618号  
电话:22175288 22957018  
微信:18932126168