



《大国战“疫”》近期出版

近日,由中央宣传部、国务院新闻办公室指导,五洲出版社和人民出版社联合紧急编辑制作的图书《大国战“疫”——2020中国阻击新冠肺炎疫情进行中》近日出版。

该书借鉴国际深度报道表述方式,从200余万字主流媒体公开报道中精选相关素材,有机整合汇编,集中反映习近平总书记作为大国领袖的为民情怀、使命担当、战略远见和卓越领导力,全景式介绍中国人民在以习近平总书记为核心的党中央集中统一领导下,紧急动员、齐心协力,打响疫情防控人民战争、总体战、阻击战之阶段性进展和积极向好态势,彰显中国共产党领导和中国特色社会主义制度的显著优势,展现中国积极与国际社会合作、共同维护全球和地区公共卫生安全的巨大努力。

据了解,《大国战“疫”》是目前国内外第一本跟进式介绍中国疫情防控阶段性工作的多文版图书,其英、法、西、俄、阿等5种语言文字版本将陆续对外出版发行。

病倒在抗“疫”一线的张理南拟被迫授为“大理楷模”

2月3日,年仅57岁的大理市银桥镇鹤阳村村委会副主任张理南,连续13天奋战在疫情防控一线后,在巡查村防疫卡点返家途中突感身体不适,经送医院抢救无效,倒在了抗“疫”路上。近日,经中共大理州委宣传部研究决定,拟追授张理南同志为“大理楷模”。

张理南,男,1963年1月生,中共党员,生前系大理市银桥镇鹤阳村党总支委员、村委会副主任。自大理市应对新冠肺炎疫情防控工作开展以来,始终奋战在疫情防控第一线。2020年2月3日,在巡查村防疫卡点返家途中突感身体不适,经送医院抢救无效,牺牲在工作岗位上。从殡葬改革,到抗疫战线勇士,张理南同志作为一名共产党员、一名基层干部,用一生诠释了一名基层共产党员的初心使命。

战“疫”贷款再增5000亿 重点支持复工复产、脱贫攻坚等领域

近日,人民银行召开电视电话会议,部署金融支持中小微企业复工复产工作。会议提出,将在前期已经设立3000亿元疫情防控专项再贷款的基础上,增加再贷款再贴现专用额度5000亿元。同时,下调支农、支小再贷款利率0.25个百分点至2.5%。

在新增额度的使用上,会议指出,再贷款再贴现资金要向重点领域、行业和地区倾斜,在现有支持领域基础上,重点支持复工复产、脱贫攻坚、春耕备耕、禽畜养殖、外贸行业等资金需求,并加大对受疫情影响较大的旅游娱乐、住宿餐饮、交通运输等行业,以及对防疫重点地区的支持力度。



防“疫”别只顾外防护 提高免疫力更重要

适当饮用含有优质乳酸菌的饮料,促进体内的微循环。
3、常吃大蒜
不要忽视每天吃两个蒜瓣。大蒜不仅抗氧化,还能提升免疫力和抗病毒,对于巨细胞病毒有抑制作用,可促进T淋巴细胞转化,增加白血球及巨噬细胞的活性。
4、全面补充微量元素,要注意补充的维生素主要有维生素C、维生素E和维生素B。

Tips②: 休息原则
在科学营养的饮食之外,保持充足的睡眠,适量运动,保持乐观情绪对于提高免疫力均有益处。
1、睡眠充足抵抗力好
科学研究表明,睡眠时人体产生一种称为胞壁酸的睡眠因子,此因子促使白血球增多,巨噬细胞活跃,肝脏解毒功能增强,从而将侵入的细菌和病毒消灭。人进入睡眠状态后,各种有益于增强免疫功能的作用过程便随即开始。
所以,每日的睡眠最好保持至

少8小时,因为长期睡眠不足会给机体造成损害,包括思考能力减退、警觉力和判断力下降,免疫功能低下。
2、坚持进行有氧运动
在饮食、睡眠之外,运动也是构筑良好抵抗力的重要组成部分。研究显示,如果人每天运动30到45分钟,每周5天,持续12周后,免疫细胞数目会增加,抵抗力也相对增加。而运动的类别则以中轻度有氧运动为佳,而且要经常进行,这样不仅能提高免疫力,还能缓和情绪,缓解压力。
建议中年人周末出门郊游,老年人则可选择在早晨或饭后进行散步和打太极拳。而对于精力充沛的年轻人,可以选择游泳或骑脚踏车。
3、保持乐观的情绪
免疫力与人的情绪其实关系密切,已经有研究发现,敌视、悲痛、失落、忧愁等消极情绪都能导致人体免疫力下降,而开朗活泼的性格、愉快的情绪则会提高人体免疫力。因此,人只有在内心平衡愉悦的状态下,免疫力才是最强的。

开展无序取水整治 规范取水行为

中共大理市委主办 大理时讯 DALISHIXUN 今日导读 大理市新时代文明实践中心“金花”志愿者在防疫一线展巾帼力量 见第2/3版

众志成城 团结奋进 抗击疫情

习近平总书记主持召开中共中央政治局常委会会议分析新冠肺炎疫情形势研究近期防控重点工作

加强疫情防控这根弦不能松 经济社会发展各项工作要抓紧

响应党中央对广大党员的号召,习近平李克强栗战书汪洋王沪宁赵乐际韩正同志为支持新冠肺炎疫情防控工作捐款

新华社北京2月26日电 中共中央政治局常务委员会2月26日召开会议,听取中央应对新型冠状病毒肺炎疫情防控工作领导小组汇报,分析当前疫情形势,研究部署近期防控工作。中共中央总书记习近平主持会议并发表重要讲话。
习近平、李克强、栗战书、汪洋、王沪宁、赵乐际、韩正同志为支持新冠肺炎疫情防控工作捐款。
习近平在会议上发表重要讲话指出,当前全国疫情防控形势积极向上的态势正在拓展,经济社会发展加快恢复,同时湖北省和武汉市疫情形势依然复杂严峻,其他有关地区疫情反弹风险不可忽视。越是在这个时候,越要加强正确引导,推动各方面切实把思想和行动统一到党中央决策部署上来,加强疫情防控这根弦不能松,经济社会发展各项工作要抓紧。各级党委和政府要统筹推进新冠肺炎疫情防控和经济社会发展工作,准确分析把握疫情和经济社会发展形势,紧紧抓住主要矛盾和矛盾的主要方面,确保打赢疫情防控人民战争、总体战、阻击战,努力实现决胜全面建成小康社会、决战脱贫攻坚目标任务。
会议强调,要继续集聚力量和资源,全面加强湖北省和武汉市疫

情防控。要巩固排查和收治成果,切实控制传染源、切断传播途径。要夯实社区排查和防控基础,抽调更多干部支援基层,支持各类在当地的干部积极投身社区防控工作,充分调动群众自我管理、自我服务的积极性,加快补齐老旧小区在卫生防疫、社区服务等方面的短板,深入细致做好群众基本生活保障工作,加强思想政治工作,加强群众心理疏导。要加强重症患者救治,促进高水平团队协同攻坚、多学科专家联合攻关,发挥好重症专业救治力量作用,提高临床治疗精准性、有效性,努力降低病亡率。要及时收治轻症患者,及早实施医疗干预,尽量减少轻症转为重症。要着力提高医用防护物资调拨和配送效率,畅通渠道和堵点,尽快将急需物资送到救治一线。要加强北京等重点省份防控工作,坚决阻断各种可能的传染源。
会议指出,要强化特殊场所和重点人群防护措施。养老、救助、儿童福利、精神卫生医疗等机构,人员密集、环境封闭,相关服务对象自身防护能力弱,要压实属地责任,实施更严格的管理措施,防止外部传染源输入,对已感染者要全力救治。
会议还研究了其他事项。
(转载自2月27日《云南日报》)

空间服务人员等人群的防护,有针对性落实防控措施。
会议强调,要精准稳妥推进复工复产。各级党委和政府要把支持复工复产、恢复和稳定就业、畅通交通运输、保障市场供给等各项工作做细做扎实。要督促企事业单位严格执行疫情防控规定,落实防控主体责任,积极帮助企业单位解决防疫难题,协调解决口罩、消毒用品等防护物资不足问题,指导制定符合单位自身特点的防控规范。对复工复产中出现的个别感染病例,应应急处置措施要科学精准。要提高复工复产服务便利度,取消不合理审批。要把各项惠企政策尽快落实到位,完善政策配套实施办法,在一体化政务平台上建立小微企业和个体工商户服务专栏,使各项政策易于知晓、一站办理。要总结经验,把一些好的政策和做法规范化、制度化。
会议指出,加强疫情防控国际合作是发挥我国负责任大国作用、推动构建人类命运共同体的重要体现。要继续同世界卫生组织密切合作,同相关国家密切沟通,分享防控经验,协调防控措施,加强对外宣传和公共外交,共同维护地区和世界公共卫生安全。

会议还研究了其他事项。
(转载自2月27日《云南日报》)



“武汉加油!”“湖北,我们来了!”“一起抗,一起扛!”我们见证着全国上下守望相助的力量,见证着亿万人民不怕任何困难的勇气。武汉是英雄的城市,湖北人民、武汉人民是英雄的人民,历史上从来没有被艰难险阻压垮过。只要我们同心协力、英勇奋斗、共克时艰,就一定能够战胜武汉、决胜湖北、决胜全国,取得疫情防控斗争的全面胜利。
(转载自2月13日《大理日报》)

我市四举措推进工业企业复工复产

我市按照中央和省州新冠肺炎疫情防控工作要求,统筹安排做好市辖区规模以上工业企业疫情防控和复工复产工作。
为切实做好新冠肺炎疫情防控工作,我市要求各企业切实履行好主体责任,严格按照要求布置落实相关防控工作。及时搜集国家和省州对企业相关扶持政策,包括降低用电用气成本、阶段性减免社保费、缓缴住房公积金等,对企业进行政策宣传,协助企业做好相关扶持政策的申报工作。
与此同时,我市加强企业调研工作,我市要求各企业切实履行好主体责任,严格按照要求布置落实相关防控工作。及时搜集国家和省州对企业相关扶持政策,包括降低用电用气成本、阶段性减免社保费、缓缴住房公积金等,对企业进行分类指导,强化企业要素保障,帮助停产企业复工复产、负增长企业加快生产,防止经济指标断崖式下滑。
苏建伟 谢 敏

视野

周刊

第293期 策划 罗宗雄 李锦芳

大理市新时代文明实践中心“金花”志愿者在防疫一线展巾帼力量

○记者 赵 璐 李锦芳 吴 志 摄影报道

全民战“疫”，不分职业，更不论性别。疫情期间，在大理有这样一群身影，她们是女儿，是母亲，是妻子，但在疫情防控一线，她们临危不乱、冲锋在前，以巾帼不让须眉的担当，化身守护一方的铿锵玫瑰，是防疫线上最美的“巾帼力量”。



特别报道

泉源超市女职工：

坚守岗位保障市民“菜篮子”

“我经常来泉源超市购物，疫情发生后，这里的消毒工作做得很认真，让我们可以放心购物。”正在挑选商品的市民王桂贤说。

整齐码放的商品、快速便捷的补货、秩序井然的结算……如果不是在进出口处的体温检测和生鲜蔬菜类销售被移到店门前帐篷内进行，在下关泉源超市北区店，市民并不会发现这里和原来有何差别。

“从1月22日开始，我们超市每天每两个小时就

要进行一次消毒，员工每天上班时都必须测量体温，每位进店的消费者都要测量体温、进出要扫码。”泉源超市北区店店长建萍介绍，从2月8日起，泉源超市所有门店的新鲜蔬菜、猪肉全部按进货成本价销售，零利润、零差价，更好地回馈广大消费者，也希望给社会带来正能量。

市民牟大妈一大早从泉源超市买了猪肉和蔬菜。她说：“疫情期间，泉源超市卖的肉和蔬菜的质量都很好，而且价格比市场上的还要便宜，他们真的做得很好。”

“作为省、州疫情物资储备企业，泉源商贸公司绝大多数职工从1月31日开始就正常复工，大家连续上班到现在，都尽力做好自己的工作，但没有一个人有半句怨言。”市妇联兼职副主席、大理市泉源商贸有限责任公司党支部书记、董事长、总经理赵利红告诉记者，特别是泉源超市所有门店，百分之九十以上都是女职工，在这次超市不停业、不休息的情况下，她们没有休假，也没有陪伴家人，真正体现了巾帼不让须眉，作出了很大的贡献。

从承诺消毒液、洗手液、醋等应急防疫物资和民

生商品不涨价、保供应，到原本休息的部分主管和职工提前回到工作岗位；从迅速建立疫情期间一系列工作制度，到邀请社会暂时歇业员工来超市上班……泉源超市女职工们在赵利红这位“女当家”的带领下，舍小家为大家，默默坚守岗位，用自己的辛勤付出，保障了市民在特殊时期能够采买到新鲜、健康的生活必需品，在疫情期间发挥了稳市场、稳物价、稳信心等方面作用，体现了保供企业在特殊时期的社会责任与担当。

心理咨询师李瑞玲：

给内心戴上防病毒“口罩”

叮铃铃……“你好，我是大理市妇联心理咨询志愿服务平台李瑞玲老师。你现在有什么感觉，可以慢慢告诉我。还是担心、恐惧，担心被传染……”电话那头，求助者焦虑地倾诉；电话这头，心理咨询师李瑞玲耐心地倾听着。

为缓解疫情防控给部分家庭及妇女儿童造成的

心理压力，做好情绪疏导、压力缓解及维权等服务工作。2月10日，市妇联开通线上心理咨询及法律咨询服务。

“给内心戴上防病毒‘口罩’，保持积极乐观的心态，也是一种强大的免疫力。”在市妇联发出倡议后，作为云南省“三八”红旗手以及国家一级婚姻家庭咨询师、国家二级心理咨询师，李瑞玲以巾帼志愿者身份加入此次心理咨询志愿服务。“我们代表的不仅仅是个人，也是代表党和国家，给予一线抗疫人员及其家庭一种关心、关注和倾听、陪伴，所以，我会尽我所能做好这次志愿服务。”

从2月10日到现在，通过电话、微信、QQ，李瑞玲至少已接到五六十个心理咨询电话，尤其是医护人员及其家庭成员。“医护人员既是抗击疫情的主力军，也在各自家庭中扮演着重要角色。他们的压力来自于对病毒感染的恐惧、对疫情何时能结束的期望值以及这种期望值的不确定性等，多方面因素叠加在一起，会让他们感到紧张恐惧、消沉悲观，甚至特别烦躁、不知所措。”李瑞玲告诉记者。

针对这一特殊时期出现的特殊心理问题，李瑞玲总结出了一套心理疏导和心理调适方法。“首先针对医护人员及其家庭成员，我主要是通过温暖陪伴的心理引导方式，给予他们更多的关注关爱，增强他们抗击疫情的信心和勇气；其次，除了日常的心理疏导以外，我会主动进行回访，既回访咨询者，也回访他们的家庭成员；第三，是多鼓励咨询者振奋精神、鼓足勇气，积极地参与复工复产。”

“我们每个人只要守好自己的小家，就是服务着国家这个大家，只要我们自己安好，春暖花开就一定会上来。”李瑞玲说，她愿意倾听心理热线的每一个来电，直到为他们解开心中结、重拾信心。

关迤社区丁大姐：

当好小区“守门人”筑牢防疫墙

“李大爷，快点戴上口罩，特殊时期防护措施可不能忘记啊！”“你好，请问你找谁，请登记一

下。”……近日，在下关镇关迤社区洱滨纸厂宿舍小区出入口值守点，经常能看到一对夫妻忙前忙后引导登记、测体温、喷洒消毒液、提醒住户做好防护，他们是关迤社区“热心大姐”丁琼和她的爱人。

2月5日，《大理市应对新型冠状病毒肺炎疫情防控工作指挥部通告（第六号）》发布，对所有小区一律实行封闭式管理。看到通告，想到社区工作人员一直奋战在防疫一线，自己住的又是老旧小区，既没有物管，也没有业主委员会，甚至一个像样的大门都没有，丁琼在家里坐不住了，她马上和爱人商量起来，打算夫妻俩主动在小区出入口设立一个值守卡点。

说干就干。第二天，丁琼夫妻俩从小区活动室搬出桌椅，在小区出入口设立了值守卡点。而从那一天开始，每天早上8点，丁琼夫妻俩都会戴好口罩、穿上红马甲、戴上小红帽，在小区出入口值守点“上岗”，承担防疫值守任务，并一直坚持到现在没有停歇过。

得知他们的这一志愿行动后，关迤社区工作人员为他们送来了体温测量仪和出入登记表，陆陆续续有10多名小区住户加入了他们的值守行列，还有爱心人士为他们送来了消毒液、饮料等。

52岁的丁琼是一名退休工人，也是居民口中的“热心大姐”，平时她就比较热心小区事务和志愿服务，在她的带动下，她的爱人与她一起义务巡逻、清扫卫生、关爱邻里……小区里，处处都活跃着他们的身影。

“我们平常就喜欢参加公益活动，积极去当志愿

者，已经有七八年了。”丁琼说，“我们这个宿舍区是老旧小区，党员大多是七八十岁的，我们群众就应该主动站出来。疫情发生后，作为志愿者，我和我老公坚持每天在小区内进行消毒，搞好小区环境卫生，对防控疫情起到了积极作用。”

“像丁大姐这样活跃在抗疫一线的巾帼志愿者，在关迤社区还有很多。”关迤社区党总支书记、居委会主

任温朝丽告诉记者，疫情发生以来，社区涌现出大量的巾帼志愿者，她们不计报酬、不辞辛劳，有的参与入户走访排查，有的走街串巷进行巡回宣传，有的当好小区的守护人，为构建群防群治的严密防线贡献了半边天力量。

市妇联副主席赵昕云介绍：“新冠肺炎疫情发生以来，市妇联主动作为，积极履职，发挥联系家庭和广大妇女的桥梁和纽带作用，号召各族各界妇女同胞在疫情防控工作中积极发挥半边天的作用，贡献了巾帼力量。”

应号召而来，大理“金花”们立足本职工作，在各条抗疫战线上发光发热，她们同舟共济共抗疫情，用爱和奉献展现出巾帼不让须眉的抗疫决心和风采，谱写了一首首美丽的诗篇。



众志成城 团结奋进 抗击疫情