

方便球迷观赛 忠县将开通3条“渝超”公交专线

本报讯（记者 钟舟）10月12日19:30,忠县烽烟三国家队将主场迎战万州区三峡银行队。比赛当天17:00起,忠县将开通3条“渝超”公交专线,方便大球迷前往现场观赛。

线路一: 香山湖东门—香山湖南门—香山湖西门—香山国际—中博隧道口—中博隧道—二公里—鸣玉樾府—忠县职教中心—忠县体育中心;

线路二: 恒大·悦珑湾—蓝泊湾—海新大酒店—忠义广场—缘梦花园—汉阙广场—黄金水岸—忠县体育中心;

线路三: 长江大桥—体育馆—东坡梯道—实验小学—重百—建委—金水门—白公路—忠县体育中心。

线路运行时间为各起点站17:00—19:00(去程),忠县体育中心21:30(返程)。每条线路投入4辆公交车,循环发班,乘客可选择就近站点上下车。票价实行一票制,收费为2元/人。以上线路仅为10月12日当天运行线路,相关部门将根据实际乘车人数灵活调整运力。

此外,“渝超”忠县主场后续赛事公交线路,可关注“忠州融媒”公众号相关推送。

重庆三峡民康医院: 为拔山中学学子筑牢“心”防线

本报讯（记者 严皓溢）10月10日是“世界精神卫生日”。10月9日,重庆三峡民康医院心理健康科普团队联合拔山中学党委搭建建联动平台,以“宣传科普+互动体验”的形式为拔山中学学生送去心理关怀与指导。

活动现场,心理健康科普团队通过摆放宣传展板、发放宣传册、一对一咨询、互动游戏、专题讲座等方式,引导学生正确认识心理健康。互动体验区设置绘本演绎、音乐互动等趣味环节,让学生在游戏中放松身心、释放压力。在心理义诊区,心理医生耐心倾听学生关于学习、人际交往等问题,并结合个体情况有针对性地给予心理疏导。在专业讲座区,医护人员通过通俗易懂的语言,向学生讲解常见心理问题及应对策略,为学生健康成长筑牢“心”防线。

培育和践行社会主义核心价值观 富强 民主 文明 和谐 自由 平等 公正 法治 爱国 敬业 诚信 友善

“我亲自照顾她们才最放心” ——忠县胡继寿用30年写下最美“情书”与“孝经” 本报记者 吴建华 通讯员 朱婉铭

近日,在忠县拔山镇蓝湖社区,记者见到这样一位普通居民,他用30年的漫长时光书写了一段孝老爱亲的感人故事。

他叫胡继寿,今年62岁。面对罹患重病的妻子和年迈的母亲,他靠着一副坚实的臂膀,扛起家庭的重担,用日复一日的行动诠释了中华传统美德的内涵,成为乡邻们交口称赞的道德标杆。

30年前,胡继寿的妻子王如琼被确诊患上了风湿病,让这个原本幸福的家庭蒙上了阴影。之后,严重的风湿病及其并发症,导致王如琼生活完全无法自理。彼时儿女年幼,尚需要照顾。面对这场人生的严峻考验,胡继寿没有丝毫犹豫,一个人毅然担起照顾妻子的重任。

从此,除了接送子女上学、放学,胡继寿的生活节奏被设定为以妻子为中心的“精准时刻表”。天未亮,他便起床准备早餐,并耐心给妻子洗漱、穿衣、喂饭。在田间地头辛勤劳作后,他总是第一时间赶回家中,为妻子按摩僵硬的关节、翻身擦洗、处理大小便。

30年,一万多个日日夜夜,胡继寿没有一句怨言,只有默默付出。在他无微不至的照料下,妻子的病情保持稳定,脸上也总能浮现出笑容。这份坚守,是对“执子之手,与子偕老”最质朴也最动人的诠释。

生活的重担不止于此。随着时间流逝,胡继寿在悉心照料妻子的同时,还要侍奉日渐年迈、行动不便的母亲。他将孝道化为具体而微的行动,融入生活中的琐碎日常。每天妥善安顿好妻子后,他顾不上休息,转头又到母亲房间,陪她聊天解闷,为她梳头洗脸。

考虑到母亲牙口不好,胡继寿变着法儿地将饭菜做得软烂入味,把排骨炖得脱骨,把青菜切得细碎,确保母亲既能吸收营养,又吃得舒心。

天气晴好时,胡继寿会用轮椅推着母亲到户外晒太阳、呼吸新鲜空气。母亲夜间起床频繁,他就自己床头放个小闹钟,定时起身查看,确保母亲安全。面对母亲的感慨,他总是憨厚地笑着说:“您养我小,我陪您老,这都是我该做的。”

30年来,胡继寿的生活就像上紧发条的钟表,在照顾妻子和母亲的双重轨道上精准运行。每天清晨5点起床,胡继寿先为母亲准备早餐,再帮妻子做康复训练;一日三餐,他需要兼顾两人的不同需求;深夜待家人都安睡后,他还要清洗衣物、打扫卫生,常常忙到深夜。

2022年,胡继寿的母亲因年事已高而离世。面对这一沉重的打击,胡继寿依然坚强地承担起照顾妻子的责任,从未有过丝毫懈怠。

多年来,邻里见胡继寿如此辛苦,常主动提出帮忙,但他总是婉言谢绝:“妻子和母亲都是我最亲的人,我亲自照顾她们才最放心。”他的这份执着与担当,不仅温暖了自己的小家,更感染着整个蓝湖社区。

落石挡国道,男子徒手清障——

这位热心司机原来是副镇长

新重庆-重庆日报记者 彭瑜

视频里,一名黑衣男子在弯道处清理山石。这条视频短短几天便获得1.7万次浏览、230多个点赞和70多条热情留言。近日,忠县新立镇石庙村村民严正权在自媒体平台发布的一条短视频意外走红。

事情发生在9月27日上午11时许。从事坝坝宴服务的严正权驾车从双桂镇前往新立镇,行至G350国道姜家寨路段时,发现一辆黑色轿车斜停在路上挡住了去路。

县外媒体看忠州

他正要下车查看,却见车前方一名身着黑色T恤的男子正弯腰吃力地将一块直径约30厘米的落石推向路边。右侧斜坡上清晰可见山体滑坡痕迹,坡下已堆积了不少石块。“当时我就意识到发生滑坡了。”严正权正准备上前帮忙,发现路面落石已清理得差不多,便用手机记录下男子清理最后几块落石的画面,“我真的很感动,心想一定要把这样的好人好事传播出去。”

拍完视频,严正权本想当面致意,却恰逢一辆养护施工车抵达现场。为避免打扰,他悄然离开,随后在自己的自媒体账号发布了这段视频。视频迅

速引发热议,网友“友枫”一眼认出画面中的黑衣男子:“这是双桂镇政法委员、副镇长冉海军!”身份揭晓后,网友们的感动之情更甚,纷纷留言:“好干部值得赞扬!干部有颗为人民服务的的心就是老百姓最大的福”“勇于站出来排除危险,不顾自身安危,做了很多人不敢做的事”“为双桂镇的好干部点赞,人民的好公仆”。

9月30日,记者联系上冉海军。回忆起当天情形,他清晰记得,当天,他驾车经过姜家寨弯道时,发现山坡滑落的石块已挡住大半幅路面。“弯道会车极易引发事故。我来不及多想,立即将车安全停靠,开始徒手搬移落

石。总共搬了30多块,大的几十斤重。”他说。

当时现场没有其他车辆,冉海军独自将路中央的石头清走,再处理路边的石块。最吃力的还是搬运大块落石——能搬动的沾满了湿滑泥土,衣裤很快污迹斑斑;搬不动的就一点点翻滚推移,反复向路沿挪动。

“快搬完时有辆车停靠,应该就是严师傅。”冉海军并未注意到被拍摄,只隐约听到一声“谢谢”。“网友和群众的点赞,其实是对党员干部的期待和要求。我会以此为动力,继续尽心尽责做好本职工作。”冉海军表示。

畅通城区交通“微循环”



近日,忠县人民路至鸣玉溪大桥连接道拓宽工程全面投用,标志着该路段正式告别“人车混行”历史,畅通城区交通“微循环”。

10月6日,记者在现场看到,拓宽

后的道路为双向四车道,并建有独立人行梯道、连接人民路至临江路的车行道。道路宽敞,车辆有序通行,行人安全行走于专属步道,有效实现“人车分流”。

此前,该路段坡度大、人车混行,加之周边居民区密集,高峰时段安全隐患突出。忠县于今年6月启动拓宽工程,通过增设专属人行梯道,系统化解“人车混行”难题。



记者 彭群英 张耀升 张圳阳 摄影报道

办好民生实事

城市“微改造” 民生“新体验”

精细调整:信号灯里的民生温度

交通治理不仅是硬件的扩容,更是服务和管理的精细化。在忠县,一些看似微小的调整,却蕴含着对民众需求的深切关怀。

西山渡口是“渝忠客2180”客轮的终点站。每天早晨,坐船进城卖菜的菜农从这里下船后,需要横穿忠州大道才能进入“2180”菜农家园销售。

而这里的人行绿灯时长,原本只有短短的12秒。

“我们背着、挑着菜,本身就很重,但还得一路小跑过马路,生怕红灯亮了。”菜农秦大荣道出了菜农们的无奈。

忠县公安局公路管理大队了解情况后,经过现场调研和数据监测,将人行绿灯时长调整为高峰时段30秒,其余平峰时段18秒。

“从12秒到30秒,虽然仅延长了18秒,却解决了菜农安全过马路的问题,也保障了早高峰时间该路口的畅通。”民警马雪峰说。

今年以来,忠县累计增加道路标线8217平方米、维护标志503块,优化交通信号灯15组,安装中央隔离设施8处416米。

这些细微之处的改变,让城市交

通“微循环”更加通畅。

基础设施:人车分流的安全之道

在忠州四小附近的环城路上,每天上学放学时段,学生们有序地通过人行天桥,桥下车辆川流不息。而在去年之前,这里却是另外一番景象。

忠州四小前方的环城路是国道G350的一段,车流量大,重载货车多。学生们横穿马路成常态,交通安全隐患重重,成为家长和社会各界的一块心病。

去年12月,县住房城乡建委在距离忠州四小东侧100米处建成一座横跨环城路的人行天桥。自此,忠州四小数千师生及附近数万居民的通行安全得到了有效保障。

如果说人行天桥是忠县交通“微改造”中的“大手笔”,那么遍布城区的护栏安装、路面修补则是“微改造”中的“小细节”。

今年以来,忠县城市管理部门先后在乐天支路、红星支路、白公路等多条道路安装人行护栏1800余米;在临州路、临江路、忠州大道等路段安装防撞护栏2400余米,有效保障了车辆和行人的通行安全。

城市“微景观”:品质提升的细节之美

忠县的城市建设,既注重“大动脉”的打通,也不忽略“微景观”的打造。

今年以来,忠县制定《“九小”空间品质提升行动工作方案》,对城区主次干道沿线小花坛实施环境综合整治;实施土壤改良作业,对板结土层进行深度翻耕,施加有机肥料改善土质,并栽植蔓性夏紫、紫薇等观赏性强、适应性好的绿植品种。

与此同时,忠县以“微改造”方式,对忠州巷子进行有机更新。这一改造,不是大拆大建,而是修旧如旧、建新如旧,最大限度保留历史遗留建筑及穿斗式建筑,打造充满三峡原真老城气息的生活街区,以及留住巴渝乡愁和三峡风情根与魂的历史文化街区。

走在今天的忠县街头,你会发现曾经拥堵的节点悄然通畅,曾经混乱的交叉口秩序井然,曾经危险的路段安全无忧。

这些变化不像大拆大建那样轰轰烈烈,却如春雨润物,默默地改善着每个市民的出行体验。

从一条路的拓宽,到一个信号灯的调整,忠县正在用“绣花功夫”描绘着一幅现代化人民城市的生动画卷。

忠县“微改造”诠释城市治理新境界

(上接第一版)施策的“小手术”,往往更能直击民生痛点,产生“四两拨千斤”的效果。拆除一栋梗阻房屋治愈多年“肠梗阻”,修建一座天桥消除万家长“心头病”,这些举措投入不大,却实实在在地提升了市民的获得感和幸福感。这种问题导向、精准发

力的治理方式,正是实效思维的完美体现。

尤为可贵的是,忠县的“微改造”充满了人性的温度。那个为菜农调整的绿灯时长,从12秒延长到30秒,改变的不仅仅是时间数字,更是城市对普通群体的尊重与关怀。这种细致入

微的观察和贴心周到的服务,让城市治理不再是冷冰冰的规章制度,而变成了温暖人心的民生工程。在这里,每一位市民的需求都被看见、被尊重、被满足。

当前,我国城镇化已进入追求品质提升的新阶段。忠县的探索为我们

提供了宝贵启示:城市治理的现代化,归根结底要落实到对人的关怀上。唯有像绣花一样精细,像对待家人一样用心,才能真正建设好人民城市。忠县的“微改造”,改的是城市面貌,不变的是为民初心——这或许正是现代化城市治理最本质的追求。

遗失启事

国家金融监督管理总局忠县监管支局遗失(原中国人民银行忠县支行)统一社会信用代码证书,统一社会信用代码为11500233709467222P。声明作废。