

桐城市范岗镇高黄村党总支坚守“五个好”标准,扎根基层、服务群众——

深耕沃野绘新篇

全媒体记者 查灿华 通讯员 汤琦



夏秋之交的桐城市范岗镇高黄村,不同层次的绿色相互交织,青山、屋舍、池塘掩映成景。
高黄村供图

“8月21日,记者走进桐城市范岗镇高黄村,只见屋舍错落有致,稻田绿意盎然,挂车河畔碧波荡漾,休闲广场上老人们笑语盈盈……一幅生态优美、产业兴旺、民心和顺的乡村画卷徐徐展开。这份生机与活力的背后,是高黄村党总支坚守“五个好”标准,在乡村振兴的道路上,深耕沃野绘新篇。今年初,该村党总支荣获2021—2024年度安徽省“五个好”村党组织标兵称号,这份沉甸甸的荣誉,正是对该村多年来以党建引领强根基、以实干担当促发展的最佳注解。

党建引领强根基 红色引擎聚合力

“村里的事,党员先上;群众的难,党员先解。”这是高黄村党总支书记、村委会主任周桐林经常挂在嘴边的话。在高黄村,101名党员就是101面旗帜,他们扎根基层、服务群众,让党组织的“根”深深扎在基层土壤中。

时间回溯到2015年,彼时村里的老党员对村务颇有微词,70多岁的老党员许云国便是其中之一。曾在村里工作过的他,对村情民意了然于胸,却因不了解当下村务而心存疑虑。周桐林敏锐地意识到,老党员是村里的“活字典”,更是治理的“好帮手”。他主动找到许云国,提议由老党员牵头成立党员志愿服务队,让他们参与村务管理。这一提议当即得到响应,20名老党员迅速集结,每月深入村民组检查环境卫生、宣传惠民政策、收集意见建议,成了村里的“移动信访站”。

一次修路需拆除一农户围墙,该户主坚决反对,工程一度停滞。许云国得知后,连续三天上门拉家常、讲政策、算长远账,终于解开了户主的心结。“现在村里大小事,老党员们都主动操心,村民对村‘两委’的认可度越来越高。”周桐林感慨道。在高黄村党员志愿服务队的带动下,村民们养成了房前屋后“扫清爽”的习惯,乱堆乱放现象彻底消失,村容村貌焕然一新。

2021年,全域土地综合整治试点项目落地高黄村,这桩关乎全村发展的大事,却在评估阶段遭遇阻力——有村民拒绝入户测量。关键时刻,党员志愿服务队再次挺身而出,宣传员走村串户讲政策,调解员上门化解疑虑,服务员全程跟进保障。党员志愿服务队成员徐礼刚回忆:“评估第一天就遇到‘钉子户’,我们白天碰钉子,晚上就开会研究,针对不同意农户制定不同方案。”靠着“白+黑”的工作劲头,仅用四天

就完成123户农户房屋评估,为项目推进扫清了障碍。

从“村民找村里”到“村里找村民”,从“被动应付”到“主动服务”,党员志愿服务队的成立,不仅为村干部减负,更架起了党群“连心桥”。如今,高黄村的矛盾纠纷调解成功率达100%,群众满意度节节攀升。

土地整治破“瓶颈” 田畴沃野生新机

高黄村北有牯牛背水库,西临挂车河,32个村民组散布在浅山、丘陵与岗地之间。长期以来,该村2900多亩农田零散分布、田埂交错,水利设施陈旧,机械化耕作无从谈起,“小田”成了制约发展的“短板”。

“以前田地没人愿意承包,村集体求着种粮大户来,每亩租金才150元,村民还经常拿不到现钱。”周桐林的话语里满是无奈。2016年先涝后旱,种粮大户亏损后还想压低地租,更让村民对土地流转心有余悸。

破局从2018年开始。高黄村党总支决定“自己当家”,将农民土地集中流转到村集体,由合作社统一经营,并承诺“无论收成如何,地租按时足额支付”。这份承诺换来了村民的信任,全村土地逐步实现统一流转。2022年全域土地综合整治试点启动后,该村乘势而上实施“小田改大田”工程,通过平整土地、修建灌溉设施及构筑田间道路等一系列措施,成功将昔日的“巴掌田”转变为适宜机械化作业、灌溉无忧的高标准农田。

“现在的田块连片成方,无人机播种、施肥、打药全用上了,每亩管理成本从450元降到28元。”种粮大户范四从算起了“幸福账”。2014年他初来高黄村时仅承包150亩田,如今已扩至600多亩。让他安心的是,村里不仅帮建了3座提灌站解决灌溉难题,还在他资金紧缺时帮忙融资,遇到矛盾纠纷也在第一时间进行调解。今年,村里拟牵线让他与省农垦集团

合作种植订单小麦,由省农垦集团提供种子、化肥、技术并包回收。“不用投本钱,按照技术标准干,亩产预计能从五六百斤提高到1000多斤。”范四从说。

土地“变脸”带来了实实在在的收益。如今,高黄村高标准农田挂网招标时,种粮大户争相承包,每亩租金涨至250元以上,为村民增加租金收入66万元;村集体按每亩50元收取服务费,年增收20多万元。昔日的“零碎田”已然变成“聚宝盆”。

产业兴旺强底气 多元发展富乡亲

“村里要办事,钱袋子得鼓。”周桐林深知,发展壮大村集体经济是乡村振兴的“底气”。从2018年到2020年,高黄村党总支争取衔接资金建成3幢近3000平方米厂房,每年租金收入40多万元。“租金收入主要用于村里的基础设施建设,这几年硬化道路40多公里、安装路灯600多盏,组通了水泥路、亮了照明灯。”周桐林说。

乡贤是乡村振兴的“活水”。高黄村扎实推进“乡亲乡建”行动,用乡情唤回乡贤,用平台成就事业。兄弟同创有限公司董事长彭申明回到家乡高黄村流转陈屋组400余亩田地,打造“幸福田园”项目,建成1800平方米的农产品仓储展示中心,配套生态菜园、民宿和娱乐设施,带动当地3个村发

展,惠及脱贫户204户606人。乡贤洪春林在高黄村创办春林农场,发展水稻加工和小龙虾养殖,让村民在家门口就能务工挣钱。

在土地整治复垦的荒地上,高黄村党总支试种过菊花、高粱,最终选定瓜蒌,年增收十几万元。今年,乡贤周峰带着牧草种植项目回乡,不仅在高黄村落地,还与周边6个村达成合作,预计每年为各村集体经济增收60万元。“牧草能长20多年,每年割三茬,第三年起每亩收入超千元,我们还租厂房搞饲料加工,产业链越拉越长。”周峰介绍道。

抱团发展才能走得更远。2024年,高黄村率先联合范岗镇18个村股份经济合作社成立安徽桐怡农业发展有限公司,实施菜篮子、米袋子、果园子“三子”工程。“今年预计每个村能增收10万元,我们要打造共富样板!”周桐林的话语掷地有声。2024年,高黄村村集体经济纯收入达80多万元,今年预计突破100万元。

治理提质暖民心 幸福图景渐舒展

“村里留守老人多,大家又不爱互相串门,老人们在家孤单得很。”周桐林看在眼里、记在心上。村里随即成立文娱团队,吸纳有特长的老人加入,每月到村民组巡演,还在演出时为“好婆婆”“好媳妇”颁奖,既丰富了文化生

活,又弘扬了文明新风。

在高黄村,10余人的保洁队常年活跃在村组角落,他们不仅维护人居环境整治个人卫生,还及时清理主次干道杂草。“现在村庄干干净净,住着舒坦。”村民们的夸赞是对环境整治最大的肯定。村里还投入60万元建成标准化卫生室,投入18万元整治窑头组人居环境,投入100余万元打造杨屋组三角岛景观节点,村民就医、休闲有了好去处。

“村干部不能坐办公室,要到群众中间去。”这是高黄村党总支定下的规矩。村干部常态化走访群众,在拉家常中了解诉求、发现矛盾,并根据村民性情精准调解矛盾纠纷。村民们说:“干部常来家里转,有啥困难当场说,心里敞亮多了。”

展望未来,高黄村的蓝图愈发清晰:东干渠7公里河段拟安装光伏设备,预计年增收二三十万元;结合全域土地整治安置点建设康养园,发展文旅产业;依托挂车河打造景观带、修建自行车道和水上乐园……“我们要让生态优势变成发展优势,让村民的日子越过越红火。”周桐林的眼中充满期待。

党建引领生态绿,产业兴带动百姓富。如今的高黄村,党组织强了、土地活了、产业旺了、村民笑了。这个荣获安徽省“五个好”村党组织标兵称号的乡村,正以党建为笔、以实干为墨,在乡村振兴的画卷上继续书写着新的精彩篇章。

凉泉乡：实施污水处理整村推进工程

本报讯 今年以来,望江县凉泉乡以污水处理整村推进工程为突破口,聚力提升农村人居环境,为凉泉湖滨片区和美乡村精品示范村建设夯实基础。该工程预算超2000万元,覆盖18个村民小组,目前已完成所有污水末端及主管网建设,支管网铺设达85%,预计9月底全面竣工。

凉泉乡成立专班工作领导小组,由乡党委书记牵头,抽调多部门业务骨干组建工作专班,形成“一日一通报、周一调度”机制。针对施工难点,专班联合设计单位现场办公,优化16处管网走向方案,解决农户院落管线入户难题。该乡构建“政府主导+群众参与+社会协同”模式,通过村民代表大会、入户宣讲等形式,争取群众支持,累计收集合理建议23条。同时,发动村民投工投劳300余人次,参与农户庭院支管铺设,既降低施工成本,又增强主人翁意识。该工程建成后,凉泉乡湖滨村将实现生活污水集中处理全覆盖,彻底消除污水横流的现象,为打造“水清、岸绿、景美”的和美乡村注入强劲动力。(通讯员 韩锋)

黄墩镇：志愿服务情暖空巢老人

本报讯 去年以来,为切实改善空巢老人的生活状况,怀宁县黄墩镇党委联动各村“两委”启动“暖阳敲门”志愿服务项目。该镇200余名志愿者积极参与其中,他们定期走村入户,通过打扫卫生、爱心体检、公益理发等一件件贴近生活的“实在事”,为空巢老人的生活增添了不少烟火气。

针对部分空巢老人因身体原因行动不便,黄墩镇志愿者们会定期上门,帮助他们打扫卫生、整理杂物,让住宅变得窗明几净。对于排查中发现的安全隐患问题,志愿者们积极行动,已累计帮助12户空巢老人修好了漏雨的屋顶、更换了老化的电线,为老人们营造了更安全的居住环境。每月的“理发日”更是老人们期盼的时刻,在村里搭建的临时理发点,志愿者们根据老人们的喜好修剪发型。该镇“暖阳敲门”志愿服务项目自去年启动以来,已累计帮助空巢老人打扫房屋180余次,开展爱心体检320人次,提供公益理发服务150余人次,深受当地群众的一致好评。(通讯员 赵贵)

鸦滩镇：农家书屋书香浓

本报讯 今年暑期,望江县鸦滩镇积极推动各村农家书屋免费开放工作,开展形式多样的阅读实践活动,让农家书屋真正成为孩子们暑期“充电站”。

走进鸦滩镇农家书屋,各类少儿读物、文学书籍摆满书架,涵盖童话故事、科普知识、经典名著等多个品类,还有防溺水、防火避险等宣传手册,满足孩子们的不同阅读需求。为了提升农家书屋的服务效能,鸦滩镇不仅完善了书屋的基础设施,配备了空调、桌椅、饮水机,还延长了开放时间,让孩子们在清凉舒适的环境中阅读学习。除了日常的阅读和学习活动,农家书屋还结合暑期特点,组织了一系列丰富多彩的主题活动,如“防溺水知识小课堂”“童心绘红魂,小手传薪火”“非遗课堂”等。截至目前,鸦滩镇16家农家书屋已全部正常开放,日均接待学生200余人次。(通讯员 周梦颖)

双港镇：预防伤害致残 共创健康生活

本报讯 在全国残疾预防日来临之际,桐城市双港镇福桥村于近日组织开展了“预防伤害致残 共创健康生活”主题活动,进一步增强村民的残疾预防意识,提升村民健康生活水平。

福桥村通过村广播、宣传栏、村民微信群等多种渠道,广泛宣传此次活动,营造浓厚氛围,提高村民知晓度与参与积极性。活动中,福桥村卫生室的医生向村民们讲解常见的致残原因,如交通事故、工伤、儿童意外伤害、老年人跌倒等,并传授了实用的预防方法。同时,提醒村民关注自身健康,及时发现潜在健康风险,预防因疾病导致的残疾。该村还通过播放交通事故警示片,结合本地案例,生动阐释遵守交通规则的重要性,让村民深刻认识到交通违法的严重后果。活动现场设置了义诊区,为村民免费提供血压、血糖测量,视力、听力检测等服务。下一步,福桥村将持续开展相关活动,让残疾预防理念深入人心,助力村民共创健康美好生活。(通讯员 杨雨萍)

睡觉打鼾真的是睡得香吗？

张程林

在部分人的观念中,打鼾直接和睡得香挂钩,认为就是因为睡得沉、睡得踏实才会打鼾。但是,在医学理念中,打鼾不仅不是睡眠质量好的标志,反而常常是睡眠障碍的早期信号,甚至可能是呼吸功能障碍等严重疾病的警报器。那么,到底为什么有人会打鼾,其背后隐藏着怎样的健康风险,应如何予以应对和治疗?本文就将从这个角度带大家揭开打鼾的面纱。

睡觉为什么会打鼾？

打鼾的发生与人体上气道结构有关,空气从鼻腔或口腔进入,经过咽部最终到达气管和肺部,这条上气道通道的通畅与否直接关系到呼吸的顺畅情况。在清醒状态下,人的咽喉部肌肉会保持一定张力,此时气道持续开放,呼吸通畅;但是,在入睡之后,人体全身肌肉放松,此时的软腭、悬雍垂、舌根等咽喉软组织也会随之松弛下垂,此时气道变窄,气流在通过气道时速度加快,引起软组织振动,振动产

生的声音,就是我们听到的打鼾。

打鼾是睡得香吗？

与常规认知相反的是,打鼾并不意味着睡得香,打鼾者往往睡眠障碍等严重疾病的警报器。那么,到底为什么有人会打鼾,其背后隐藏着怎样的健康风险,应如何予以应对和治疗?本文就将从这个角度带大家揭开打鼾的面纱。

这些“微觉醒”虽然短暂,却会反复打断正常的睡眠周期。正常睡眠包括浅睡、深睡(慢波睡眠)和快速眼动睡眠(REM)三个阶段,其中深睡眠和REM睡眠对身体恢复、记忆巩固和情绪调节至关重要,“微觉醒”却会反复打断正常的睡眠周期,且打鼾者的深睡眠时间显著减少,睡眠质量下降。多数打鼾者虽然可能睡了八小时以上,但是也会出现白天嗜睡、精神不振,注意力难以集中,记忆力下

降,情绪烦躁、易怒,工作效率降低等情况。更危险的是,打鼾可能是阻塞性睡眠呼吸暂停(OSA)的前兆,OSA的发生不仅会进一步降低患者睡眠质量,还会引发心血管系统损害、脑血管疾病风险升高、代谢与内分泌功能异常、认知功能与大脑健康受损等,在心理上也会极大提升患者负面情绪。

哪些人更容易打鼾？

在知道打鼾发生的原理之后,就可以大致推断哪些人会容易发生打鼾。首先,肥胖人群尤其是颈部粗壮者,此类群体颈部脂肪堆积,更容易在睡眠时压迫气道,出现呼吸道堵塞。其次,解剖结构异常,若存在下颌后缩、小下颌、鼻中隔偏曲、慢性鼻炎、扁桃体或腺样体肥大等情况则发生打鼾的概率更高。另外,睡觉也会在在一定程度上影响打鼾,仰睡者舌根和软腭更容易后坠,堵塞气道,因此打鼾发生情况较其他睡姿者更频繁。最后,中老年人因更易发生肌肉松弛,故

而睡眠中可能出现咽喉软组织松弛,堵塞气管。

除此之外,医学中打鼾发生的危险因素还包括男性、酗酒吸烟史、服用安眠药或镇静剂、有打鼾或睡眠呼吸暂停家族史、妊娠期女性和甲状腺功能减退患者也是需要关注的重点人群。

打鼾如何干预？

已经出现打鼾情况后应如何应对呢?对于轻度打鼾者来说可以通过调整生活方式加以改善,包括:减重,肥胖是打鼾的重要危险因素,减重至健康范围可有效改善甚至消除打鼾;避免饮酒、减少镇静药物服用,尤其是睡前4-6小时内应格外注意,防治加重肌肉松弛,作息上避免过度疲劳,保证充足但不过量的睡眠;改变睡姿,采用侧卧位可减少舌根后坠,必要时可在医生指导下使用特殊枕头或在背后垫上枕头或被褥以帮助保持侧卧;若有过敏性鼻炎、鼻窦炎等疾病应尽量治疗,避免因疾病

造成的鼻腔呼吸不畅。

对于中重度患者就应该使用物理治疗甚至手术治疗予以干预,物理治疗包括持续气道正压通气、口腔矫治器使用等;对于存在明确解剖阻塞且保守治疗无效者就需要接受手术治疗,包括扁桃体或腺样体切除术、鼻中隔矫正术、鼻甲成形术、悬雍垂腭咽成形术、舌根悬吊术等。此外,近年来出现的鼻腔扩张贴、止鼾枕等产品可能对部分人有轻微改善作用,但切记不能替代正规治疗。

总之,打鼾绝非睡得香,而是身体在睡眠中发出的求救信号,打鼾不仅会影响睡眠质量,还可能诱发高血压、心脏病、中风、糖尿病乃至痴呆,潜在危害巨大。大家需正确认识打鼾,积极识别高危因素并及时采取科学干预,真正实现高质量的睡眠与长久的健康。

(作者单位:安庆市第一人民医院)

