

我市严打涉网黑恶犯罪

# 全年涉网黑恶案件发案同比下降28%

本报讯(记者 方达星)1月16日,我市召开新闻发布会,通报2023年咸宁市常态化扫黑除恶斗争工作情况,全市共成功侦办黑社会性质组织案件1件、恶势力集团案件2件。

2023年,咸宁市坚决贯彻落实中央、省委、市委关于常态化开展扫黑除恶斗争的决策部署,始终保持扫黑除恶强大攻势,一批黑恶势力违法犯罪团伙被成功打掉,一批行业乱象得到集中整治,有力带动了社会治安形势持续好转。

在我市严厉打击涉网黑恶犯罪的攻势下,全年涉网黑恶案件发案同比下降28%,破案同比上升36%。全市共立涉黑恶腐败“保护伞”案26件,处理79人,给予党纪政务处分49人,坚决清除“害群之马”。

全市法院共受理涉黑涉恶案件财产处置31件,结案31件,执行标的额11616.35万元,执行到位标的额11610.83万元,结案率100%,执行到位率99.95%,执行到位率排名全省第一。

一年来,全市共打掉涉“村霸”恶势力犯罪团伙13个,抓获犯罪嫌疑人31人。市法院办结“村霸”涉黑恶财产刑执行案件35件,执行到位1.71亿元,铲除了“村霸”等黑恶势力经济基础。

据悉,我市将持续深入抓好《反有组织犯罪法》宣传贯彻实施,始终保持对黑恶犯罪的严打高压态势,扎实推动常态化扫黑除恶,使老百姓的获得感、幸福感、安全感更加充实、更有保障、更可持续。

咸宁城发集团与咸宁供电携手加快推进充电桩建设

## 让新能源车主实现充电自由

本报讯(记者 丁婉莹 通讯员 周愿)“逛个商场的工夫,电就充好了,真的很方便。”1月4日晚,在咸宁南站站前广场刚给爱车充好电的朱女士表示,近年来,咸宁城区公共充电站的建设给新能源车主带来了便利。

在咸宁南站站前广场充电站,记者发现不管是白天还是晚上,这里的充电桩都十分“抢手”。有些是附近的上班族,到这里充电就“一脚踏”,也有很多人会选择一边给爱车充电一边在附近逛商场、吃晚餐,或者就近沿河散步,一举两得。

咸宁城发集团相关负责人介绍,根据全市城区新能源汽车保有量和充电需求,从2018年开始,其下属子公司咸

宁城发城市运营服务有限公司便逐步着手建设新能源汽车充电站,城铁南站站前广场停车场充电站就是其中之一。

截至目前,市城发集团与国网咸宁供电公司已合作建设有充电站19座、充电桩98台、充电桩154把。其中,2023年新建咸宁火车站停车场充电站、一号桥停车场充电站、永安阁停车场充电站、桂花路临时停车场充电站、嫦娥广场停车场充电站、阳光机电临时停车场充电站、咸宁北站停车场充电站、温泉中心客运站充电站共计8处,配有41台充电桩,可同时为82台新能源汽车充电。

据悉,为进一步提升服务水平,更好

满足人民群众购置和使用新能源汽车需要,助推交通运输绿色低碳转型,为绿色发展蓄能。今年,市城发集团与国网咸宁供电公司将再度携手,加快推进我市充电场站充电桩建设,计划在今年实现市中心城区充电基础网络全覆盖。

市城发集团将充分利用现有集团自有停车场、公共机构停车场、路边停车位、住宅小区、专用停车场五大类型停车资源场地用于充电站建设,国网咸宁供电公司负责充电桩投资、建设、运营和安全维护管理。

五类停车资源场地凡符合充电桩建设条件的,计划在今年全面完成充电桩建设,为市民提供更便捷更优质的充电服务。

## 文化广场成为“健身房”

本报讯(通讯员 杨凤婷)随着全民健身和全民健康深度融合,“夜健身”逐渐成为横沟广大居民群众“夜生活”的新选择,他们一边锻炼,一边饱览夜幕下的横沟风光。

“伸腿、展臂、迈步、转头、绷脚尖、交换步。”每晚七点,欢快的音乐声在横沟东站准时响起,居民群众迅速进入状态,伴随音乐认真跟着节拍跳操,让身体得到足够的伸展,享受着运动带来的“多巴胺”。

在诗联广场的羽毛球场上,双方见招拆招,点杀、扣杀、网前放小球、追

身球,战况激烈、精彩纷呈。他们在球场上挥洒着青春与汗水,享受着比赛的乐趣,迸发着对运动的热情。他们的球技也博得了观众们的一片喝彩,给观众们带来一场视觉盛宴。

横沟桥镇近年来完善了诗联广场、法治公园等多个文化广场的基础设施建设,更好地满足了群众就近休闲、健身、运动的需求。每天晚饭之后,居民群众不约而同地来到广场参与健身,他们有的是年轻人,有的是中年人,有的是老年人,他们以不同的年龄段、不同的职业身份汇聚在一起,激扬着运动的活力。

## 农家书屋变身“百事通”

本报讯(通讯员 江文英)“听说农家书屋又来了一批新书,我来找点养殖方面的书,给自己找些致富的门路。”1月12日,咸安区浮山街道太乙村12组村民王能正早早地来到了农家书屋,挑选自己想要阅读的书籍。

近年来,浮山街道太乙村不断加大农家书屋建设力度,结合农家书屋馆藏结构和读者需求,补充各类图书,涵盖了法律、文学、农技、科教、少儿等多种类别,满足读者阅读需求,并依托农家书屋这一载体,积极引导广大村民在阅读中汲取营

养,激活乡村造血功能,引领村风民风转变,让书香飘向田间地头、房前屋后,让文化惠民,贴近百姓,为乡村振兴凝聚力量。

“以前,许多病虫害不知道怎么防治,肥料使用不够合理。在村里的农家书屋翻看书籍,学习知识,不仅对农业种植与管理都有很大的帮助,还可以了解相关的惠农政策。”太乙村村民伍承斌说道,要想当好农民,不仅要勤劳肯干,还要多读书懂技术,了解种植技巧和知识,这样才能跟上农业转型的步子。

## 经常泡脚,身体会发生什么变化?

### ●泡脚都有哪些好处?

#### 1.改善血液循环

用热水泡脚,腿脚的末梢血管逐渐扩张,血流量随之增加。因此,适当泡脚能改善血液循环,很多手脚冰凉的人时常泡泡脚,是十分有好处的。

#### 2.缓解头痛

正确泡脚能减轻头部血管压力,对改善某些类型的头痛也有一定的好处。所以,有时候头痛难耐,不妨泡一泡脚,或许就能帮助缓解。

#### 3.全身放松

白领、司机人群工作久坐、缺乏一定的锻炼,很容易导致下半身血液循环不通畅,坚持热水泡脚有利于加快血液循环,同时下肢充血现象也能得到改善和

缓解,让人们感觉全身放松,缓解疲劳。

#### 4.防治脚气

用热水泡脚不仅仅能清洁脚部,并且在水中加入一勺食盐还具有消炎杀菌之功效,防治脚气,有利于去除角质,让脚部的皮肤变得更加光滑。

#### ●哪些人不能泡脚?泡脚并不适合于所有的人

##### 1.足癣

有一部分的人当患上足癣时会使用热水来泡脚,这样只能治标不治本,用热水泡脚虽然能够缓解了一时的瘙痒,但是不能彻底的去除病因,而且还会让患者出现毛细血管的扩张,导致皮肤的破损,继发出现细菌感染,从而加重了病情。当老人患有足癣时,要在医生的指导下使用抗

真菌的药膏或者口服抗真菌的药物。

#### 2.糖尿病

糖尿病患者不能使用热水来洗脚,不然会烫伤。因为糖尿病患者会并发神经性的病变,末梢神经不能更好的感知外界温度,当水温过高时容易被烫伤,而且糖尿病会引发脚部皮肤出现破损感染,从而加快了糖尿病足的恶化。老年人在洗脚时水温控制在38到40摄氏度即可,泡脚的时间控制在20分钟。

如果用中药泡脚的话,要选择性质比较温和的活血类中药,不能选择对皮肤刺激性比较强的药物,足浴药液一定要过滤干净,防止有一些粗糙的药渣残留,不然会把皮肤刮伤。

#### 3.严重的下肢动脉硬化

有严重的下肢动脉硬化患者,泡脚时会加重缺血,健康的人用热水泡脚时会扩张脚部的动静脉血管,从而促进了血液循环,

但是患有严重下肢动脉闭塞的患者,如果使用热水的话不但不能扩张闭塞的血管,反而会导致其他部位的血管出现扩张,加重了闭塞以下部位的缺血,甚至会出现坏死。

#### 4.严重的静脉曲张

严重的静脉曲张患者不能使用热水泡脚,会扩张已经被曲张的静脉,从而加重了下肢淤血,加重了病情,让脚越泡越肿。这类人群也不能洗桑拿,不能使用热水袋暖脚。洗脚水不能超过40℃,在中午或者晚上睡觉时可以把脚垫得高一些,这样可以改善血液的循环以及回流,避免穿一些过紧的鞋子和袜子,不能长时间久坐和久站。

(科普中国)

科普在身边

咸宁市科协主办