

清廉守正 担当实干

市农业农村局 “三学三提”推进廉政建设

本报讯 通讯员周伟报道：近日，市农业农村局组织系统各单位负责人及机关各科室负责人开展多角度、多维度的廉政学习，以案明纪、以学促廉，强化思想理论武装，深化全面从严治党。

学精神提升政治领悟力。学习《习近平谈治国理政》之《反腐败斗争首先要从政治上看》《坚持不懈把全面从严治党向纵深推进》，深刻认识党风廉政建设和反腐败斗争永远在路上，必须永葆清正廉洁的政治本色。

学案例提升思想震慑力。学习省、市纪委监委通报的违反中央八项规定精神问题典型案例，要求党员干部以案为鉴，深刻汲取教训，筑牢思想防线，带头遵守纪律，坚决守住中央八项规定精神铁规矩、硬杠杠。

学规定提升制度执行力。组织学习《领导干部配偶、子女及其配偶经商办企业管理规定》《湖北省容错纠错工作办法（试行）》《纪检监察机关派驻机构工作规则》等内容，教育引导党员干部讲政治、顾大局、守规矩，带头抓好家庭家教家风建设，管好家属。

张湾区农业农村局、区林业局、区乡村振兴局

扎实开展党风廉政教育

本报讯 通讯员王旭报道：9月26日，张湾区农业农村局、区林业局、区乡村振兴局召开廉政教育会议，邀请区纪委监委派出第三纪检监察组干部向全体党员干部讲授题为《党员干部需打心“六问”树标杆》的廉政党课。

区纪委监委派出第三纪检监察组干部围绕学习态度、精神状态、能力素质、服务意识、道德操守、廉洁自律六个方面内容，结合典型案例，提醒党员干部筑牢拒腐防线，提升道德修养，做到自身正、自身硬、自身净。大家纷纷表示，在今后的学习、生活、工作中始终不忘初心，保持政治定力，紧绷廉洁之弦，知敬畏、存戒惧、守底线。

十堰日报党支部

弘扬清廉守正担当实干之风

本报讯 记者余杰报道：“严禁违规组织和参与用公款支付的宴请、高消费娱乐、健身活动……”日前，十堰日报党支部下发通知，严明国庆假期纪律要求，切实杜绝节日腐败，营造风清气正节日氛围。这是该支部坚持全面从严治党、持续推进党风廉政建设的一个缩影。

近年来，十堰日报党支部加强政治建设、组织建设、作风建设，大力弘扬清廉守正、担当实干之风。

加强政治建设。始终围绕“党管媒体”这个中心，一以贯之坚持党报姓党，

把加强政治建设作为首要任务，防止重形式轻内容、重过程轻结果、重数量轻质量。通过支部主题党日、党小组自学等方式，认真学习习近平总书记系列重要讲话精神，以及中央、省、市重要会议精神，要求党员学深悟透、知行合一。

加强组织建设。把“三会一课”作为党员干部“长期受教育、永葆先进性”的有效载体，严肃“三会一课”纪律，实行请假、签到、通报制度，对党员干部无故不参加党内组织生活的，进行通报批评、追究责任。把加强党员管理作为内在要求，严

把发展党员入口关，坚持“精中之精，德才兼备”的原则，确保党员队伍质量。

加强作风建设。持之以恒正风肃纪，围绕“明纪律、知敬畏、存戒惧、守底线、作表率”，认真查摆问题，深入分析原因，制定改进措施，形成了在学习中增强遵规守纪意识、在对照检查中明确努力方向、在整改落实中增强全面从严治党的政治自觉、思想自觉和行动自觉。紧盯节假日等重要节点，深化“四风”专项整治，教育引导党员干部清廉上岗、干净做人、规矩办报。



传承红色精神 建设清廉医院

9月26日，为深入开展党风廉政宣传教育月活动，市西苑医院(太和医院西苑院区)到爱国主义教育基地张湾区柏林烈士陵园开展爱国主义教育、革命传统教育、理想信念教育，传承红色精神，筑牢廉政防线，助推清廉医院建设。

通讯员方金柱 摄

房县纪委监委

做实做细日常谈心谈话

本报讯 通讯员陆雪琳报道：今年以来，房县纪委监委坚持防微杜渐，监督关口前移，做实做细日常谈心谈话，筑牢纪检监察干部队伍拒腐防变的思想防线。目前，共开展谈心谈话110余人次，实现全县纪检监察干部谈心谈话全覆盖。

房县纪委监委把谈心谈话作为纪检监察干部常态化监督工作开展，根据不同对象、不同情况，有针对性地开展谈心

谈话。在谈心谈话中，重点围绕纪检监察干部的思想、工作、作风、学习及生活情况，通过沟通思想、交流情况、加深了解，促进纪检监察干部队伍思想政治和作风建设，谈话范围覆盖全县纪检监察机关。同时，根据部门职责、谈话对象的不同，通过集体与个别相结合的谈心谈话形式，用好谈心谈话这剂“良药”。对于日常监督中发现存在苗头性、倾向性问题的干部，

有的放矢进行提醒，增强廉洁从政的自觉性；对于存在轻微问题的干部，使用“第一种形态”进行约谈，直指问题，达到“咬耳扯袖、红脸出汗”的目的，督促干部依法履职、规范用权、廉洁从政。

针对干部“八小时外”监督难的问题，该县纪委监委推行“暖心家访”，将谈心谈话融入干部家访中，引导干部和家庭自觉抵制不正之风，坚守廉洁底线。

市委党校2022年秋季科级干部培训班开班 丰富学习形式 提升培训效果

本报讯 记者马胜江 通讯员贺禾报道：日前，市委党校2022年秋季科级干部培训班开班，来自市直各单位的35位学员进行为期一个半月的封闭式集中培训学习。

据了解，本次培训以学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想为核心内容，通过理论与实践相结合的形式，提升学习效果。除了开展校内学习研讨、个人自学外，还采用校外学习和课堂互动模式。校外组织学员前往市档案馆参观建党100周年红色历史档案文献展，接受党史教育；走进交通安全宣教中心，系统了解交通安全知识。此外，开展学员微论坛、好书推荐等活动，丰富课外学习内容。培训期间，通过严格考勤签到、课间点名抽查、晚间点名查寝等形式强化管理。

疫情防控“心”攻略 悉心关爱你我他

面对新冠肺炎疫情，人们可能会出现紧张、害怕、焦虑甚至恐惧等情绪，该如何守护心理健康呢？让我们一起走进“心”世界吧！

- 一、接纳情绪，关注官方信息**
人在应激条件下产生的紧张、焦虑情绪都是正常的生理表现，要时刻告诉自己接纳情绪，不必自责。鼓励从官方渠道适度获取疫情信息，如果对疫情过度关注，反复查看相关内容，反而会加重焦虑恐慌情绪。
- 二、正面引导，关爱特殊群体**
新冠肺炎疫情防控一线人员可通过预防性和事后团体心理干预缓解焦虑，树立正确认知，避免自我苛责。对于儿童、青少年家长，不要将焦虑情绪传递给孩子。家长要走进孩子的内心世界，发现他们真正需要什么，多给予关爱呵护，这样才有利于形成孩子心理的健康状态。
- 三、主动就医，寻求专业帮助**
如果确因疫情出现无法排解的心理问题，甚至影响到日常的学习、工作和生活等社会功能，普通民众特别是新冠肺炎确诊患者、疑似患者和无症状感染者，须由专业心理医生或精神科医生进行心理指导或心理危机干预。
- 四、自我调适，身体放松**
不论是看电影、听音乐还是进行适当运动均有助于平复情绪，同时还可以采取深呼吸、冥想、正念等方法帮助平复情绪。居家时间可以读书、练字、运动、画画、做家务等，用积极的行动从恐慌、焦虑中走出来。面对新冠肺炎疫情，我们要积极应对，相信病毒的阴霾终会散尽，放下焦虑，科学抗疫，护佑心理健康。(来源：中国疾病预防控制中心)

防疫科普

践行习近平新时代中国特色社会主义思想

道路自信

理论自信

制度自信

文化自信