

■时评

让城市管理像绣花一样精细

李洪兴

最近,一些城市存在的管理乱象,引发社会关注。一些街道隔离桩设置随意,行人屡受伤害;一些“钉子”围挡而不建,影响居民出行;一些旧停车位划线清理不及时,不干净,车主被罚款……从城市主干道到背街小巷,种种乱象给市民带来不便,甚至造成安全隐患。

近年来,我国城市发展迅速,面貌日新月异。在城区面积和人口持续增加的背景下,如何进一步提升城市管理的科学化、精细化水平,成为一道现实课题。

“城,所以盛也。”习近平总书记指出,“城市管理应该像绣花一样精细”。作为生产空间、生活空间、生态空间的综合体,城市要实现生产空间的高效、生活空间宜居适度、生态空间山清水秀,需要在细微处下

功夫。比如,隔离桩是城市道路中常见的辅助设施,但如何设置、怎样分布、谁来维护,都考验着管理精细度;又如,井盖是城市基础设施的重要组成部分,但能否实现“多盖合一”并进行智能定位与网格化管理,可以说,城市越发展,越是大城市,越需要讲精细、讲科学、讲智慧。

一座城市的建设、发展与治理水平,关乎市民的获得感、幸福感与安全感。中央城市工作会议指出,抓城市工作,一定要抓住城市管理和公共服务这个重点,不断完善城市管理和公共服务,彻底改变粗放型管理方式,让人民群众在城市生活得更方便、更舒心、更美好。一切从人的感受和体验出发,着力提升精细化管理水平,切实改善城市环境,才能让城市生活更有温度、更加美好。菜市场该

关还是规范,公交站牌一些还是留一点,城市公园建在哪里,斑马线上如何礼让行人……这些看似细枝末节的事项,无不与百姓日常生活紧密相关。以人民为中心的城市管理,就应时时处处以百姓之心为心,以百姓需要为出发点。下足“绣花”功夫,在细节上追求尽善尽美,才能让城市运行更有序、更安全,也才能让城市空间更亮丽、更温馨。

城市是见证国家发展的重要地标。1949年,毛泽东同志发出号召,“必须用极大的努力去学会管理城市和建设城市”。70年披荆斩棘,70年砥砺前行,我国城市建设取得举世瞩目的成就。在推进城镇化进程中,城市发展带动了经济社会发展,为现代化建设注入强大动力。与此同时,城市治理

也是国家治理体系和治理能力现代化的重要内容。决胜全面建成小康社会,加快实现现代化,尤应抓好城市这个“大舞台”,既有化解各种“城市病”,又科学提高城市管理水平,在政府、社会、市民的共建、共治、共享中,不断开辟中国特色城市发展道路。

“城市,你若把它视为一种精神,就会尊敬它、保护它、珍惜它;你若把它只视为一种物质,就会无度地使用它,任意地改造它,随心所欲地破坏它。”城市是有生命体,是富有温度的公共空间,是传承文明的“特殊的构造”。从点滴处入手,由细处着眼,更好优化城市空间,加强基础设施建设,让城市管理像绣花一样精细,我们的城市就能更和谐、更宜居。

(据《人民日报》)

■观点

走出养生的保健品误区

王君平

运动步数不为零,吃饭靠外卖,通宵达旦打游戏……不少学生足不出户,开启暑假“宅”模式。由于不健康的生活方式,不少年轻人处于亚健康状态,往往选择服用各类养生保健品,以挽回健康与玩乐、工作的平衡,这种现象值得注意。

《黄帝内经》指出:“夫病已成而后药之,乱已成而后治之,譬犹渴而穿井,斗而铸锥,不亦晚乎?”医疗是健康的最后防线。保持健康,需要关口前移,做好养生保健,也是大健康的题中之义。

然而,现实中,尽管很多人重视养生,却容易陷入误区,最典型的错误认知便是将养生与服用保健品画上等等。据调查,71.4%的受访者身边有人过度依赖保健品。实际上,过分依赖保健品,不仅带来不健康的功效,还可能损害人体健康。比如,有人明明并不缺乏维生素,却把维生素C当作提高免疫力的药品。长期过量服用维生素C,反而会导致尿路结石,加速动脉硬化。

大道至简,健康养生并不复杂。最简单最有效的方法,就是培养健康生活方式。在这方面,我国有很多必修课。且不提暴饮暴食、久坐不动、抽烟酗酒等显见的不良习惯,单说喜欢“趁热喝”“趁热吃”这个偏好,就有不少认知误区。人的食道只能承受50℃-60℃的温度,如果用出锅的滚烫热饭、用刚好的热汤一放,食道黏膜就不会被烫伤,就不会为食道癌种下“祸根”。习惯在于养成,与其迷信保健品的神奇功效,不如以科学和自我呵护自己的健康。

习近平总书记曾劝告年轻人不要熬夜,先把自己的心态摆稳了,内在有激情,外在还是从容不迫。每个人是自己健康的第一责任人,“我的健康我做主”的理念需要落实为行动。远离健康危险因素,养成健康的生活方式,才能活出健康人生,才能打造“健康中国”。(据《人民日报》)

■热议

让预付消费更安心

王珂

如今,“先预付、后消费”的商业模式,不仅在实体店广泛使用,在网购平台也越来越常见。随着暑期消费旺季来临,商家纷纷推出预付消费等促销活动。

预付消费受追捧,背后是“双赢”的商业逻辑。对消费者来说,预付消费的价格往往有优惠,也可省去后续结算的麻烦,体验更好。对商家来说,一次性预收顾客的资金,意味着锁定了未来一段时间的客源。但现实中,预付消费“卡壳”现象时有发生。办理预付卡时,商家不愿跟消费者签订书面合同;等到关门歇业,又时常难找、退款难;更有甚者,关门歇业,让消费者预付的钱打了水漂。有人感慨,“预付卡”成了“圈钱卡”。

其实,从2012年起,商务部就陆续出台了相关管理办法。相关规定非常细致,但在落实层面,却经常遭遇现实难题。实际上,大量预付卡销售没有备案,没有存管,致使消费者处于监管之外。

让预付消费更安心,关键在于多措并举,形成监管合力。应当不断完善监管体系,加大对违规者的惩处力度。在市场监管、商务、公安等部门之间实现信息共享,让守信者畅通无阻,让失信者寸步难行,从而大大增强监管的威慑力。进一步完善消费举报和投诉制度,让消费者参与监督,也能推动更多商家规范提供预付消费,不敢肆意违约。

事实上,随着消费市场更趋成熟,消费行为更加理性,人们对预付消费模式日益熟识,选择时更为谨慎。在选择预付服务时多留心眼,提前查一查,就能避免掉进不法商家的陷阱。

今天,中国已成为全球第二大消费市场,未来拥有无穷潜力。在激发市场活力、挖掘消费潜力的过程中,预付消费完全可以发挥更大作用。给预付消费加上“安全网”,让人们安心享受这种服务模式,我们的消费市场必将迸发出更多活力。(据《人民日报》)



偷拍现象为何频频发生,屡禁不绝?这其中,有的源于偷拍者的隐私心理,不良嗜好,但更值得警惕的是,一些人胆大妄为,违法与当,完全是“黑生态”的作祟。事实上,从制造出偷拍器材到售卖传播不雅视频,偷拍

已形成一条完整的黑色产业链。种种偷拍行为,侵害了当事人的合法权益,影响了公众的安全感。要想彻底整治乱象,就必须从源头、从技术、从法律、从社会等多方面入手,才能让偷拍行为不再发生。(据新华社)

■微言

大道理人人都懂,小情绪却难以自控。情绪是智慧不够的产物,但假若和沉默成为两个有效的武器,假若能解决很多问题,沉默能避免很多问题。

——《经典必修课》

绝大多数人,绝大多数时候,都只能靠自己。没背景、没靠山,这些都不碍事。关键是你要决定走哪条路,想成为什么样的人。世上没有绝对公平,不抱怨,靠自己,向前走,相信梦想并坚持。只有这样,你才有机会自我证明,找到你想要的尊严。

——《每日情感签名》

生活没有你想象的那么好,但也别想象的那么糟。人的脆弱和坚强都超乎自己的想象。有时,可能脆弱得一句话就泪流满面;有时,也能咬着牙走过很长的路。

——《聊心语》

(据《文摘报》)

ROYAL WINE 华酒城

激情畅饮 嗨啤一夏

买真酒 到华酒城

冰啤免费快送

4000-179-179

真品质 真价格 立即送 必属

网上商城: www.huajiuwang.com

【冰啤】 1.5L*24瓶 ¥5.9	【冰啤】 1.5L*24瓶 ¥7.3	【冰啤】 1.5L*24瓶 ¥8.5	【冰啤】 1.5L*24瓶 ¥9.3	【冰啤】 1.5L*24瓶 ¥11.9	【冰啤】 1.5L*24瓶 ¥11.9	【冰啤】 1.5L*24瓶 ¥7.8	【冰啤】 1.5L*24瓶 ¥7.8
【冰啤】 1.5L*24瓶 ¥5.5	【冰啤】 1.5L*24瓶 ¥20	【冰啤】 1.5L*24瓶 ¥9.8	【冰啤】 1.5L*24瓶 ¥9.8	【冰啤】 1.5L*24瓶 ¥8.5	【冰啤】 1.5L*24瓶 ¥11.8	【冰啤】 1.5L*24瓶 ¥8	【冰啤】 1.5L*24瓶 ¥6
【冰啤】 1.5L*24瓶 ¥10	【冰啤】 1.5L*24瓶 ¥7.5	【冰啤】 1.5L*24瓶 ¥7	【冰啤】 1.5L*24瓶 ¥11	【冰啤】 1.5L*24瓶 ¥2.5	【冰啤】 1.5L*24瓶 ¥18	【冰啤】 1.5L*24瓶 ¥128	【冰啤】 1.5L*24瓶 ¥158

全国连锁

旗舰店地址: 北京中华大厦一楼(天福道旁)

中心店地址: 江苏密东正国际一楼(江苏密东正)

标准店地址: 湖阳中街35号(邮电街与湖阳路交会处)

房店地址: 房店南大街(工行旁)

竹溪店地址: 竹溪县人民路11号(烟草局旁)

鄂西店地址: 鄂西大道2号(鄂西大酒店旁)

竹山店地址: 横街大道19号(食尚楼乐酒店旁)

鄂阳店地址: 鄂阳大道11号(鄂阳府生活广场对面)

白河店地址: 十堰经济技术开发区白河街白河中路43号

6461 8(汽配城汽配城)

丹江口店地址: 丹江口大道13号(米厂路丹江口出口旁)