

文明十堰 共建共享

富康小区有家诚信馒头店

一个馒头5毛钱 16年坚持不涨价

记者张婧

“这家店的馒头5毛钱一个，好吃又有嚼劲。更难能可贵的是，十几年都没有涨价，而且馒头里没放任何添加剂！”日前，市民钟先生给记者打来电话，对茅箭区二堰街办富康小区里的一家馒头店赞不绝口。

馒头十多年不涨价

3月22日早上7时30分，记者来到这家位于十堰城区人民路富康幼儿园对面的河南老面馒头店，只见门口围满了前来买馒头的居民。“这家店做的馒头好吃，我吃了十几年，小孙子也特别喜欢。”“十几年没涨过价，这两口子不容易。”“给我来20个馒头，我专门从红卫跑来买，一次多买点，拿回家慢慢吃。”……店门口热闹非凡，十几层一米见方的大笼屉整齐排列，一个个白馒头看着特别喜人，缕缕白烟飘散开来，透出浓浓的烟火气息。

记者了解到，这是一家夫妻店。今

年40岁出头的李伟厂、卢华芳两口子，既当老板又是小工。每天凌晨2时许，李伟厂起床和面，2时30分，卢华芳起床开始做馒头。一天要蒸两锅馒头，一次做1000多个，每天清晨5点半出一锅，8点半再出一锅。除了零售之外，还要给城区一些超市配送。

8时许，来店的客人渐渐少了，李伟厂拿起拖把，抓紧时间打扫店里卫生。没过一会儿，卢华芳开着三轮车从外面送馒头回来，李伟厂赶紧放下拖把，迎上前关心地问：“冷不冷？喝口水先歇歇。”还没等坐下歇会儿，又来了几位顾客，卢华芳赶紧拿袋子装馒头。“您要几个馒头？”“给您装好了，您慢走！”她对每位顾客笑脸相迎，“好多附近熟客，是邻居也是朋友。”

夫妻俩用勤劳双手撑起一个家

8点半，第二锅馒头出锅，一位邻

居赶紧过来帮忙，和李伟厂配合着搬卸笼屉。“一个馒头约有二两重，一笼百十个，一笼馒头加上笼屉的重量约20公斤，女同志气力小，根本搬不动。”李伟厂笑着说。

卸下笼屉，开始装袋，忙活半天，夫妻俩又迎来售卖小高潮。一位老奶奶笑着告诉记者：“他们家的馒头我吃了十几年，不放添加剂，也一直没涨价。我知道这个时间第二锅馒头出锅，特意卡着点来买。”

“2005年，我们俩从河南老家到十堰开店卖馒头。一开始没经验，馒头做得大大小小，卖相不好看，多亏邻居们不嫌弃，听说我们是外地过来的，做点小生意不容易，很多人照顾生意，才让我们把店开到今天。16年来，一袋20公斤重的面粉，从60元卖到100多元，价格涨了近一倍，水电气、房租也要花不少钱，还有人工成本，但来买馒头的都是熟客，我们做生意就图薄利多销，

争个生活费，所以还按5毛钱一个馒头的价格卖着。”上午9时许，卢华芳一边啃馒头一边跟记者聊起来。她从凌晨两点半开始，一直忙到现在才顾得吃早饭。接下来，两口子还要分头给超市送货，到下午两点半左右才能闲下来。

夫妻俩起早贪黑，心怀感恩，靠着做馒头的手艺，努力开了一家店，撑起一个家。李伟厂话少，但他很欣慰地说：“现在大儿子上高中，小儿子上小学，成绩都不错，只要两个孩子将来能有出息，我们就是再苦再累也值得。十堰是我们的福地，只要面粉价格在承受范围内，我们就会坚持把5毛钱的馒头做下去！”



小小“便民卡” 为民解难题

本报讯 记者孙木子 通讯员周娟娟 郝钦杨报道：近日，张湾区红卫街办燕沟社区工作人员接到“双报到”包联党员王冬云打来的电话，告知社区居民周奶奶身体不适，需要立即上门查看。社区工作人员迅速赶到周奶奶家，帮忙服药后，周奶奶的病情稳定了下来。经了解，周奶奶独自一人居住，还患有心脏病，当日突感不适，便拨打了社区“便民卡”上的电话求助，不过5分钟时间，社区工作人员及时赶到，使周奶奶转危为安。

“没想到一张小小的卡片，却起了大作用。”周奶奶感激地说。结合周奶奶家实际情况，社区工作人员还向她讲解了大病救助政策，尽力帮她排忧解难。

据了解，燕沟社区党委通过“一图一卡一单”夯实基层治理，将“1+2+N”书记和骨干队伍、小区党支部书记、包联党员的联系电话印在“便民卡”上，并挨家挨户向居民发放，架起了社区与居民联系的桥梁，方便居民联系解决实际问题，让居民体验到实实在在的暖心服务。

市道德模范刘德华：

无怨无悔照顾病妻14载

记者陈旭 纪枫波

妻子急性脑中风中后变成“植物人”，他14年如一日无微不至照料，为给妻子治病，他变卖家产，四处奔走，坚持不放弃，最终妻子醒了过来。创造这一奇迹的人名叫刘德华，是竹溪县鄂坪乡界牌沟村村民，他用实际行动诠释了善良和美德。

1984年，22岁的刘德华与同乡的李家香结婚。婚后，两人先后有了两个儿子，刘德华被选为村干部，日子过得虽紧张却也温馨。

2007年8月5日，李家香突发脑中中风住院。一个月后，医生告诉刘德华，李家香有可能醒过来，也可能随时离

世，建议接回家疗养。为了不耽误孩子的工作，刘德华决定自己照顾妻子。

才出院时，李家香只能躺在床上，坐都坐不稳。每天，刘德华都要早早起床，扫地、收拾屋子，再给妻子洗脸、梳头，安顿好妻子后，他才能处理村务或干农活。中午，除了要给妻子做饭、喂饭外，还要给妻子换纸尿裤、背妻子上厕所，晚上11点忙完才能睡，半夜还要起来给妻子换纸尿裤。

前几个月，妻子嘴不能动，刘德华就用纱布滤去米粒，再用注射器将米汤一点一点送到妻子嘴里。为了保证营

养，刘德华想尽办法，变着花样做饭。妻子卧床之后，刘德华几乎未出过远门。即使再忙，他出门的时间绝不会超过半天。

这些年，刘德华四处寻医问药，只要得知哪里有好中医或是偏方，总是想方设法去找。为治病，他卖掉牛和猪，借债6万余元。

功夫不负有心人。李家香慢慢好转，可以坐轮椅、慢慢咀嚼。为了能帮助妻子早日康复，经组织同意，刘德华辞去村干部，全身心在家照顾妻子。

“现在两个孩子都很孝顺。妻子治病欠的账大多都是孩子们务工还的。”刘

德华对记者说，“妻子没得病时，跟着我一起受苦，还把家里打理得井井有条。夫妻就是要相互照料，只要我活着，就会照顾好她。”

近年来，刘德华先后被授予十堰好人、竹溪县道德模范，十堰市第七届道德模范等荣誉称号。



深山送温暖

3月23日，十堰温暖义工队联合十堰经济技术开发区税务局，组织志愿者来到郧阳区谭山镇金家村，为10户家庭困难的老人送来米面油等物资。

通讯员谢素梅 摄



和谐大道一处草坪停满车

相关部门表示将加强监管，并拿出方案彻底解决问题

本报讯 记者徐国文报道：近日，有市民向记者反映，十堰城区和谐大道和谐小区路段一处草坪被人当成了停车场，绿油油的草坪被多次碾压，黄土裸露。

3月22日上午10时许，记者在和谐小区大门口看到，人行道旁的一块草坪上停放了多辆机动车。草坪经过碾压，绿草所剩无几，露出了光秃秃的黄土，还留下了深深的轮胎印。而且，原本干净的人行道上也有不少泥土。

这处草坪位于人行道的旁边，机动车是如何驶入草坪的？记者现场看到，一辆小轿车先从马路驶上人行道，再从人行道驶上草坪。

机动车停放在草坪上是否合适？记者采访了一位把车停放在草坪上的车主。面对询问，车主最初表示这里可以停车，当看到记者在拍照后，急忙表示自己只是临时停放，随后驾车驶离。

采访中，附近市民纷纷表示：“晚上这里停的车更多，把草坪都压坏了。”“绿化带好不容易才建起来，希望有关部门能加强管理。”……

随后，记者将情况反馈至茅箭区东城经济开发区城管局。当日中午11时20分，东城经济开发区城管局工作人员来到现场。工作人员卢海杰告诉记者：“去年12月，我们就发现了这个情况，也加强了监管。司机如果在车上留有电话，我们会打电话通知车主挪车，如果没有留电话，我们会对车主进行经济处罚。”

卢海杰表示，目前他们已经联系东城经济开发区西坪村村委会、产权单位茅箭区城投公司以及交警部门，多部门将协商拿出方案，彻底解决车辆占用草坪、随意停放问题。



十堰经济技术开发区

积极引导城乡居民参保“两险”

本报讯 记者杨柳 通讯员陈茂盛 陈蕊润 李下溪报道：3月21日，十堰经济技术开发区白浪街办小河村村民赵英来到区税务局，主动要求将今年的居民养老保险缴费金额增加至1000元。

“前几天，我从十堰经济技术开发区微信公众号上看到，区税务局、区人社中心联合发布了一条城乡居民养老保险和医疗保险缴费政策宣传信息，这才明白居民养老保险‘性价比’非常高。所以，今年我要多缴一些，以后拿到的养老金会更高。”赵英对记者说，她从微信上能看到城乡居民“两险”缴费政策宣传信息，区税务局干部也经常上门宣传缴费政策、指导居民用手机缴费、计算相关费用等。

今年以来，十堰经济技术开发区税务局为切实保障群众利益，全力做好城乡居民养老保险和城乡居民医疗保险缴费工作，在不断优化“指尖缴费”便捷服务的基础上，主动联合区人社中心等部门，以“线上+线下”相结合的方式深入宣传城乡居民“两险”缴费政策。税务干部向群众讲政策内容、参保好处、缴费流程等，并为群众算好“经济账”，引导动员辖区居民正确认识“两险”并积极参保缴费。目前，十堰经济技术开发区城乡居民“两险”政策宣传覆盖面达100%，缴费率达95%。

新冠疫苗接种常识(一)

近期，我市多个县市区都开始接种新冠疫苗。接种前和接种后需要注意哪些问题、哪些人不宜接种？近日，市疾控中心专家对相关问题进行了解答。

问：我市市民如何接种新冠疫苗？

答：目前，按照属地管理原则，我市有新冠疫苗接种意愿的18—59岁常住人口，由辖区疫情防控指挥部按照“条块结合、有序组织”的原则，分社区、分单位、有计划组织实施接种，居民按社区居委会(村委会)或单位的通知进行接种。

问：新冠疫苗接种程序是什么？

答：目前我市到货新冠疫苗均为灭活疫苗，一共需接种两剂，两剂间隔28天，上臂三角肌肌肉注射。

问：新冠疫苗有必要接种吗？

答：非常有必要！几乎所有人都没有

针对新冠病毒的免疫力，对新冠病毒普遍易感，感染发病后，有的人还会发展为重症、危重症，甚至造成死亡。所以，预防新冠肺炎最好的办法就是接种疫苗。接种疫苗后，一方面绝大部分人可以获得免疫力；另一方面，通过有序接种新冠疫苗，可在人群中逐步建立起免疫屏障，阻断新冠肺炎的大范围传播和流行。

问：新冠疫苗的安全性和有效性如何？

答：我国疫苗在研发、试验、审批上市、批次检验、储存、运输、接种等全流程都有非常严格的管理规定。在疫苗储存和运输过程中，要求定时监测、记录温度，确保新冠疫苗在储存、运输全过程中处于规定的温度环境和运输的相关要求。接种过程也通过规范的操作来充分保障疫

苗的有效性和安全性。此外，我省建立了全人群疫苗全程追溯系统，各接种单位及时准确地向上级追溯系统报告规定的接种个案信息，做到疫苗全程可追溯，疫苗来源可查、去向可追。

前期试验表明，全程接种28天后90%以上受种者都会产生抗体，保护效果明显。目前证据提示，抗体在6个月以上仍能维持较高水平，达到世界卫生组织规定要求。少数人接种后接种部位红肿、硬结、疼痛，极少数人出现发热、乏力、恶心、头痛、肌肉酸痛等症状，通常无需处理，一般1—2天可自行恢复。目前，全国接种近8000万剂次，更进一步证明我国疫苗是安全的。

问：接种新冠疫苗可能会出现什么不良反应？出现不良反应怎么办？

答：常见的不良反应主要包括以下几个方面：接种部位局部疼痛、红肿或者出现硬块，全身乏力、发热、头痛，还有一些人有咳嗽、食欲不振、呕吐、腹泻等常见的不良反应。

接种对象完成接种后，应在现场留观30分钟方可离开。回家后如出现不良反应相关症状，报告接种点工作人员，必要时及时就医。

Advertisement for COVID-19 vaccine information, including QR codes and contact numbers for the Shichang Center and Shichang Daily Joint Health Hotline (12320).