

民政局：加强养老机构安全管理 让老人放心安心

近日，市民政局组织相关部门全面检查养老机构，排查可能存在的安全隐患，为老人们营造一个安全、舒适的生活环境。走进济仁康养中心，消防设施齐全且均处于良好状态，消防通道畅通无阻。食堂的食材新鲜、加工规范，卫生条件达标；电梯、健身器材等设施设备运行稳定。“安全管理是养老机构的工作重点，希望你们能继续保持，进一步提升服务质量和安全管理水平。”检查人员对市济仁康养中心的安全管理工作给予肯定。

我市现有民政服务机构 40 家。全市 36 家养老机构共有床位 3166 张，入住老人 1459 人，从业人员 418 人。2025 年以来，市民政局针对民政服务机构特点，以拉网式排查开局，推动全市民政服务机构安全生产责任“清单化”管理，隐患排查和专项整治“图表化”开展，执法检查“手册化”操作，安全管理“模板化”运行，安全防范“机制化”落实，

有效保障各民政服务机构安全平稳运行，筑牢机构安全生产防线。

强化重点领域安全防护。打通“生命通道”。对全市民政服务机构开展拉网式排查，确保不发生因消防“生命通道”被占用、堵塞影响疏散造成人员伤亡的情况。民政局对全市 40 家民政服务机构全面排查，其中铁栅栏、防盗窗等障碍物均已拆除完毕，共拆除 57 处，清理占用消防通道违规停放车辆 102 辆。排查用电隐患。严查用电安全管理制度，针对线路敷设不规范，用电负荷超额，电源插座数量不足，未设短路保护装置，私拉乱接电线，使用无证、“三无”电气产品、电动车随意充电等问题及时处

理。为加强民政服务领域燃气安全管理、火灾防控和初期火灾处置能力，查找和整改燃气用气安全隐患，民政局联合市消防救援部门组成燃气隐患治理专项督导组，深入养老服务机构开展燃气

安全、消防安全隐患排查。经燃气公司工作人员逐一核查情况，目前 7 家燃气使用机构均已安装燃气泄漏报警器，管线等均符合国家标准，无安全隐患。

提升突发应急处置能力。强化培训，夯实队伍建设。紧盯养老机构消防安全责任人、管理人，组织机构负责人和专职安全员业务培训；推进养老机构消防控制室操作员持证上岗，联合消防救援大队对全市民政服务机构全员进行消防安全专题培训及实操演练，不断提升队伍素质。2025 年以来，开展线上线下授课培训 16 场，参与人数 500 余人。同时，拟真警示演练。市民政局坚持从实战出发，通过“出真水、灭真火”的方式，教育引导养老机构全员掌握灭火器、室内消火栓等消防设施器材的使用方法和应急避险常识。今年以来，全市民政服务机构共开展火灾案例警示教育 138 场，开展消防安全实训演练 188 场。

推进智慧安全管理水平。为有效解决风险隐患发现不了或发现不准、迟报漏报、处理不及时等问题，市政府投入 200 余万元构建全市养老机构双重预防体系，建立汝州市智慧民政综合养老服务中心，围绕民政服务机构安全管理，突出“人防 + 技防”，织密筑牢安全网。整合乡镇敬老院和特困供养中心已有的自动喷淋、视频监控、智慧用电等系统信息，完善报警联动、异常监测等功能，对养老机构消防设施、电气线路、燃气设备开展 24 小时实时监测，及时精准识别出消防、用电用气、体征异常、脱岗缺岗等安全隐患，运用大数据、物联网、人工智能等数字化和智能化监管手段，建立平台主动发现、智能预警、自动派单、快速处理、隐患消除的闭环管理模式，有效破解养老机构安全监管难题，进一步提高机构监测预警能力。

梁杨子

河南出台宅基地新规

自建房可申请不动产登记

村民自建住房原则上不超过三层、通过验收可申请不动产登记、开展闲置住宅盘活利用工作……

为规范农村宅基地和自建住房管理，不久前，河南省人民政府印发《河南省农村宅基地和村民自建住房管理办法》(简称《管理办法》)。

鼓励 盘活村中闲置住宅

《管理办法》指出，在充分尊重村民意愿的前提下，积极稳妥开展闲置住宅盘活利用工作。

允许村民合法拥有的住房通过出租、入股、合作等方式盘活利用。

同时，鼓励各地创新闲置住宅利用模式。村民住宅出租的，出租人和承租人应当依法订立租赁合同，明确双方权利义务。**规定 城镇居民不能到农村买房**进城务工农民在城市里购房落户，要以放弃宅基地使用权为前提吗？答案是否定的。

《管理办法》规定，允许进城落户的村民依法自愿有偿退出宅基地，不得以退出宅基地使用权作为农民进城落户的条件。

村民新增住宅用地应当充分利用原有的宅基地和村内空闲地。村民按照规划另址建房的，应当按照承诺的时间无偿退出原有

宅基地。

退出的宅基地优先用于保障本集体经济组织成员的宅基地需求。

对于城镇居民到农村购买农房、宅基地，和退休干部到农村占地建房，《管理办法》明确说“不”。

业内专家指出，城镇居民、退休干部都不具有农村集体经济组织成员身份，在取得宅基地方面没有法律依据。

要求 一户村民只能拥有一处宅基地

《管理办法》对宅基地面积和住房建设等方面作了明确的规定。

一户村民只能拥有一处宅基地。各地应

当以县为单位根据实际情况制定标准。

村庄规划中应当明确村民自建住房标准，原则上以不超过三层的低层住宅为主；确需建设三层以上住房的，应当征得村集体经济组织或村民委员会同意。

村民自建住房完工后，应当向乡镇政府申请竣工验收。通过验收后，村民可持《农村宅基地批准书》《乡村建设规划许可证》《农村宅基地和村民自建住房(规划许可)验收意见表》以及其他规定的材料向不动产登记机构申请不动产登记。

据河南商报

谜语答案:思将仇报;人;恋。

字字有源

甲骨文像树木，枝叶重叠繁茂的形状，金文大致相同，篆书整齐化，隶变后楷书写作“未”。

本义为繁茂。枝叶繁茂，树叶遮掩，幽暗不明。作否定副词:没有，如“未雨绸缪”(天还没下雨，先关好门窗。比喻事先做好准备)“未卜先知”。

也相当于否定副词:不，如“未可厚非”“未敢苟同”“未必”“未免”“未知”。

还用于句尾，表示肯定与否定或疑问句的省略，相当于“否”，如“来日绮窗前，寒梅著花未?”(请问您来的时候，我家雕花的窗户前，那一株蜡梅花，开了没有)?

由于“未”被引伸义专用，本义繁茂便另造一字“蔚”来表示。要注意“未”与“末”的区别。

金文和篆书从木(树)，上面一横指的是树梢所在的位置。隶变后写作“未”。

本义为树梢，如“本末倒置”(“本”字是指树根，“未”为树梢。形容把事物的主次、轻重弄颠倒了)。

由于树梢在树枝的最高处，所以泛指物体的尖端，如“手指末端”(手指的尖端)。

因未处在树梢的位置，所以又有尽头之义，如“穷途末路”“始末”(从头到尾的过程)。

又比喻时间在最后的，如“强弩之末”(末:最后。弩:古代一种发箭的机械。即使是强弩发出的箭，到了射程的尽头也没有力量了)。

又引申比喻为次要的，如“舍本逐末”(本:根本的。末:枝节的。放弃根本的，追求次要的)。

次要的东西必然是细小的，如“细枝末节”“茶叶末”。

又用作姓氏。注意“未”与“末”上横长短的不同。

据北京晚报

谜 语

- 1.醉打蒋门神，复夺快活林。(猜一成语)
- 2.鸡犬不宁的“犬”字去掉一点。(猜一字)
- 3.无限心头语，尽在情丝中。(猜一字)

答案在本版找

养生小技巧

真心鼓励你 多写写“小作文”

这个习惯帮你成为情绪管理大师

近日，年过七旬的吴大伯凭借其独特的“情绪管理秘籍”在朋友圈里小有名气，被大家亲切地称为“情绪管理大师”。吴大伯认为，坚持写作是自己能及时纾解负面情绪的妙招。一遇到开心事，他总是习惯打开笔记本随手记上两笔，遭遇到烦心事，也会静下心来，认真复盘。吴大伯发现，当不好的事情被记录在纸上，它也不过是一团揉皱的废纸。

“当你内心郁闷无处抒发时，提笔写作

确实是个不错的宣泄方式。”心理咨询师张文鑫说，研究表明，书写表达能够显著改善情绪状态，降低焦虑和抑郁水平，降低创伤后的应激障碍发生率，减轻消极情绪的不良影响，改善人际关系，提高个人自我调节能力。心理学将通过书写来探索和表达内心情感、想法的心理干预方法称为“表达性写作”。

写作过程是对事件的重新洞察，“表达性写作”可以让作者站在叙述者的角度，与

自己“事件亲历者”的角色短暂分离，更加客观、深入地思考问题，减少情绪反应。在一项针对焦虑症中学生的实验中，当被要求以第三人称书写冲突事件时，学生们的消极情绪词使用频率明显下降。这种“自我抽离”技术激活了大脑前额叶的调控功能，能给情绪装上“冷静阀”。

很多人担心文笔不好，写出来的内容难登大雅之堂，认为自己缺乏耐心，无法坚持长期写作。因为这些想法，许多人心

中即使郁闷不已，也从未想过提笔抒发。张文鑫表示，这些顾虑都是多余的，自由表达是“表达性写作”的关键。写作内容不限主题、文体和语法，更不需要强制坚持，它只专注于作者的真实感受。无需修饰，即使逻辑混乱、文笔不佳也无妨，重点是诚实面对自己。有时，针对同一主题多次书写，能够更好地观察自己的情绪变化，循序渐进舒缓心情。

据浙江老年报

多知道点

白居易一举成名 全萧拜谒了顾况？

坊间传闻，白居易得以名动天下，是因为他当初曾拿着自己的诗稿，拜谒一位叫顾况的名士。顾况读到白居易诗中“野火烧不尽”等句后，不禁惊叹:“有句如此，居天下有甚难!”从此之后，白居易名震天下。

后世文人对此津津乐道，苏辙便有诗句:“应笑长安居不易，空吟原上草离离”，正是经由历代文人的大力传播，这则轶闻逐渐演变为一则典故。

平心而论，白居易当时的心境，难免忐忑。所幸唐代科举初兴，制度尚不严密，考生尚可通过“行卷”——即投献诗文于权贵——寻求提携，这便成了某种形式的“走后门”。

虽然是一名才华横溢的考生，白居易出于稳妥的考虑，考试前也不得不“走后门”。然而，根据这则故事的说法，当时的他既没考虑走主考官的门路，也不打算攀附公卿权贵，而是直接去拜谒了当时官职仅为六品的顾况——白居易究竟是怎么想的?

白居易一举成名的典故，实则疑点重重，最大的漏洞恰恰源自顾况本人。

幽默诙谐的顾况 生得够早活得够长

与其他诗人相比，顾况有两大特质:其一，生得够早，活得够长;其二，“性诙谐，不修检操”，简言之，“老人没个老人样儿”。

顾况出生于玄宗开元十五年(727 年)前后，仅比杜甫年少十余岁。作为一个主要活跃在中唐

大历年间的诗人，他亲历过盛唐诗坛的辉煌，堪称盛唐遗韵的“活化石”。

当时的文人也正是这样认为的，中唐诗人皇甫湜曾撰文称:“(顾况)歌长句骏发踔厉，往往若穿天心、出月胁，意外惊人语，非寻常所能及，最为快也。李白、杜甫已死，非君将谁与哉?”

皇甫湜这段话中提到一个细节:“歌长句骏发踔厉”，这句话点明顾况以“长歌”见长。他的确更加擅长“歌行体”。唐诗中“歌行体”的代表作，譬如岑参的《白雪歌送武判官归京》、白居易的《长恨歌》等，“歌行体”最明显的特征，就是诗句特别多。

顾况所处的大历年间，诗坛中的代表比方说“大历十才子”，作诗讲究格律严谨、字句精工，更擅长的体裁往往是近体律诗。换言之，顾况虽然是“活化石”，却早已落后于潮流。这或许解释了为何资历深厚的他，在大历诗坛并不显赫。

顾况不受主流青睐，还有第二个原因:他的性格太过诙谐桀骜。《北梦琐言》记载了一个故事:顾况在茅山修道时(彼时他已颇有名望)，常在山中游赏。一秀才途经，随口吟出:“驻马山上阿。”久思不得下一句该怎么写。顾况笑着曰:“何不接‘风来浊气多’?”

顾况开了个有些恶趣味的玩笑，他将秀才诗中的“阿”戏解成了“嗣”，然后才接了这句诗。秀才大为恼火，怒道:“你莫要无理。”顾况曰:“我是顾况。”秀才惭愧而去。

与同时代的大部分诗人相比，顾况的确更有幽默细胞，为人亦桀骜不驯，即便是与朝廷官员交

谈，也常是这般放荡不羁的态度。因此，他在官场上是十分失意的。

位卑权轻 影响力却不容小觑

顾况最初官职低微，直到唐德宗李适继位(779 年)之后，才升任六品的著作郎——这已是顾况仕宦生涯的顶峰了。

顾况担任“著作郎”的时候，白居易还只是个孩子。一转眼又过了好多年，一说白居易十五六岁，一说二十九岁(为应举之年)，他携诗卷至京城跑关系。白居易的这一行为，即所谓“行卷”——按古书定义:“唐举子先投所业于公卿之门，谓之行卷。”

区区六品官的顾况恐怕还算不上“公卿之门”，那么他有没有资格让白居易专门拜访?答案是肯定的。当时的文人刘太真曾记载顾况家诗会盛况:“八音铿其盈耳，环堵烂而溢目。举国传览，以为盛观。”顾况的朋友包佶，在首描述顾况家宅子的诗中写道:“脱巾偏招相国，逢竹便认吾家。”可见，顾况虽然位卑权轻，影响力却不容小觑。白居易选择拜谒他，似乎合情合理。

但假如白居易当初真的拜谒了顾况，那么新的疑点便随之而来:顾况既曾提携新人白居易，两人有过诗文交流，为何在此后二三十年间，直至顾况去世，双方竟再无私下的诗文往来?难道白居易如此薄情寡义?

白居易绝不是这样的人。根据白居易本人的