

从青丝到白首，放慢步调只为你

——记2024年孝老爱亲“青海好人”喻建华

身边的感动

本报记者 李延平

“坐了好一会儿，咱们起来活动活动。”说完喻建华起身走向妻子杨凤兰，一只手拉着杨凤兰的手，另一只手托着杨凤兰的身体以免摔倒，熟练地将杨凤兰从沙发上扶起来，缓慢地在客厅走动。

“你现在多厉害，只要稍微扶着点就能走路了。”“大家都说我走路越来越像你了，可不是嘛，大家的眼睛是雪亮的，咱们步调不一致怎么能走得稳。”11月25日，喻建华边搀扶着妻子走路边鼓励道。

就这样，喻建华不离不弃悉心照顾妻子22年。

喻建华家住西宁市城西通海路街道海湖星城小区，22年前杨凤兰因意外跌倒致残，生活无法自理。喻建华不仅精心照料妻子的饮食起居，还不断鼓励妻子重拾信心，数十年如一日，杨凤兰从起初只能平躺卧床，恢复到如今可以拄着拐杖慢慢走路。

喻建华回忆，2002年2月19日外出跟朋友聚会时，接到妻子摔倒了电话。赶忙回家的他看到倒在地上的妻子心里慌了，立马将她送到医院。从这一天开始，喻建华原本幸福而平静的生活被打破了。

医生告诉喻建华，杨凤兰跌倒后右脑出血量大，手术会引发记忆力变差、语言功能障碍、左侧肢体活动受限



喻建华和妻子翻看手机中的照片

本报记者 李延平 摄

等后遗症。术后几个月的恢复期特别关键，必须坚持康复训练。

而这次跌倒对于杨凤兰而言是一次沉重的打击。出院后，她经常深陷情绪低谷，脾气变得暴躁，日常生活也无法自理，这给喻建华带来了极大的挑战，妻子的日常饮食起居，从最基本的进食、饮水到如厕，都需要喻建华的帮助。

“她变得脾气暴躁，容易生气，因为患有高血压，情绪不能有太大波动，我只能强忍内心的焦虑与疲惫好好照顾她。”喻建华说，他深知妻子性情转变背后的不易，他选择无条件地给予她温暖与关怀。

为了让妻子尽快好起来，喻建华

设计了一系列康复训练计划。从最初的掰手腕、活动关节，到后来的抓握练习、起蹲训练，带着妻子一步步重拾生活技能。他在家中阳台晾衣架上悬挂绳索自制简易康复器材，一端系于妻子的左手腕，另一端紧握在自己手中，一边拉一边帮助妻子做康复训练。

在家康复训练半年后，杨凤兰的状况略微好转。那时还没有搬进电梯房，喻建华便常常背着妻子下楼让她呼吸新鲜空气、晒晒太阳。并鼓励她尝试用未受影响的一侧肢体辅助行走，逐步增强力量与平衡感。

经过不懈努力，第二年，杨凤兰就能借助拐杖缓缓走动。随着身体状况

日益好转，杨凤兰开始主动与家人交流，逐渐露出了久违的笑容。“看到他每天这么辛苦，我也想早日恢复减轻他的负担。他最难的时候不仅要照顾我，还要照顾生病的婆婆。”杨凤兰说。

喻建华和杨凤兰结婚后，喻建华的母亲便一直跟他们生活在一起。“母亲生病后，我要照顾两个人。白天想办法做她俩喜欢吃的饭菜，三餐之余收拾家，天气晴好的时候带着她们去楼下散心、和邻居聊聊天。每天夜里起来四五次，扶母亲上厕所、喝水。有时半夜母亲不睡觉，还会陪她说话。”喻建华说。

二十二年如一日，喻建华怀着一颗孝顺之心、一颗体贴之心，不怕脏、不怕累、不怕苦，任劳任怨照顾母亲和妻子，用实际行动践行着为人儿、为人夫的责任。凡是认识喻建华的人，无不称赞他。

“喻建华坚守着儿子、丈夫的责任，他对母亲的孝心和妻子的不离不弃，深深感动着身边的每一个人，也让我们深切体会到中华民族传统美德在每一个平凡人身上的传承和延续。”城西桃李路街道文成路社区工作人员李丽说。

坐在喻建华家客厅的沙发上，环视四周，家里整洁又干净。喻建华笑着说：“她喜欢干净，所以我每天把家里的角角落落收拾得干干净净，这样的生活环境也有利于她的康复。”

时至中午，喻建华起身走到厨房拿出山药、削皮、清洗……动作熟练地做饭。妻子坐在沙发上时不时地抬头看看忙碌的喻建华。冬日的暖阳透过窗户照进屋里，一切都那么的温馨……

湟中区成功申报第二批农村能源革命试点县

本报西宁讯（记者 李延平）12月2日，国家能源局综合司、生态环境部办公厅、农业农村部办公厅公布第二批农村能源革命试点县名单，涉及全国8地，青海省西宁市湟中区位列其中。

平均日照时数1940小时，日照时数日均5.32小时，日照率50%以上，年总辐射量为5600-5800MJ/m²，二类太阳能资源地区；药水滩温泉冷热双泉并存，20℃至45℃之间的氨温泉、银矿泉与天然苏打矿泉水出水量达4054吨/天……基于以上资源优势和工作效率，2023年湟中区围绕农村能源供给革命、农村能源消费革命、农村能源技术革命、农村能源体制

改革、项目合规性分析及项目主要建设内容6个方面编制完成《青海省湟中区农村能源革命试点县实施方案》，申报第二批全国农村能源革命试点县。

试点县建设明确了三个方面的发展目标。实现平原地区散煤基本清零，依托北方地区清洁取暖等项目，通过“煤改气”“煤改电”治理工作，到2025年全面实现平原地区散煤清零。实现可再生能源高比例应用，从可再生能源发电开发利用、非电开发利用方面提高可再生能源应用。建设农村能源综合管理体系，到2025年，在农村能源服务管理、技术支持、信息收集与统计等方面取得突破。

“遗展风采·冬游玉树”系列活动在玉树市启动

本报玉树讯（记者 余晖）12月11日，“遗展风采·冬游玉树”系列活动在玉树藏族自治州玉树市新寨文化广场启动。

此次活动重点推介玉树市冬季旅游资源，旨在持续巩固藏文化（玉树）生态保护实验区成果，不断擦亮“玉树非遗展演”冬季旅游品牌。启动仪式上，国家级非遗展演、农特产品及文创产品展销吸引了众多本地群众及外地游客观赏、选购。

据悉，持续至15日的系列活动包括传统非遗体育运动比赛、国家级非遗玉树服饰专场、国家级非遗玉树卓舞专

场、国家级非遗玉树伊舞专场、非遗社团传承成果展演专场等。此外，还将在本月底开展“玉树冰雪乐园·畅游冬日仙境”和跨年“游”玉树冬泳争霸赛。

近年来，玉树市深化旅游+业态创新，巩固拓展非遗旅游综合效应，发挥“农体文旅商”消费拉动经济持续增长的基础性作用，促进冬季文化旅游产业消费升级，带动“冷资源”转变为“热经济”，进一步构建全域全季全时旅游新格局。同时，全力推进旅游服务质量提档升级，做好监管护游，规范市场秩序，不断推动玉树生态旅游高质量发展。

黄南州37个乡镇卫生院“一院一策”提质服务

本报黄南讯（记者 公安安加）12月3日，记者从黄南藏族自治州卫生健康委员会获悉，截至目前，全州乡镇卫生院门诊总量达93747人次、住院4712人次、医疗总收入1887.63万元、中藏医药服务收入1002.08万元，分别较去年同期增长36.26%、77.08%、41.91%和63.54%，乡镇卫生院病床使用率达到65.2%，较上年同期提高32.3个百分点。

今年以来，黄南藏族自治州卫生健康委员会结合群众身边不正之风和腐败问题集中整治，扎实提升乡镇卫生院服务能力，着力破解基层群众“看病难、看病远、看病贵”的问题。

近年来，黄南州卫生健康部门通过深化医药卫生体制改革、中藏医药传承创新等举措提升基层医疗服务能力。把“以人民为中心”融入到卫生健康工作的方方面面，切实让群众的卫生健康获得感更足、幸福感更可持久、安全感更有保障。

黄南州37个乡镇卫生院结合实际，制定“一院一策一特色”发展思路，通过拓展服务功能、健全科室设置、完善设备配置、适宜技术推广应用、专家资源下沉、人员培训培养等措施，有效提升服务能力和水平，让群众就近获得更加公平可及、系统连续的医疗卫生服务，打通群众看病就医“最后一公里”。

近年来，黄南州卫生健康部门通过深化医药卫生体制改革、中藏医药传承创新等举措提升基层医疗服务能力。把“以人民为中心”融入到卫生健康工作的方方面面，切实让群众的卫生健康获得感更足、幸福感更可持久、安全感更有保障。

乐都区零工驿站正式运营

本报海东讯（记者 谢梦茹 通讯员 马文娟）12月9日，海东市乐都区零工驿站在岗沟街道民生小区正式揭牌运营，旨在为当地灵活就业人员和用工企业搭建便捷高效的对接平台，有效整合零散劳动力资源，进一步健全就业公共服务体系。

揭牌运营当日，已登记有灵活就业意愿的劳动者150余名，通过收集发布各类零工信息，50余人次实现灵活就业。据悉，零工驿站整合就业信息发布、技能培训、创业指导等就业服务，并设置“红途家园”“花红驿站”“工友家

园”等功能区，通过打破传统就业模式的局限，为灵活就业者提供便捷、高效的求职平台，实现人力资源的优化配置。

乐都区零工驿站全力打造“1+3+N”家门口零工就业服务体系，其中，“1”指1个综合性零工驿站，可提供全方位优化环境；“3”指3大模式服务功能，提供家门口就业服务。通过搭建平台，零工驿站将解决企业和雇主短期用工难的问题，进一步实现劳务信息精准对接，提高零工市场效率和质量。

青海消防6个“防灭宣服”一体化小型消防站投入使用

本报讯（记者 魏爽）12月10日，记者从省消防救援总队获悉，按照“大站建强，小站建精”理念，根据省城城市发展密集、用地紧张等现实矛盾，充分考虑中心城区人口密集、建设强度较高、火灾风险水平相对较高的实际，该总队在西宁市积极探索建成6个集“灭火救援、防火检查、消防宣传、便民服务”多位一体的城区商圈小型消防站，实现“中心站+卫星站”建站模式与“前置备勤、全时辐射、机动布防”全覆盖工作模式高效融合，促使基层一线消防救援力量布局得到优化。

小型站建成投用后，中心站任务面积分摊至小型站，作战半径缩小，辖区最远点出警到场时间缩短了近21分钟，消除了主城区救援力量空白点，弥补了老旧小区、重要商业街区消防力量不足的实际。以城西区为例，建成投用的联盟商圈消防站和文景街消防站，在城西区形成“1个核心站+2个卫星站”的力量布局，以黄河路、海湖路、通海路

为界将辖区划分为三个任务区，将之前中心站管辖的52.98平方公里任务面积分由三站管辖，中心站作战半径缩小65%，充分发挥灭早、灭初、灭小作用，第一时间将火灾遏制在萌芽阶段。

同时，各站实行消防监督员、派驻消防文员、消防站消防员“三员一体”监督检查方式，建立巡查检查、发现隐患、移交处理、行政处罚、整改落实的五项机制，落实风险隐患排查关口前移，创新开展“走、入、进”特色宣传工作，实现“火灾隐患排查、消防难题共解、安全宣传共进”。各站始终秉持开放式、便民式服务理念，打造火焰蓝便民服务点和蓝焰服务队，向社会公开23项便民服务措施，实行24小时不间断服务，向群众传递党和政府的温暖，把消防安全服务和便民利民服务落实到群众身边。

西宁小峡口唐蕃隧道加紧建设

12月9日，位于西宁市小峡口的G109小峡口（王家庄至昆仑路段）改建工程项目唐蕃隧道施工现场，中铁十一局的建设者采用多种新工艺、新技术正热火朝天地开展隧道掘进工程，抢抓工期，加快工程进度，为实现隧道全线早日通车目标奠定坚实基础。

本报记者 祁国彪 摄



以旧换新赋能青海消费政策惠民绽放幸福之花

(上接第一版)

同时，为快速响应国家决策部署，全面落实省委省政府工作要求，省商务厅联合多部门加快制定印发《青海省2024年推动消费品以旧换新行动方案》《青海省2024年推动消费品以旧换新实施细则》《青海省2024年加力支持消费品以旧换新实施细则》等政策性文件，全省范围内统一汽车、家电、家装等领域补贴标准。依托银联“云闪付”搭建“青亲U惠以旧换新”青海省商务领域消费品以旧换新平台，通过统一端口、统一平台、统一方式的“三统一”，全力保障以旧换新政策有序实施。按阶段需求，陆续搭建并优化数据展示平台、数据转换系统等，完成与国家平台数据对接，实时升级完善，不断提升政策执行效率。

青海省消费品以旧换新工作，不仅是一项经济刺激举措，更是以民众需求为导向、以产业升级为目标的战略布局。它宛如一把精准的钥匙，开启了消费升级与经济社会可持续发展的双赢之门，在高原大地上书写着消费活力与民生福祉共荣的精彩篇章。

旧物换新引消费潮政策贴心暖民生情

在西宁的老旧小区里，住着王大爷一家。王大爷年事已高，家中的房子还是多年前的老样子，很多设施都老化了。听说家装焕新补贴政策放宽了申领条件，王大爷心动不已。王大爷家人联系了一家装修公司，签订了一份局部适老化改造合同，准备给家里的卫生

间装上防滑地砖、扶手，把卧室的床换成方便起身的护理床。等装修结束后，按照政策，能获得15%的家装补贴。王大爷高兴地说：“这政策可太好了，以前想都不敢想装修还能有补贴。这补贴可帮了大忙，也让我们这些老人能舒舒服服地在家养老了。”

据青海省商务厅相关负责人介绍，省商务厅结合省情实际，多次赴相关单位、企业开展专项调研，邀请企业组织召开以旧换新座谈会10余场，广泛征求意见，倾听企业声音，共同探讨补贴品类、补贴流程、补贴标准等事宜。在国家加力支持政策基础上，主动扩大消费品以旧换新补贴范围，增设新车购置税、新摩托车购置税、9类家电以旧换新省级补贴和其他智能设备购置补贴。提高汽车置换更新、新车购置税补贴标准，调整优化政策执行条件；放宽家装焕新补贴申领条件，对开展整屋或局部装修、适老化及无障碍改造、智能化改造、家具定制等给予政策补贴，最大程度贴合群众消费习惯，最大限度激发群众消费意愿。

同时，为切实提升消费者对以旧换新政策的感知度与满意度，省商务厅将优化审核兑付流程作为关键突破口，全力攻坚。对支持范围、补贴标准、申报时间、申报流程、申报材料、补贴兑现、操作程序等各个环节全面深入地进行梳理并精简，通过不断优化整合，实现了“资料审核+资金发放”流程从最初较为繁琐的“10+3”模式到“7+3”模式的重大转变，进一步优化至“3+1”模式，直至如今高效便捷的“0+1”模式。

这意味着家装焕新、家电以旧换新以及汽车以旧换新(报废更新除外)的个人申请，在每天规定的时间节点前提交且资料完整无误的情况下，将实现当天审核、当天资金发放到位。具体而言，家装焕新在每天12时前，家电以旧换新在每天14时前，汽车以旧换新在每天16时前提交的个人申请，均可享受这一快速审核发放服务。对于其余时间段提交的个人申请，也将在24小时内完成审核和资金发放。

这一转变，让消费者能够以最快的速度享受到政策带来的实惠与便利。

政策赋能消费盛景补贴惠民市场繁荣

在西宁市，年轻的上班族小张是一位热爱数码产品的年轻小伙，最近他一直想入手一台平板电脑，方便自己在工作之余学习绘画和观看线上课程。当他得知现在有智能设备购置补贴政策后，便满心欢喜地前往商场挑选。在对比了多款平板电脑的性能、价格和外观后，小张最终选定了一台平板电脑。在付款时，按照政策规定，他可以获得实际销售价格15%的补贴。小张高兴地说：“这政策太棒了！一下子帮我省了不少钱，让我能毫无压力地享受智能设备带来的便捷与乐趣，还能更自由地去探索自己的兴趣爱好。”

省商务厅主动协调发改、财政，在充分对接国家政策、深入省内各地特别是海东灾后重建调研的基础上，组织召开参与活动企业座谈会，研究制定政

策调整方案，报请省政府批准后，联合省发展改革委印发《关于调整加力支持消费品以旧换新相关补贴政策的通知》并施行。将原省补9大类家电、部分智能家用电器、摩托车等其他大宗耐用消费品纳入国补政策执行。对中小型企业金额小于5万元的，给予15%、灾后重建区30%的家装补贴。不断扩大家电(目前已达35个品类)国补范围，柔性降低家装申领门槛，切实把国家政策用好用足。政策调整以来，购置手机申领补贴达4489人次，购置平板、电话手表、智能穿戴等申领补贴超607人次。

省商务厅相关负责人表示，省商务厅将继续压实责任担当，强化工作落实，不断加强政策跟踪问效和资金执行力度，力争分秒抢抓活动收官黄金期，千方百计扩大增量政策效能，多措并举激活全省消费换新市场。构建常态化联系与市场调研机制，密切跟踪政策执行，持续优化补贴申报流程、资金拨付兑现及监督管理环节，压缩审核时间，加强资金监管，保障消费者信息安全，确保补贴资金精准、高效发放。

随着一系列政策的稳步推进与精准实施，青海消费市场如沐春风，焕发出前所未有的蓬勃生机。智能设备购置补贴点燃了民众对数码产品的热情，家装补贴圆了无数家庭的舒适居住梦。未来，在持续的政策关怀下，青海消费将继续破浪前行，书写更多惠民利民的精彩篇章，让民众在消费升级的浪潮中畅享生活的美好与富足，为经济发展注入源源不断的内生动力。