

投身征迁一线,文东党员李斌讲述感人故事

大家有事儿,习惯喊“李斌”

他是征地拆迁政策的践行者,是中央商务区建设的推动者,是百姓诉求的传达者;他是最普通的人,是儿子、丈夫、父亲,却是其乐融融一家人中缺位的那一个……他就是文化东路街道办事处的优秀共产党员李斌。

本报记者 崔岩



李斌正在替居民审验签约资料

●手机5分钟响一次

做拆迁居民的工作很琐碎,在别人看来有些甚至是鸡毛蒜皮的小事。但他们不能这样看,他们要把每一户被征收居民当亲人,把他们的事情当自己的事情来办,真正和他们交上朋友,才能实现和谐拆迁。在拆迁工作中,李斌一直抱着这样的工作信念。

自2015年7月27日,历下区召

开中央商务区征地拆迁动员大会,号召举全区之力做好中央商务区拆迁工作以来,李斌同志作为办事处的工作骨干,被抽调加入到这项光荣的工作中。

如果你在中央商务区第五、第七片区现场办公室呆半天,会发现他的身影始终穿梭在办公室的各个位置,平均5分钟电话铃声就会响一次,“手机

24小时不关机,遇到问题就能随时沟通。”李斌这样说道。

如今,大家都知道在中央商务区第五、第七片区有一位“名人”,拆迁政策有疑问,找李斌;签约现场少材料,找李斌;甚至“李斌,这都中午12点了,包户的居民还在楼上签约呢,帮忙给协调两盒盒饭吧!”……大家有事都习惯性喊李斌。

●现场最离不开的骨干

征地拆迁是一项复杂的工作,经常会出现一些突发状况,遇到意想不到的困难。李斌自从参与拆迁工作以来,就一心扑在工作上,没白没黑,没日没夜……在指挥部,他作为最开始入驻拆迁一线的一批工作人员,已经成为现场最熟悉情况、最熟悉政策、最离不开的骨干人员。

遇到拆迁过程中意想不到

的困难,李斌从来没有叫苦叫累,总是竭尽所能想办法解决问题。2016年4月30日,是拆迁第一批腾空搬离居民的最后节点,为了保障当天的工作协调运作,李斌作为协议组负责人对当日可能出现的激增的签约户提前做好准备,并帮助居民协调后勤人员,准备好晚饭,全面做好保障工作。

李斌家住在市市区,距离

拆迁指挥部有1个多小时车程,可是每天他总是能7点半之前就赶到指挥部给工作人员打开大门,烧上热水,做好一天的拆迁工作准备。无私忘我的工作精神,不仅带动了整个拆迁团队的工作士气,也感动了现场来签约、评估和咨询甚至问责的居民,李斌的耐心总是像一阵和煦的春风,吹散压在居民心头的雾霾。

●失约的学前之旅

自从加入到拆迁队伍中来,李斌从没有因为自己家的事请过一天假,休过一天班,孩子马上就要上小学了,答应陪老婆孩子的学前之旅,不得不由“三人行”改成了“两人组”。

他经常是在微信上看一眼老婆带着女儿游览武夷山发回的照片,一转头又投身到忙碌

的拆迁工作中去了。不能陪伴女儿的遗憾,只有在工作中的闲暇,李斌才会有所流露,但是言谈中他深深知道,中央商务区建设是历下区的一次大机遇,一次惠民工程,既然接受了组织上安排的任务,就要全身心投入,尽上自己最大的努力,有得必有失,等忙完了“大家”,再回头去

弥补自己的“小家”吧。

李斌是一名经过部队这个大熔炉锤炼的共产党员,在他身上,有着军人严谨的作风和执着的追求,无论身处何地,在何种岗位上,他始终保持着一名共产党员的本色,用真情、热情,履行着自己在党旗下的誓言!

生活小窍门

窍门一:烹调小技巧让你合理吃盐

出锅之前再放盐

我们之所以能够尝到咸味,是因为我们的味蕾咸味感受器接触到食盐中的钠离子而发生了作用。所以,我们要努力让食盐能够铺洒在食物表面,这样一来,一旦舌头接触到食物,我们就能感知咸味,满足口感。基于此,出锅之前再放盐就成了一大妙招。

多醋少糖加鲜料

在做菜的时候,放盐之后,我们还可以适当地加入一些醋,同时最好不要放糖。因为,醋跟盐的搭配是“咸味加重”的推力,相反,糖跟盐的搭配却是“咸味加重”的阻力。适当加醋,在少量食盐的情况下,也不失口感鲜味。

窍门二:更年期女性宜食莲藕

一些女性进入更年期后,容易出现情绪暴躁、焦虑不安等情况。莲藕具有健脾和胃、养心安神、缓解焦虑情绪的作用,常吃莲藕可静心。

莲藕豆腐粥:莲藕30克,大米、豆腐各50克,红枣3枚,芹菜100克,精盐、味精各适量。

制作方法:将莲藕洗净、去皮、切成丁。将豆腐切成片。将芹菜洗净后切成段,用开水焯一下。将大米淘洗干净,红枣洗净,一起入锅加适量清水熬粥。

待米将熟时,加入莲藕丁、豆腐片和芹菜段,再煮片刻,加入适量精盐和味精调味即成。

功效:莲藕能静心安神,芹菜含有较多的纤维素,具有清热平肝火的功效,豆腐中含有很多的钙,具有镇静安神的作用,大枣具有补中益气的功效。上述食材合用,不但具有养心安神、清热降火的功效,更年期女性经常食用,还能起到调节月经、降压降脂、预防骨质疏松的作用。

相关链接

社区报征集生活小窍门啦

本报讯(记者 崔岩)

您是“生活达人”吗?您有新奇好玩的生活小妙招吗?您的生活小妙招愿与更多人分享吗?即日起,《文东社区报》面向居民征集生活妙招了,欢迎您把自己亲身体会过的或者创造发明的生活小窍门,告诉我们,分享给他人。

生活中常常因为一些小问题困扰:衣服的领口怎样才能洗得干干净净呢?如何煎鱼才能不粘锅?旧的照片如何才能变新?这些问题都是生活中的一些琐碎事情。其实,一些小窍门往往会起到意想不到的效果。

也许,你已经在生活中掌握了一些实用的生活小窍门;也许,你正在思考和研究新的节能方法;也许你正为某些生活难题而苦恼;或者你对生活中的一些小难题有独到的见解和看法。

生活是一门学问,如果你能学着“偷懒”,也许会让你的生活变得更有乐趣。如果你有生活中的好点子,快来与我们分享吧!投稿邮箱:wendongsqb@163.com。