

为了农民工的微笑

记者朱娅利 通讯员周学君

1月15日深夜,市委群工部接到了一个农民工从回家的火车上打来的电话:“我们衷心的感谢沁阳市委、市政府,感谢沁阳市委群工部的领导和沁阳市人社局同志的辛勤付出,我们会把你们的大恩大德永远记在心里,无论我们走到哪里。”

原来,1月14日上午9时许,30余名情绪激动的民工沿街聚集,集体讨薪,场面一度混乱。得到信息汇报后,市

委书记陈敬如立即作出指示,要求信访、公安、人社、住建等部门迅速介入,确保让每名民工都能足额拿到血汗钱,安心回家过年。市委群工部长孟祥生第一时间带领3名工作人员到达现场,首先抚慰民工的情绪,耐心做说服劝解工作,要求他们保持理智、冷静的态度,要相信市委市政府一定会维护他们的合法权益,为他们讨回一个公道。

经过耐心细致地询问,初步了解到这些民工兄弟为我市未来某高档小区建筑工人,双节来临,归心似箭,但仍有约30万元的血汗钱未能兑付到,于

是便出现了集体讨薪的一幕。为妥善化解矛盾,孟祥生部长随即召开由住建局、人社局、开发商、施工单位、民工代表等共同参加的协调会。经查实由于总承包方和施工单位合同约定不明、资金周转不灵等原因,施工单位在短時間內筹集30万元民工工资,在取得工人理解后,总承包商承诺将不惜一切代价把工资送到工人手中。

1月15日,民工兄弟们如愿以偿地领到了自己的血汗钱,看着崭新的钞票,一个个脸上露出了久违的笑容……

忙忙活活过大年

图①为1月14日,一位商贩正忙着制作过年必备的传统小吃“驴肉丸子”。

图②为1月14日,在我市一家超市内摆放的“中国结”吸引了很多人前来购买。

徐恒峰 摄



春节饮食注意事项

一、集中采购请勿大意

虽然平时的食品市场就非常丰富,但很多人还是改不了春节集中采购的习惯。新健康提醒您,人们在这个时候购物没有平时挑选得仔细,一些有问题的食品也就乘虚而入。而且,商家在大批量进货时也有可能放松对商品保质期等方面的严格检查。因此,消费者购买时应注意把关。

对购买食物的地点选择也应注意,应尽量去大超市、便利店、正规的商场,尽量不要购买小商贩的商品。即使是在超市等比较有保障的地点,也应该选择那些质量信得过的知名品牌的食品。

二、餐具选用莫忘安全

餐具的材料是食品安全的一大隐患。家庭主妇在居家生活中要对餐具材料本身具有的毒副作用有所了解。一般说来,陶瓷制品在餐具中毒性最小,但如果色彩非常鲜艳或带有彩饰可能含铅量过高;铝制餐具无毒,但长期使用有可能导致老年痴呆;铁制餐具毒性不大,但切忌使用生锈的铁制餐具;不锈钢餐具含有微毒性,其中含有的镍、钛对人体有害;购买塑料餐具时应尽可能选择没有图饰或图案较少的产品。

三、制作过程重视细节

专家认为,制作是保证食品安全的重要程序,有一些细节需要非常注意。在食物加工过程中,手、器皿和切菜板、抹布等可能被生鲜食物中的细菌污染。因此,春节要用肥皂把手洗干净,至少在温水里洗手20秒钟。手要用纸巾擦干,以防细菌留在手上。厨房用具的表面都要用消毒剂和餐巾纸擦洗干净。盘碟洗后用餐巾纸完全擦

干,防止细菌繁殖。

肉类食物在制作前需要化冻。冰箱里的肉类要有足够的时间化冻,且不要让化冻后的水流到别的地方或食品里。最好将需要化冻的食物放在一个盘子里,上面盖一张餐巾纸,让化冻的水由餐巾纸来吸干。

四、烹制食物既熟又透

生吃是现在流行的一种饮食习惯。我国传统饮食中也有生吃食物的习俗,但以生吃新鲜蔬菜为主,而生吃肉类是从西方传入我国的。以肉类为例,如果烹调温度达不到100摄氏度,就不能杀死肉类食物上的寄生虫和病菌。此外,食品加热不透,寄生虫也能存活。如人们吃涮火锅、海鲜、烧烤等,最容易使食物处于半生不熟的状态,这时寄生虫卵最为活跃,食用后被感染的几率很高。烹制不熟的扁豆、加热不透的豆浆都有毒素存在,食用后易中毒。因此消费者不要盲目追求生食的饮食方式。

五、暴饮暴食隐患大

一提春节期间暴饮暴食,人们都会不以为然,总觉得现在生活水平提高了,怎么还会有人暴饮暴食呢?其实,暴饮暴食不仅仅是人们超量食用,更是指人们暴风雨式的进食方式。春节期间,亲朋欢聚,往往情绪兴奋,感情波动。但过度的兴奋不利于食物的消化,往往引起疾病。因此,春节期间保持情绪稳定,心理平衡,心境平和,精神愉快,有利于饮食健康。

六、食品保存辨明条件

不要将食品保存在危险区域。导致食物中毒的细菌最容易在摄氏5度到60度的环境中滋生,这一区间被称为危险温度

区域。食物在食用前过早地准备出来;将加工过的食品长时间放置在细菌容易繁殖的环境;不恰当的加热方式都相当于将食物放置在危险区域。

剩菜剩饭在烹饪后两个小时内要放进冰箱,生熟食品要分开存放。生鲜食品特别是肉类、鱼类和海鲜应存放在冰箱底层,加工过的食品放在顶层。所有食物都应该存放在干净无毒的可清洗容器内并盖严。已化冻的肉禽及鱼类不宜再次保存,鱼、肉等罐头食品保存期不得超过一年。

七、特殊人群不可麻痹

在欢庆佳节时,应特别注意一些特殊人群的饮食安全。老人的饮食应多留意。由于老年人对食物的选择更为挑剔。在我国传统习惯中,梅菜扣肉、粉蒸肉、四喜丸子等菜肴都是带有喜庆气氛的“年菜”,特别受到怀旧的老年朋友的喜爱。殊不知,这些昔日的“开荤”菜脂肪含量很高,对很多心脑血管疾病患者都会造成隐性的危害,应该浅尝辄止地吃一些,切不可大吃大喝,以免影响健康。另外,注意饮食同时,日常服用的降压药、降脂药也都不应随便停用。一些中老年人病人在过节期间停药的不良习惯,这样的做法对很多慢性病

都是十分有害的。如心脑血管疾病、心脏病等疾病的患者应该严格遵守“犯了再吃不如常吃”的用药原则,在没有医生建议的情况下擅自停止用药是对自己的健康不负责任的做法。

八、膳食结构搭配合理

为保证身体健康,人体应保持微碱性状态,如果人体血液呈酸性,血黏度和胆固醇都比较高,人就容易疲劳,同时抵抗力也会下降。然而,节日期间大量食用的荤菜几乎都是酸性食品。因此,节日饮食切莫餐餐只吃大鱼大肉,要有碱性食物搭配着吃。蔬菜、水果是富含钾、钙、钠、镁等矿物质元素的碱性食品,含碱量最高的要数海带,其次是青菜、莴笋、生菜、芹菜、香菇、胡萝卜、萝卜等。

我国居民的食盐摄入量原本就偏高,节日期间副食品吃多了,食盐的摄入量更多。钾是钠的克星,它能帮助人体排出多余的钠。含钾丰富的蔬菜有紫菜、海带、香菇、芦笋、豌豆苗、莴笋、芹菜等等。

九、品种选择切忌盲目

春节期间放松警惕,许多消费者绞尽脑汁去吃一些平时不经常吃的东西,以求换口味,尤其以一些野味为多。如吃一些猫肉、鼠肉、蛇肉等等。专家指出,换口味并不是不可以,但还要以安全为前提,因为这些野味不是常见的肉类食品,其品质不在有关机构的检测范围之内,携带了哪些疾病、寄生虫等等消费者都不得而知,安全隐患非常大。因此,专家提醒您不要盲目猎奇,贪食野味。

摘自中国食品科技网

全力确保春节期间社会治安稳定

公安局开展『固网除患佑民安』专项行动

本报讯 (通讯员陈娇、郑新华)为确保全市人民过一个欢乐祥和的春节,市公安局在全市范围开展了“固网除患佑民安”专项行动,加强社会面治安管控,打击盗窃电动自行车犯罪,清查复杂场所,切实增强群众安全感和满意度。目前,共出动警力2000余人次,检查车辆1500余车次,清查场所730余家,发现整改治安隐患1900余人,破获案件20余起,治安拘留56人,刑拘32人,强戒9人,逮捕10人。

严密排查治安隐患。以公安民警为主力,充分发动各种群防群治力量,对全市所有公共复杂场所及犯罪嫌疑人易于藏身的重点部位,以及党政机关、水电油气热、重点企业事业单位、学校及幼儿园的值守力量和内部防范、消防安全进行了地毯式全面清理清查。

严厉打击各类犯罪活动。把街头两抢、盗窃自行车等多发性案件作为打击重点,确保节日期间人民群众财产安全。近日,刑侦大队快速反应,抓获两名辽宁籍流窜扒窃犯罪嫌疑人,破获盗窃案件10余起,涉案价值3万余元。特巡警大队在巡逻中现场抓获5名盗窃电动车嫌疑人,破获盗窃电动车案件32起,追回被盗电动自行车26辆。

深入开展爱民大走访活动。组织公安干警深入群众家庭走访,特别是低收入家庭、下岗失业人员、失足青少年、归正人员、服刑在押人员的未成年子女等特定人员以及重大案件受害者的家属,听取意见、建议,尽力帮助解决实际困难。共走访慰问群众3万余户,送去平安春联、平安年画5000余份,慰问品及慰问金5万余元。

深化平安建设
构建和谐社会

林业局五项措施保森林防火安全

本报讯 (通讯员张小晖)今年冬季,我市气温较往年较高,风大、降水偏少,森林火灾等级居高不下,发生火灾的几率增高。为杜绝火灾隐患发生,林业局积极采取措施,切实抓好冬季森林防火工作。

加强野外火源管理。实行严格入山制度,在入山口设立检查站,实行入山登记、出山消号制,防止各类火种入山。在重点部位、重点区域实行三级连环分包责任制,即:乡(镇)干部包村、村干部包片区、护林员包山口包坟头,切实从根本上消除火灾隐患。

强化宣传教育。充分利用广播、电视等媒体,对森林防火知识进行宣传;在景区、景点、保护区的主要入口处设立森林防火警示标语、警示栏,并向游客发放宣传资料;把森林防火知识列入导游讲解内容之中,提高广大游客的森林防火意识。

加强查处力度。森林公安分局、林政稽查大队等执法单位,加大执法力度,对不听劝告、我行我素、造成损失的肇事者,依法严惩,绝不姑息;对工作监管不力,引起火灾毁树的乡镇和村的主要负责人追究相关责任。

加强物资设备管理和责任落实管理。严格落实森林防火责任制的要求,实行一把手负责制,一级抓一级、层层抓落实。

加强值班制度管理。坚持24小时领导带班和工作人员值班制度,值班人员必须坚守值班岗位,尽职尽责,确保通讯畅通。严禁出现晚上带班领导不在位,电话不接听,值班人员脱岗、漏岗现象,一经发现将按责任追究办法严肃处理。同时,森林防火重点时期各防火责任单位主要领导外出一律请假。



1月17日,焦作中裕沁阳分公司组织工作人员进行燃气输送设备、设施安全大检查,排除安全隐患。春节临近,连日来该公司加强安全检查和应急防范,对燃气输送站和小区地下管线、架空管线、阀门井、调压器等输气设备进行全面的“体检”,确保春节期间让群众用上放心、安全、洁净的天然气。

李太昭 蒋国伟 摄

世元金行恭祝全市人民新春快乐