

## 县残联召开专题培训会部署动态更新工作

为进一步加强和改进残联工作,做好我县全国残疾人基本服务状况和需求信息数据动态更新工作。6月29日上午,县残联召开培训会,全面部署我县动态更新工作。各乡镇残联理事长、负责业务的专干、乡镇专职委员及县残联工作人员参加会议。

培训会上,县残联工作人员对数据动态更新工作的流程进行解读,对工作要求做了明确规定。重点讲解了残疾人登记表、社区登记表相关指标以及调查技巧等内容。并对与会人员进行模拟填表培训,为我县下一步做好残疾人基本服务和需求信息动态更新工作奠定基础。

会议要求,各乡镇、相关部门要提高认识,明确责任,统一标准,进一步增强责任感和使命感,建立健全动态更新工作机制,确保更新动态数据真实可靠,要把握时间节点,圆满完成各项工作任务。

## 县公安局推进电动车智能防盗管理工作

为有效弥补电动车管理法盲区,真正实现电动车的有效管理,大力提升社会治安防控能力,近日,县公安局立足实际,以圣人涧派出所辖区为着力点,以城边村为突破口,严格七句话二十一字方针,强力推进电动车智能防盗管理工作。

一是认识高。要求全体民警,充分认识电动车智能防盗管理工作的重要性、必要性和紧迫性,进一步将工作任务细化量化具体化。

二是宣传好。组织社区民警进村入户开展宣传。营造舆论氛围。

三是责任明。在每个派出所,确定民警负责的责任机制,做到人人心中有责任、有担子。

四是源头控。同时,以电动车销售点为切入点,在各个电动销售点设置指定安装点、派驻专门人员,对销售点所有销售车辆如实登记、全部安装智能防盗系统,把好销售源头关。

五是衔接紧。以电动车使用量较

大的城边村和较为平坦的村组、社区为突破口,对本村组电动车进行全面普查,集中安装。

六是表率引。从民警及家属、亲友入手,作好表率,带头安装智能防盗系统,以良好的表率作用,引领全县广大群众主动、积极安装。

七是督导严。领导小组办公室每周五对各派出所工作情况进行汇总并全局通报,以严明的问责问效促推工作有效推进。

## 县公安局开展防范电信网络诈骗宣传活动

7月5日上午,县公安局刑侦大队民警走上街头,集中开展打击治理电信网络新型违法犯罪宣传活动。

此次集中宣传,采取在主街道设置固定宣传台,在各金融网点、三

大通信运营商以及集市、超市等人员密集场所进行同步宣传。宣传中,民警针对老人、妇女对电信诈骗辨识率较低、易受外来因素影响等特点,通过向过往群众发放宣传单、面对面接受群众现场咨询,就电信等

诈骗的特点、方式、识别特征、如何应对、如何防止上当受骗及现阶段出现的新型电信诈骗等做了全面细致的讲解,让广大群众进一步认清了不法分子设置的种种陷阱和圈套,增强了群众防范电信诈骗的意识和能力。

## 县市场和质量技术监督局对“棉花肉松”视频一事进行核查

近日,一条“棉花肉松”的小视频在我县朋友圈疯转,引起了消费者对市场上肉松产品的质疑。县市场和质量技术监督局在得知这一情况后,立即成立检查组,邀请专业抽检部门对我县佛罗伦萨、三味奇等蛋糕店进行现场调查核实。

每到一蛋糕店,工作人员都对索票索证、进货台账、肉松原料进行全面检查,核查原材料的进货单以及进货单位提供的有效证件和肉松产品的检验报告。通过检查,工作人员确定该产品各类指标均符合要求,抽检部门还对肉松抽取样品封

存送检,检测结果将另行公布。

市场和质量技术监督局表示,下一步该局将不断加强食品抽检力度,确保群众吃的放心。并提醒广大群众不造谣,不信谣,不传谣。同时,对于朋友圈流传的视频,佛罗伦萨蛋糕店已向警方报案。

## 夏天喝粥更养人

天气一热,很多人就习惯于坐在空调房里,吃冰冷的食物消暑。杨力认为,夏天吃太凉的食物只会一时缓解,并不能真正消暑。夏天阳气最盛,人体新陈代谢旺盛,损失津液水分较多,最易伤津耗气。

如果这时候能喝一些粥,可以补充身体需要的水分,还可以通过搭配丰富的食材,达到滋补身体、预防疾病的功用。粥具有温、软、淡、香、黏等特点,便于吸收,又保护胃黏膜,增添津液。特别是粥熬好后上面漂浮着的一层黏稠的物质,中医里称为“米油”,具有很强的滋补作用。

粥再好,也不能顿顿喝,粥虽好,但也不是万能的,尤其要避免以下几个误区。

### 三餐不能总喝粥

粥属于流食,在营养上与

同体积的米饭比要差。且粥“不顶饱”,吃时觉得饱了,但很快又饿了。长此以往,老年人会因能量和营养摄入不足而营养不良。

所以喝粥也要注意均衡营养,将粥煮得稠一些,配个肉菜,或在两餐之间吃些点心等。

### 冰粥并不可取

冰粥是夏天的热卖食品,但它不适合体质寒凉、虚弱的老年人以及孩子。冰粥喝多了不仅会使人体的汗毛孔闭塞,导致代谢废物不易排泄,还有可能影响肠胃功能。

### 糖尿病人喝粥要适量

糖尿病患者一般更容易饿,而且粥具有消化快的特点,所以很容易让人吃了很快又想吃。粥本身在短期

内还容易被身体所吸收,导致血糖迅速升高,或者波动过大。建议糖尿病患者要适量喝粥,每次一小碗即可。

### 胃不好的人适量喝

不少人认为粥养胃,但事实上,这种观点并不全面。因为喝粥不用慢慢咀嚼,不能促进可以帮助消化的口腔唾液腺的分泌;而且含水量偏高的粥在进入胃里后,会起到稀释胃酸的作用,加速胃的膨胀,使胃运动缓慢,这同样不利于消化。因此胃病患者不宜总是喝粥,应选择其他容易消化吸收的食物,细嚼慢咽,促进消化。



## 暑假安全公约

### 交通安全

- 1、自觉遵守交通规则,不在公路上跑闹、玩耍。
- 2、横穿公路要走斑马线,不得随意横穿。
- 3、小学生不得在马路上骑自行车。

- 4、遵守公共秩序,排队等车,车未停稳不得靠近车辆,上下车时不得拥挤。

- 5、文明乘车,乘车主动让座,不得在车厢内大声喧哗。

### 水的安全

- 1、不得到海边、水库、方塘、水井等危险的地方玩耍、洗澡。
- 2、不得随同大人到海边、水库、方塘等地方钓鱼。
- 3、到游泳馆游泳必须要有家长陪同,不得单独游泳。

### 电的安全

- 1、要在家长的指导下逐步学会使用普通的家用电器。
- 2、不要乱动电线、灯头、插座等。
- 3、不要在标有“高压危险”的地方玩耍。

### 火的安全

- 1、不准玩火,不得携带火种。
- 2、小心、安全使用煤气、液化气灶具等。
- 3、不要玩火,以免发生火灾。发现火灾及时拨打119,不得逞能上前扑火。

### 饮食安全

- 1、自觉养成良好的个人卫生习惯,

饭前便后勤洗手,防止传染病的发生。

2、购买有包装的食品时,要看清商标、生产日期、保质期等,“三无”食品、过期食品一定不要购买食用。

3、生吃瓜果要注意洗净后才可食用,不吃腐烂、变质的瓜果。

### 防汛防暑安全

1、夏季多雨,任何同学不得在大树及高大建筑物下避雨。

2、大雨天气,任何学生不得外出,如遇洪峰要顺楼梯到高层或地势较高的地方防汛。

3、高温天气,要采取降温措施,防止中暑。

### 假期特长班的安全

1、按时到校,遵守班级纪律。

2、不疯打闹,不玩危险物品,不做危险游戏。

3、讲究卫生,不乱吃零食。

4、放学排好路队,不在外面逗留,及时回家,注意交通安全。

### 其他方面的安全

1、不要轻信陌生人,陌生人敲门不要开防盗门。

2、外出旅游或走亲访友,万一迷路不要惊慌,要呆在原地等候父母回找或及时拨打110,请求警察叔叔的帮助。

3、观看比赛、演出或电影时,排队入场,对号入座,做文明观众。比赛或演出结束时,等大多数人走后再随队而出,不可在退场高峰时向外拥挤。

4、睡觉前要检查煤气阀门是否关好,防止煤气中毒。

5、不得玩易燃易爆物品和有腐蚀性的化学药品。

6、不偷不抢,不拉帮结伙,打架斗殴。