

揪出家中「电费刺客」——山西电力送上电费「减负」干货

高温天气下,空调、电扇、冰箱,成为家中必备的消暑电器。然而,在享受它们带来的清凉时,很多人不知道有些“电费刺客”正在“偷袭”家中的电费账单。家庭用电存在哪些“电费刺客”?国网山西省电力公司8月14日发布温馨提示,为民众解囊支招。

刺客一:超龄电器

超过服务年限的家电产品不仅存在短路、漏电等安全隐患,而且会出现性能下降、能耗增加、体验变差等情况,同时老旧家电内多含有汞和铅等材料,使用年限过长可能会发生有害物质外泄,影响消费者的身体健康。

国网山西省电力公司介绍,根据2020年发布的《家用电器安全使用年限》系列团体标准,洗衣机、空调、电风扇等家电的安全使用年限一般在8至10年,而在实际生活中,考虑到操作及使用环境的影响,安全使用期限可能更短。建议居民,如果家中仍有老旧电器在使用,可以考虑更换低能耗产品。购买新电器时,尤其是需要长期使用电器的,注意关注节能标识,高能效、低能耗家电是首选。

刺客二:电器积灰

电器里的灰尘如果不清理,除了影响电器工作效率外,还会导致耗电量骤增。比如,布满灰尘的电脑主板和电源大约会增加30%的耗电量;布满油渍的油烟机大约会增加15%至30%的耗电量;一台使用了两年未清理污垢的空调,通过清洗后可节约28%的电费。此外,一些积灰的重灾区,如电视机柜后、柜子底下插满插头的插线板等,也很容易产生火灾隐患。

国网山西省电力公司介绍,为了预防火灾、节约电费,建议居民经常清扫积灰区域、清理电器积灰。

刺客三:隐形待机

待机不等于关机。国网山西省电力公司介绍,一些老式家电,设计时只有“工作”和“不工作”两种状态。在不使用时,人们往往不习惯切断电源,而是选择待机模式。殊不知,没切断电源的情况下,就会出现“偷电”现象。经测试,传统家电中,待机耗电量最高的是路由器和机顶盒。而在智能小家电中,待机耗电量较高的是智能马桶等具有加热保温功能的电器。

建议居民,及时关闭长时间不用的电器,拔下电源插头。另外,还要尽量避免手机、平板电脑、充电宝等常用耗电物品整夜充电。因为此类电子产品,充满电的时间都在3小时左右,显示满电就应及时将其与电源断开。

国网山西省电力公司表示,养成良好的用电习惯是第一步。居民还可以通过“网上国网”App的用能分析、电量电费等功能,“精打细算”用好每一度电;通过利用好阶梯电价、峰谷电变更等政策及各类缴纳电费优惠活动,为家庭电费“减负”。

记者 梁丹于健

预制菜品产业升温现象观察之二

一盘菜里的“万亿级蓝海”



山西优鲜多歌供应链有限公司采购农产品精深加工,生产预制菜品。

预制菜品一头连接田间地头,一头连接餐桌消费,从种植到加工再到运输和销售,有效带动了一二三产业融合发展。随着预制菜消费风生水起,各地积极开发新产品、上马新项目、开辟新渠道,一个万亿元级销售规模的新蓝海正在显现。

高光时刻

“预制菜品产业迎来了‘高光时刻’,企业应该深入研究消费者需求,不断提升产品研发力与服务力,以适应更广阔的市场。”8月6日,在山西省预制菜产业发展座谈会上,中国农业大学程永强教授如是说。

“刚为捷泰苑小区的客户送了一份蒜蓉粉丝娃娃菜的预制菜,10分钟送到。”美特好迎宾店配送员王森说。每日早8时,150多位配送员准时上岗,他们分布在美特好超市100余家门店内。顾客在线上下单,半小时内,就会接到配送员的送达电话。

“门店设在社区附近,就是要解决家庭餐桌的高频刚需。”山西优鲜多歌供应链有限公司品牌营销中心总监陈靖宜说,预制菜品的背后,是一条完整的生产链,甚至反映着整个餐饮生态。

她进一步介绍,“目前,公司集合了300余名国内外行业专家,组成研发团队。两大加工园区集农产品全球基地直采、精深加工、冷链食品、农产品检测、物流、配送

于一体,农产品直采基地覆盖15个国家,并配备有200余辆先进冷链车辆的专业运输团队。我们只有构建起全链条体系,才能让预制菜品的食材、味道更有保障。”

六味斋在产品推广、服务上也形成了一整套控制体系。太原六味斋实业有限公司生产工艺部经理武志明说,公司重视全链条监督,预制菜品合格入库后,配发、储存、运输、售卖各环节均按标准可循,并及时收集用户建议,改进不足,提升公司产品与服务质量。

高地显现

8月7日,我省重点产业项目——北方预制菜产业园华远一亩田项目开工建设,着力打造中国预制菜品产业万亿赛道新高地。中国市场经济调查业协会成员单位——艾媒咨询数据显示,2021年中国预制菜品市场规模为3459亿元,同比增长19.8%;预计2026年,市场规模将达到10720亿元。

“我省农牧业资源丰富,是特色农产品大省,具备明显的区位优势和发展优势。”北方预制菜产业园由华远国际陆港集团与大同市政府、北京一亩田网络科技有限公司共同建设运营。华远陆港集团董事长武强表示,产业园将构建完备的物流仓储、国际贸易、保税加工、冷链运输等为一体的现代物流综合运营服务体系。产业园一期总投资1.05亿元,年产值4.62亿元,同时

带动黄花、畜牧等八大特色农业产业发展,总体效益达20亿元以上。北京一亩田新农网络有限公司市场部负责人欧连维介绍,预制菜产业园启动建设后,各方将共同成立北方预制菜产业园区运营公司,组建北方预制菜产业发展及引导基金,助力区域预制菜产业发展及企业落户。产业园还会以肉类为切入点,汇聚国内预制菜品龙头企业生产,布局院士科研站、名厨新品研发中心等综合配套服务,不定期开展高端行业论坛、名家讲堂等。

目前,美特好旗下的优鲜多歌供应链小店园区也在火热建设中,预计2023年年底投产上线。园区总投资5.6亿元,占地面积75亩,是我省重点打造的农产品精深加工十大产业集群项目之一,被定位为从田间直达餐桌的食品研发基地和集自动化、工业化、数字化于一体的网红农产品精深加工工厂,“我们将发展多个垂直细分市场,打造或者创新个性化的消费场景。预计到2027年,实现年销售额500亿元,实现净利润率10%以上。”陈靖宜说。

前景可期

近10年来,我国预制菜品相关企业注册量一直处上升趋势。记者通过“企查查”App搜索查询到,国内已有预制菜品相关企业6.67万家。

北京一亩田新农网络公司是国内专业化的农业、食品数字化服务平台,入驻预制菜商家超万家,山西商家占130余家,销售额在全部省份中排名第23位,最受采购商欢迎的预制菜品是肉类制品。

山西万御记农业科技有限公司是我省一家集种植、生产、加工包装、互联网线上线下销售为一体的企业。该公司在一亩田平台主营麻花等预制菜产品。“今年5月入驻平台以来,我们已经获得6000多个采购商线索,有2300多个客户实现成交,店铺线上销售额超过8万元。”该企业负责人万年所历说。

自今年5月初预制菜品频道上线以来,一亩田平台出台了多项预制菜专区扶持政策,包括一亩田App入驻服务、首页流量支持等多项内容,平台还会为预制菜商家精准推荐采购商,助力高效对接。山西聚宏源肉制品有限公司主理人李军表示,“通过一亩田平台的扶持政策,我们的网店已经与1500多名采购商建立了联系,运行3个月以来,订单金额接近20万元。”该公司负责人王三宝说道。

中国预制菜产业联盟负责人彭南峰对记者说,发展预制菜品产业,可以突破时间、地域限制,实现山西传统美食的生产规模化,让“四海共享晋味”。以大同预制菜产业园项目为起点,联盟有信心与山西各地一起,共同掘金万亿元新赛道,打造山西预制菜产业园区千亿级集群,让“晋味”走出娘子关、走出国门,甚至走向世界。

记者 马向敏 梁丹文/摄

为民创城不停步

绿色军魂 永不褪色

——山西省最美拥军家庭张聪慧家庭记事

到万柏林区退役军人服务中心办事的退役军人,很多人喜欢称呼张聪慧“班长”,这样的称呼,瞬间拉近了彼此的距离。

“一朝为军人,一辈子是军人。是部队培养了我,帮助战友做好从部队到地方的顺利衔接,是我的职责。”身穿军装在部队保卫国家,褪下戎装为地方守土尽责,张聪慧始终用满腔热情和实际行动践行着一个军人之家对党和人民的忠诚。

张聪慧的姥爷曾经参加过解放太原和解放临汾战役。老人一辈子谦逊低调,直到去世后家人才发现尘封在旧箱子中的军功章。他总是教育子孙,要“感恩党,感恩人民军队,珍惜这来之不易的生活,做一个对社会有用的人”。

2007年12月,经过应征入伍严格筛选,张聪慧如愿成为一名武警战士。“接到通知书的那天,我最后一次帮姥爷把家里的水缸打满,把院子打扫得干干净净。姥爷紧紧拉着我的手,半天才说:‘到了部队就踏踏实实干,别惦记家里。’”

带着姥爷的殷殷嘱托,张聪慧在部队里争先创优,先后圆满完成多项急难险重任务,多次被评为优秀士兵、优秀士官,立功受奖。12年的军旅生涯,成为张聪慧人生中最宝贵的财富。“感恩部队培养了我信仰坚定的



政治立场、严谨细致的工作作风、激情干事的精神状态、令行禁止的服从意识、公道正派的良好品行,把我锻造得有灵魂、有本事、有血性、有品德的人。我为自己曾经当过兵而自豪,也希望家人能以我为荣。”

2020年4月,张聪慧转业到万柏林区退役军人服务中心,负责退役军人的就业创业工作。工作中,他始终把为广大现役军人和退役军人办好事、办实事作为自己工作的标准。两年多来,先后为138名退役军人提供政策咨询,为102人提供职业技能培训,通过“定向推荐—精准就业—暖心回访”“三步曲”,为百余名退役军人提供了就业服务。

退役不褪色的张聪慧,始终以实际行动践行着退役军人的社会责任和使命担当。有一次,尚在服役的战友正在执行任务,但家属中风需要就医,战友第一时间联系他请求帮助。张聪慧二话不说,前前后后多次接送跑完了整个疗程。他自费为部队捐赠《中国共产党历史通览》101册,同时联系爱心企业捐赠10余台饮水机,为部队官兵解决日常生活所需。张聪慧的手机里关注着各种和退役军人就业有关的公众号,他一有空就关注公众号的最新动态,一手掌握就业需求,一手了解岗位需求,时刻为退役军人快速定向推荐。

他的妻子笑称:“他呀,对战友的事,就像对自己的事一样上心。”对于妻子的评价,张聪慧解释:“当我看到即将退役的战友对自己的未来职业迷茫时,就希望能尽自己的力量帮帮他们,让他们顺利适应从军队到地方的转变。能为部队出一份力,是我作为一个老兵的光荣。”

记者 张波

「点餐服务」让惠民文化「精准直达」

迎泽学堂探索文化惠民新路径

连日来,走进迎泽区双一社区新时代文明实践站,总能看到辖区居民在聚精会神地挥毫泼墨,迎泽学堂书法系列课程已经在这里开展了三期,专业老师从握笔、写字姿势开始循序渐进地教学,“不断档”连续式教学让大家的学习快速见效。

在劲松社区新时代文明实践站,硬笔书法兴趣课堂吸引了不少居民,孩子们在老师的带领下,一笔一画、一字一句地认真学习、反复琢磨,将“写规范中国字、做正直中国人”的理念牢记心中。

这样的系列活动,在迎泽区多个社区持续开展。迎泽区积极探索文化惠民新路径,该区文旅局以“迎泽学堂”为载体,以“点餐式”文化服务精准对接群众文化需求,高质量开展惠民文化进新时代文明实践站活动,为群众送上丰富多元、贴心对味的“文化大餐”。

开展什么样的文化惠民活动,社区居民说了算。7月底,戏曲“大篷车”走进文庙街道,紧扣居民需求,依托新时代文明实践站提前收集的居民喜爱曲目,把群众想看爱看的演出送到了家门口。

“没想到,这么快我们的愿望就实现了。出门就能看大戏,演出特别精彩,这样的演出太接地气了,为我们的生活增添了很多乐趣,丰富了我们的文化生活。”刚刚看完戏曲“大篷车”的精彩演出,铁匠巷社区11号院居民吴女士高兴地说。

为了让居民群众领略传统手工艺之美,畅享“指尖”文化盛宴,用巧手扮靓幸福生活,迎泽区文旅局开展了“指尖上的文化”教学进社区系列活动。在五龙口三社区,剪纸老师给孩子们介绍剪纸的历史和文化底蕴,详细讲解剪纸的基础知识和技巧。孩子们专注地练习,一幅幅色彩鲜明、风格多样的剪纸作品跃然眼前。

滨河一社区新时代文明实践站依托迎泽学堂开展“大手牵小手,编织出心意”手工编织活动,在老师的细心指导下,小朋友和家长们耐心操作,编织出各式各样精美漂亮的手链,既加深了居民对传统文化艺术的理解,也促进了亲子之间的交流和爱的传递。

在收集居民文化需求的基础上,迎泽学堂还将陆续开展插花、面塑等培训,满足居民多样化的文化艺术需求,让居民享受到更高质量的公共文化服务。

记者 王勇 通讯员 霍辰希



文明单位创建

“小院议事厅” 引领治理新风尚



社区工作人员同居民交谈。

本报讯 8月15日小店区消息,小店区龙城街道先后在小店区天悦社区和易城社区打造红色议事厅和小院议事厅,在前期的试点运营中取得了良好的效果,有效提升了基层治理能力和质量,得到居民的一致认可。

在龙城天悦社区富力尚悦居红色议事厅,突出“说、商、议、解”的议事原则,倡导“长话短说、官话民说、硬话软说、废话不说”的协商理念,搭建起了社区、居民、物业的沟通平台,将党建工作融入群众的生活。居民张大爷说:“以前大家在小区长廊里都是唠家常,现在,有了社区干部的加入,我们也可以参与小区治理了,反映的问题也都有了回应,省去了很多烦琐的步骤,这样下去,我相信,我们的社区一定会越来越好,我们大家的生活也会越来越方便!”

龙城天悦社区党支部书记武美红说:“抓党建促基层治理能力提升专项行动开展以来,我们在充实社区居民需求清单和资源清单上下了不少功夫,做过问卷调查、个别谈话,针对有特殊情况的家庭甚至要求网格员主动上门服务,但是效果都不太好,自从打造了红色议事厅,在小区设立了睦邻小板凳,我们加入到群众当中后,居然收到了意想不到的效果。”

目前,龙城街道正在嘉节社区积极推进“嘉和议事厅”的建设,将试点从城市社区拓展到村改居社区,期待在村改居社区治理和历史遗留问题的解决上找到新的突破口。

(司勇、刘娜文/摄)

进入末伏天 养生很关键

本报讯 8月15日至8月24日,是今年的末伏时段,此时的天气也被称为“秋老虎”。8月15日,山西大一院中医科主任郭洪波提醒,这段时间,天气由热渐冷,是阴阳变化的交替时间,也是养生的关键时间。未伏期间,可吃三肉、食三叶,为秋冬健康打下坚实基础。

吃三肉,包括羊肉、鸡肉、猪蹄。夏季,很多人爱吃冰淇淋、喝冷饮,肠胃受到刺激,再加上长时间吹空调,很容易肩膀酸痛等,此时适当吃羊肉,有助于发散滞留在体内的寒气,疏通筋脉。夏日天气炎热,人们的体力消耗大,津液流失多,人体会损失不少蛋白质,适当吃鸡肉,有助于肌肉代谢与增长,还可以温中益气、补精添髓、活血调经。猪蹄含有较多胶原蛋白和碳水化合物,

并含有钙、磷、镁、铁等维生素A、维生素D以及维生素E等有益成分,三伏天出汗多,体内的维生素等微量元素损耗多,适当吃猪蹄,可以补充人体流失的维生素,提高免疫力。

食三叶,包括薄荷叶、藿香叶、荷叶。薄荷叶味辛、清香升散,具有疏风散热、清头目、利咽喉、解郁功效,此时适当吃点薄荷叶,能消除高温天的火气与胃肠郁闷。藿香叶芳香化浊,具有和中止呕、发表解暑、杀菌祛湿功效。荷叶清香,适当食用可以增加食欲,有清暑利湿、升发清阳、凉血止血等功效。(刘涛)

