

守好安全线 健康过大年

本报讯(记者 魏薇)新春将至,又到了年度聚餐的最高峰,不免有些人会吃坏肚子,甚至引发更严重后果。2月4日,省疾控中心发布健康提示,春节采购年货、聚餐,要把好安全关,注意预防食源性疾病。

食源性疾病是指食品中的致病因素进入人体,引起的中毒或感染性疾病,包括常见的食物中毒、肠道传染病、人畜共患传染病、寄生虫病以及化学性有毒有害物质

所引起的疾病。疾控部门梳理分析了近年来1月至2月我省报告的食源性疾病事件,发现从致病因素看,因沙门氏菌等细菌引起的食源性疾病事件较多;因摄入过量亚硝酸盐等化学物质及未熟透的豆角引发的也不少,这些事件大多发生在家庭用餐中,集体食堂、餐馆等餐饮服务场所也有一定占比。此外,农村宴席中也偶有发生,原因多是食品加工不当、存储不当,误食误用和原料污

染等。

疾控专家提醒,春节前购买食物时,尽量到规模大、信誉好的商超选购,不要购买、食用来历不明的食物、死因不明的畜禽或水产品;网购或点外卖,要选择在有资质的店家;适量购买,不过度囤积,避免购买和食用无生产厂家、无生产日期、无保质期的“三无”食品;外出旅游,购买土特产,要把好购买关。

加工食物前,要洗净双手,接触生鱼、生肉等后更应

洗手,手上有化脓性伤口或呕吐、拉肚子的市民,最好不要加工食品;做到生熟分开,避免混用砧板、菜刀等,防止交叉污染;果蔬要彻底清洗;尽量不剩菜剩饭;加工食物时,一定要烧熟煮透;剩余食物和食材要及时冷藏(冻);放入冰箱时,最好使用有盖的容器,或用保鲜膜覆盖后再存放,冰箱不是“保险箱”,食物要及时取用。

一旦发生食源性疾病,出现不适症状,要及时就

医。同时,保存好剩余食物,方便医生作出判断。如果多人因进食同一种食物或者在同一时间、同一地点就餐后出现食源性疾病,有关部门可能会介入调查,市民需配合调查。



“反诈课堂”提高学生辨别能力

本报讯(记者 韩睿 通讯员 朱丽媛 文/摄)假期里,青少年接触电子产品和网络游戏多,容易陷入电诈陷阱。针对这一情况,2月5日,乾泽园社区联合驻地单位面向辖区小学生,开设“反诈课堂”,增强孩子们的辨别能力。

记者了解到,本次活动,社区专程请来驻地单位山西铸仁社会工作服务中心的专业教师和志愿者,为孩子们讲解。老师们从青少年最热衷的几款网游、手游开始讲起,详细揭秘了骗子如何利用虚拟的场景、设计好“充值套路”“0元购”等相关程序、环节,一步步给孩子们进行“洗脑”和不良诱导,从而实施网络诈骗。随后用真实的诈骗案件举例,引导孩子们观察其中的陷阱,提高独立辨别骗局的能力。

紧接着,老师和志愿者们让孩子们围绕如何防止被骗,大家



畅所欲言,还一起探讨了如何正确看待网络游戏、如何劳逸结合、如何合理规划时间、如何和父母良好沟通等。活动现场,孩子们积极和老师互动,在现场的一些家长也举手提问。不少人

表示,这节课太及时太实用了,希望以后经常举办。



家门口的活动年味足

春节临近,街头巷尾弥漫着浓浓的年味。杏花岭区巨轮街道社区教育学校联合各社区教育分校在辖区开展了丰富多彩的迎新春年俗活动,剪窗花、蒸花馍、舞龙舞狮……为辖区居民营造了欢乐喜庆的过年氛围,让大家能体味一把浓浓的年味道。

“好!好!好!”在富力华庭社区,锣鼓喧天,龙狮齐舞,舞龙舞狮队伍在龙珠的引导下,时而俯身游走,时而凌空腾跃,一连串的高难度动作轮番上演,赢得了居民阵阵喝彩。另一边,书法爱好者们挽袖执笔,挥毫泼墨,新年祝福跃然纸上;剪刀上下翻飞,小朋友们在社区网格员的带领下剪出一幅幅栩栩如生、寓意吉祥的窗花。

“龙年图案的黏土创作活动,不仅弘扬了传统文化,还激发了孩子的创造力,这样的活动十分有意义。”在中车社区,手工老师向辖区少年儿童介绍制作黏土龙的材料和方法,揉圆、压

扁、搓条、粘合,孩子们按照教学步骤耐心地创作属于自己的新年龙,没多一会儿,一个个神态各异、灵动可爱的龙就做好了。

冬季的沁润小游园银装素裹,树枝上挂着喜庆的红灯笼,洋溢着浓浓的节日气氛,上北关社区联合中移在线营销服务中心山西分中心、贝壳公益、招商银行等公益单位在游园驿站集合,向户外工作者、老党员及过往居民送上了春节对联及新年的祝福。“做人做事也要像剪纸一样,把握好尺度,在毫厘之间守住红线,用清廉自律‘剪’好手中的彩纸。”在新建北路社区,志愿者讲解剪纸的起源、发展历程和技巧样式,社区党员“以纸为媒”,在一双双巧手下,修剪出了惟妙惟肖的龙、遒劲有力的“福”、象征廉洁的荷。

花馍是过年时家中必不可少的年货。胜利西街社区活动室,党员及居民们围坐在一起制

作新年花馍,揉、捏、剪、蒸,大家交流技巧、分工合作,很快一个个造型逼真的锦鲤、寿桃、葫芦就新鲜出炉啦。最后,社区工作人员将饱含祝福的花馍送到独居老人和空巢老人家中,给他们带去节日的问候和组织的关怀。

丰富多彩的活动,吸引了很多党员群众参与。该街道相关负责人表示,迎春系列活动进一步弘扬了传统优秀文化,营造起欢乐喜庆、祥和文明的节日氛围,不仅搭建起社区居民之间相互沟通的桥梁,也传递了暖暖的节日祝福,让居民感受到社区大家庭的温暖。街道将持续以联系和服务群众为切入点,积极回应群众期盼,加大关怀力度,确保辖区群众度过一个欢乐、祥和、幸福的春节。

记者 李杰华 通讯员 武璇



举办健康讲座 提升青少年心理素养

本报讯(记者 郭晓华 通讯员 张旭)为切实提升青少年心理健康素养,着力培养青少年积极乐观的良好心态,2月4日,山佑巷社区组织辖区青少年开展青少年心理健康辅导讲座。

讲座中,志愿者老师用通俗易懂的语言,讲解了青少年在学习和人际交往中遇到的常见问题,并结合案例,指导孩子们学会情感交流,增强社会适应能力、培养兴趣爱好。随后,志愿者还通过拉家常的方式与青少年

交流,引导大家积极发言,各抒己见,并从“体验情绪”“认识情绪”“表达情绪”“改善情绪”四方面为孩子们讲解心理健康知识与情绪疏解技巧,让青少年更加直观、科学地了解心理健康知识。社区党委书记表示,活动让辖区青少年充分认识到心理健康的重要性,引导大家学会自我调节不良情绪,逐步让孩子们树立起正确的心理健康观念,以更加积极的心态去面对、解决学习和生活中的遇到的问题。

关爱保护未成年人健康成长

“格格”垫付菜钱 老人专程到社区致谢

本报讯(记者 李涛 通讯员 田杰英)超市内,老人连续输错密码,手机支付功能被锁。网格员遇到,帮忙垫付15元的菜钱。次日,老人专程坐了20分钟公交车,来社区当面道谢。

2月4日,和平南路111号美特好超市内,78岁的杜大爷挑选了几样蔬菜。结账时,忘记手机支付密码,连续尝试多次后,支付功能被锁。由于身上没带现金,老人一时不知所措。后面很快排起长队,有人不知情,催促收银员快一点。前进路南社区网

格员王鐔再正在超市巡查节前安全,上前问明情况,主动扫码垫付了菜钱。拎着菜,老人一个劲儿道谢,并记下网格员的电话。

老人回去后,立即让家人把钱给网格员转了过去。次日一早,网格员刚到社区,见杜大爷已经笑呵呵地等在门口。老人说:“网格员真热心,我非要当面再道一声谢,否则心里过意不去。”

