



聚焦网络订餐 守护“舌尖安全”

本报融媒体记者 刘玉宁

打开手机App, 动动手指, 就可以选购自己喜欢的食物, 然后坐等美食到来。各类手机应用软件催生了消费“宅时代”, 特别是时下正流行的网络订餐服务正以“快捷简单, 物美价廉”的特点受到年轻一族的追捧, “互联网+”为餐饮行业注入了新的活力。哪些人喜欢网络订餐? 哪些是消费者关注的重点? 如何保证消费者的订餐安全? 网络订餐食品安全管理如何规范? 8月20日, 记者对我市外卖市场进行了走访。



一位外卖员正在送餐。 本报融媒体记者 魏文慧 摄

增长。

外卖让生活更便利

“现在网络订餐的主力军是年轻人, 老年人用手机点餐的很少。我一天至少跑三四十单, 多的时候跑五六十单, 大多数都集中在中午和晚上。”一名外卖小哥说, 除了一日三餐外, 鲜花、药品、图书、文具等各类生活用品, 只要消费者在手机上下单, 都可以在最短的时间内送到消费者手中。

外卖业务的延伸, 满足了更多消费者的需求。连日来, 记者采访了多位市民。在参与的市民中, 最喜欢点外卖的人群年龄在20岁—35岁之间, 女性用户占了一半, 而50岁以上的消费者几乎对外卖没兴趣。

市民赵阳平时工作较忙, 由于公司没有食堂, 她几乎每天中午都会通过App点餐。“之前经常点到卫生不合格的饭菜, 因此点餐不敢太过‘任性’, 一般都是挑一些去过实体店商家来订餐, 但目前遇到的餐品质量各方面提高了不少。”赵阳告诉记者, 明显感觉网络订餐行业越来越规范了。

市场监管守护“放心”外卖

记者了解到, 今年以来, 我市市场监管部门对网络订餐服务行业重点进行监管, 全面落实网络餐饮服务第三方平台和网络餐饮服务提供者主体责任, 加强审查登记管理, 定期对平台上存量的餐饮服务提供者

开展自查, 及时下线无证或存在严重食品安全风险隐患的店铺, 严格审核入网餐饮服务提供者上传的食品经营许可证及相关经营信息, 确保公示信息完整、真实并及时更新。

网络餐饮服务第三方平台对配送人员进行食品安全培训和考核, 督促配送人员保持配送容器清洁。同时, 倡导实行外卖餐食封签, 确保食品配送过程不受污染, 鼓励使用环保可降解的食品容器、餐具和包装材料。对分支机构、代理商、合作商等进行加强管理, 督促他们主动向监管部门备案, 严格执行食品经营许可证审查等各项食品安全管理制度, 主动向市场监管部门报送平台入网餐饮服务提供者数据和相关信息, 自觉接受市场监管部门依法依规范监管。加大对网络餐饮服务单位督导检查力度, 强化对网络餐饮服务单位不定期抽查, 保障外卖餐饮服务食品安全。

我市市场监管部门还加强从业人员培训工作, 督促餐饮服务提供者、网络餐饮服务第三方平台、连锁餐饮企业总部配齐食品安全管理机构, 积极参加“豫食考核App”等线上培训, 常态化组织线上线下学习考核, 加强对餐饮服务食品安全人员、餐饮从业人员、外卖配送人员的食品安全常识培训, 切实做到知法、学法、懂法、守法, 确保餐饮服务全过程符合操作规范。

我市供暖主管网开始充水试压

本报讯(记者 鲁超) 8月21日上午, 记者在恒大都小居热力交换站看到, 河南省恒源热力股份有限公司的维修人员开启阀门, 开始对小区内热力管网进行充水试压。当日, 该小区的12个热管所在对43个小区的热力管道进行充水试压。

据悉, 自8月16日起, 该公司开始对第一批注水小区进行充水前检查, 当日起全市范围供暖小区内的管道充水试压工作陆续进行。

“今年我公司比往年提前一个多月按批次对小区管网逐步进行注水试压, 目的就是检测管网承压情况, 力争在供暖之前将所有问题彻底解决。”河南省恒源热力股份有限公司运行部负责人孙振磊告诉记者, 我市供暖主管网充水试压自小区张贴注水试压通知后开始, 并陆续对小区内的庭院管网进行充水试压和冷循环, 预计热力主管网及大部分小区的充水试压将在9月7日结束。孙振磊说: “个别存在特殊情况的小区, 充水试压时间可能会晚一些, 具体充水时间请参照各小区门口张贴的充水试压通知。”

孙振磊说, 热力站内的机器设备, 必须定期进行保养, 这样才能最大限度地增加效率, 提高热能。其实从上个供暖季结束后, 热力站针对站内设备的维修、养护工作一直在进行中, 比如对换热机组进行升级, 对站内阀门进行注油保养, 对水泵、配电箱进行除尘养护等。

每年在正式开启供暖模式前, 都有一项重要的准备工作, 那就是“充水试压”。孙振磊介绍, 充水试压是指热力站使用常温水对管网进行加压, 通过供热管道流通至居民家中的暖气片或散热器。试压期间, 热用户在家中就能听到暖气片或暖气管道内有流水的声音, 其目的是检测居民家以及小区庭院管网是否有跑冒滴漏现象。

每个小区的充水试压时间各不相同, 试压前, 热力公司会提前在小区大门口、单元门口, 张贴充水试压通知, 告知热用户。看到通知后, 热用户首先应检查室内的采暖阀门状况是否良好, 阀门的关闭状态是否已经调试完成, 检查室内暖气片是否存在漏点。

“小区内开始充水试压后, 用户可以用手摸一摸家中暖气分水阀、排气阀以及管道连接处, 看是否有潮湿的现象。如果发现供热设备任何一处有漏水现象, 一定要及时处理。针对使用地暖的热用户, 由于地暖管道在地板之下, 发生漏水比较隐蔽, 更需仔细观察。”孙振磊说, 一旦发现暖气片、暖气阀门、暖气管道接口处等有漏水现象时, 要立即联系专业人员进行维修, 早发现、早处理, 切忌自行更改管道线路。

我们的节日 七夕

“七夕良缘会”浪漫开启

本报讯(记者 白鹏) 为弘扬中华民族传统文化, 8月20日, “七夕良缘会”大型公益文化活动在睢阳区古宋街道办事处宋小庙老街举行。该活动由商丘市文化广电和旅游局、商丘市文化馆、睢阳区文化旅游局、古宋街道办事处联合举办。

在宋小庙老街, 鱼灯、面塑、剪纸等非遗展示吸引了众多市民驻足欣赏。主办单位还为报名参加活动的适龄单身男女青年准备了汉服、道具和游戏节目。活动现场, 沉浸式演出、汉服游园、鹊桥相会相继上演。

参与本次活动的男女青年纷纷表示, 此次活动打破了自己固有的生活圈, 为自己的生活增添了色彩, 也给自己“脱单”带来了更多的可能。



8月20日, 商丘城市森林公园项目正在建设中。该项目位于日月湖北侧, 总投资约2.8亿元, 占地460余亩, 是一座集休闲、科普教育、文化健身、生态保护等功能于一体的综合性公园。

本报融媒体记者 崔坤 摄

本周末或有降雨

本报讯(记者 祁博) 本周从一场淋漓的降水开始, 或将以另一场降雨结束。时至初秋, 天气虽然高温高湿, 但也遵循着“一场秋雨一场凉”的自然定义, 昼夜温差开始加大。预计, 本周末我市将有一次明显降水天气过程, 本周最高温度35℃左右, 最低温度22℃—23℃。

具体预报如下: 星期二, 晴间多云, 西北风转东北风2级左右, 22℃/34℃; 星期三, 晴间多云, 东北风2—3级, 22℃/35℃; 星期四, 多云间晴天, 偏北风2—3级, 23℃/33℃; 星期五, 多云间晴天, 东北风转偏东风2—3级, 22℃/33℃; 星期六, 多云到阴天, 偏东风3级左右, 23℃/33℃; 星期日, 阴天, 有中雨, 东部中到大雨, 局部暴雨, 偏东风3级左右, 22℃/28℃。

本周三, 我们将迎来入秋后的第二个节气“处暑”。处暑, 意即“出暑”, 此节气的到来预示着酷热难熬的天气到了尾声, 高温将逐渐退场。

市气象局关于生产生活的建议: 需关注周日降水天气对生产生活及出行的不利影响。做好秋田管理。前期施肥少或有脱肥现象的地块要及时补充速效肥, 同时做好以夏玉米南方锈病为主的各种病虫害防治工作。

漫长的假期接近尾声, 这个暑假, 不少孩子每天睡到中午才起床, 晚上熬到凌晨还不睡觉, 孩子们聚到一块儿就玩手机游戏, 快开学时狂补作业……

孩子以这样的状态进入新学期, 自然会影响到学习。比如上课爱迟到, 课堂上无精打采、呵欠连天、昏昏欲睡; 听讲时注意力不集中, 还不时回味假期的趣事, 课堂效果十分糟糕; 因为遗忘了不少知识, 听新课困难重重……专家把孩子的这种表现称作“假期综合症”, 说白了就是孩子习惯了假期的懒散状态, 等到开学就无法适应学习的节奏。

快开学了, 如何积极应对, 帮助孩子适应新学期的学习和生活, 提前“收心”是关键。记者采访了商丘市一中教师赵丽娜, 她给家长送上一套“收心大法”, 家长不妨试试。

用一个仪式结束假期

孩子沉浸在美好的假期中, 一想到开学就发愁怎么办?

赵丽娜建议, 终止假期也需要仪式。在假期结束前, 家长可以和孩子一起回忆美好的假期生活, 然后给假期作一个书面总结, 比如写一篇日志, 当日志画上句号的时候, 就代表假期结束了。接下来要考虑的就是学习上的事情, 想一下作业哪些还没有

孩子要开学 “收心”有妙招

本报融媒体记者 宋云晨

完成, 开学后该加强哪几门学科的学习, 最好列出一份详尽的学习计划, 提醒自己新学期就要开始了。

帮孩子调整作息, 收回玩心

假期里孩子们的自主时间比较多, 上网、看电视、熬夜导致晚睡晚起, 如何让孩子们迅速恢复合理的学习作息习惯?

在开学前一个星期, 就要让孩子执行上学期间的作息制度。这样长时间处于放假状态的孩子来说至关重要。如果缺少了一个循序渐进的过程, 那么开学之初, 孩子的精神很容易不集中, 甚至会出现困倦、散漫等现象。

针对早上起床难, 家长可以采用让孩子前一天晚上早点休息的办法, 第二天早一点起床, 听听音乐, 以便提神醒脑。

此外, 不仅睡眠时间需要注

意, 孩子一天的活动时间也要尽量向在校的上课的时间安排靠拢。比如上午8时至11时正是上课时间, 不要让孩子过分沉迷游戏玩乐, 最好静下心来读书、看报, 时间一长, 孩子的“玩心”自然就收回来了。

让孩子动手准备学具

许多孩子开学前的准备工作往往都是家长代劳, 如何通过做开学准备工作来激发孩子的学习意识?

赵丽娜说, 要让孩子学着自己动手, 更重要的是培养他们自立自理的能力和习惯。包书皮其实是一件蛮有意思的事, 把家里的旧挂历裁好, 看着一张张花花绿绿的挂历纸按照自己的想法变成一张张精美的书皮, 然后再工整地写上自己的班级和姓名, 在孩子眼中是很有成就感的事情。

引导孩子循序渐进, 温故知新

开学初期, 学生表现出的厌学心理最明显: 心慌意乱、浑身疲劳、注意力不集中、失眠等, 这些问题如何解决?

赵丽娜建议, 最好办法就是让学生逐渐进入学习状态, 家长别给他们太大压力。开学前, 要让孩子的心沉静下来, 多看看书, 复习上学期的知识。比如基本概念、基础字词、典型例题、名篇佳句等要记牢。新学期开始了, 端正学习态度尤为重要, 家长要鼓励孩子在学习迎难而上, 忘记以前不愉快的学习经历。

此外, 赵丽娜还提醒家长, 眼下可以开始着手和孩子一起制订新学期学习计划, 树立学习目标, 增强孩子的学习动力, 让下学期的学习有一个良好的开端。

例如下学期要提高哪几门课的成绩? 在学校超越的目标是什么? 新学期是不是要学一门新特长等等。计划的内容应让孩子经过努力可以达到的, 期望值不宜太高, 以免孩子还没执行就自动放弃。家长还要告诉孩子, 计划了就要落实, 不能让计划形同虚设, 成为一纸空文。

建议孩子把学习目标写下来, 辅助一句励志的话, 张贴在居室比较醒目的地方, 便于激励自己。



当心饮水过量造成水中毒

本报融媒体记者 鲁超

夏秋之交, 天气干燥闷热, 一些人往往会狂饮水来消除饥渴感。8月21日, 商丘市中心医院中西医结合科主任、脾胃肝胆科主任医师王友杰提醒, 多喝水虽然有益, 但也要适量, 否则可能因过量饮水而出现水中毒。

“水中毒主要是一次或很短的时间内饮用太多水, 即人体所摄入水总量大大超过排出水量。过多的水分没办法通过尿液排出, 留在体内导致血液里的钠离子浓度降低, 出现了稀释性低钠血症, 也就是水中毒。”王友杰说, 如果不及时救治, 有可能发展为癫痫、谵妄和昏迷, 甚至死亡。

王友杰提醒, 是否出现水中毒可以从多方面进行判断: 尿液无色。尿液一般呈现淡黄色, 当尿液呈现无色透明时, 要注意是不是水喝得太多了。如果喝了10杯以上的水, 并且尿液清澈, 一定要注意。此外, 一般人每天每天小便6—8次左右。每天排尿10次以上的话, 很有可能会导致电解质失衡。

头痛。大多数人在饮用大量的水之后, 出现头痛, 便以为是身体出现了问题, 实际上, 头痛也可能是脱水的征兆。如果头痛欲裂, 并且喝了很多水, 这可能意味着脱水了。

四肢肿胀。大量的水会导致体内的细胞膨胀, 不仅会看到手脚肿胀, 还会看到它们由于循环障碍而变成不同的颜色。

肌肉无力。当体内电解质失衡时, 会导致抽筋和肌肉痉挛等情况。严重时, 有人还会出现恶心和呕吐、瞳孔散大, 可以看出心动过缓或心率减慢。另一方面, 当身体因大量饮水超负荷时, 肾脏必须排出多余的水分, 肾脏的工作量超出其应有的水平, 都会导致我们感到疲劳。

“除正常三餐饮食外, 成年男性需补充水量约1.7L/天, 成年女性约1.5L/天。在高温或强体力劳动的情况下, 除了相应提高补水量外, 还应补充盐分。”王友杰说。

对于如何预防水中毒, 王友杰也给出了建议。他说, 口渴时不能一次大量喝水, 要多次少喝, 有利于人体吸收, 每次吸收、每次喝100毫升至150毫升, 间隔半小时。夏季及初秋气温高, 人的体温也高, 喝大量冷饮容易引起消化系统疾病, 最好不要喝5℃以下的冰凉饮料。如果患有糖尿病、心脏病、肾病等, 不能一味地参照“标准饮水量”。喝水量最好遵医嘱, 以免加重心脏或肾脏负担。

如果感觉出现了水中毒的症状, 可以适当饮用一些淡盐水, 补充人体排出大量汗液带走的无机盐。在500毫升饮用水中加入1克盐, 不仅可以补充身体的需要, 还可以防止电解质紊乱。