

继区域集贸市场实现“统配秤”全覆盖之后

两家餐饮企业率先试点推出“自助公平秤”

本报讯(记者 孙洁静)继区域集贸市场实现“统配秤”全覆盖之后,本区计量工作又有延伸。近期,区市场监管局会同上海市计量协会、上海市餐饮企业在区内小南国、大饭店两家知名连锁餐饮企业内试点推广“自助式公平秤”,供市民称重监督。

2013年3月,沪上某知名餐饮公司利用电子秤作弊被市场监管部门查处后,餐饮企业的海鲜河鲜计量问题引发市民关注。两年

来,在区市场监管局大力度执法监管“高压”下,区内餐饮企业河鲜海鲜短斤缺两问题减少明显。但受利益驱动改装电子秤作弊、虚报河鲜海鲜重量、海鲜档外包疏于管理导致计价秤作弊等行为仍存在于部分餐饮企业中。“餐饮企业能主动设置公平秤,既是对消费者利益的保障,对企业自身也是一种监督和约束。”区市场监管局相关负责人对记者说。

记者了解到,此次在小南国、大饭店试点推广的“自助公平秤”与集贸市场中设置的公平秤类似,具有操作简便、防水和不可移动等特点。“消费者在餐饮企业购买海鲜时,如对重量有疑问,可以直接将海鲜产品放在公平秤上称重,核对海鲜产品是否缺斤短两。”区市场监管局相关负责人向记者介绍。

为避免餐饮企业私自改装电子秤,“自

助公平秤”设置有一次性铅封,如果想要在电子秤上动手脚,必须打开铅封才能进行改动。“一旦我们发现电子秤的铅封被打开了,就会进行追查,以确保公平秤的计量准确。”

据悉,2016年,区市场监管局还将在区内其他知名餐饮企业内进一步推进该项民生工程。在切实保障消费者合法权益的同时,还将借助市民的监督力量,共同解决餐饮企业河鲜海鲜短斤缺两的问题。

他们用歌声「致青春」

——记欧阳知青合唱团

■本报记者 张雯理

“在祖国需要的时候,献出青春好年华,风风雨雨中,上山下乡,四海为家。啊,一代知青,青春永远属于它!”——知青原创歌曲《青春永远属于它》。

在欧阳路街道有一支“特别”的社区文化团队——欧阳知青合唱团。2年多来,近80名曾经的“知青”聚在一起,用歌声回忆当年的经历,感受现在的美好生活。团队发起人李向荣说:“当年做知青时的那段经历很辛苦,但也正是这段经历,让我们拥有了共同的语言,如今还能聚集在一起,通过积极向上的社区文化活动,共同提高生活质量。”

“老知青”相聚欧阳合唱队伍有“家味”

今年64岁的朱大方告诉记者,“我在吉林延边做了近30年的插队知青,1996年才回到上海。”2年前,他在社区文化中心看到一张公告:社区知青合唱团招收新成员。“当时我的第一感觉就是找到组织了。虽然不怎么会唱歌,但还是毫不犹豫地报名了。”

进了合唱团后,朱大方发现团员们大家都是原下乡知青,有的去过黑龙江,有的去过江西、有的去过安徽……“走进这个大家园后,大家感到蛮开心的。互相有共同的情感、共同的情结,在一起活动就感到生活很充实。”朱大方说道。

和朱大方一样,不少团员都把这里当成了“家”。团员沈宗娴的家如今已搬至普陀区,但每周还是坚持坐1个多小时的公交车赶来参加活动,有时候她到早了,还会主动将近80张椅子一一摆放好,方便大家排练;男高音声部的团员王立宝有一定唱歌功底,他热心帮助其他团员练习发声,这些年来没有请过一次假;团员章惠俐和赵和也发挥一技之长,承包了摄像和文字的工作,将排练和演出的视频资料有序整理,方便大家反复观摩。

排练不怕苦和累 交出可喜成绩单

据了解,欧阳知青合唱团员的平均年龄为62岁。李向荣说:“知青的经历虽然辛苦,但也锻炼了大家的意志,培养了吃苦耐劳的精神。”合唱队每次排练都要3至4个小时,但没人怕苦叫累,遇到比较难唱的歌曲,大家也是一字一句地“啃”了下来。”

付出总有回报。2年多来,知青合唱团不仅丰富了欧阳社区的文化生活,还在市级、区级比赛中获得了不少成绩。他们参加过纪念毛泽东诞辰120周年诗歌演唱会、纪念中国人民抗日战争暨世界反法西斯战争胜利70周年文艺演出、市民文化节合唱大赛、市重阳歌会等重要活动。这些年过花甲的“老知青”们,用歌声交出了一份份可喜的成绩单。

李向荣表示:“通过唱歌,大家的精神好了。通过交流,大家开心快乐了,晚年生活更加丰富多彩了。这便是欧阳知青合唱团成立的意义。”

案件写真

■通讯员 曹莹

临近年末,上班族们争取为一年工作画上完美句号,盗贼们也更加“勤快”。近日,不少人就遇上了小偷小盗的糟心事,虹口区人民检察院检察官通过列举各类案例,提醒市民,岁末年初,各类案件频发,市民须提高自身警惕,妥善保管财物,避免经济损失。

案例一:毛贼撞开房门入室盗窃

日前,李璐下班回家,却发现家门半开半掩。门上挂锁的搭扣已被撬断,家中被人翻得面目全非。家中500元现金、一部尼康相机、一只苹果充电器被偷。李璐立即向警方报警。经过现场勘察,警方在李璐家中的手机盒上提取到了一枚指印,随后将犯罪嫌疑人陈某抓捕归案。

到案后陈某交代,案发当天下午,他路过瑞虹路,看到一幢三层高的老房子便起了贼心,那日是工作日,老房子里静悄悄,没有人走动。当他走到三楼时,看见一户人家的门仅用挂锁锁着搭扣,且挂锁陈旧。陈某便大着胆子猛力撞门,撞断搭扣后,顺利进入室内实施盗窃。

检察官在审查案件时发现,陈某虽然年纪不大,但他已偷盗多次。今年10月30日,区人民法院以盗窃罪对他提起公诉。

检察官提醒:市民出门工作、家中又无人时,要将门窗锁好,减少窃贼下手的机会。同时,要定期检查家中的防盗设施,对老旧设施进行更换。另外,小区安保也要加强巡查力度,保障住户财产安全。

澄衷初级中学探索学生职业启蒙与规划教育新路

中学生乐当“学徒” 职业体验过把瘾



图为学生分别体验交警、烘焙师、空乘岗位。

王继明 摄

本报讯(记者 嵇丽娜)“刮刀与顶面平行,慢慢转动托盘,把奶油抹平……”日前,地处北外滩的澄衷初级中学,面向全市开展了教学展示活动,有趣的是,上课的不是老师,而是来自面包房的专业烘焙师。活动中,学生们还可以根据自己的爱好和特长,在警察、空乘、花艺师、银行职员等20多个职业中,挑选自己喜欢的岗位,跟随从业者当一天的学徒。

记者了解到,一堂展示课能请来如此多的专业师傅,得益于该校多年来坚持开展的职业启蒙与职业规划教育:帮助学生了解自己的个性“长板”,为今后选择相匹配的职业打下基础。“实践中,我们发现大部分学生会凭兴趣来选择职业,体验职业的过程,就是想帮助孩子们知道明天的我想做什么,今天的我又该做什么。”校长石

云艳说道。

为什么初中生要急着选职业?石云艳介绍说,学校开展职业规划教育其实还有着更现实的考虑。近年来,学校生源发生明显变化,60%-80%的学生为外来务工人员子女,他们在完成初中学习后,大多会回乡继续学习或进入职校,因此,职业规划教育在这所学校也就尤为必要。

那究竟什么是职业启蒙与职业规划教育?职业体验,就是它的全部么?专家介绍,职业启蒙与职业规划教育的目标,是帮助学生了解和掌握未来工作、学习、生活所需要的知识和技能,引导学生进行有效地职业生涯规划,以主动积极的态度适应日益变化的社会发展,培养学生正确的劳动观、职业观和人生观。

2011年起,上海市学生德育发展中心

成立中小学职业启蒙与职业规划教育研究所,联合基层学校共同致力于《上海市中小学职业启蒙与职业规划教育》项目的实施。澄衷初中学位列其中。4年来,学校结合办学资源和学生实际,开展了一些有益的探索 and 尝试。如:开发校本教材,建立社会实践基地、开展校外课堂等,“目前,糕潮面包坊已经成为我校的社会实践基地,学校定期组织对专业有兴趣的学生到面包房做学徒,申报了上海市中小学生学习社会实践优秀项目,通过警校职业体验项目的学习,学生可以近距离接触和体验交警、民警、特警等不同警种,在了解警察职业的同时,也学会必备的安全防范和逃生技能。”

此外,学校与公安虹口分局公民警校合作,申报了上海市中小学生学习社会实践优秀项目,通过警校职业体验项目的学习,学生可以近距离接触和体验交警、民警、特警等不同警种,在了解警察职业的同时,也学会必备的安全防范和逃生技能。

利用密码打开储物柜,偷走了王阿姨放在其中的背包。这一幕被医院的监控摄像头捕捉,并引起了保安的注意。7月15日,当沈某再次来到该医院寻找作案机会时,保安立即将他抓住。近日区人民法院以盗窃罪对沈某提起公诉,经过法庭审理,沈某最终被判处有期徒刑六个月,罚金一千元。

检察官提醒:在公共场所,若要寄存身边物品,应留意周边有无人盯梢,市民仍应将贵重物品随身携带。相关单位也应提高警惕,加强储物柜周围的安保力量,增强技防设施,保证寄存人财物安全。

案例四:小偷夫妻骑车尾随盗窃

8月3日,一名女子在上海火车站报案,称自己的手机被偷。接到报案后,警方立即进行调查,并在次日凌晨,小偷在联系销赃时将他们抓获。这两名小偷还是一对夫妻。

小偷夫妻落网后,对自己的罪行供认不讳。案发当天,夫妻二人骑着摩托车,在火车站附近寻找“猎物”。不一会儿,一名女子背着单肩包出现在他们的视野范围内。夫妻俩骑着摩托车悄悄地尾随这名女子。在确认女子没有发现后,丈夫负责望风,妻子迅速下车,压低身子拉开她的背包,快速从中偷走一部手机。得手后,妻子跃上丈夫的摩托,两人扬长而去。

检察官提醒:不法分子骑摩托尾随盗窃,被害人虽很快意识到自己财物被盗,但对扬长而去的不法分子也只能“望洋兴叹”。因此,大家在行走时要注意观察周边人群与环境,将背包置于身前视线范围之内,减少不法分子作案空间。

(文中人物系化名)

打造崇廉尚实风清气正政治生态

落实党风廉政建设主体责任专项检查动员会举行

本报讯(记者 曲姗姗)为进一步贯彻全面从严治党要求,确保主体责任落到实处,目前,区领导将分别带队对本区16家单位开展2015年落实党风廉政建设主体责任和基层党建工作责任制专项检查。12月14日,本区召开专项检查动员会,对专项检查工作进行动员和部署。

区委副书记杜炯,区委常委、组织部长石宝珍出席会议并讲话。区委常委、纪委书记陈良主持会议。

杜炯强调,要切实担负起全面从严治党主体责任,充分发挥专项检查挺纪立规作用,打造崇廉尚实、风清气正政治生态。希望通过这次专项检查,促使广大党员干部进一步强化管党治党意识,牢固树立纪律和规矩意识,以严和实的精神扎实推进党建工作,真正管到到位上、严到实处,确保在任何情况下都稳得住心神,管得住行为、守得住清白,为虹口发展作出更大的贡献。

石宝珍要求,要强化责任意识、任务意识、问题意识,确保党建工作常抓不懈,取得实效。

陈良指出,要突出重点,聚焦党风廉政建设主体责任的推进落实情况;坚持问题导向,增强专项检查的实效性。

区领导调研区红十字会工作

本报讯(通讯员 张琦)12月10日,副区长、区红十字会会长李国华到区红十字会调研指导工作。

李国华视察了区红十字会办公场所,并与少儿基金接待窗口的工作人员亲切交谈。在随后的座谈会上,李国华听取了区红十字会关于下半年工作总结和明年工作设想的汇报,并详细询问了少儿基金、造血干细胞捐献、红十字服务站功能与配置标准等问题,他希望区红十字会工作人员继续团结一致、务实进取,进一步改进救灾减灾工作、拓展“千万人帮万家”渠道、同时做好救护培训,完善社区红十字服务站功能。

政府网站“大考”评估结果发布

“上海虹口”政府门户网站绩效评估全市第三

本报讯(通讯员 岳飞星 薛凌怡)12月9日,由工信部委托中国软件评测中心主办的“第十四届(2015)中国政府网站绩效评估结果发布暨创新发展论坛”在北京举行。会议对2015年全国范围内的政府网站评估工作情况和评估结果进行了通报。“上海虹口”政府门户网站在绩效评估中位列全国第37名,在上海市区县政府网站中位列第三。

今年,区科委会同政府办抓整改、促落实,梳理更新各类信息3135条,提高12个部门网站的运维保障水平,有效解决了一些群众反映强烈的“不及时、不准确、不回应、不实用”等问题。同时,尝试探索优化门户网站可见性的新做法,增加社会化媒体分享工具,增强门户网站在搜索引擎和社交媒体中的影响力。

“上海虹口”政府门户网站网上政务大厅目前公开发布本区行政审批权力清单,实现办事指南八要素齐全。今后,网站将在推动政府职能转变,实现治理能力现代化的过程中发挥更加积极的平台作用。

广中召开2015年第二次社区代表大会

本报讯(记者 张雯理)12月15日,广中路街道2015年第二次社区代表会议在社区文化活动中心举行。

会上,街道有关负责人作工作报告,回顾了2015年街道工作完成情况,明确了2016年实事项目、各项工作要点。

街道表示,要牢固树立“创新、协调、绿色、开放、共享”的发展理念,进一步贯彻落实“创新社会治理,加强基层建设”的要求,以开放的心态谋划社区发展,以人为本,以绿色的理念打造宜居社区;党建引领,以共享的姿态创新社会治理。

四川省德阳市党政代表团来虹口考察

(上接►1版)德阳市是四川省北部的重要城市,地理位置优越,虽然与虹口相隔千里,但两地未来合作潜力巨大。希望双方今后能在经济文化、社会事业、产业发展等方面寻求更多合作空间。在新一轮改革发展中紧密携手,加强合作交流,互相学习借鉴、坚持优势互补,实现共同进步。

蒲波高度评价了虹口经济社会发展取得的新成绩,他表示,虹口与德阳是友好城区,渊源深厚。近年来,德阳市委、市政府提出建设成都国际化大都市北部新城的发展定位,以“五个协同”为实施路径,加快成德同城化建设步伐,虹口在规划建设、产业发展布局、创新创业政策、人才培养引进等方面都有很多宝贵经验值得德阳学习借鉴,希望今后双方能进一步深化交流,加强合作,谋求更大发展。

此前,蒲波一行考察了北外滩国际航运服务中心、1933老场坊、上海音乐谷、半岛湾创意园区等地,实地了解虹口航运金融、创新创业等产业发展情况。

保护心脑血管,珍惜这些食物

坚持健康生活方式,可以有效预防中风。其中,一些食物对于保护心脑血管贡献着实不小、当然,需要坚持“均衡、适量”原则。

- 燕麦:燕麦含蛋白质15%、脂肪9%,且富含亚油酸和可溶性纤维,常食可降低胆固醇,可使血糖降低。
- 玉米:玉米脂肪中亚油酸含量高达60%以上,还有卵磷脂和维生素E等,有助于血管舒张,维持心脏的正常功能。
- 荞麦:荞麦中含有芦丁及黄酮类物质。芦丁具有降血脂、降血压的作用,黄酮类物质可以加强和调节心肌功能,增加冠脉的血流量,防止心律失常等。
- 大豆和花生:大豆及其制品含有皂苷和纤维素,具有减少体内胆固醇的作用。花生含有多种氨基酸和不饱和脂肪酸,经常食用可防止冠脉硬化。
- 洋葱:洋葱含有刺激溶纤维蛋白活性成分,能够扩张血管,降低外周血管和心脏冠状动脉的阻力,对抗体内儿茶酚胺等升压物质以及促进钠盐排泄等作用。
- 生姜:生姜中含有姜油,姜油中的有效成分是树脂和胆酸酯化合物,能够阻止胆固醇的吸收,并增加胆固醇的排泄。生姜中的姜醇、姜烯、姜油酚、姜酚等,可促进血脂循环。
- 大蒜:大蒜中含有大蒜精油,精油中含有硫化化合物的混合物,有明显的降脂作用,大蒜还具有解毒及预防癌症的功能。
- 甘薯:甘薯含有丰富的糖类、维生素C和胡萝卜素,可以提供大量的粘多糖和胶原蛋白。经常吃甘薯能够防止脂肪沉着、动脉硬化等。



虹口区疾病预防控制中心专刊(33)
电话总机:65858999 网址:www.hkcdc.sh.cn
地址:长阳路197号 邮编:200082