

征稿启事

为加大本地读者评论力度,形成关注烟台的良好氛围,本报诚邀烟台市民针对烟台新闻及各种社会现象,在话题版发出自己的声音。如果您对烟台身边事觉得不吐不快,对自己的经历见闻有话要说,或者对烟台城市发展有自己的建议,《我有话说》栏目欢迎您参与;如果您读本报新闻后想谈谈看法,《一家之言》栏目也等着您。

稿件字数以500-1000字为宜,择优刊发,稿费从优。来稿注明姓名、地址、邮编。投稿邮箱:yantaihuati@163.com

安全教育除了理论也需实训演练

避免伤亡,最好的方法就是要懂得保护自己,如何保护自己?首先得懂得安全知识,其次是要具有自我保护的能力。需要消防等部门有计划地经常性组织市民进行“逃生演练”,使得市民能够掌握基本的逃生技能。

提到逃生演练,我们常常提起的是邻国日本,这个地震频发的岛国,地极狭人稠密,时常遭遇强震,但很少造成人员伤亡。究其原因,除了跟建筑抗震能力强有关外,更得益于常抓不懈的逃生演练。受灾群众就能够在危

急关头,临危不惧,有条不紊逃生。反观我们,对于安全教育存在缺失,市民也不太拿着当回事,比如有些学校组织的消防演习简直成了应付上级检查的“演戏”。

咱们烟台有不少老居民楼,像芝罘的奇山、幸福、所城里等片区,有些楼道里堆满了柴火、纸屑等易燃物品,而且住户多以老人为主。一旦发生火灾,后果不堪设想。一些新居民楼虽然表面上看上去洋气美观,但细究起来,消防设施也不完善,同样存

在着不小的安全隐患。平时缺乏消防演练的人们一旦面临火灾,危急时刻很容易六神无主,缺乏逃生常识,只能把生的希望交给了消防队员和时间的赛跑,万一消防队员来得晚一些,将造成严重的后果。

齐鲁晚报·今日烟台联合烟台市公安局消防支队搞的这次逃生大体验可以说非常及时很有价值。正如前来参加演习的志愿者苏晓所说,“以前的工作都是停留在理论上,真正落实安全,还得让每个工人都学会消防器

材,并学会自救。”他还决定把消防演练引入工厂内,让更多的职工多掌握些逃生技能。

有些人对安全常识一无所知,即便懂一些也停留在课本上,只有亲身经历消防演练之后,才能真正懂得如何将课本学到的理论落到实处。希望由消防部门牵头,联合街道办事处多搞此类消防演习活动。

当然,火灾也敲响了警钟,对于市区一些老旧小区,需要地毯式检查,将火灾隐患及时消灭,还老百姓安全的生活工作环境。

头条评论

毛旭松

平日里大家经常会从电视报纸上看到些火灾报道,都说水火无情,家破人亡的惨剧令人扼腕叹息。2月9日,芝罘区环海路一居民楼着火,13名居民被困屋中,幸好消防人员搭建起生命通道,最终将居民全部安全救出。

名嘴说事

我问自己一个问题:如果我是中学语文教师,我会怎么教学生?我最不会做的事情,就是让学生分析某一篇范文的所谓中心思想或段落大意。据我所知,我的文章常被用作这样的范文,让学生们受够了折磨。有一回,一个中学生拿了这样一份卷子来考我,是我写的《面对苦难》。对于所列的许多测试题,我真不知该如何解答,只好蒙,她对标准答案批改,结果几乎不及格。由此可见,这种有所谓标准答案的测试方式是多么荒谬。

——周国平(作家)

2014年中国三大风险:房价下跌的风险、企业债务崩盘的风险、流动性紧张引发的中小企业倒闭潮。因此,对房地产,政策不应再强调调控,而是应时刻关注下跌引发的系统风险;企业债,特别是一些中央企业的债务,比如钢铁行业,今年爆发的概率极大,对于困难国企,应该赶快卖,否则送都没人敢要。

——马光远(经济学家)

我有话说

老百姓需要更多的便民措施

赵传勇(福山区)

近日“烟台新奥燃气推广居民自助抄表”一事,引起了市民的关注,同时这一便民措施得到了绝大多数用户的支持。从中不难看出:只要是能方便老百姓的措施都是受欢迎的,只要是能让老百姓从中得到实惠的做法都是值得推广的,而且现实生活中也需要更多这样人性化的便民措施。

生活中人们经常抱怨“办事难,办事不方便”,通常一件不起眼的小事,办起来颇费周章,耗时费力不说,有时还平白无故惹一肚子气,使人上火,让人无奈。想想也难怪:本是为民办事却成了办事为难,本是服务于民却成了一纸空文。“这是公司规定”、“要按章

程办事”成了千篇一律的依据,这样的口头禅也说明了时下一些规定的不合理,导致“办事效率低下,办事手续繁琐”。近年来国家也已大刀阔斧地进行了一系列改革,力求改变这一现状,确实也卓有成效。

生活中老百姓办事存在许多不合理的现象,这说明有些为老百姓服务的章程还有改进的必要,有些服务方式还有提升的空间。把这些不合理的地方改良了,让老百姓觉得方便了,才是老百姓所需要的。新奥燃气显然认识到了这一点,也用心做到了:让居民自助抄表,可以不打扰居民的休息,通过网络、电话、短信方式申报,迎合了时下的时尚元素,银行交费,支付宝支付也给了人们选择的余地。对孤寡

老人上门抄表更体现了人性化的服务,对这样的便民措施人们有何理由说不呢?

与人方便就是与己方便,“自助抄表”这一新方法不但极大程度地方便了居民,也使新奥燃气自己受益:抄表员不必费时费力挨家挨户抄表,打扰居民出力不好,也不用以往“居民恰巧不在家”苦恼,省时省力,更能提高自身的市场竞争力,双方互利,可谓是皆大欢喜,值得学习借鉴。

“以保障民众的利益为出发点,以方便老百姓的迫切需求为目标”,这样的服务才是老百姓所需要的,新奥燃气正是秉承了这一宗旨,用实际行动为广大用户打开了一扇更为广阔的服务大门,也必将迎来一个开门红。

国网牟平供电公司

牟平区副区长孙万坤

到牟平供电公司走访慰问

本报讯(通讯员 刘塑) 近日,牟平区政府副区长孙万坤在区经信局局长刘民章的陪同下,代表区委书记、区长李爱杰来到国网牟平供电公司进行节前走访慰问,并对该公司重点在促进电网升级、提升供电保障能力,给力东部新区起步区建设、服务“幸福牟平”建设等方面的工作给予了充分肯定和高度评价。

领导包保供电所管理提升显成效

本报讯(通讯员 薛俊杰) 近日,国网牟平供电公司党委书记来到自己包保联系单位大窑供电所就管理提升工作进行督导检查。截至目前,该公司开展包保供电所工作涉及辖区15个供电所,开展包保督导近60余次,发现并解决供电所在工作开展中面临的困难和问题109个,进一步促进了供电所管理服务水平提升。

姜格庄镇上寨村

向牟平供电公司赠送锦旗

本报讯(通讯员 刘塑) 近日,姜格庄镇纪委张书记代表上寨村将一面锦旗送到国网牟平供电公司党委书记王文艳的手中,“光明使者,造福人民”,锦旗上的赠语饱含着上寨村村民对公司为民解忧、优质服务办实事的浓浓谢意。

嬉笑怒骂

新闻:近日,手机叫车软件在首都机场遭“禁用”,但仍有一部分司机,在机场航站楼外围路口、停车场等地约车载客。交通执法部门表示,在上述非候客区揽客将被处罚。首都机场表示,此行为造成航站楼外送客区拥堵,机场将出台管理细则,在出租车调度站设置“合乘”区,以此规范机场打车秩序。(新京报)

点评:叫车软件动了谁的蛋糕?

新闻:13日21时许,廖某驾车途经福建邵武市和平镇路段时发现,一名老人骑摩托车摔倒在地,廖某赶忙下车将老人扶起送到卫生院治疗,不料老人诬告说是廖某将其撞倒在地。无奈,廖某报警。民警将两人带回派出所,并当场播放事发时的录像。录像中显示,老人并不是被廖某撞倒的。在事实面前,老人向廖某道歉。(东南快报)

点评:诬陷成了好几万,诬陷不成只道歉?

新闻:浙江磐安县万苍乡雅庄村老旧大会堂发生坍塌事故,造成10人死亡,11人重伤。据磐安县政府新闻发言人俞漫星介绍,调查人员在事发后测量了残留大会堂屋顶的积雪厚度,足足超过20厘米,因此导致此次事故有自然灾害的因素存在。(钱江晚报)

点评:老天爷又当一次临时工。

邓炳传(牟平区)

我是来自牟平的农民工,过了正月十五,又到进城打工时。可去年的打工经历却让我心里犹豫不定,到底还去不去打工。

讲讲我去年的经历吧,推车时将一家厂房的外墙划了一道5厘米的划痕,年底被扣了3000元工资。经过是这样的,去年七月份,经朋友介绍,我到开发区一工业园打工,主要做监控安装。八月份需要在一家厂房的外围做几个管道井,我一

人负责推沙、砖、水泥,因高温多雨,道路泥泞,加之体格瘦小,体力透支,意外将厂房外墙划了道划痕。当时承包商说他来处理,让我安心工作。我就没太在意,因问题不大,一直做到九月中旬,后因农忙回家。到年底结算工资时,施工方扣了我3000元工资,相当于我一半的血汗钱,心里冰凉冰凉的!记得当初在家结婚装修时,工人不小心将一整箱子瓷砖打碎了,值100多元,当时他一天才35元,我父亲非常心痛,相当于丢了100多斤

小麦啊!但他说没伤到人就好,出门在外不容易,将瓷砖贴在不显眼的地方就行啦,想想小农民和大老板的差距就是大。

我把我的经历讲出来,是希望给广大农民工朋友提个醒儿,城里不比家里,害人之心不可有,防人之心不可无啊!一年之计在于春,希望有关部门能加大宣传,加强立法,加多渠道,切实保障农民工的合法权益。希望农民工能从村里到城里把心放在肚子里,挣钱能拿到家里,有理性能找到地儿说理!

●食疗配方推荐二

“吃醋”的学问

醋蛋液:研究发现,醋蛋液可以降低血脂,增强机体抗自由基的作用,对预防动脉硬化有帮助,也有一定的通便、降低体重、提高免疫和抗疲劳作用。医学人员认为:醋蛋液能调节人体免疫功能,调整饮食中营养不平衡状态,从而增强自身抗病治病能力。

醋蛋的制作十分简单,用8度以上的食醋约2两,鲜鸡蛋一枚,浸泡一天半至两天。蛋壳软化后,用筷子戳破蛋壳,将流出液搅拌均匀,再放置一天,就是一个星期的用量。每天清晨起床后,舀2汤匙醋蛋液(陶瓷汤匙)加2汤匙蜂蜜,再加4汤匙温开水,调匀,空腹,一次服完。蛋壳在最后一天咀嚼吞服。

每月四个鸡蛋,一斤蜂蜜,一瓶醋,所费甚少,何乐而不为?醋蛋液是一种老少皆宜的大众保健饮料。应该指出的

是贵在坚持,切勿浅尝即止。由于健康因素的差异,有人浅尝就有明显效果,有人吃了几十个才见效。长期服用,才能起到延年益寿,强身保健作用。

注意:醋蛋疗法对绝大多数人都是适用的,仅对少数不宜鸡蛋或醋的人不大合适。例如,胃酸过多者和饮醋后胃部不适者,应该慎用含醋的各种配方。患有低血压病的老人在饮用醋蛋时也要注意,如不适应就不要强饮,以免导致胃部病变。肾炎病人在发病期间,胆囊切除手术的病人在手术的半年内,肝硬化患者应该慎用含蛋的各种配方。胆结石病人限用各种含有油脂配方的醋蛋液。

温馨提示

醋蛋液的制作关键在醋的选择,发酵的酿造醋对人体是有好处的,而

勾兑醋中的醋精(或冰醋酸)等对肠胃有不良的刺激作用,在此推荐吉斯集团烟台吉斯生物科技有限公司出品的果舒8度养生食疗食醋。

果舒食疗养生食醋由吉斯集团烟台生物科技有限公司出品
地址:烟台市牟平区师范路426号
全国客服热线:800-860-2211
400-658-2211

业务电话:0535-4237199
http://www.gisbelle.com
烟台旗舰店:芝罘区南大街西首西山加油站斜对面
电话:6694999
泰山花园店:帝景苑北区西50米
13589759833
牟平旗舰店:牟平区师范路426号北
15054511699 15254529169