菏泽市总工会为困难职工办1000张公交卡

花费10万元,全部免费发

本报菏泽10月15日讯(记者 张建丽) “平时出门多是骑车,冬天冻得手疼脸疼。发了卡去坐公交车,真是方便又暖和!”15日,菏泽仪表厂的下岗女工蔡凤丽高兴地说。从14日起,菏泽市总工会开展了市直特困职工“爱心公交卡”活动,免费发放1000张公交卡给困难职工。

据介绍,菏泽市总工会困难职工帮扶中心办理了1000张总价值10万元的公交IC卡。从10月14日开始到10月20日,1000名市直基层单位的困难职工将陆续领到“爱心公交卡”。

记者了解到,这批公交卡由市财政帮扶专项资金支付,每张“爱心公交卡”价值100元,10元为卡费,卡内有90元余额。15日,菏泽市总工会来到仪表厂,发放了50张公交卡。到场的下岗职工非常喜悦,他们表示别看只是一张公交卡,但给生活带来很大的便利,更让人心里暖暖的。

菏泽市总工会困难职工帮扶中心主任孟红霞告诉记者,为完善困难职工帮扶救助机制,构筑起困难职工多样化帮扶的有效平台,他们开展了此次活动。发放公交卡既方便了困难职工出行,减轻困难职工的家庭负担,另外倡导市民乘坐公交车,也有利于缓解菏泽的交通压力,促进大公交发展。领卡职工单位还包括黄淮铸造机械厂、银河纺织公司、毛纺厂、肉联厂、棉麻公司、交通集团等。

菏泽仪表厂特困工领取“爱心公交卡”
本报记者 邓兴宇 摄

菏泽公务出行坐公交渐成风气

已有20多家单位推行公务公交卡

9月26日,菏泽市委书记于晓明对市财政局推行的“城区内公务活动乘坐公交”制度做出批示,称是很好的举措。10月8日,菏泽市委和市政府也开始实行此制度,截至目前,菏泽已有20多家单位推行公务公交卡,公务出行坐公交车渐成风气。

本报记者 张建丽

➡公务出行比较便利,公车用于较远的地方

“去中华路上单位办事的话,坐公交车出门还挺便利。”政府的一位工作人员告诉记者,不堵车的话,“一般用时也就10分钟,工作起来很方便,而且绿色环保。”如果去的部门位置较远,有时没有直达的公交车,则需要倒车,或者步行一段距离。如果公交部门能继续增加线路会更好。

菏泽市公交公司对此表示,正在草拟一份调查问卷,希望能得到相关部门的反馈,然后根据反馈情况做进一步调整。

也有不少市民提出疑问,推行公交出行之后如何处理公车。

财政局的马主任告诉记者,城区之外一些较远的地方,还需要公车,公车还是不可缺少的。其他执行的部门也多是此说法。

➡网友投票,近九成支持

针对此事,菏泽知名论坛上发帖引热议。记者发现有近九成网友投了赞成票。

网上称,目前由于习惯和认识的问题,一些线路公交车乘客偏少,造成资源浪费。弃公车乘公交可以减少城区公车流量,缓解城区交通拥堵,节约资源与车辆开支。促进城市公交发展,提升城市形象和品味。“增加机关事业单位工作人员与市民近距离接触机会。”

“这样做既能激励菏泽公交的快速发展,又有助于解决交通拥堵、实现节能减排,是实践新时期的群众路线的好举措。但执行起来可能有点难度,不能走形式,需要严格规范的制度做支撑。”一位网友这样说。

刘华腾成菏泽唯一央企劳模

他热衷公益,关注儿童用电,编撰节俭故事,并组建了雷锋团队

本报菏泽10月15日讯(记者 李贺 通讯员 王景强 赵孝亮) 近日,人力资源和社会保障部、国资委联合下文,表彰中央企业先进集体和劳动模范,国网菏泽供电公司党群工作部副主任刘华腾作为菏泽市各大央企唯一人选,被授予中央企业劳动模范荣誉称号。

作为一名电力职工,刘华腾热衷于公益事业,尤其是儿童用电安全。他曾编辑出版了我国第一本儿童安全用电教材,向社会免费捐赠5万余册,价值20余万元;制作了名为“全家福”的儿童安全用电公益广告,中央电视台进行了高频次播放,优酷网点击量超过10万次,国家安监总局、电监会在其官网传播。

去年,刘华腾被评为了“中国好人”。今年,他又编撰了《不应忘记——勤俭节约教育读本》,收集整理老年人在饥饿年代的经历和体会,成为反“四风”和党的群众性路线教育活动的生动教材。

刘华腾还积极践行雷锋精神,发起组建了菏泽供电系统“善小”雷锋团队,团队科技创新工作室,研发国家专利32项,获得省级以上科技成果17项;开展“关爱艾滋遗孤”、“为环卫工人送清凉”等8大类59项公益活动,近3年开展活动560余次,受益群众20余万人。近年来,刘华腾先后被评为“全国优秀志愿者”、“国家电网公司劳动模范”、“山东电力十大杰出青年”等荣誉称号。

据悉,此次中央企业劳动模范每5年组织一次,从下至上层层推荐、选拔,并实行差额评选,差额率高达20%,获奖者享受省部级先进工作者和劳动模范待遇。刘华腾是菏泽市各大央企唯一入选人。

“健康跑”这样开始

怎样的“跑步”才能称为“健康跑”?这要根据不同的体质、不同的人群、不同的时期,选用不同的方式、方法进行。

跑速要慢:慢速跑对心脏的刺激比较温和。根据自己的每分钟晨脉数×1.4~1.8所得到的每分钟脉搏次数来控制初期健康跑强度是比较适宜的。

步幅要小:在跑步中步幅小的目的是主动降低肌肉在每跑一步中用力强度,尽可能地延长跑步的时间,步幅虽小但动作要均衡。

跑程要长:跑程长有利于人体“主动的”将当前血液中的血糖以及多余热量消耗掉,这种“主动的”消耗是降低血脂、血糖、缓解血压的最好的方法,更为关键的是其对健康的伤害几乎为“零”。

因人而异:一般来说,每一个人的体质和在病情况各有不同,因此在跑步中一定要结合自身进行。

注意营养:慢跑中人体的消耗主要是血糖,对蛋白质的需求不大。因此,跑后以补充碳水化合物食品为宜。

反复的交替走跑也是健康跑:身体较胖者可以先走一段,然后再跑一段,这样反复的交替走跑也属于健康跑。

本报记者 李德领 整理

2014年度齐鲁晚报订阅正式开始

2014年继续为菏泽读者量身订做精彩版块——《今日菏泽》

全年定价216元
即日起至10月31日订阅优惠价196元
直降20元

尽享山东第一都市报!
主打新闻性——以最快的速度及时报道国内外重大新闻;
注重贴近性——贴近社会、贴近读者,关注弱势群体,反映群众呼声;
重视参与性——倡导、组织、参与各种社会公益活动,构建社会和谐;
突出服务性——发挥品牌优势,为社会大众与广告客户提供优质服务;
追求文化性——讲究文化品位,雅俗共赏而不媚俗。

订阅热线:11185 5380711