

导读



“今日章丘”本期共8版,与正报同步发行,敬请章丘市读者关注。



“今日长清”本期共8版,与正报同步发行,敬请长清区读者关注。



“今日济阳”本期共8版,与正报同步发行,敬请济阳县读者关注。

泉眼

快递员发“死亡短信”，真是被惯坏了

□付文强

因为寄给朋友的快递被快递员弄丢，济南女大学生小高投诉了该快递员。虽然小高最终通过协商拿到了丢失快递的赔偿金，但快递员不停地给她打电话发短信要求她撤销投诉，甚至还威胁小高“弄死你”。（详见14日《齐鲁晚报》“投诉我？我弄死你！”）

按理说，快递员把顾客邮寄的快递弄丢本身就是一种工作失职，应该向受到损失的顾

客赔礼道歉，及时拿出解决问题的诚意才是。虽然在遭到小高投诉后，小高最终通过协商拿到了丢失快递的赔偿金。可想而知，对于小高来说，这样一来一往的折腾，有没有耽误事不说，就是时间上也是一种煎熬。因此来说，当事快递员不仅要赔偿丢失快递的赔偿金，最起码应有句诚恳的道歉。

但恰恰相反，当事快递员不仅没有道歉，还给小高发“死亡短信”。笔者不禁要问，快递员的这种胆子从何而来呢？难道相关

单位对员工不进行必要的培训教育或欠缺处罚措施吗？

现在网络成为广大家庭生活中的必需品，网购越来越受到广大家庭的青睐。不难想象，如果快递员遭到投诉，就打电话或是给顾客发“死亡短信”，那么，广大市民岂不随时处在危险之中吗？当然，这只是个例，但如果不及时消除这种个例，久而久之，说不定就会变为普遍现象。而一旦这样的“个案”躲起来，对个人或是家庭都会带来不同程度的影响，到时

后悔恐怕都来不及。

把顾客当上帝是快递公司以及相关服务行业的宗旨，这也是建设文明幸福城市的一项重要内容。如果遇到一点投诉就对顾客骂骂咧咧加电话短信恐吓，不仅影响城市文明，更重要的是存在一定的潜在隐患。快递员被投诉后发“死亡短信”，真是被惯坏了。希望相关部门能按照相关规定对当事人及类似情况查清楚，如有其事，要进行严肃处理，净化快递行业中的不良问题。

杠子头话题

经十路打造双向四排公交专用道您怎么看

12日下午，济南市公安局交警部门正式对外发布2016年济南治堵十大新举措。新举措提到，在经十路（担山屯立交至邢村立交）等5条道路打造双向四排公交专用道，第二排公交专用道可供校车、通勤班车、旅游大巴、长途客运等车辆通行，同时还将同步完善违法抓拍和专用信号、优先控制信号等设施。对于经十路打造双向四排公交专用道，有赞同声，也有反对声。您对此措施怎么看呢？

您可以通过以下方式参与话题讨论：可在剪子巷群论坛讨论帖后回帖，或将观点发送至邮箱qlwbjzx@163.com。

有么说么

陌生人咋总能“乘虚而入”

□雪樱

13日下午，济南历下警方审讯“负债抢劫，残杀母女”的嫌犯时查证，案发时，犯罪嫌疑人孙某某曾以“查煤气”为由4次出入受害人家中。第4次入室持刀抢劫300元现金和首饰后，因担心受害人报警与之发生激烈争吵。此时一岁半的孩子也哭闹不止，孙某某遂用匕首残忍地将母女二人杀害。（详见1月14日A10版《齐鲁晚报》“嫌犯四次出入受害人家中”）

残杀母女的嫌犯假借“查煤气”，四次出入受害人家中，最终酿成血案，看到这里想必很多市民都会捏把汗。平日里，以查煤气、收电费、送快递等为借口的敲门

时刻上演。而保安、门禁等，在这些“陌生人”面前，仿佛都成了“浮云”。

笔者所住的小区，去年单元楼统一安装了门铃与监控，陌生人进来，似乎多了道关卡，但是并非如此。一些在家的中老年人，遇到有按门铃的就会给开门，可谓“有求必应”，用他们的话说，“一般都是四邻，或许是忘带钥匙了，给人行个方便”；另一方面，尽管大多数报箱与奶箱都移到了门外，但仍有个别订户图省事给送奶员一把钥匙，直接送到楼上。赶上周末或假期，为了推车出入方便，有人会用铁钩挂住大门，这样任何人都能自由出入，为推销员或发广告的开了“后门”。

另一方面，监控被“失

明”、防盗门被坏掉、门禁莫名失灵，等等，这已成为不少小区管理的通病，很多时候，一些“陌生人”就是这样乘虚而入，继而衍生出各种安全隐患。

安全防范，不是重大事件后刮的一阵风，应成为良好习惯；而安防防控能力，也应追得上城市发展步伐，积极适应新需求与新常态。临近春节，又迎来中小学生寒假，希望相关部门切实重视起小区安全保障工作，强化主体责任，补上薄弱短板，守住安全底线；发布安全预警，传递公共善意；而学校与家长也应重视孩子的安全教育，让他们学会独自应对陌生人，掌握防范技巧，这也是情商教育的重要内容。

营养紫麦粉 香甜米煎饼

本报与山东农业大学首度合作，共同为大家的餐桌增添营养健康新美食。

码帮上新货啦。山东农大经过多年科研培育的新产品：紫糯麦四种新产品上线销售。它具有紫色食品所具有的全部优点，所含的有效成分花青素是近年来科学界所推崇的21世纪健康新食品。还有粗粮王煎饼，经过码帮工作人员的品尝，得到了一致的好评，在今天也推荐给大家。

□王迁

紫色食品是近年来才被科学界重视起来的健康食品。据国内外学者研究，植物类紫色食品的色素均由“花色素”类物质所构成。紫色食品包括：紫皮葡萄、黑草莓、黑加仑、黑树莓、桑椹、越桔、紫卷心菜、紫茄子、紫芋(紫甘薯)和我们今天着重推荐的紫糯麦。根据营养学统计分析，紫色食品的营养价值高于其他色泽较浅的食品。

本次码帮着重推荐的紫糯麦系列四种产品，是以山东农业大学为技术依托，经过多年研究培育而成的绿色健康产品。山东农大30余人的科研团队历经十年潜心研究，与山东紫诺生物产业有限公司协同开发，生产出紫面粉和功能性紫色食品系列，它具有国内外独一无二的功能性。该技术获国家专利，公司产品主要有四大系列，十二个品类。本次码帮在十二种产品中精挑出四种适合消费者家常食用的产品：紫糯麦饺子粉，紫糯麦全麦粉、紫麦仁、紫麦片，让消费者首先品尝食用。

紫糯麦的健康密码——花青素

紫糯麦是紫色食品中的新成员，它有神奇的膳食调理功能。之所以具有多种膳食营养功能，是因为它含有一种神奇的成分——花青素。花青素能够清除万病之源——自由基，预防多种与自由基有关的疾病，包括糖尿病、心脏病，过早衰老、关节炎、癌症等。花青素还能增强血管的弹性，促进血液循环，防止心血管疾疾病，高血压和高血糖。

因为花青素的存在，紫糯麦产品有

益于强化视力，消除眼睛疲劳，并能在食用过程中保护皮肤中的胶原蛋白和弹性蛋白，美容养颜、延缓衰老，改善睡眠。花青素是纯天然的抗衰老营养补充剂，是世界公认的最好保健品，在欧洲，花青素被称为“口服的皮肤化妆品”。经研究认为，每人每天摄入花青素180-215毫克，才能满足人体需求；而中国平均每人每天摄入花青素仅12.5毫克，所以在饮食中加入花青素是保证膳食健康的重要环节。

除此之外，紫糯麦还含有大量的膳食纤维，膳食纤维是一种特殊营养素，是健康饮食所不可缺少的。膳食纤维具有清肠、排毒、最快速排泄胆固醇的作用。

各具特色的紫麦产品

本次码帮销售的四种紫麦产品中，紫麦面粉、紫麦饺子粉表面呈白色，加工后即显紫色或巧克力色，用其做的水饺、面条、大饼、馒头、煎饼、蛋糕、点心、粥等，口感爽滑、细腻。食用后肠胃舒服，睡眠好。紫面粉含丰富的赖氨酸，花青素，膳食纤维、维生素B、锌、硒等。有助于增强血管弹性、营养血管、提高免疫力，是世界公认的最好保健品和口服美容品。

紫麦片、紫麦仁表面即呈紫色，可做粥，也可在做粥时加入麦片，开水煮，麦片煮5-6分钟，麦仁煮10-12分钟，即可食用。紫麦片粥好煮，也好吃，口感细腻，爽滑，有纯正的麦香味，且有显著的通便作用。紫麦片、紫麦仁含有丰富的赖氨酸、花青素、膳食纤维等。有助于骨质疏松症的改善，还有助于润肠排毒，预防便秘。

紫麦面粉是由原麦加工，不添加任何色素。无糖纤维紫面粉色泽独特。用其做的水饺、面条、大饼、馒头、煎饼、蛋糕、点心、粥等，没有粗粮的粗糙感，而是细腻、爽滑，有纯正的麦香味。它含有的锌、硒有助于调理血糖，对老年人大有裨益。

传统发酵煎饼——健康香甜好味道

码帮同时推出的新产品传统手工煎饼——粗粮王煎饼，具有松软合口，入口香糯，回味甘甜的特点。粗粮王煎饼共有五种口味：小米、大米、红枣、黑米、高粱。通过将大米小米黄豆等作物经过碾磨成米糊，加入不同口味的作物：红枣黑米等，制成煎饼米糊。再经过传统工艺发酵，把米糊中的淀粉一部分转化成低聚糖，形成独特的口味，最终摊制成为粗粮王煎饼。

在煎饼米糊发酵的过程中，又加入了煎饼制作中必不可少的食用碱，使得发酵中形成的酸味得以中和，让煎饼的口感更为圆润，酸味得到了有效地抑制，使得低聚糖的丝丝甜味显现出来，更符合现代人的口感。也能让人体酸碱平衡，不至于胃液过酸，是一种可口健康的好食品。

在发酵过程中，大米经过霉菌的作用，米芯中的糖分一部分转化成低聚糖。低聚糖是一种很好的双歧因子，它能强化肠道中的双歧杆菌等益生菌的繁殖，抑制腐败菌的生长，改善肠道微循环，恢复肠道年轻态机制，这是其他同类产品所不具备的。对老年人有益无害，请放心食用。



码帮产品价格表

名称	市场价	码帮价
紫诺紫糯麦饺子粉 2.5kg	45元	36元
紫诺紫麦仁 1300g	26元	17元
紫诺紫麦片 750g	15元	10元
紫诺紫糯麦全麦粉 1kg	16元	13元
粗粮王小米煎饼300g	7元	4元
粗粮王大米煎饼300g	8元	4.5元
粗粮王红枣煎饼300g	8元	4.5元
粗粮王黑米煎饼300g	8元	4.5元
粗粮王高粱煎饼300g	8元	4.5元

购买方式

在线购买：码帮商城

<http://mabangqlwb.com.cn>

现场购买：码帮会员中心(每周六9:00—17:00 经十路16122号经十路与环山路交叉口西南角院内副楼2楼，如走楼梯请到4楼)(乘坐公交16路、31、62、79、115、117、152、BRT2、K51、K56在科院路站下车向东40米)

电话订购：0531-85196186 85196828

(限济南市区内，支持货到付款)

齐鲁晚报码帮商城QQ群：159537027 343348973