

# 第18家长者食堂开门迎客

## 桓台县果里镇力争5月底实现长者食堂全覆盖

淄博3月9日讯 3月7日,迎着春日的暖阳,桓台县果里镇绍南村长者食堂正式投入使用。绍南村长者食堂建筑面积272平方米,投资20余万元,配套设置有厨房、洗手间、就餐区,可为村内39余名适龄老人提供就餐服务。

自2021年起,果里镇党委、政府按照试点先行、分步实施、全面覆盖的思路,先后推进伊家村、楼里村、孔家村等多家幸福院和长者食堂的示范点建设,截至目前,果里镇已有18家长者食堂投入运营,并力争到今年5月底实现果里镇长者食堂全覆盖。

通过长者食堂建设,果里镇基本构建起多层次、多元化的长者助餐服务体系,为老人提供热气腾腾的午餐和社交场所,解除老人子女的后顾之忧、减轻贫困群众的生活负担,真正做到让老人老有所依、老有所乐,打造互助养老的“农村幸福院”。同时,

深入融合“党建+网格”信用积分制管理,拓展“信用+食堂”应用场景,通过群众捐款,由党员和志愿者组成服务队伍,在提高长者助餐服务水平,增加个人信用积分,助推“党建+网格”信用积分制工作全员覆盖。

下一步,果里镇将进一步完

善养老服务体系,改善老年人生活品质,保障老年人的饮食安全和饮食健康,不断提升老年人的幸福感、获得感和满足感。

大众日报淄博融媒体中心记者 张晓宁 通讯员 耿艳华

### 上门服务便民利民

3月7日上午,桓台交警大队车管所民警正在淄博一家物流公司查验车辆。

为提供更优质的服务,桓台交警大队创新便民利民服务举措,上门为重点运输企业办实事、解难题。当天,桓台交警大队民警来到该物流公司,为企业办理《剧毒化学品公路运输通行证》,提供车辆查验上门服务。民警认真查看车辆情况,检查灭火器、轮胎等设施,共为5辆危化品车辆办理通行证查验业务。

大众日报淄博融媒体中心记者 张晓宁 通讯员 滕修龙



### 桓台公路事业服务中心 加强大风天气下 公路标志设施监管

淄博3月9日讯 春季大风天气频发,桓台公路事业服务中心加强标志设施安全监管,截至目前,已更换诱导标4块,调整扶正标志8块,清理标志遮挡3处。

近日,该中心加大公路巡查力度,安排各巡查中队对所辖公路沿线的标志设施进行全面排查,对损坏、歪斜的标志,及时处置并做好详细记录。同时,向非公路标志产权单位下发通知,要求其安排技术人员对其所有广告牌等设施进行安全检查,对存在问题的设施认真检修。

大众日报淄博融媒体中心记者 荆姝葳 通讯员 刘晓明

### 桓台县自然资源局召开“严格执法 保护耕地”部署动员会 严守耕地红线 保障粮食安全

淄博3月9日讯 3月7日,桓台县自然资源局召开“齐风淄水·法润自然”普法启动仪式暨“严格执法 保护耕地”部署动员会,安排部署2022年严格执法保护耕地的普法任务,响应各级号召,

统一思想,压实责任,进一步普及耕地保护法规政策知识。

“齐风淄水·法润自然”普法宣传主要包括每周开展“齐风淄水·法润自然”普法大讲堂、每半年组织一次乡

镇巡讲,开展普法“五进”活动,进镇办、进企业、进村居、进集市、进校园,每月邀请专业人士进行理论培训,强化月度卫片执法等。

桓台县自然资源局将以此“齐风淄水·法润自然”

普法宣传为契机,严守耕地红线,采取“长牙齿”的硬措施,保护资源,保护耕地,保障粮食安全。

大众日报淄博融媒体中心记者 张晓宁 通讯员 王桂平

严查在建工地出入口、主要路段设点联合执法……

### 桓台县多部门严抓渣土运输管控不松懈

淄博3月9日讯 近日,桓台县综合行政执法局联合县行政审批部门对建筑施工单位渣土产生方量、消纳地点等各个环节进行联合现场勘验,严格把关。目前,已进行了两次土方运输现场勘验。

近日,为防止赶抢工期而导致渣土空气污染情况发

生,桓台县综合行政执法局加大管控力度,杜绝渣土车随意倾倒,带泥上路等现象,有效提升渣土运输行业规范管理成效。

桓台县综合行政执法局联合县住建局继续严查在建工地出入口,要求设专人对轮胎、车身四周和底盘进行

清洗,做到车净出场,防止车辆夹带泥土上路污染路面,控制扬尘源的扩散,确保出场道路无污染。执法人员对进出渣土车辆进行随机检查,确保渣土车经过冲洗干净后方可上路。目前,已现场检查在建工地出入口300余次。保持打击违法行为的

高压态势,联动交警部门、交通部门、生态环境部门在主要路段设点联合执法,从严查处无准运证、随意倾倒、带泥行驶等违法行为,进一步强化执法威慑。

大众日报淄博融媒体中心记者 张晓宁 通讯员 徐海东 曹憬

### 桓台县万泉供水有限责任公司 健康讲座、插花培训 女职工过节仪式感满满

淄博3月9日讯 3月7日,桓台县万泉供水有限责任公司组织女职工开展“三八”国际妇女节系列庆祝活动。

“女性心理健康与情绪管理专题讲座”中,心理咨询师给大家讲解了女性不同人生阶段的心理特点,传授了如何正确处理压力、积极调解情绪的方法和技巧。

在“花艺舞动女神节”活动现场,由专业花艺师对于花卉的选择、颜色的搭配以及如何让花卉错落有致等插花技巧进行讲解。大家巧妙搭配,结合自身的喜好和想象力创造了个人原创花束。

一系列庆祝活动,仪式感满满,提高了公司女职工的的心理调适能力,让她们以更阳光、更自信的状态投入到工作和生活当中去。

大众日报淄博融媒体中心记者 荆姝葳 通讯员 张素花

#### ■ 简讯

### 桓台县锦秋社区 戳戳绣艺术 丰富居民文化生活

近日,桓台县锦秋社区联合金融企业开展了“治愈生活·戳出快乐·秀出风采”主题活动。手工老师向参加活动的居民介绍了戳戳绣艺术的起源及现状,讲解戳戳绣的制作方法、步骤,并进行了绣法示范。在手工老师的指导下,居民把五颜六色的绣线变成了一幅幅充满趣味的戳戳绣作品。通过活动,居民在体验手工艺的同时,丰富了文化生活。 刘馨天

“春困”来袭,却越睡越困?

### 快来看看这份“春困”预防指南

春天到了,万物复苏,但家住桓台的张女士却出现一种“逆反”现象,她越来越舍不得被窝,上班总是昏昏欲睡,让她一度怀疑自己是不是生病了。近日,桓台县中医院国医堂副主任医师金晓军介绍,这就是“春困”,积极锻炼、参与户外活动是缓解的最好办法。

“春困”主要与天气、工作、饮食、睡眠等有关,有时出现这种现象也是亚健康的表现。那么,困了就多睡会行吗?金晓军解释,解决“春困”,多睡并不是很有效的办

法。一般情况下,成年人每天睡眠7至8小时就可以。过多的睡眠反而可能降低大脑皮层兴奋度,使之处于压抑状态,人会变得更加无精打采,结果越睡越困。“克服‘春困’首要的方法是培养有规律的生活作息,早睡早起,不熬夜,也不睡懒觉。中午最好保证30至60分钟的午睡时间,保证下午工作或学习精力充沛。”

缺乏B族维生素与饮食过量是引发“春困”的重要原因。饱食后,大量血液集中于胃肠消化,大脑相对缺血,

容易诱发食困。“所以市民要多吃富含维生素B族的食物,吃饭不宜太饱。另外,应当多吃一些绿色蔬菜,尤其是一些芳香味的蔬菜,如芹菜、香菜、芹菜、香椿、茼蒿等芳香之气具有开窍醒神的作用。”金晓军说。

“春暖花开时节,应该去赏花、踏青、观景,这也是缓解‘春困’最好的办法。”金晓军说,对那些已“染”上“春困”的人来说,可以多做深呼吸和能增加肺活量的有氧运动,积极锻炼、参与户外活动。“对于整天坐在办公桌前

的上班族,应该每隔1个小时起来走动,到室外呼吸新鲜空气,为脑部供氧。”

当然,克服“春困”,也要防范一些隐藏在“春困”背后的疾病。金晓军提醒市民,如果保持了好的睡眠,也做了一些“春困”的预防,但还是没有改善,就应该警惕自己是否属于亚健康状态,甚至患了如鼻炎、睡眠性呼吸障碍、高血脂、贫血等,需要到医院进一步检查治疗。

大众日报淄博融媒体中心记者 荆姝葳 通讯员 于军

#### 挂失公告

陈林超于2022年3月7日上午丢失驾驶证,证件类型:C1,证件号码:37032119750519153X。声明作废,特此公告。