



学生想吃什么画下来,食堂安排

学生想吃什么,先用化学、地理等学科知识论证一下怎样才算营养均衡健康的一餐,然后用画笔画下来,经过师生投票确定菜谱,食堂的厨师根据学生画下的菜谱复刻出下周的午餐。日前,常州市教科院初中八(6)班高梓珺、谢秋怡等六名同学设计的午餐,被学校食堂的大厨复刻后成为当天中午的营养餐,色香味俱全,营养又美味。

陆文杰 文/摄



学生设计的营养午餐和食堂提供的实物饭菜

12月22日中午11点半,常州市教科院初中二楼食堂里同学们正津津有味地吃着午餐。当天的主食是蛋炒饭,蔬菜有荷塘小炒和蒜泥生菜,荤菜则是菠萝鸡翅和大虾,配上一碗银耳汤。“这顿营养餐是我们几个人共同设计的,没想到食堂的大厨还原得这么好,味道也特别好,身边的同学吃过去都说好吃,好有成就感啊。”高梓珺说,她们5个女生从食物成分到营养搭配,一起讨论设计了这顿营养午餐,并把自己想象的美味营养餐画了下来。

据了解,这是常州市教科院初中化学学科创新实践活动的生动呈现——学生用画笔绘出营养餐,向大家传递健康饮食的理念,校方优先选出营养食谱,列入一周食堂食谱。

常州市教科院初中校长詹发云是一名化学老师,他主张学习“身边的化学、生活的化学、有用的化学”。詹发云介绍,化学学科里面涉及到“蛋白质、糖类、油脂、水、无机盐、维生素”6大营养物质

识点。为了将书本上的知识和实际生活相关联,化学组设计了“手绘营养餐”的学科活动,要求学生绘制一份营养均衡、搭配合理又受学生欢迎的营养餐。除了将化学知识融入食堂饭菜中,“土豆原产地哪里?适合生长的纬度是多少?”等地理、历史知识也会结合到营养餐中。

然而,设计一顿供全校师生共同享用的营养餐并非凭空想象。此前,学校总务处会对食堂餐进行了全校调查,列出学生中意的大荤、小荤、蔬菜、辅食“排行榜”。学生在分析食材所含的主要营养成分之后,按平衡膳食的多样化、均衡化、适量化、个性化原则,精心准备、科学配制。一张张菜谱色彩搭配精致,一份份营养餐物质比例搭配均衡,清晰的设计思路,充分展示了食品中所含的营养物质。化学

老师根据健康、营养、可行等原则评选出6份最佳营养餐,每周的学生午餐食谱中,采用一份。

“学校的饭菜都很好吃,刚刚我又去加了蛋炒饭,只要不浪费,食堂的饭菜都可以随便添。”记者随机询问了一桌八年级就餐的学生,四名男生都吃得特别香,说起食堂的饭菜他们纷纷竖起了大拇指。

据悉,在“发展科学思维、创新精神与实践能力”的新课标要求下,常州市教科院附中通过学科实践,让“自主、合作、探究”迭代升级。校方表示,学校将继续推进数学、地理等学科实践活动的深度研究与探索,通过在现实情境中参与解决真实问题的探究活动,帮助学生加深对知识及概念的理解,引导学生积极主动学习,引领教学与学习方式的变革。

市民政牵头送电、送气、送空调、巡访救助 多措并举帮保障对象温暖过冬

连日来,寒潮来袭,为了让生活困难群众温暖过冬,常州市民政局积极部署应对举措,及时制定应急预案,确保“保障对象情况掌握到位、救助力量动员部署到位、御寒物资筹措到位”。

为进一步做好常州市困难群众兜底保障工作,用心用情擦亮“常有众扶”民生名片。常州市民政局牵头,联合相关部门推出更多惠民举措,与常州市慈善总会对接,实施两个慈善救助项目,率先在江苏省推行“冬暖夏凉”救助项目,为全市1.2万户低收入人口每户赠送200度用电,支出近130万元。此外,“常有众扶”微心愿项目为全市1600余户重点帮扶对象发放312台空调,其余帮扶对象发放小家电、生活用品、健康用品等爱心包,金额近130万元。

常州市还推动水费、天然气费减免扩展到四类低收入人口以及孤儿和事实无人抚养儿童,其中,天然气费减免由每户每年120立方米增加到150立方米。全面实施“暖心护航”智能设备关爱行动,通过安装3000多套(户)智能监测

设备,建立线上与线下响应机制等措施,确保监测对象在发生安全风险后能够及时得到上门救助。

为应对寒潮,连日来各级民政部门还组织巡访救助活动,重点关注高龄独居、重病重残、低保对象、特困供养、低保边缘、支出型困难家庭以及安装智能监测设备的特殊困难群体,了解其住房安全、健康状况及日常生活情况,叮嘱特殊困难群体注意防寒保暖及水电气煤的使用安全,并为有需要的困难群众提供保暖物资。

目前,常州市已开展走访各类民政服务对象17355户、26500余人次,发放各类物资覆盖近7000户,包括为困难群众发放羽绒服、冲锋衣、保暖内衣、棉鞋等防寒保暖物资2332份,为449户无取暖设备困难家庭发放取暖设备,为困难家庭送菜、送药2259余份,实施临时救助184人次,发放临时救助金约32万元。常州市民政局还联合住建部门对农村低收入群体住房开展专项排查“回头看”行动,将动态新增的2户D级、11户C级危房整改到位。

常民政 陈云龙

“四好农村路”全国示范县,武进上榜

日前,交通运输部公布2022年度“四好农村路”全国示范县名单,全国共有197个县级单位上榜,武进名列其中。据悉,近年来,武进坚持依托“四好农村路”建设,统筹谋划美丽乡村建设,全域旅游、乡村振兴等,将自然生态、风土人情、传统文化融入农村公路规划、设计、建设,与武进特色产业、生态旅游、历史人文、休闲养生等多种发展业态协同推进,全力打造“高颜值、高品质、高人气”农村路。

何秋斌 葛小林



“四好农村路”全国示范县,武进上榜 常州公路中心供图

58座,完成农村公路安全生命防护工程771公里,县道公路管养质量多年保持全省前列,通行农村双车道四级公路覆盖率100%。

“四好农村路”,“建好”是基础,“管好”是手段,“养好”是保障,“运营好”是目的,只有“建管养运”协调发展,才能实现系统最优。据悉,去年以来,武进区着眼高质量目标,全域推行覆盖县、乡、村道的三级“路长制”组织管理体系,同步下发《全面推行农村公路“路长制”实施方案》,形成“政府主导、行业牵头、部门联动、镇村负责、群众参与”的共建共管共享工作机制。同时,武进交通部门持续推进高水平管养,创新推行预防性养护,降低全寿命周期养护成本;注重新型双组份标线、海绵城市元素等新材料新工艺在提档升级中的运用,提升农村公路“弹

性适应”能力;创新农村公路信息化管理,试点推行智慧巡查,提升农路科学感知水平,实现病害巡查、结果分析、在线派单、自动验收等功能,为道路精细化管理提供决策支撑。目前,武进区日常养护和养护工程全部实现区场化、专业化运作,全区县道优、良、中等路率达99%,乡村道优、良、中等路率达96%,农村公路三类以上桥梁占比99%以上。农村公路基本实现“有路必养、养必到位”。

值得一提的是,数字重塑农村公路的管养模式,也是武进交通一大特色。武进区公路中心自主开发建设农村公路数字化管理平台,利用物联网、云计算等技术,通过摄像头GPS定位、可视功能等在线数据采集、GPS智能管理系统终端实时分析,实现对全域农村公路的动态监管和闭环管理。

职工陷“裸聊”诈骗,主管及时拦截

在常州工作的陈先生陷入“裸聊”诈骗,主管王先生发现后及时劝阻拦截。根据《常州市全民反诈见义勇为奖励办法(试行)》,罗溪派出所正在为及时劝阻受害人、避免受害人向诈骗分子汇款的王先生申报见义勇为奖励。

现代快报记者了解到,12月16日晚,陈先生添加了一个QQ好友,出于好奇,点击对方发来的链接下载了“情缘”App并注册登录,随后对方发起了视频裸聊邀请。然而短暂的裸聊结束后,对方却发来视频截图,裸露照片和陈先生的通讯录信息,并威胁陈先生转账汇款“破财免灾”。诈骗分子不断发来信息,步步紧逼,陈先生心生畏惧。

12月17日早上上班时,陈先生精神萎靡、神情恍惚。主管王先生上前询问情况,听完陈先生的描述,王先生感觉陈先生被诈骗了,

立刻劝他去报警,但陈先生十分犹豫。直到下班的时候,王先生发现他还在与对方聊天。为防止陈先生产生更大的经济损失,王先生只得报警求助。

接警后,罗溪派出所民警迅速反应,第一时间电话联系陈先生并赶往公司员工宿舍了解情况。刚看到民警时,陈先生还有点忐忑不安,待民警说明来意,宣传教育后,才幡然醒悟。

“这是典型的裸聊诈骗,你的主管说得很对,千万不能给对方汇款转账。”在民警的宣传教育下,陈先生深刻认识到自己的错误,对领导劝阻和帮忙报警的行为表示感谢。据介绍,根据《常州市全民反诈见义勇为奖励办法(试行)》,罗溪派出所正在为及时劝阻受害人、避免受害人向诈骗分子汇款的王先生申报见义勇为奖励。

李文霞 葛小林

防盗窗意外脱落,金坛消防安全处置

12月18日上午,金坛区金城镇元巷小区某栋7楼住户的防盗窗被坠落的砖块砸中,部分脱离墙体,摇摇欲坠。金坛经济开发区专职消防救援队接到指挥中心指令立即前往处置。救援队到达现场时防盗窗大部分已经脱落,只是底部与墙体的连接处临时用广告布勉强固定了,随时会掉落,存在严重的安全隐患。指挥员立即命令队员使用绳结固定

的方式进行处置,消防员在楼上用绳子固定住防盗窗两边后,和楼下消防员一起用绳子缓慢将防盗窗拉下楼,最终防盗窗安全落地。

消防提醒:市民遇有突发、紧急情况,应保持冷静并尽快联系相关部门。等待救援时,在保证安全的前提下实施力所能及的应急自救措施,最大限度降低安全隐患。

通讯员 马淇