

## 全区首场工间操比赛举行

本报讯 记者曾萍艳报道:5月21日下午,由区总工会、广投集团主办,区丰溪自来水公司承办的“碧水杯”工间操比赛,在区丰溪自来水公司大院举行。

阳光水队、九仙恋水队、优质供水队、幻泉河水队、上善若水队和泉水叮咚队等六支队伍,赛场逐鹿。伴随耳熟能详的“全国第九套广播体操开始”音乐响起,参赛队员们个个精神抖擞、动作熟练,广投系统职工良好的精神风貌一览无遗。最后,经过激烈角逐,九仙恋水队过关斩将,摘取桂冠。

举办工间操比赛,旨在进一步浓厚“创国卫”氛围,助推广大干部职工注重身心健康,使他们始终保持昂扬向上的精神状态,营造健康和谐的人文环境,形成“运动、健康、快乐、高效”的工作氛围,推进企业文化建设迈上新台阶。

## 广丰启动“五车”整治 两轮车三轮车是整治重点

本报讯 邓弦、记者俞小芳报道:为深入开展“全国卫生城”创建活动,大力整顿道路交通秩序,着力改善道路交通环境。从5月起至年底,区公安局交警大队重点针对人力三轮车、载人三轮车、三轮载货车、轻型货车、两轮车等“五小车辆”无牌无证、超载、闯红灯逆行、非法改装等道路交通违法行为开展密集整治,通过进一步规范这五类车辆日常交通秩序,有效预防和减少全区道路交通事故,全力打造平安畅通出行环境。

本次整治主要针对广丰中心城区主要路段,整治内容为,对人力三轮车无牌无证上路行驶、非法加装动力装置交通违法行为进行查处;对载人三轮车无牌无证上路行驶、非法改装、非法载人载客、非法营运等交通违法行为进行查处;对三轮载货车闯红灯逆行、非法载人、超限载物等交通违法行为进行查处;对轻型货车无牌无证上路行驶、闯红灯逆行、超

载物等交通违法行为进行查处;对摩托车等两轮车非法载人载客、无牌无证上路行驶、非法改装、非法安装遮阳伞、闯红灯逆行、非法营运等交通违法行为进行查处。

目前“五车”专项整治行动全面启动,广丰交警将集中警力重拳出击“五车”违法行为和交通乱象,在全区范围内形成严管严处的高压态势,为“决胜全面小康、打造大美上饶”创建“安全、畅通、有序”的道路交通环境。



## 广丰法院开展“扫黑除恶”法律宣讲进校园活动



本报讯 邹美娟报道:为进一步提高青少年学生的法治观念,纵深推进法院扫黑除恶专项斗争工作,营造良好、安全的校园环境,广丰法院分别于3月25日、5月21日组织干警到永丰小学实验中学开展“扫黑除恶”法律知识宣

传教育。

3月25日,该院来到永丰小学,开展法律知识进校园活动,周剑峰法官运用生动的语言向学生一一讲解了关于校园扫黑除恶和保护自身安全的相关知识。

5月21日,该院走进区实验中学,开展“扫黑除恶”专项法律知识讲座,通过发放宣传资料、宣讲等方式向学生宣传扫黑除恶专项斗争内容及相关法律法规知识。宣讲过程中,该院周鸿

敏法官通过分析案例,详细地为学生讲解了扫黑除恶专项斗争内容、如何分辨黑恶势力、遇到校园暴力应该怎么办,提醒广大学生在遇到危险和不法侵害时,应该学会用法律武器保护自己,并介绍了黑恶势力的举报方式及途径。

“扫黑除恶”法律宣讲进校园活动的开展,让广大学生对校园黑恶势力犯罪有了更深刻的理解,为纵深推进扫黑除恶专项斗争工作打下了良好的基础。

## 农产品“推销女能人”轶事

刘仁和

用线上线下营销农产品,当年就初见成效。

刘秀芳可以说天生就是做生意的料,她自主创业获得成功后,一鼓作气将推销农产品这块“蛋糕”做的越来越大,现经营的有广丰马家柚、柚子皮、马家柚酒、洋口粉干、铜钹山腊肉、廿四都糖糕、野生山茶油、土鸡蛋、岩蜂蜜、红糖、红薯粉丝等几十种广丰土特产,更可贵是她顽强的意志和舍得吃苦的创业精神深深感染着他人。就是身怀六甲也去参加各种农产品展销会。更让人称道是2018年10月23日早上,刘秀芳自己驱车前往横山镇果农种植基地上收购马家柚时,中午肚子开始疼痛,临

盆在即。她又自己开车赶回广丰,下午在医院就顺利产下一个可爱的小宝宝。她一满月就将小宝宝托给60余岁的老母亲代带,自己又投入到如火如荼的全民创业的大潮中。据了解,2018年她为果农销售天桂梨2万余斤、猕猴桃3万余斤、马家柚5万余斤以及其他各类农产品,既解决了当地农民卖农产品之难,还鼓起了自己的腰包。

成绩只能说明过去,新的一年,刘秀芳又吹响了继续创业的集结号。2019年1月18日,她满载着广丰优质农产品,参加第二届上饶迎新春年货节,农产品由于货真价实被广大市民抢购一空,实现了开门红。

## 扫黑除恶应知应会(四)

八、扫黑除恶专项斗争“一案三查”指什么?  
既要查办黑恶势力,  
又要追查黑恶势力背后的“关系网”和“保护伞”,  
还要倒查党委、政府的主体责任和有关部门的监管责任。

九、扫黑除恶专项斗争“两个一律”指什么?  
对涉黑涉恶案件:一律深挖其背后腐败问题;  
对黑恶势力“保护伞”:一律一查到底、绝不姑息。

十、扫黑除恶专项斗争应做到哪“两个结合”?  
扫黑除恶要与反腐、基层“拍蝇”结合起来;  
要与加强基层组织建设结合起来。

十一、铲除黑恶势力滋生土壤的治本之策、关键之举是什么?  
加强基层组织建设。

十二、扫黑除恶专项斗争有哪些工作措施?  
摸线索、打犯罪、挖“保护伞”、治源头、强组织。

十三、“扫黑”与“打黑”有什么区别?  
打,打的只是一个点;  
扫,扫的就是一大片。

虽然一字之差,但对广度、深度、力度提出更高要求,反映的是党中央国务院保障人民安居乐业、保障社会安定有序、保障国家长治久安的坚定决心。

十四、“扫黑除恶”中的“黑”与“恶”指的是什么?  
“黑”是指黑社会性质的组织;  
“恶”是指恶势力、恶势力犯罪集团。

## 夏季到来时,除湿正当时!(一)

进入初夏,医院中医科就诊的病人中舌头胖大或者舌上有厚苔的患者比例明显增多,这样的舌象说明体内有湿气!今年的湿气比往年来得都要早!

湿气被称为“万恶之源”“万病之源”,在致病的风、寒、暑、湿、燥、火“六淫邪气”中,中医最怕湿邪。而湿邪从不孤军奋战,总是与其他邪气狼狈为奸,如湿与寒在一起,称为湿寒;与热在一起,称为湿热;与风在一起,称为风湿;与暑在一起,则称为暑湿。据统计,有超过60多种疾病与湿气有关,因此,去除湿气刻不容缓。

湿气重的症状

俗话说“千寒易除,一湿难

去。湿性黏浊,如油入面”。体内是否有湿气,可从以下五大信号来判断。

信号一:舌苔厚腻

如果舌苔厚或舌体胖大,且舌头边缘还伴有明显的齿痕,那就证明体内的湿气已经很重了,甚至已经造成脾虚了,应及时调理身体。

信号二:大便不成形

如果大便像熟过度的香蕉一样外形软烂、黏腻、不成形,粘在马桶上不易被冲走,则说明体内有湿气,消化吸收功能异常。

信号三:食欲差

到了该吃饭时没有饥饿感,吃一点就感觉胃里胀胀的,还伴有隐隐的恶心想吐感。这也是脾胃

功能弱、体内湿气过重的表现之一。

信号四:小腿肚发酸

早上起床后感觉小腿肚酸痛且沉,同时近期还存在体重增加或虚胖现象,也是体内湿气重造成的。

信号五:精神状态差

湿气重常常有胸闷的感觉,长呼一口气后才舒服,而且常感身体疲乏,懒得活动,有头昏脑涨之感、易困倦、记忆力减退现象。



## 创国卫应知应会(四)

36.什么是病媒生物?病媒生物主要有哪些?

答:病媒生物是指能传播疾病的生物,一般指能传播人类疾病的生物。如:苍蝇、蚊子、老鼠、蟑螂等。

37.“三清一化”活动具体是什么?

答:清扫、清除、清洗和美化。

38.灭蚊、防蚊的方法有哪些?

答:(1)清除积水、控制蚊虫孳生地;(2)对成蚊采用灭蚊片、蚊香、喷洒药物、拍打等方法驱除或灭杀;(3)室内用纱门、纱窗以及蚊帐防蚊。

39.我国规定卫生城市有几个级别?

答:有国家卫生城市、省级卫生城市两个级别。

40.API指数是什么?

答:空气污染指数。

41.为什么饭前便后要洗

手?

答:可预防肠道传染病和寄生虫病。

42.高血压患者的饮食应注意什么?

答:饮食要清淡,要低脂肪、低盐、多维生素、不吸烟、不酗酒。

43.饮水卫生要做到哪些?

答:(1)喝煮沸过的温开水;(2)不喝生水;(3)不与他人共用水杯。

44.如何有效控制禽流感?

答:在禽流感暴发后,快速果断的将病禽扑杀,同时进行消毒、隔离是控制禽流感蔓延的最有效方式。

45.当您在路上,口中有痰时如何处理?

答:无论在什么地方,都应吐在纸巾里再丢到垃圾桶里。