

党员突击队“一站式”服务社区居民

近日,市天然气公司党支部组织党员突击队,跟随“流动营业厅”服务人员走进新镇虹桥景观苑社区服务中心,为该小区的居民用户提供“一站式”服务,集中办理开户业务,并对居民用户进行安全用气知识宣传,提高用户的安全意识。

了近500户居民,用气需求比较大,用户也比较急切。天然气公司为方便居民办理业务,主动与社区沟通联系,将“流动营业厅”设在社区服务中心,提供零距离服务。居民只要带上身份证、房产证和银行开户缴费凭证,便可报装开户,同时签订供气合同。

活动现场,天然气公司党员突击队设立咨询台、发放用气宣传手册,并面对面解答用户的疑惑。同时,他们帮助居民用户使用手机微信公众号“微客服”,按页面步骤,填写身份信息,拍照上传相关证件,再提交审核,快速办理开户业务,提高了办理效率,减少了居民用户排队等待时间。

天然气公司党员突击队表示,将继续发挥党员的先锋模范作用,以实际行动践行“心系万家、气通万户”的核心理念,让群众少跑腿,为客户提供优质、高效、满意的服务。

■通讯员 周敏洁

制作“小贴士”用气保安全

近日,市天然气公司客户服务部完成了《安全用气小贴士》的制作印刷。工作人员通过点火通气和安检两个上门服务环节,将小贴士带到用户身边,提醒并引导用户日常注意安全用气,将事故隐患尽可能消除在萌芽状态。

“用气不要关门窗,阀门用后随手关;胶管连接隐患多,金属软管更安全……”“小贴士”内容丰富,通俗易懂。在入户环节,工作人员将其张贴在用户燃气表附近的橱柜门内侧,以便用户在查看燃气表、开关阀门时提醒自己安全用气,掌握应对突发情况的技能。

此外,工作人员在日常安检中与用户交谈时发现,有相当一部分用户一直没有弄清楚怎样去判断阀门

的开关,而有的用户甚至根本没有关阀门的习惯。根据这一实际情况,天然气公司在制作小贴士时,将阀门开关的状态通过图片的形式印刷在贴纸上,使用户能更直观地了解,引导用户养成良好的用气习惯。

市天然气公司表示,接下来将继续积极创新宣传方式,不断拓宽宣传渠道,将安全用气知识真正融入用户生活的每个细节,用行动来诠释“心系万家、气通万户”的核心理念。

■通讯员 钟炎鑫



天然气公司优质服务获客户赞誉

日前,平湖万坤置业有限公司将一面写有“处处求质量至上,时时为客户着想”的锦旗送到市天然气公司,对该公司工作人员尽职尽责、客户至上的优质服务表示感谢。

区。天然气公司对该小区天然气项目十分重视,安排专人跟踪项目进展情况,重点把控工程质量和进度。由于疫情影响,年后项目开工时间被延后了2个月,房产公司原定于8月底交房临时变为一期6月底交房,二期10月底交房。面对时间紧、任务重的

情况,为确保项目顺利完成,天然气公司召开工程推进会,制订针对性的项目建设方案。工程管理部科学安排施工工序,主动放弃休息日加班加点,于今年6月提前顺利完成整个小区配套燃气工程建设,使商品房准时交付于客户手中。目前,该小区已

具备通气条件,计划本月完成通气。

锦旗上熠熠生辉的金字,既是鼓励,更是鞭策。接下来,天然气公司将继续秉承“心系万家、气通万户”的核心理念,为客户提供优质的服务。

■通讯员 金思雯

开展防雷检测 保障安全生产

近日,市天然气公司组织人员对用户端的燃气调压站防雷装置开展了专项安全检测,以进一步提高用户端燃气调压设施的防雷安全性,确保居民生活、工业生产夏季用气安全平稳运行。

使设备不能正常工作,影响用户的正常用气。此外,因燃气调压计量柜为封闭环境,如有燃气微量泄漏,不易释放而积聚,会导致事故的发生,特别是设置在市政道路旁的调压计量柜受到雷击的概率相对较大。为了使防雷装置起到可靠的保护效果,天然气公司近期根

据需求采购了接地电阻测试仪,并制订了检测及维护保养计划,在雷雨季来临之际,安排专人开展调压柜防雷专项检查。主要检查防雷系统导体有无因锈蚀或机械损伤而折断的情况和接地的连接情况,并测量其接地电阻值,发现接地电阻值有很大变化时,及时安排除

锈或补装电极。

针对此次防雷安全检测中发现的防雷安全隐患和故障防雷设施等,天然气公司制订了整改与修复计划,及时消除隐患,确保管道燃气设施的安全性能,促进燃气安全生产。

■通讯员 钟炎鑫

平湖工行举行环明湖健康跑团建活动

近日,工行平湖支行联合人民银行平湖市支行,开展环明湖健康跑团建活动。

本次活动分为健康跑环湖4圈9.9公里、徒步组环湖2圈5公里两种方式进行,同时以明湖观

景台为起点,环明湖跑。当天6:30,全体人员在明湖指定地点集合待发。

7:25,随着一声号令,大家争先恐后冲出了起跑点。瞧,运动健儿们如离弦的箭,疾步奔跑,向既

定的目标进发,弯曲的跑道上,大家昂首阔步、你追我赶、奋力向前;徒步走的队员健步前行,行走过程中,大家边欣赏沿路的美景,边呼吸着新鲜的空气,相互鼓励,相互加油。

本次活动也是一次文明之行、友谊之行,更是全行员工的一次教育之行。通过活动,锻炼了大家的意志,加深领悟不怕困难、勇往直前的精神,引导全员全心全意为客户服务。

■通讯员 陈瑛

东湖支行禁毒知识宣传形式多样

工行平湖东湖支行采取多种形式,积极参与“无毒嘉兴,你我共创”全民禁毒宣传活动。

高度重视,认真组织实施。网点结合《禁毒法》实施纪念日、“虎门销烟纪念日”“国际禁毒日”等重要时间节点,利用晨会时间组织员工进行禁

毒防毒警示教育,引导员工以案为鉴,树立正确的世界观、人生观和价值观,自觉加强思想道德建设,养成良好的工作和生活作风。

突出主题,丰富宣教内容。围绕“无毒嘉兴,你我共创”宣传主题,积极学习有关禁毒知识及案例。同

时,通过营业厅电视机播放禁毒公益宣传片,组织员工进行学习,丰富员工禁毒知识,了解各类毒品犯罪新动向和防范措施,使大家更清楚地认识到毒品的危害,增强自我保护意识。

结合日常业务,创新宣传形

式。在宣传内容上,将禁毒宣传与反洗钱以及防范电信网络诈骗和非法集资等宣传相结合,使宣传活动有内容、有支撑、更实用,让员工充分认识禁毒和反洗钱工作的重要性,进一步提升日常反洗钱工作的责任意识。

■通讯员 陈春风

服务规范化培训提升客户满意度

为进一步提升员工服务技能,切实提高客户服务的质量与客户满意度,日前工行平湖支行举行服务规范化培训,分析今年工行嘉兴分行考核标准变化,点评部分网点服务录像情况。

解读服务考核办法。培训中,首先针对工行嘉兴分行营业网点服务质量检查评分表进行了考核标准解读,重点对柜面服务礼仪进行了详细的讲解,尤其是今年服务流程中发生变化的环节。着重对柜面物品摆放

是否整齐、一米线问题是否落实、是否佩戴口罩上岗、授权或内部沟通时是否知会客户等要点进行了重申。

现场点评促规范。现场调取了事先截取的临柜录像,要求与会人员认真看录像,找问题、作点评,讨论改

进措施,使现场人员真正感受到差距。

通过此次服务培训,使网点员工对文明规范服务标准也有了更深入的了解,进一步增强了全员的服务意识,确保各项服务规范落实到位。

■通讯员 陈瑛

平湖工行资讯

平湖工行进行兼职通讯员培训

近日,工行平湖支行对来自各部门、网点的30余名兼职通讯员进行了一次集中培训。

培训中,该行围绕“怎样当好通讯员”而展开,结合大量的网讯写作实例,从网讯栏目与框架的搭建、视角的选取、提升敏感性等方面进行了深入浅出的讲解,为通讯员们献

上了针对性强、实用性强的“网讯知识大餐”,鼓励大家踊跃投稿,现场互动热烈。

此次培训内容非常丰富,针对性和实用性都很强。学员们纷纷表示,要多写网讯、写好网讯,把该行的特色优势宣传出去,为业务经营发展播好鼓、吹好号角。

■通讯员 陈瑛

不动产线上抵押登记 “一站式”服务方便群众

为进一步助力“最多跑一次”改革,方便客户办理相关抵押登记手续,提升银行服务质量,提高办事服务效率,工行平湖支行加强与市不动产登记中心对接,切实做好“抵押登记线上办”工作。

该行个贷中心通过与不动产登记中心远程联系,实现个人贷款中心线上办理,安装线上抵押平台,进而实现与政务数据抵押登记系统的成功对接,并安排专职人员办理抵押登记。同时,积极参加不动产

登记中心组织的培训,不断提升业务能力,减少抵押退件的发生概率。

今年上半年,通过系统办理的抵押已接近千件,顺利实现从信息录入系统、审核通过、权证提取、贷款发放的全流程操作。该平台的推广,不仅方便了客户办理业务,同时也提升了银行前台的工作效率,加快了贷款发放速度,更是强化了对不动产状态真实性的确认。

■通讯员 孙婵

科普之窗

饮料代替水,不利于身体健康

夏天,各式各样的饮品成为不少年轻人和小孩子的“防暑神器”,导致白开水的摄入量大大减少。那么饮料能够代替水吗?经常喝饮料对人体有哪些影响呢?

水对人体的重要性

首先,水是生命之源,富含人体必需的矿物质和微量元素,能够很好地被人体吸收,是人体最不可缺的物质。人体摄入的饮用水可以调节体温、保护细胞、润滑关节,能够输送营养到身体的每个细胞,并将废物排出

体外,从而有助于维持细胞的新陈代谢,促进消化,改善便秘;水分经过大肠和小肠吸收后,进入毛细血管或淋巴管,成为血液的重要组成部分流入心脏,最后由心脏输送到全身各个组织。

其次,成年人机体组织中水分占60%-70%。人体内缺乏水分会导致体液失衡,血液的浓度增加和pH值降低,从而影响新陈代谢的正常进行,会诱发超重、高血压、糖尿病、过敏、哮喘等多种疾病。

经常喝饮料的影响

血液90%的成分来源于水,在一定程度上,“水质决定血质,血质决定体质”。有些人会通过喝大量的饮料来补充水分,然而并不是所有饮料对身体都是有益的。

含有糖分和添加剂的饮料。大部分饮料是将饮用水、糖分、果汁或添加剂混合成一定比例进行勾兑的,一方面能够丰富水的口感和味道,起到解渴作用;另一方面,颜色亮丽的饮料更能吸引顾客的关注。但是长期饮用此类饮料,容易导致糖分

摄入过多,加重身体消化负担。人们容易产生饱腹感,从而降低食欲,导致营养失衡,影响身体发育,诱发超重、糖尿病、高血压等疾病。

含有碳酸的饮料。碳酸饮料中含有磷酸盐和大量二氧化碳成分,长期饮用会影响人体钙元素的吸收,不利于人体骨骼发育,诱发缺铁性贫血等症状。此外,健康的人体多呈弱碱性,血液中的酸性物质过多不利于血液循环,会导致人体免疫力下降。

养成良好生活习惯,远离冠心病

随着生活节奏的加快,人们的工作和生活压力越来越大,冠心病成为危害人类健康的“头号杀手”,发病率逐年升高,发病年龄越来越年轻化。

研究显示,睡眠时间与冠心病风险呈“U”型关系,睡眠时间过长或过短都会显著增加患冠心病风险。每天睡7-8小时,患冠心病的风险最低。与每天睡7小时相比,每减少1小时患冠心病的风险就升高11%,每增加1小时患冠心病的风险则升高7%。由此可见,改善平时的生活习惯对于预防冠心病的作用是非常重要的。那么,冠心病早期有哪些症状?如何通过睡眠预防冠心病呢?

冠心病的表现及风险

冠状动脉粥样硬化性心脏病是冠状动脉血管发生动脉粥样硬化病变而引起血管腔狭窄或阻塞,造成心肌缺血、缺氧或坏死而导致的心脏

病,常常被称为冠心病。临床上主要有原发性心脏骤停、心绞痛、心肌梗死、心力衰竭和心律失常等类型。

生活中患者会表现为脉搏不齐,出现忽快忽慢症状;遭受寒冷、惊吓刺激或用力时会心悸;从事体力劳动出现心慌气短、易疲乏;熟睡中惊醒后出现胸闷、气短、心悸;身处人多场合时更容易出现缺氧、胸闷等症。

如何通过睡眠预防冠心病?

养成规律作息。长期睡眠欠佳会打破人体正常的生物钟,容易引起脏器功能失调。此外,睡眠不足会导致人吃得更多,破坏饮食结构,褪黑素分泌减少,易加重心理和生理失调,从而诱发高血压、冠心病。因此,早睡早起,避免熬夜工作,定期监测和控制血糖、血脂、血压,能够起到预防作用。

最佳时间是1点-2点,每天午睡半个小时,冠心病发病率会减少30%。餐后活动20分钟后进行1小时左右的午休,能够有效舒缓心血管系统,缓解紧张情绪。

营造睡眠环境。人生有三分之一的时间是在睡眠中度过的,好的睡眠环境是提高睡眠质量的第一步。保持卧室良好的通风环境,睡前减少接触电子设备的时间,睡姿采取右侧卧、头高脚低等方式都能够减缓心脏压力。

(摘自《人民网·科普中国》)



平湖市科学技术协会 嘉兴日报社平湖分社 联办

公益/广告

让平湖拥抱健康 让健康融进平湖

市委市政府健康平湖建设领导小组办公室 宣