

架起沟通桥梁 促进民族团结

——当湖街道开展国家通用语言文字培训侧记

语言不通、交流困难,是许多少数民族群众融入城市发展的最大障碍。去年以来,为进一步铸牢中华民族共同体意识,提高在少数民族群众特别是新疆籍务工人员普通话“听说读写”能力,当湖街道通过开设国家通用语言文字培训班,帮助各族居民群众准确使用国家通用语言文字进行表达、交流,从而更好地融入本地生活。

开班:目标打破语言障碍

结束了一天的工作后,市职业中专民族融合教学部派驻教师过桂芬匆匆赶赴市区一家新疆烧烤店。她此行的目的是为了给国家通用语言文字培训班的学员提供面对面的辅导授课,烧烤店店主阿丽屯·图尔迪正是她的学生。“普通话里面说‘吃烧烤’,和咱们维吾尔语里‘烧烤吃’的表达不太一样。”过老师耐心地纠正着学员们的语法错误,并引导他们用普通话和顾客进行交流。

近年来,随着平湖经济社会的快速发展、城市化进程的不断加快,各族居民群众纷纷选择来平湖投资兴业、落户生活。但他们中有人普通话水平相对较低,语言障碍加上文化差异,使得他们一时间难以融入本地生

活。“通过学习国家通用语言文字、了解本地文化、通晓风土人情,可以使他们安其居、乐其业。”当湖街道党委认为,开设国家通用语言文字培训班有利于民族融合。对此,街道党委高度重视,拨付专项经费给予支持,使培训班成为关心帮助各族居民群众的一大专项行动。

有了丰厚的组织基础,谁来为学员们授课,成为摆在面前的又一个难题。经过多方打听,过桂芬老师成为了最佳的人选。“过老师不仅通晓普通话和民族语言,还对各民族习俗有很深的了解。”当湖街道相关负责人介绍说。凭借过硬的政治素质和专业本领,过桂芬成为了国家通用语言文字培训班的主讲老师。去年9月,在平湖市“同心石榴红·奋进新征程”主题实践活动启动仪式上,由当湖街道领办的国家通用语言文字培训班同步启动、正式开班。

授课:线上线下灵活教学

如何办好国家通用语言文字培训班,在平湖并无前例可循,教材选定、课程安排及授课方式等都需要去尝试和摸索。当湖街道精心设计了包含普通话听说读写、民族政策以

及“五个认同”等相关的学习内容,选择《教你学国家通用语言·情景会话·即学即用》作为语言教材,辅以上大课堂、线下小课堂的教学模式。上课频率、时长等,也是充分考虑了学员工作、生活实际情况。

“绝大部分学员普通话基础薄弱,仅能完成简单的寒暄,还有的人不敢开口交流,生怕自己说得不好。”过老师根据学员们的语言基础,将50多名学员分成了基础班和提高班。在开班第一课上,她将自己的“十八般武艺”用到了这两个由男女老少组成的班级里。从汉字识认到情景对话,从语序纠正到声调辨别,耐心施教。“之前总担心大家会没兴趣,但每一个学员在培训中都学得非常努力,对语言学习有着热切的渴望。”过桂芬说。

在随后的几个月中,50多名学员完成了线下14节、线上27节的语言培训课程。在系统的语言学习后,学员们的普通话口语水平提高了很多,不仅克服了临场的怯懦和紧张,还能够流利地完成对话。毋庸置疑的是,培训班的开展提高了少数民族同胞的语言水平,扩大了他们的生活半径,丰富了他们的生活。

融入:课堂成为桥梁纽带

培训班的举办,得到了新疆籍人员平湖市党支部的大力支持,也为党委、政府与各族居民群众间的沟通交流搭建起了桥梁纽带。“为奥布力艾则孜·伊马木尼亚孜的子女寻求在平接受义务教育的途径、帮助奥布力亚森阿卜拉上医院看病、指导阿卜力米提·伊敏创业……”新疆籍人员平湖市党支部书记李继臣如数家珍地介绍着近期的工作。在培训班线下授课时,他时常全程跟班,与过老师一同走访学员、负责培训班授课的协调。对于这项工作,他投入了太多的情感:“将国家通用语言文字培训作为切入点,让各族居民群众在平湖和谐幸福地生活,这也是我们民族工作的意义所在。”

曾受到新疆籍人员平湖市党支部帮助的维族小伙阿卜力米提·伊敏是语言培训班的“班干部”,作为能讲一口流利汉语的资深维吾尔族居民,他主动为培训班开班及后期培训东奔西走,通过他的口耳相传,越来越多的维族居民群众加入到培训班学习之中。“我爱平湖,平湖是我的第二个家!”阿卜力米提·伊敏骄傲地说。

做好城市民族团结工作,关键在于找准

与各族居民群众利益结合点和情感共鸣点。多年来,当湖街道深耕民族工作,进行了许多有益的探索和实践:连续9年开办“小候鸟”暑期夏令营,开阔各民族孩子眼界;成立“七彩同心”石榴红宣讲团,唱响民族团结好声音;累计开展各类宣传活动25场;发挥石榴红七彩志愿服务队同心参治作用,组织各民族同胞积极参与疫情防控、文明创建、反诈宣传等志愿服务,当湖成为了各族居民群众共建共享的美好家园。

下一步,当湖街道将继续办好国家通用语言文字培训班,持续推动氛围营造、阵地提升、活动开展等方面的民族团结进步工作,将“四爱四争”“五个认同”“民族团结一家亲”等思想融入到工作实践中,为奋力打造中国

式现代化的金平湖璀璨明珠贡献力量。

■记者 潘慧敏 通讯员 王晓磊



科普之窗

血脂高不但会引起动脉粥样硬化、冠心病,还有可能诱发胰腺炎等一系列严重危害人体健康的疾病,大家需要重视。

引起血脂异常的原因非常多,有一部分患者与遗传有关,这往往是由于基因缺陷引起的,而这些患者的家庭成员,比如父母、兄弟姐妹也常常会有血脂异常现象,具有我们所说的“家族聚集性”特征,这些患者的血脂异常称之为原发性

血脂高了,平时饮食注意些啥?

脂异常。也有一部分患者的血脂异常与饮食及不良生活习惯有关,比如喜欢吃油炸的食物、喜欢久坐、不喜欢运动等。另外,有一些患者的血脂异常是继发性的,是因为身体有些疾病,比如糖尿病、免疫系统疾病、肾脏疾病等;还有些患者的血脂异常是因为用了一些特别的药物,比如激素、利尿剂。另外,妇女绝经后由于缺乏雌激素,也有可能引发血脂的异常。

哪几类花,容易引发过敏?

“草树知春不久归,百般红紫斗芳菲。杨花榆荚无才思,惟解漫天作雪飞。”唐代诗人韩愈的诗句,描绘了这样一幅春日景象:百花使尽浑身解数争奇斗艳,没有艳丽花朵的杨树、榆树也不甘示弱,飘飘洒洒地来一场暖春“飞雪”。很多人认为,这种似“飞雪”的杨絮就是“杨花”,但实际上,杨絮只是杨树的种子。而此前杨树雄花散发的肉眼看不到的花粉,是引起春季花粉过敏

高发的原因之一。

什么花容易引发过敏?其实,花色越鲜艳、气味越重的花,花粉引发过敏的反而越少;靠风传粉的“风媒花”,让大量花粉飘浮在空气中,当表面含有蛋白质的花粉进入人体呼吸道时,就会引起人的免疫反应,出现过敏现象。

植物传粉的“外力”主要来自两种媒介——风和昆虫。杨树、法国梧桐、松柏等植物,花小、没有香气、

那么血脂高了,平时饮食方面注意些啥?

如果很喜欢肉食,那么记得在烹调动物性食品时,尽量避免油炸。胆固醇的摄入不能过多,一般每日不超过200mg。动物内脏、蛋黄、鱼子、鲑鱼等胆固醇含量过高,适量食用就好。平时可以多吃海鱼,因为海鱼中的Ω-3脂肪酸,也就是多聚不饱和脂肪酸,能够降低血液的黏稠度,使得血液中的脂肪

酸向着健康的方向发展,对身体有益。

平时注意保持食物的多样性,以谷类为主,多吃一些新鲜的蔬菜及瓜果类。注意精细搭配,粗粮中可适量增加玉米、燕麦等成分,每天进食350g左右主食,一定要少吃甜食。另外,大豆中豆固醇有降血脂作用,可多吃豆制品。当然,增加运动,避免超重和肥胖,坚持吃清淡少盐的食物,都可预防“三高”。

的概率就大了,人们也就更容易过敏。

杏花、樱花、油菜花等,或花色鲜艳,或气味扑鼻,或富含花蜜,容易招蜂引蝶,靠它们帮忙传播花粉,被称为“虫媒花”。它们的花粉颗粒较大,表面黏乎乎,不易随风扩散,通常就不会引起过敏。当然,我们赏花时也不要大意,要是距离花太近,也会吸入花粉颗粒。为防过敏,最好的办法就是戴好口罩,离花远一些。

如何彻底清洁牙齿?

众所周知,口腔卫生对于维护口腔健康、预防口腔疾病至关重要。但要保持良好的口腔卫生状况,彻底清洁是关键。

复杂的牙齿生存环境

牙齿不仅是部分牙面为凹陷曲面的多面体,而且牙齿之间的排列方式也相当多变,这就会导致牙齿的清洁工作并不简单。按照清洁的容易程度由高到低对各个牙面进行排序,其结果依次为:唇/颊面(相对光滑,且处于牙弓外侧)>舌/腭面(相对光滑,但处于牙弓内侧)>咬合面(凸凹不平、沟壑纵横)>相邻面(空间狭窄)。由此可见,牙齿相邻面清洁难度最大。

如何清洁牙齿各个面?

唇/颊面、舌/腭面、咬合面,通常都可以通过刷牙清洁。但单纯依靠刷牙,唇/颊面的清洁效果最明显,而咬合面的清洁效果最差。这也是很多人尽管已经很努力刷牙了,却依然无法避免咬合面发生蛀牙的本质原因。毫无疑问,相邻面是最难搞的牙面,其清洁难度最大。目前有牙签、牙线、牙缝刷、水牙线等工具来辅助牙面的清洁。

在上述工具中,牙线是普遍适用的牙缝清洁工具。它最显著的特征,是身材纤细,可以在牙缝中自由穿梭,正确使用不会损伤牙龈。水牙线,又称冲牙器,虽然可以比较彻底地清洁牙缝中牙齿接触区以外的区域,甚至还可以冲洗牙齿与牙龈交界的区域——牙龈沟,但它确实无法触及接触区。因此,牙线和水牙线组合可以使牙线如虎添翼,但千万不可以用水牙线替代牙线。牙缝刷的清洁能力其实是远胜于牙线,但鉴于其体型较大,并不适合于牙缝正常的人群使用。牙签,可以说是最常见的牙缝清洁工具,但与其他同类工具相比,不仅体型硕大,而且质地坚硬,很容易损伤牙龈。 (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

“红色同心圆”探索银商共建金融服务新模式

近期,工行平湖支行党总支会同人行平湖市支行党支部,与平湖·中国服装城党总支联合开展“红色同心圆,金融助发展”推进服装业高质量发展党建工作流程。

交流会上,服装城党总支介绍了作为全国最大的羽绒服专业市场,12年来始终坚持以党建求经营发展,做大做强民营企业的经验和

体会。

工行平湖支行党总支介绍了以加强党的全面领导提升经营管理能力,打造金融铁军,推动全行实现高质量发展的主要做法,以及支持服装城市场商户健康发展的创新举措。支行针对性开发产品,并不断优化服务,提高业务办理效率,主动降费让利,惠及市场商户,

减轻商户资金周转压力,实现银商共赢。

人行平湖市支行党支部着重介绍了金融支持民营企业发展的举措和我市支持羽绒服装市场高质量发展的政策。

为共同探索党建结对金融服务的新模式,工行平湖支行营业部党支部、百步支行和金平支行联合党

支部分别与服装城市场第一党支部、第二党支部签订了结对共建协议,就学习资源共享、金融服务上门、商户网格共建等达成了共识。

此次“红色同心圆,金融助发展”党建结对共建活动,进一步探索了银商共建新模式,为打造全国一流服装城贡献了工行力量。

■通讯员 崔晓东

平湖工行开展防诈骗演练活动

工行平湖支行营业部结合当前防范电信网络诈骗工作要求,于近日组织开展了防诈骗演练活动。演练模拟营业网点内柜员办理业务中遇客户汇款涉嫌被骗引发的事件而展开。

支行营业部首先在晨会上就网点员工熟练掌握处置外部诈骗突发事件进行了布置,旨在提高办理业务中发现突发事件后的指挥决策、协同配合和处置应对能力。同时,提出演练要

求,特别是演练要点和注意点,并进行了桌面演示,保证演练更加顺畅。

演练过程中,模拟网点营业时现金柜员接待一名办理汇款业务的客户,当系统出现风险预警提示页面,提示对方客户存在涉诈风险,而所需采取的应急措施。演练按照要求,采取桌面演练、即场景设置后,由主持人逐个向参加演练的柜员提问,按照角色,现金柜员首先对客户

后,及时用暗语告知现场经理,并停止汇款操作。现场经理在知晓具体事宜后,询问汇款人核对汇款用途、理由、收款人等信息,提示防范电信诈骗。其他在场人员补充回答,如涉嫌电信网络诈骗,客户中止汇款的,登录外部欺诈风险信息系统进行报告;如未涉及电信网络诈骗,并经提示后客户坚持汇款的,再为其办理汇款业务。同时,大堂经理协助网点负责人劝阻相关涉诈客户。网点保安

员提高警惕,加强警戒,维护正常营业秩序。

演练结束后,网点负责人进行了点评和总结,要求切实做好防范电信网络诈骗工作,全员务必做到活学活用,对客户办理业务要多询问,查清来龙去脉,做好“五必问”和“一必签”,加强与客户的沟通交流,进一步提升员工的快速反应能力和上下协同作战的能力。

■通讯员 朱磊

开发区支行结合实际 做好反假币工作

工行平湖开发区支行全面落实人民银行货币反假培训工作要求,组织开展了形式多样的反假币知识培训,切实提升网点甄别能力,防范误收误付风险。

网点结合实际操作,组织柜员学习有关假币收缴、鉴定管理办法。特别是对新出现的各类伪造、变造币及时进行归纳总结,不断提升现金业务人员的反假识别能力。对于新入行的临柜员工,上岗前均进行针对性的现金基础业务知识培训,强化反假意识,以便在实际操作中更规范、快捷地处理好相关业务,规范网点在假币收缴、鉴定和人民币收付业务过程中的操作流程。

网点要求临柜人员严格做到持证上岗、当面操作、换人鉴

定、双人办理、透明操作、盖章收缴。严格按照相关规定,在做好假币收缴工作的同时严禁将已收缴的假币重新流入市场,对收缴的假币要求登记保管,并按时上缴。严把柜面付款关,未经清分整点的现金坚决不得对外支付。此外,要求各网点利用班前、班后、业务空余时间开展岗位练兵,熟练掌握A类点钞机的使用方法。并采用情景演练、案例分析、经验交流等形式提升柜员鉴别水平。

此外,还在网点营业场所显著位置摆放反假币宣传折页,设置一名反假币宣传员,负责营业时间接受客户的咨询和对外宣传,让客户掌握识别假币的技能、了解假币的危害及银行收缴假币的流程等。

■通讯员 孙林洁

平湖工行资讯

健康平湖 公益/广/告



市委市政府健康平湖建设领导小组办公室 宣