

嘉兴督查组赴天然气公司进行安全检查

近日,嘉兴市城镇燃气安全专项整治工作督查组来到市天然气公司,开展安全检查。

督查组首先听取了天然气公司基本情况汇报,随后前往公司门站,对生产运

行、压力容器、特种设备等安全管理工作进行全面细致的检查。

交流会上,督查组对天然气公司在城镇燃气安全专项整治工作方面所作出的努力予以肯定,同时对下阶段工作提出了要求:

一要主动承担能源保供责任,强化安全管理措施落实;二要继续深化安全生产监督,压实压紧责任,加强对燃气工程管理和燃气管道、特种设备安全管理等的监督检查。

天然气公司表示,下阶段将根据督查

组提出的要求,认真分析和总结前阶段工作,及时落实整改措施,按照“严、细、实”的工作作风开展查漏补缺,不断提升燃气安全生产工作管理水平,全力保障供气安全。

■通讯员 沈欣洲

举行专题党课 提升党性修养

日前,市天然气公司党支部举行第四季度专题党课活动。

活动中,天然气公司全体党员认真学习了习近平总书记在浙江考察时的重要讲话精神,系统把握、深刻领悟其中的丰富内涵、精神实质和实践要求。大家在学习中展开了热烈的讨论,认为习近平总书记在浙江考察时的重要讲话,高屋建瓴、思想深邃、内涵丰富,极具政治引领力、思想穿透力、实践推动力、精神感召力,充满了对浙江大地、浙江人民的深情厚爱,体现了对浙江工作的充分肯定和殷切期望,赋予了浙江新的使命定位和重点任务,为浙江新起点上做好各项工作指明了前进方向、提供了根本遵循。

党课结束后,全体党员纷纷表示,要继续立足本职岗位,领会好、践行好习近平总书记重要讲话精神,并将其作为贯穿工作的主线,进一步找准方法、找对路径,增强信心、增添动力,力求落实到各项工作的全过程、各环节。

■通讯员 周敏洁



近日,市天然气公司营业厅巾帼服务队来到新埭星光苑小区,为小区居民提供业务办理、燃气安全宣传等集成服务,拉开了秋冬季“燃气安全宣传进社区”活动的序幕。

随着城乡一体化统筹发展及“三进”工作的持续延伸,农村新社区居民对使用天

然气的意愿较为强烈。星光苑小区是新埭镇继虹桥景苑、芦席嘉苑等开通天然气的第9个农村新社区。天然气公司考虑到该小区居住人口以老年人为主,线上办理的模式对老年人来说存在较大的困难,加上新埭距离平湖城区较远,用户前往营业厅

办理业务实属不便。于是,工作人员主动联系社区,实行业务“上门办+集中办”的模式,为居民现场进行燃气开户、安全宣传等服务。活动当天,完成现场开户69户,发放安全宣传资料100余份。

据了解,今年以来天然气公司已累计

开展各类流动营业厅服务20余次。天然气公司表示,将继续以服务需求为导向,提供“安全、经济、清洁、贴心”的燃气用气服务,并不断促进服务与互联网的结合,进一步提升综合型便民服务能力 and 用户满意度。

■通讯员 钟炎鑫

廉洁高效热情服务 收获房企致谢锦旗

近日,平湖市鸿正房地产开发有限公司向市天然气公司送来一面写有“热情服务,廉洁高效”字样的锦旗,对该公司热忱尽职的服务表示感谢。

鸿正房地产公司目前新建小区为位于曹桥街道的悦湖里小区。由于小

区主要面向外地客户,对燃气管道敷设及园区绿化美观度都提出了较高的标准和要求。天然气公司秉承全心全意服务客户的宗旨,从企业拿地开始就探索燃气设施管道的布置,在满足安全用气的前提下,最大限度地保留

楼盘外立面的整洁和小区整体布置的合理性。在对接过程中,天然气公司提出的燃气配建方案获得了客户的高度赞同。在配建过程中,天然气公司主动衔接工程进度,最终圆满完成了燃气配建任务。

锦旗是一种荣誉,同时也代表着责任。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,一如既往地为广大燃气用户提供优质高效的燃气用气服务。

■通讯员 余 汛

科普之窗

掌握这些诀窍 变成泡茶高手

对于泡茶来说有很多讲究,如果不能掌握泡茶要领,就不能体会到茶叶的香气,影响到喝茶的口感。这里,就来说说“泡茶”这件事。

我们首先需要了解泡茶的“三要素”:置茶量、泡茶水温 and 浸泡时间。泡茶高手常用“茶水比”(茶叶和水的比例)来描述茶叶的用量。用专业器具和方法泡茶时,一般的绿茶、白茶、红茶和花茶,可选1:25的比例;乌龙茶和黑茶往往追求浓厚口味,多采用

这些不良习惯,会让心脏“撂挑子”

都说心脏是人体的发动机,只有当心脏正常运作,才有足够的“马力”给全身各个器官输送血液和营养物质。可是,心脏也有自己的小脾气,如果您不注意爱护它,它也会“撂挑子”。这里,就来跟大家聊聊哪些情况会让心脏“罢工”。

经常“吞云吐雾”。研究发现,吸烟是心肌梗死发病的重要危险因素之一。数据显示,全球每年约有190万人由于吸烟或者二手烟暴露引发冠心病

而失去生命,约占全球冠心病死亡的五分之一。烟草中的尼古丁和一氧化碳,会损坏血管内皮,同时还可升高血压,引发动脉粥样硬化,长期吸烟甚至可诱发猝死。

总是暴饮暴食。进食量过多,尤其是大量进食油腻食物,会导致血液流速减慢,增加心脏负担,还可增加血小板聚集性,容易引发急性心肌梗死。另外,过量饮酒也可加快心率,升高血压,并诱发心律失常。因此,七分

饱、清淡饮食是健康饮食基本原则,至于喝酒,能不喝的时候最好别喝,尤其是患有慢性病或者正在服药的人群,千万不能喝酒。

老是久坐不动。不少人上班就坐在电脑前,下班就窝在沙发里,每天久坐时间超过6小时,如果一直维持这种情况,真的是“坐”以待毙。研究发现,那些完全不运动、每天久坐超过8小时的人,跟坐得少并且动得多的人相比,全因死亡风险增加了80%,心血管死

亡风险翻了一番。

喜欢当“夜猫子”。有些人是因为工作而熬夜,但更多人是由于玩手机、打游戏而熬夜。无论哪种原因导致的长期睡眠不足,都会引起血液中的炎症因子聚集,诱发动脉粥样硬化,还会影响心脏传导系统,导致心律失常等情况。当然,无论是睡眠过少或者睡眠过多都会增加心血管疾病发生风险,而健康的睡眠模式有利于心血管健康。

不做“小糖人”,运动时间巧安排

美国哈佛大学和哈佛医学院的生物医学信息学家发现,在上午和下午进行体育运动,与患2型糖尿病的风险降低之间存在着相关性。发表在《欧洲糖尿病学杂志》上的这项研究成果表明,总体育运动量是影响患2型糖尿病风险的一个重要因素。运动的时间安排也在减轻糖尿病风险方面发挥了作用。

为考察在上午、下午或晚上进行体育运动及一致性 with 2型糖尿病风险之间的关系,研究人员从英国生物样本库中选取了93095名没有2型糖尿病病史的参与者,他们的平均年龄为62岁,在腕部佩戴了一周的加速度计。

研究人员捕捉了一个人在一天中进行的所有类型的活动,包括家务、散步和剧烈活动。研究人员在3个时间段内测量完成代谢当量,分别为上午(6:00-12:00)、下午(12:00-18:00)和晚上(18:00-24:00)。

分析结果显示,体育运动对预防糖尿病具有保护作用,代谢当量值(MET)每增加1个单位,上午锻炼和下

午锻炼的人群患上2型糖尿病的风险分别下降了10%和9%。这种相关性基本上是线性的,这意味着完成更多MET/小时的人比完成较少MET/小时的人患上2型糖尿病的风险要低得多。在调整了其他生活方式变量(如睡眠、饮食、教育和收入)后,这一结果仍然具有统计学意义。

然而,在晚上进行体育活动 with 2型糖尿病的风险之间没有统计学上的显著相关性。此外,在一天中的任何时间进行中高强度和剧烈的体育运动都能降低患2型糖尿病的风险。

(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

“反诈拒赌校园行”宣传活动展开

为切实做好在校学生金融知识宣教工作,进一步增强广大学生的金融安全 and 风险识别意识,提高学生的金融风险防范和自我保护能力,近期工行平湖支行组织人员来到稚川学堂,开展“反诈拒赌校园行”宣传活动。

宣传活动中,该行向在校师生讲解电信网络诈骗的惯用手法和作案方式等,特别是针对现在学生喜欢的手机游戏存在无限制的充值和向陌生账号转账的现象,提醒学生不轻信来历不明的电话、信息,不向陌生人透露自己和家

人身份资料、存款、银行账号等信息。

活动现场,工作人员还从征信与征信系统、征信报告、征信与金融等方面,系统全面地进行了讲解,阐述了征信记录与诚信社会建设的深层联系。

课堂上,学生们坐姿端正,一脸认

真地听着工作人员的精彩讲解。工作人员还向大家发放了《防范电信网络诈骗》《征信知识宣传》手册,让学生们针对手册中案例所涉及的相关骗局及征信知识,现场开展讨论,收到良好的宣传效果。

提升网点服务质量 助推业务快速发展

今年以来,工行平湖独山港支行以提升服务为着力点,充分利用对外宣传窗口,加大社会宣传工作力度,多措并举提升网点区域知名度,树立良好的社会形象,助推各项业务的快速发展。

深化服务,全面彰显服务品牌。网点引导员工不断增强自身服务素质,提高自身服务能力。充分利用工商银行优良的服务环境平台,加快业务创新,拓展

业务发展市场。把握机遇,带动各项业务跨越发展。吸引社会各界对网点发展的支持,通过积极走访赢得了本地优质企业客户的信任,企业配套金融服务得以顺利实施。积极履行社会责任,提升社会形象。网点积极参与各项社会公益活动,切实提升社会形象,在助推业务发展的同时,也带动了理财、保险基金等业务的不断发展壮大。

普及金融知识,守住百姓“钱袋子”

工行平湖支行结合实际,积极开展“普及金融知识,守住‘钱袋子’”“普及金融知识万里行”活动。

支行利用晨会、客户经理例会、案例分析会等,学习风险提示、案例

分析等。各网点电子显示屏滚动播放宣传语,厅堂摆放宣传教育参考资料,利用空闲时间进行厅堂宣传,分发宣传资料,向客户讲解相关金融知识,介绍合法合规的投资渠道和理财方式,引导公众理性投资、合

法理财。除了在营业网点采取张贴海报、摆放宣传折页、现场回答市民咨询提问等方式外,还以“三走进”、社区对接等形式,重点针对务工人员、青少年、老年人等普及金融安全知识。

通过网点阵地宣传、网络、新媒体等各种宣传形式,有效引导广大市民增强金融风险防范意识,帮助金融消费者 and 投资者理性选择适合自己的金融产品与服务,远离非法金融活动。

平湖工行资讯

健康平湖 公/益/广/告

美好生活从健康开始
健康城市从文明开始

市委市政府健康平湖建设领导小组办公室 宣