

8月7日下午,胶州姑娘殷梦蝶晋级巴黎奥运会女子500米单人皮艇1/4决赛——

挥桨奥运 筑“梦”巴黎



图片来源:央视频

□实习记者 陈嘉纯 报道

本报讯 8月7日,在马恩河畔韦尔水上体育场,巴黎奥运会迎来了皮划艇静水的第二个比赛日。北京时间15:40,胶州姑娘殷梦蝶在女子500米单人皮艇分组预赛中,以1分52秒29、小组第四的最终成绩成功晋级1/4

决赛。

8月7日的赛程竞争异常激烈。殷梦蝶凭借精湛的技艺、过人的体能和坚韧不拔的精神,在赛程的前半段以52秒23的优异成绩位居前列,顺利完成比赛。

殷梦蝶的团体项目——女子

500米四人皮艇决赛A将于8月8日19:40分举行,她的优异表现不仅展现了我国皮划艇运动员的竞技水平和精神风貌,也体现了胶州籍运动员在国际赛场上的风采和实力。同时,我们也期待她在未来的比赛中继续发挥出色水平,为国家 and 家乡争光添彩。

胶莱街道爱心暑托班

心有所“暑” 不负所“托”

□记者 宋楠 报道

今年暑假,为解决部分双职工家庭的后顾之忧,丰富职工子女的假期生活,胶莱街道暑期爱心公益托管班开班,形式多样、精彩纷呈的暑托班成了娃们的好“趣”处。

“我祈祷拥有一颗透明的心灵和会流泪的眼睛,给我再去相信的勇气……”8月2日,在胶莱街道宋闫新村的公益托管班,孩子们正开心地合唱歌曲《夜空中最亮的星》。

“我们村的公益托管班已经默默陪伴了孩子们三个春秋。这个温馨的港湾,不仅为低年级的学生提供了放学后的学习乐园,更以其细致入微的托管服务和丰富多彩的课外活动,赢得了家长们的赞誉。”宋闫新村公益托管班负责人说。

暑假期间,一些父母由于工作繁忙,无法按时地送孩子去托管班,但是又担心孩子年纪太小无法自行安全地去托管班,正当一筹莫展之际,宋闫新村托管班便给家长们送来了“福音”——围绕班车站点枢纽附近建立儿童托管班,并由专门的老师负责接应,每天都有30多名孩子在这托管,孩子们集



体学习、写作业,享受着浓厚的学习氛围。而到了家长下班时间,孩子们则会被有序地接回家中。如遇特殊情况,如家长因故晚到,托管班的老师们还会主动承担起临时监护的责任,甚至将孩子带回家中等待,直至家长到来。这种全方位的安全守护,让家长们倍感安心。

此外,托管班积极探索“作业辅导+兴趣课堂”的模式,除了基础的学业辅导外,还与文明实践站联合精心设计了多种寓教于乐的课外活动。像阅读、绘画、剪纸等文化活动,不仅培养了孩子们的阅读兴趣和艺术修养,还激发了他们的想象力和创造力。而龙头帽、花灯、布艺等传统手工艺活

动,更是让孩子们在动手实践中感受中华文化的魅力,传承和弘扬了优秀传统文化。这些丰富多彩的活动,让孩子们在快乐中成长,收获了知识与技能,更收获了自信与快乐。

相较其他托管班,胶莱街道宋闫新村的公益托管班的服务内容更优化,从以“托”为主向“托”“育”并重过渡,结合各园区、街道、社区的特点和学生及家长的需求,开设了体艺、科技、文化、思政、作业辅导等课程;服务方式更多元,选派全市优秀教师担任假日志愿者,根据个人特长开设特色课程。此外,受益群体也逐渐扩大,未来将考虑将幼儿和初中群体纳入其中。

工商银行胶州支行做客《行风在线》

《行风在线》新闻直击

□记者 冯纯 报道

本报讯 8月7日,中国工商银行胶州支行副行长刘正君,做客胶州广播电视台FM87.5《行风在线》直播间,围绕金融支持实体经济、乡村振兴、金融产品与服务等方面的工作与广大市民在线交流。

直播过程中,有市民拨打热

线电话咨询,最近经常收到信用卡还款的短信通知,但是没有办过信用卡,不知道怎么回事。刘正君回复说,建议该市民到就近的工商银行网点查询一下名下是否有工商银行信用卡,如果有卡且不用可以注销,确认没有的可以到网点或者拨打95588屏

蔽信息。

还有网友咨询,工商银行的信用卡怎么能减免延期还款的手续费?刘正君回复说:“近几年的工商银行信用卡在还款时间的三天内且最优还款额小于100元,在这两种情况下,都是免收延期利息的。”

本期《行风在线》共收到市民咨询和反映问题18个,工作人员将在七个工作日内向市民作出答复,不属于上线单位受理的将转交相关部门办理。

争当文明有礼 胶州人

弘扬节俭美德 共建文明餐桌



□记者 宋楠 报道

走进餐厅,“节俭惜福 文明餐桌”的文明提示触目可及;入座点菜,服务员主动送来“按需点菜 制止浪费”的温馨提醒;菜品上桌,公筷公勺、主动分餐、鼓励打包等服务细致到位,形成“感恩光盘 从我做起”的浓厚氛围……我市各级党政机关、群团组织、行业协会和相关企业积极行动,广大市民积极参与,“餐桌文明”建设的成效可知。

实施“光盘行动” 遏制餐饮浪费

记者在我市某自助餐馆采访时,餐馆负责人告诉记者,为确保当日新鲜食材供应,每日所需食材都是凌晨新鲜采购,确保顾客能享受到最新鲜食材。

然而,在满足顾客对菜品“新鲜”要求的同时,如何解决餐饮浪费和平衡菜品供需与市民日常用餐倡导“光盘行动”同样重要。

“像自助餐、大型聚会等场景食物的需求量是很多的,很多餐饮店会根据平均客流量以及每个顾客的用食需求的最大量去准备餐品,一些商家无法很好地保证每日的食材用料,就会在源头上造成浪费,同时也因为浪费的原因,菜品的单价也水涨船高。”市场监管局相关负责人表示。“婚宴、自助餐、餐饮外卖等环节都是食物浪费的重灾区,针对这些问题,我们将加大制度供给力度,建立健全制止餐饮浪费长效机制,加强对餐饮企业的监督检查,要求餐饮企业在醒目位置张贴节约粮食的标识,提醒顾客适量点餐。此外,还鼓励餐饮企业提供小份菜、半份菜等服务,方便顾客按需点餐,减少浪费。”

联动学校

开展节约粮食主题教育

“锄禾日当午,汗滴禾下土。谁之盘中餐,粒粒皆辛苦。”

为弘扬中华民族勤俭节约的优良传统,帮助幼儿了解粮食的重要性,从小养成珍惜粮食、文明用餐的好习惯,推进全环境立德树人,近日,我市志愿服务联合会走进瑞华幼儿园积极开展了“文明用餐 厉行节约”的主题活动。

活动中,志愿者们根据幼儿年龄特点,通过视频、图片、讲故事等多种形式开展“文明用餐 厉行节约”主题活动,让孩子们通过了解粮食的来之不易,理解节约粮食的重要意义,知道在生活中珍惜农民伯伯用汗水和心血灌溉出来的粮食,养成节约粮食的好习惯。

主题宣讲

让“文明用餐”入脑入心

大力普及餐桌文明知识、推广餐桌文明礼仪、倡导节约用餐行为,连日来,我市各个镇(街道)相继开展“践行新风尚 文明餐桌从我做起”主题宣讲活动。

活动中,志愿者向不同辖区内的居民宣讲文明餐桌行动的意义,围绕适量点餐、使用公筷、餐桌不吸烟等方面,用通俗易懂的语言将“文明餐桌 节俭养德”的理念传递给大家。同时,针对“光盘行动”“公勺公筷”“珍惜粮食,拒绝浪费”“厨余垃圾”等问题,与大家进行了知识和经验分享。志愿者们来到小区内,向过往居民发放文明用餐倡议书,倡导居民从我做起,积极参与文明餐桌行动,共同倡树美德健康生活方式。

下一步,我市将继续深化文明餐桌行动,广泛动员社会各界参与,共同营造文明、和谐、幸福的用餐环境。



拒绝“剩”宴 不负“食”光

近年来,餐桌上的不文明现象层出不穷:点菜时“眼大肚子小”导致大量的残羹剩菜出现,用餐时大声喧哗、随意吸烟吐痰,用餐结束后将餐桌上堆积如山的剩菜弃之不管……影响他人的心情和食欲。

当“盛”宴变成“剩”宴;当“舌尖上的美味”变成“舌尖上的浪费”;当餐桌上的“富足”凸显文明的“缺失”,悠久而古老的美德被抛弃于点滴细节之中,我们应当意识到,拒绝“剩”宴倡节俭、不负文明好“食”光刻不容缓。

拒绝“剩”宴需吃得合理。

“取之有度,用之有节,则常足。”放纵点餐只能满足一时的虚荣,大鱼大肉反而不利于健康。只有吃得合理、有度有节,生活才能常足常乐,身体才能常健康安。

所以,我们要树立理性消费观念,自觉做到合理点餐、不够再添,量力而行、杜绝浪费,荤素搭配、营养均衡。合理点餐看似是“少点”一点,其实是“多做”一点,我们在践行这一“少”一“多”之时,“舌尖”节俭便涵养了“心间”美德,小小“餐桌”就带动了大大“文明”。