

银川天气



12月13日(星期六)
-10℃~1℃
晴
北风1级
空气质量良



12月14日(星期日)
-9℃~4℃
晴
北风1级
空气质量良



12月15日(星期一)
-7℃~7℃
晴
北风1级
空气质量良

政策“活”享安居

本报讯(记者李鲲鹏)12月11日,记者从银川住房公积金管理中心获悉,随着公积金政策持续优化,越来越多的灵活就业人员享受到住房保障福利。截至11月底,全市全年灵活就业人员开户人数达22893人,同比增长592.47%。

“以前总觉得公积金是‘单位人’的福利,我们送外卖的哪敢想?现在不仅能自己开户缴存,还能申请低利率贷款买房!”从事外卖配送5年的骑手李强说道。今年4月,他成为银川灵活就业人员住房公积金制度试点首批参与者之一,并于9月成功申请到35万元公积金贷款,用于购买首套住房。李强表示,最让他满意的是政策的灵活性——每月缴存额度和时间可根据收入自行调整。“上月订单多就多缴点,淡季就少缴些,压力小了很多。”

据银川住房公积金管理中心数据显示,11月新增灵活就业人员开户5118人,环比增长461.8%;其中新增缴存人数4172人,单月实缴人数已超过今年1~10月总和(3918人)。银川在23个灵活就业试点城市中的排名也从10月的第19名跃升至第2名,扩面规模创下历史新高。

发行投诉:6010188 6021170
新闻投诉:6015303
广告热线:6031733 6036433
全年定价258元/份

空调、微波炉、按摩椅…… 这辆“退役公交”里 藏着劳动者的温暖一隅

时值寒冬,在寒风中坚守岗位的户外工作者们十分辛苦。为此,银川市公交公司创新思路,将曾穿梭于大街小巷的退役闲置公交车,改装为舒适、便捷、温馨的“流动工会驿站”。

明黄底色搭配亮眼红色,车身上“向劳动者致敬”的字样格外醒目。走进车厢,暖意扑面而来,明亮整洁的环境令人备感舒适。一位刚收车的公交驾驶员捧着热水暖手,笑着说道:“这么冷的天能喝一杯热水,特别舒服。公司的安排很贴心,我们感受到关怀,也更有动力把更优质的服务带给乘客。”

驿站里究竟藏着哪些贴心服务?志愿服务工作者康丽丽向记者一介绍:空调可在冬夏调节适宜温度;带按摩功能的座椅帮助缓解疲劳;车厢一侧配备饮水机、烧水壶和微波炉,让劳动者既能喝上热水,也能吃上热乎饭;售卖机随季节更新饮料零食,方便及时补充能量;此外,电视、充电插座、储物柜、应急药箱等也一应俱全。到了夏天,打开车窗、支起遮阳棚,车厢外还能形成一个“小



「流动工会驿站」。

吧台”式的休憩区。

秉持“移动的温暖港湾”这一理念,银川市公交公司对退役公交车内部座椅布局进行优化改造,打造出集休息、学习、交流等功能于一体的“流动服务站”。这里不仅是户外劳动者歇脚充电的场所,也成为工友们互助分享的平台,切实传递着工会组织的关爱。

“每次到站休息,我都习惯来驿站接点水、歇一歇,放松心情。”一位公交驾驶员表示,驿站冬天提供热水、夏天

备有冷饮,让日常便利了不少。另一位驾驶员也坦言,长时间驾驶精神高度集中,回到驿站躺上十来分钟,能有效缓解疲劳,从而以更好的状态投入工作。

退役公交的“华丽变身”,是银川市公交公司盘活闲置资产、提升资源运营效益的一次创新探索。这个小小的流动驿站,以其细致的服务为户外劳动者撑起一片舒适的天地,也成为城市关爱一线劳动者的生动写照。

记者 辛佳雯 雍雨 文/图

清水洗菜胜过“偏方” 实验揭示农残去除真相

据《生命时报》

“淡盐水洗菜能杀菌”“小苏打去农残更彻底”“淘米水是天然清洁剂”……这些流传甚广的洗菜“妙招”,是否真的更好呢?近日,上海市消保委联合上海市食品工业研究所展开了一项蔬菜清洗实验,结果发现,用上述方法清洗绿叶菜,去除农药残留的效果不如清水。

01 四种方式处理 清水去除率最高

试验

为了模拟真实的农药残留情况,实验人员来到蔬菜基地,在绿叶菜上喷洒两种常见农药——甲氨基阿维菌素苯甲酸盐(常用于防治菜青虫、夜蛾)和啶虫脒(常用于防治跳甲、蚜虫)。3天后,实验人员分别用清水、淘米水、淡盐水和小苏打水对绿叶菜样本进行“浸泡5分钟+冲洗0.5分钟”的处理,比较农残去除效果。

结果显示,四种方式对低浓度的甲氨基阿维菌素苯甲酸盐均能实现100%去除,但面对较高含量的啶虫脒时,差异明显:清水的去除率达63.6%,淘米水为60.3%,小苏打水为59.7%,淡盐水仅为56.3%。

02 清水何以胜出 不仅安全还可靠

分析

清水去农残主要依靠“浸泡”和“冲洗”的物理作用。浸泡会让水渗透到蔬菜表面及浅表层,溶解部分农药;流水冲洗则将溶解的农药带走。相比之下,淘米水中的淀粉会附在蔬菜叶面,反而阻碍水分充分浸泡蔬菜,影响农残去除效果;淡盐水的离子强度会改变蔬菜表面的电荷与渗透压,阻碍水对

农药的溶解和洗脱。

至于小苏打水,虽然理论上碱性环境可能分解部分农药,但现代常用农药对弱碱的耐受性较强,家庭调配的小苏打水浓度不足以实现有效分解。而且,弱碱性还可能破坏蔬菜表面的蜡质层和细胞结构,让农药更易释放,也可能使部分本可被冲洗掉的农药“钻进”受损组织内。

03 控制浸泡时间 用流动的水冲洗

提醒

用清水洗菜时,需要注意以下细节:

1. 控制浸泡时间,避免久泡。长时间浸泡对去除农残没有好处,一般10到15分钟效果较好。浸泡时间过长,蔬菜会重新将农药吸附进去,有些营养成分也会流失。
2. 冲洗要用流动的

水,而非盆里的水。这样可以确保蔬菜表面的污垢和农药残留被冲走,而不是重新附着在蔬菜上。

3. 最好先洗后切。蔬菜切开后,细胞壁被破坏,农药更易渗透进组织内部,同时切口处的汁液会加速营养流失。

邮箱:wb96111@163.com
地址:银川市解放东路143号
邮编:750004
印刷:宁夏银报智能印刷科技有限公司(银川市宝湖中路450号)

新闻热线:4012020



微信公众号



视频号



抖音号