

扶沟县城盲道被占现象严重

市民呼吁：还盲道于盲人

□晚报记者 金月全 文/图

本报讯 人行道、盲道上停满了摩托车、电动车、自行车……昨天，记者调查发现，人行道、盲道被占现象在扶沟县城随处可见。

大部分盲道被占用

2月2日上午，记者调查发现，扶沟县城桐丘路、昌盛路、新建路等路段的盲道占用严重，有的盲道形同虚设。新建路扶沟联通公司附近，几十辆摩托车、电动车和自行车杂乱无章地摆在盲道上(如图)。

“你知道这是盲道吗？”记者问一位正在往盲道上放摩托车的男子。“知道，大家都把车放这，我咋不能放？”这位男子对记者说，他一直都把摩托车停在扶沟联通公司附近的盲道上，“随时可以看到，还省了存车费。”

在昌盛路一家鞋店门外，4辆机动三轮车无视盲道的存在，整整齐齐地横在盲道中央。市民打此路过，只能侧着身子“见缝插针”。

“谁也不管是不是盲道，哪能放车就放哪儿。”市民李女士说，平

时还好得多，一到重大节日时，街上乱停放现象就特别严重。临近春节，县城明显热闹了，李女士希望有关部门出面治理一下。

除车辆乱放外，小摊小贩也在不同程度地占用盲道。在桐丘路，记者看到一位菜农把装满大葱的三轮车停在盲道上叫卖。当记者问他时，这位菜农称不知道什么是盲道。

不少人不知盲道用途

在记者随机采访的市民中，不少人不知道盲道的用途。

“原来盲道是专门供盲人行走的啊，我还以为是美化道路才铺成这样的。”在新建路与桐丘路交叉口附近，一位长期占用盲道从事手机保护膜生意的男子这样对记者说。而市民刘先生则表示，车辆乱停放，占用盲道的现象自己也没注意过，但市民本意并不是占据盲道，只是由于这方面的知识欠缺，在不不知情的情况下占用了盲道。

采访中，记者还了解到，一部分市民则是为了自己方便而随意占用盲道。



还盲道于盲人

据了解，目前，扶沟县城有5公里左右的盲道被不同程度占用，不仅给盲人出行带来不便，还威胁着盲人的人身安全。

“盲道是盲人行走的道路，我

们应该还盲道于盲人。”采访中，部分市民表示，盲道被占现象应引起有关部门的重视，采取相应措施来杜绝盲道上随意停放车辆，禁止小摊小贩在盲道上卖东西，并尽可能地让市政设施也少占用盲道。

看“笑脸”再就餐 吃个放心年夜饭

我市启动“放心年夜饭”专项检查行动

□晚报记者 王丽丽 实习生 丁晶晶

本报讯 临近春节，年夜饭预订日益火爆，就餐环境、卫生条件成为市民关注的焦点。为此，市卫生监督处启动为期3个月的“放心年夜饭”专项监督检查行动，来保障年夜饭的就餐环境。市卫生监督处提醒市民，吃好年夜饭，先看“笑脸”再就餐。

针对年夜饭卫生情况，市卫生监督处昨日发布春节期间食品安全消费预警，提醒市民订年夜饭可先看代表餐饮单位卫生环境的“笑脸”“苦脸”再就餐，以此来辨别就

餐环境、卫生条件的好坏。据介绍，市卫生监督处已对市区的餐饮单位进行了卫生评级活动，带有“笑脸”的餐饮单位表示其卫生情况达标，“哭脸”表示不达标。

昨日上午，市卫生监督执法人员检查了市区部分餐饮单位，深入厨房、冷菜间等食品加工、餐具清洗场所。从检查情况看，一些承接年夜饭的餐饮单位整体卫生状况较好，能够自觉按照《餐饮业和集体用餐配送单位卫生规范》的要求操作，从业人员持有效健康证明上岗，个人卫生良好。但也有部分餐饮单位存在生熟食品混放、餐具清

洗力度不够、食品原辅料采购索证登记台账缺失等问题，针对出现的问题，执法人员当即向这些餐饮单位的老板发出了卫生监督意见书，责令他们限期整改。

市卫生监督处提醒市民订年夜饭时注意以下几点：充分了解餐饮单位经营规模以及接受预订年夜饭的业务量，选择经营规模与接受业务量相适宜的餐饮单位，事先查看是否公示了卫生许可证、从业人员健康证等；留意餐饮单位的卫生信誉度，最好选择卫生硬件设施较规范的A、B级餐饮单位；尽可能将饭菜的卫生质量、数量、价格、支

付订金情况及违约如何赔偿等事项形成书面约定，丑话说在前面，做到心中有数；要求餐饮单位列出具体菜单，了解每一道菜的具体用料和用量，注意防范个别经营者用库存积压甚至变质的原材料制作年夜饭。另外，市民在就餐后一定要向餐饮单位索要发票。

市卫生监督处还强调，一旦发生食物中毒事件，除及时救治病人外，应将病人用药前的呕吐物、排泄物及时保存，保护好现场并及时向所在地卫生行政部门报告。这是市民应尽的职责和义务，有利于市民维护自己的合法权益。

延伸阅读



本报综合消息 离春节越来越远，大家开始为大年三十的年夜饭预订忙碌起来。虽说各大饭馆、酒家都推出了精心搭配的套餐，鸡鸭鱼肉海鲜应有尽有，但从营养健康角度看，大多不尽如人意。

营养专家指出，健康的饮食并不是“这也不能吃，那也不能吃”，健康的饮食一样可以享受美食，重点要把握总量控制、平衡膳食、合理搭配、适当消耗等几个基本原则。

控制总量摄入，荤素主食搭配合理 根据中国营养学会的调查，近几年来，都市人最突出的饮食问题

有：谷物、薯类消耗下降，每人每天吃油过多，加上缺乏运动，带来一系列高血压、糖尿病等慢性病。因此每天吃饭把握好每一类养分的摄入量很重要。

中国营养学会建议，每人每日不超过25克油脂的摄入量；一般成年人每天的谷类食物摄入250g至400g为宜；蔬菜以每人每天300g至500g为宜；每人每天水果的合适量是200g至400g；大豆或豆制品的合理摄入量为30g至50g每人每天。

中国营养学会专家蒋家驷主

团圆年夜饭饮食总攻略

任医师建议，春节假期里要注意饮食调节，吃的零食多、点心多，在正餐时需适当减量，否则会出现营养过剩，尤其是在连续多天的活动量不多，能量消耗减少的情况下。如果某餐(天)荤菜吃得多了，那么下一餐(天)应多吃一些素菜，以利体内调节，达到营养平衡。吃过多的荤菜会使人体内环境变成酸性，干扰正常新陈代谢。

注意饮食卫生，人多最好用公筷

春节吃的东西很多，要注意饮食卫生。蒋家驷介绍，通常一个地区的餐饮业发生的食物中毒比例占各食品业中的70%左右，因为餐饮业大多是手工操作，污染环节较多。有的食物污染是自然界本身就存在的，例如鸡、鸭、鹅携带沙门菌概率在12%—14%。因此建议尽量选择正规卫生条件达标的餐馆、酒楼，点菜时尽量不要选择生的或半生的食物。打包吃剩的菜，应放到冰箱里冷藏，不要以为冬天温度很低而大意，因为房间内的温度总是相对较高的。

此外，中国人吃饭的习惯是围着一桌，每人的筷子在同一菜碗里取食，有的人还喜欢在碗里“捣来捣去”或为客人夹菜，如果其中有人患有容易传播的传染病，很可能

造成疾病的传播，所以提倡坚持使用公筷。

年夜饭点菜指南

根据健康饮食的基本要求，蒋家驷对外出就餐的人，提供了一些实用的点菜小窍门。

菜量恰当：虽然打包的好习惯已逐渐形成，但吃剩菜剩饭毕竟还是不好，如果是自家人吃饭点菜最好不要讲究排场，能吃多少点多少。不要忘掉主食，可以选择米饭、素菜包、饺子、麦包、窝窝头等等，最好吃粗粮。

荤素搭配：1/3素菜，1/3荤菜，1/3半荤半素菜。其中素菜选择绿色蔬菜、红色蔬菜(如胡萝卜、西红柿、南瓜等)，食用菌(如香菇、草菇、蘑菇、木耳、银耳等)，建议还加上根茎类(如土豆、百合、山药、莲藕等)，豆制品。而荤菜，建议优先选鱼虾等水产类、鸡鸭等禽类、蛋类。此外牛肉虽然是红肉，但它的总脂肪量比猪肉低一半，两者相比较，建议优先选牛肉。

用油量要适当：因为脂肪是浓缩的能量，它产生的热能是蛋白质、糖类的2倍还多，吃太多的脂肪易导致动脉硬化、高血压、糖尿病等。通常饭馆、酒楼做菜，油很多，建议点菜时，要求少放油。(健身)

高速交警“亮剑” 打击车匪路霸

车辆倒客、宰客也在打击范围

□晚报记者 陈永团

本报讯 为了让在外漂泊的人员春节平安回家，记者昨日了解到，市高速交警支队启动了打击道路车匪路霸的专项行动。盗窃、抢劫司乘人员钱财、对乘客行骗、车辆倒客、甩客、宰客、在高速公路上下抢运输物资等违法行为也将是本次打击的重点。

据了解，春运期间，外出务工人员返乡、学生回家、市民探亲、外出旅游等都将集中到一起，人员高度集中，一些不法分子抓住过往旅客集中、返乡人员归心似箭而防范意识低、外出务工人员喜好携带现金回家等特点，组成团伙，相互配合，利用行骗、偷盗等方式窃取旅客钱财。更有甚者，直接携带凶器，利用威胁、恐吓等方式实施抢劫，对群众生命财产安全构成巨大威胁。

为坚决遏制此种行为的发生，周口高速交警支队成立打击小组，联合高速公路沿线派出所、刑警队、高速路政等力量，采取提高警车巡逻力度、营造打击宣传攻势、民警伪装乘客等方式向不法分子“亮剑”。对实施上述行为的，一旦查证属实，高速交警支队将按照法律规定从严处理。

高速交警提醒市民，在乘坐长途客车时要看管好自己的钱财，提高防范；遇到有人行骗时，切莫贪图不义之财；发现有扒窃、抢劫钱财的，要想法设法报警；驾驶员遇有突发情况，可以通过闪烁大灯、不按规定车道行驶等反常行为引起民警的注意。另外，乘客不要为了贪图便宜乘坐黑车、无牌无证车。

线索提供 文 强 常守振

■“九阳杯”第三届春联大赛报道之八

春联作品选登

上联：家富国富人民富富溢乾坤
下联：山美水美江山美美满人间
横批：人富家美

上联：世纪新年代新人新事新心亦新
下联：国家美故乡美山美水美梅更美
横批：人新景美

上联：孔孟老墨古贤思想名垂千古
下联：毛周邓胡今圣业绩异彩万丈
横批：留芳百代

上联：整党风严国法惩治腐败决不手软
下联：保民生促经济振兴中华当仁不让
横批：共产党伟大
(张富强 淮阳县)

上联：千人驻村队融入千家乡万户查民情办实事建设富裕幸福农家
下联：科学发展观更新思想观念思路绘蓝图打造平安和谐社会
横批：与时俱进
(吕耀光 商水县)

春联征集仍在火爆进行中，欢迎读者踊跃投稿。

本次征集活动将于2月5日结束，应征作品可发送电子邮件至zkwbwxd@126.com，也可以发送短信至13592220180。

本次春联大赛共设奖项20个，奖品由周口九阳小家电提供。