

甘做老百姓的贴心人

——记南湾社区好片警甘地祥



甘地祥在为小方磊上户口的事忙碌。

本报记者 王洋 通讯员 魏照亮

“生活简朴,作风正派,工作格外认真,从不贪图小便宜,是个难得的好人。”他沉着、冷静、睿智,一般的案件都难不住他。”在南湾社区警务中队,提起一位民警,同事和辖区百姓总是赞不绝口,他就是甘地祥。

甘地祥今年54岁,1979年参军,2000年转业到中队,一干就是14年。“参加公安工作就是第二次参军,能为群众办点实事我觉得很光荣,宁愿在这里干一辈子。”甘地祥

毫不掩饰他对基层工作的热爱。

南湾属于城乡结合部,老甘所管辖的7个行政村很分散,但辖区10000多名群众,谁家有个风吹草动他都了如指掌,被称为辖区的一本“活地图”。甘地祥的同事告诉记者,前些年不少村庄交通落后,晴天一身灰,雨天两脚泥,老甘硬是凭着一双铁脚板,一辆电动车,走遍了辖区的每一户人家,为群众讲解法律法规,进行防火防盗宣传,帮助照顾孤寡儿童和留守老人。

在南湾社区警务中队,群众都喜欢找老

甘办事,因为他热情负责,总能给群众满意的答复。采访时,一名妇女来到社区中队,指名要找老甘。原来,这名妇女和自己的丈夫是近亲结婚,两个孩子遗传性双目失明。因为是超生,乡计生办要求其缴纳社会抚养费,家里条件不好未交上,小儿子方磊7岁了都没上户口,实在没办法才来求助老甘。

老甘看在眼里急在心里,立即把情况跟中队领导作了汇报,并亲自到她家中走访,找街坊四邻取证,确认情况属实,老甘立即来到乡政府、计生办、民政所等部门协调。该跑的手续都跑完了,他才松了口气,此时已是下午1时许。随便找个地方,两碗米饭一个菜,他吃得呼呼作响。“你怎么吃饭这么香?”“今天没白忙活,小方磊的事情总算有眉目了,能给群众办成事,吃饭能不香吗?”老甘朴实地说。

老甘毕竟50多岁了,身体也会不时出现些问题,但他从未因为身体原因请过病假,十几年如一日坚守在岗位上,妻子的埋怨,孩子的不解,都让老甘淡淡一笑给搪塞了过去。18岁到54岁,老甘把最美好的年华奉献给了部队和警营,正因为有了千千万万个像老甘一样的基层社区民警,才有了群众的幸福安康。

身边人身边事

下车开门大意不得

交警部门:下车前要“二次开门”

信阳消息(见习记者 韩蕾)“前几天骑电动车接孩子放学的时候,没注意前面有辆私家车车门突然打开了,还好我及时刹车,不然就撞上了。”昨日,在市十三小门口接孩子放学的张女士心有余悸地对记者说道,“就差一米,险些撞上了,真吓人!”

除了张女士,不少市民都遇到过这样的状况,有的是自己亲身经历的,有的是亲眼所见。“有一次下雨天,我在路边等人,只听见‘砰’的一声,一对骑电动车的母女,撞上了突然打开的车门。”周先生对记者说道,

“下雨视线本来就不好,车里面的人又急着下来,这不就撞上了,还好人没什么事。”

停车开门之前会不会先观察路况,就此记者随机采访了一些车主。不少车主都表示开门下车之前都会比较谨慎,都会先仔细观察一下路况,尤其是观察一下后方有没有电动车、摩托车之类的小型车辆,同时也会提醒车里的人员,下车的时候看看后方有没有车。但是也有一些车主表示,没有注意到这些细节问题,但以后会留心的。

对于这种现象,交警部门提醒广大车主,

驾驶人、乘车人在开车门之前,应该先通过后视镜观察一下车辆侧方是否有电动车、自行车或者行人经过,开车门时应进行“二次开门”,车停好后,首先把车门开个小缝隙,观察一下周边的情况,也是告诉后方的人车,要开车门了,这是第一次开门;确定周边没有危险,也没有车辆或者行人通过后,再开门下车,这是第二次开门,如果乘车人开门时不注意,驾驶人也要及时提醒。同时,为了安全,市民在行走或者骑车的时候,也要注意和车辆保持一定的距离,以防被突然打开的车门所伤。

创卫健康知识

(接上期)

30. 腌制食品很好吃,可以经常吃吗?

答:尽量少吃。

31. 怎样做才不会营养不良?

答:食物要多样化,改变挑食和偏食的不良习惯,加强运动以促进食物中营养素的吸收。

32. 烹调时如何正确使用加碘盐?

答:临上菜时再加盐

33. 怎样预防碘缺乏?

答:①吃碘盐;②婴幼儿、孕妇口服碘油丸;③多吃海带、紫菜、海鱼等海产品。

34. 什么叫合理营养? 合理营养的原则是什么?

答:概念:指膳食中所含的营养素种类齐全,数量充足,比例适当,并与身体的需要保持平衡。

原则:①多样化;②重视三餐搭配;③食品荤素、粗细平衡;④科学烹调。

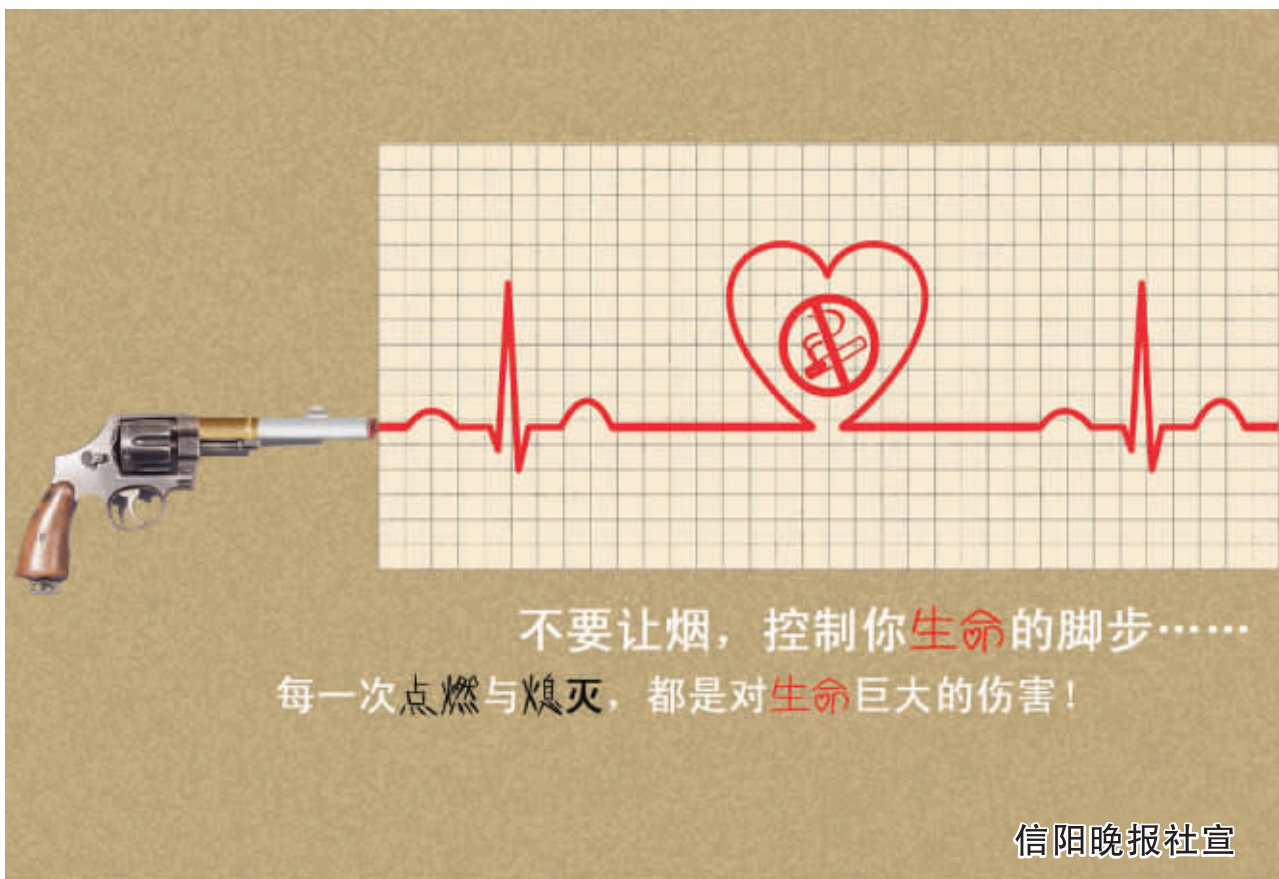
35. 为什么提倡多食蔬菜、水果? 水果营养价值比蔬菜高,可以考虑多吃水果代替蔬菜吗?

答:①增加营养和维生素;②预防贫血和癌症;③有效预防便秘。但是不能用水果代替蔬菜。

36. 什么是烹调的八原则?

答:①主辅食颜色搭配;②少吃荤,多吃素;③少扔菜叶;④了解蔬菜的寿命;⑤掌握做菜的火候;⑥盖好锅盖;⑦菜不要切得太碎;⑧选择卫生食具。

(未完待续)



信阳晚报社宣

创卫知识