

下今日关注

我国居民健康素养水平提升至29.70%

□ 中国妇女报全媒体记者 陈姝

监测结果显示,近年来我国居民健康素养水平稳步提升,由2012年的8.80%上升到2023年的29.70%,目前已接近《“健康中国2030”规划纲要》提出的“到2030年,居民健康素养水平达到30%”的目标。

开展“全民健康素养提升三年行动”、修订《中国公民健康素养——基本知识与技能》……6月6日,国家卫生健康委举行新闻发布会,介绍“持续提升健康素养,着力增进全民健康”有关情况。

通过“四个不断”开展全民健康素养提升工作

“从今年6月起,国家卫生健康委同国家中医药管理局、国家疾控局开展全民健康素养提升三年行动,以宣传推广新版的‘健康素养66条’为主线,引导公众自觉践行文明健康绿色环保的生活方式,让人民群众更好地重视健康、维护健康、享受健康,让每一个人真正能够成为自己健康的第一责任人。”国家卫生健康委宣传司副司长、新闻发言人米锋介绍。

“开展‘全民健康素养提升三年行动’工作,主要内容可以概括为‘四个不断’,即不断增加优质健康科普产品供给;不断净化健康科普信息传播环境;不断加强健康教育人才队伍建设;不断动员社会各界广泛支持参与。”米锋表示,从今年开始,每年6月将集中开展全民健康素养提升主题宣传活动,来推动提升素养,收获健康。

大力贯彻“三减三健”专项行动

“在新修订的居民健康素养66条中,涉及食品营养的内容就有8条。”北京协和医院临床营养科主任于康表示,近年来,居民整体的营养状况和膳食结构得到了非常明显的改善,尤其是蛋白质、脂肪和碳水化合物这三类宏量营养素摄入的量基本达到了膳食参考摄入量标准。但人均烹调油量、食盐量等摄入偏多,而奶类及其制品、大豆及其制品,还有蔬菜水果等却摄入不足。

针对此类问题,于康表示,第一,加强健康宣教,特别是推广和落实《中国居民膳食指南(2022)》版,在全社会推广合理膳食理念,培养建立良好的饮食习惯,同时,倡导合理运动,做到吃动两平衡,保持健康

体重。第二,应大力贯彻《全民健身生活方式行动方案》“三减三健”专项行动,即:减盐、减油、减糖、健康口腔、健康体重、健康骨骼。第三,国家卫生健康委已经针对常见慢性疾病,包括高血压、高血脂症、糖尿病、肥胖症、高尿酸血症与痛风、慢性肾病等发布了食养指南,为这些慢病患者提供了科学有效的食养解决方案,应加强对这些慢病食养指南的推广解读学习和落实。第四,有针对性地增加大豆及其制品、奶类及其制品、蔬菜水果的摄入,而适当控制油脂、盐分的摄入。

中高考考生应尽量保持和平时一致的饮食习惯

针对中考、高考考生的饮食健康,于康介绍,夏季高温多雨,比较潮湿,食物相对容易腐败变质,是食源性疾病易发和高发的季节。在饮食营养保障方面,于康提醒学校家长和考生应尽量保持和平时一致的饮食习惯,包括进餐的规律,食物的种类和食物的数量基本与平时保持一致,不要盲目食补。要避免食用可能引起过敏或者过去有过敏情况的食物,不要贪吃冷饮等对刺激性较大的

食物。此外,要注意个人卫生和环境卫生。

“对于广大考生来说,保持跟平时一致的作息规律,避免熬夜,保持情绪稳定也是非常重要的。”于康说。

发挥公立医院全民素养提升“龙头”作用

在全民健康素养提升工作中,公立医院如何发挥作用?广东省中医院院长张忠德介绍,作为公立医院,要充分发挥人才优势、专业优势、资源优势,在促进全民素养提升行动中发挥“龙头”作用,引导医务人员在日常诊疗和平时工作中向患者、向公众宣讲疾病预防保健知识,加强健康教育职责。

“中医药文化为中华民族繁衍生息作出巨大贡献,蕴藏着疾病的预防、治疗、康复和强身健体的智慧。”对于如何提升全民中医药健康文化素养、提高群众中医药服务获得感,张忠德介绍了广东省中医院经验做法,即要坚持健康素养从“娃娃”抓起,引导少年儿童从小做自己的“健康小卫士”;坚持健康守护让“老人”幸福,引导优质中医资源融入养老服务;坚持健康促进向“基层”覆盖,提高县乡医疗服务机构的能力水平。

寻找云岭雄关国门名片

□ 中国妇女报全媒体见习记者 张凌漪

两年前的5月23日,即将结束在云南怒江边境管理支队独龙江边境派出所实习的尹广丽做出了一个重要的决定——放弃返回城市的机会,向党组织提交《继续留在独龙江边境派出所工作的申请书》,而她也是首个申请留在独龙江戍边的女警。

做出这一决定,源于尹广丽对这片山水和群众的深情厚谊,继续扎根在这里,为维护稳定、戍守边疆、服务发展、爱民为民做贡献,成为她最坚定的选择。

扎根独龙 不惧艰苦

独龙江乡地处祖国西南边陲,是独龙族主要聚居地。这里山高坡陡、谷深水急,自然条件恶劣,每年有六个月大雪纷飞,九个月阴雨连绵,曾是云南乃至全国最贫穷的地区之一。

20世纪50年代,一群青年走进独龙江,拉开戍边为民的序幕。70多年来,一代代边防人驻守在这里,甘于寂寞、戍卫边疆、服务人民。为帮助独龙族实现跨越式发展,践行“扎根独龙江,一心为人民”的奉献精神,先后有8名战士为守护、建设这里献出生命。

时光荏苒,如今,戍边为民的接力棒已经交到了尹广丽这一代年轻人手中。据了解,现在的独龙江边境派出所,全所民警平均年龄不到30岁,60%以上是“90后”。

“因为地方偏远、条件艰苦,独龙江边境派出所一直没有女同志长期驻守。”尹广丽说,3年前,她从昆明到派出所报到时,坐了好几天的车,尤其是进入独龙江那条公路,全长80公里却有749个弯,平均每100米就有一个弯。汽车越往山里开天气越寒冷,颠的人胃里翻江倒海般地难受,到达目的地时,已经晚上11点了,车窗外一片漆黑。

“好在有热情的战友帮助我们拿行李、找被子,带着去宿舍。”尹广丽回忆,他们火一般

绽放在独龙江畔的“铿锵玫瑰”



民警尹广丽在迪政当村一户独龙族人家走访。
中国妇女报全媒体见习记者 张凌漪摄

的热情感染这群刚来的“新兵”。

情意难舍 选择留下

刚来没几天,尹广丽就正式上岗成为一名社区民警,跟着经验丰富的战友,驱车来到独龙江乡最北边的迪政当村的一户独龙族人家了解民情。当时老人刚干完活回来,一见到尹广丽,就拉着她坐到台阶上,紧紧握住她的双手,脸上带着笑容,嘴里用独龙语念叨着。

“那时的我还听不懂独龙语,只是感觉非常亲切。后来战友笑着告诉我,老人是在说:‘你的手太冷了,我给你暖暖’。”尹广丽听完

解释的一瞬间,远离家乡的不适应全都烟消云散。

后来,背上装满法律宣传单、笔记本、照相机、常用药品,还有孩子们喜欢的糖果、发卡等小物件的警务挎包,走访群众,成了尹广丽工作中的常态。在不知不觉中,她还学会了不少独龙语。许多独龙族群众亲切地称呼她为“汉族姑娘”,每次看到尹广丽,总是热情地招呼她到家里喝茶,或是悄悄地把鸡蛋塞到她包里。

独龙江边境派出所这个温暖的大家庭,也成了尹广丽心中最“温馨的家”。“有时

间,我和战友们就会一起包饺子、做饭。”尹广丽说,“战友们还一起为我过生日,给我煮长寿面,让我备受感动。”

在这里,尹广丽走过最难走的巡逻路,看到过从未见过的毒蛇……但是在实习期快结束的时候,因为对群众和战友强烈的不舍,对这片土地的眷恋,尹广丽毅然决然地写下了继续留在独龙江边境派出所的申请书,成为独龙江边境派出所首位女警。

肩负责任 融入使命

现在,尹广丽已经走访了独龙江乡上游的883户群众。对每一户群众的情况,她都如数家珍,对每一名群众的“小事”她都当成自己心中的大事,用心用情去解决。

在长期的走访过程中,尹广丽发现,不少独龙族孩子对未来感到迷茫,找不到人生的方向。于是,尹广丽开设了微信群,把曾经考上大学的27个独龙族大学生和正在上中学的学生聚集到一起,搭建起沟通平台,在线上分享、讨论和交流,以激发孩子们学习的积极性。

以前乡里没有照相馆,办理证件照片必须到县城,路上就需要一天时间,尹广丽了解情况后,向所里提出申请,依托户籍室开通“免费证件照”暖心服务。目前,尹广丽和同事不仅为辖区群众免费拍摄、发放证件照2000多张,还为许多老人拍摄了生活照。

前不久,在云南出入境边防检查总站举办的一次演讲活动中,尹广丽向战友们讲述了自己的故事,她说:“生命因肩负责任而变得更为厚重,因融入使命而显得更加亮丽,有了使命,生命就有了更崇高的意义。在人生最美的年华里,我选择留下,不负青春、不负韶华。”

下女报视角

轻装上阵 开心迎考

6月6日,在长沙市同升湖高级中学,师生们举起印有“前程似锦”的考前礼包合影。

当日,湖南省长沙市同升湖高级中学举行送考仪式,鼓励高三考生轻装上阵,开心迎考。

新华社记者 陈思汗/摄



下天天观点

反家暴纳入员工行为规范并非“管得宽”

□ 戴先任

日前,《甘肃省反家庭暴力条例》(以下简称《条例》)经省十四届人大常委会第九次会议审议通过,将于2024年8月1日起施行。《条例》鼓励用人单位将反家庭暴力纳入员工行为规范。

这些年,随着反家庭暴力法的出台,家庭暴力现象得到了有效遏制,相关机构及公众对于反家庭暴力正在形成共识。将反家暴纳入监管在部分用人单位也已施行,如中小学、幼儿园、医疗机构等相关部门也被要求发现无民事行为能力人、限制民事行为能力人遭受或者疑似遭受家庭暴力的,应当及时向公安机关报案。但现实是,仍有不少人将家暴视为家事而不想管“闲事”,从而纵容了家暴行为。

家暴不仅不是家事,更是严重的违法犯罪行为,认识家暴、反对家暴,扫除反家暴工作的治理盲区,让全社会参与进来,举报家暴、制止家暴,才能形成对家暴者人人喊打的社会氛围。

用人单位是运用劳动力组织生产劳动的场所,劳动者是否反家庭暴力,似乎与工作没有必要关系,鼓励用人单位将反家庭暴力纳入员工行为规范,似乎“管得太宽”。实则不然,家庭暴力属于违法行为,鼓励用人单位将反家庭暴力纳入员工行为规范,要求员工不当家庭暴力的实施者、参与者,合情合理合法,也有利于普及反家暴知识,并深入开展反家暴宣传工作。

用人单位将反家庭暴力纳入员工行为规范,也是关爱员工的一种方式。因为家庭和谐稳定更有利于用人单位形成良好的内部文化,实现用人单位与劳动者之间的“良性互动”,进而推动用人单位的长远发展。

要让反家暴实现“社会共治”,就要不断深入开展反家暴宣传工作,善用社会力量参与治理。只有做到“全民参与”,家暴行为才能真正成为人人喊打的“过街老鼠”,家暴阴影才可能远离法治社会,反家暴才能取得最终胜利。

新闻壹段评

劳动者“线上应聘”,监管要跟上

刘浩(化名)通过微信报名应聘保安工作,两个月后被公司辞退,其向劳动仲裁委申请仲裁,请求该公司支付加班费和未签订劳动合同的双倍工资差额。劳动仲裁委支持了刘浩的申请,公司不服劳动仲裁裁决,诉至北京市第一中级人民法院。该案中,劳动者通过微信群应聘并开始工作,但在被辞退后,用人单位却以双方未签订正式劳动合同为由,拒绝支付相关劳动补偿。

近年来,便捷的“线上应聘”已成为求职市场的新常态。然而,部分用人单位“线上应聘”劳动合同却不落实,这不仅成为用人单位拒绝劳动补偿的借口,更为劳动者维权带来麻烦。为此,有关部门应当加强对用人单位的监管力度,并完善相关规定,为劳动者提供更多可行可用的维权途径。此外,应加强劳动者的普法教育,让劳动者在权益受到侵害时及时维权。

别让夏令营只是“看起来很美”

暑假即将来临,夏令营市场渐趋火爆,动辄数千上万元的研学产品不愁销路。然而,部分夏令营被消费者吐槽为“排队营”“坑娃营”,消费体验不足。此前就有媒体报道过,一些夏令营活动虽“看起来很美”,但实际体验却如同开盲盒,“50多名女生挤在3间宿舍,每天洗澡都要排队1小时以上”,与商家承诺的服务相距甚远。

夏令营本是为学生提供暑期活动的平台,然而如今,不少夏令营“噱头大于实际”,霸王条款、脏乱差、货不对板等乱象侵害学生及家长的合法权益,也可能带来安全隐患。面对泥沙俱下的市场环境,家长应当增强维权意识,不要被商家的虚假宣传所诱导,更要避免人云亦云,给孩子选择资质齐全的夏令营。相关部门也应及时跟进,建立健全相关标准,填补监管空白,保证学生能获得优质、安全、有意义的夏日体验。

预制菜与其拼“颜值”不如拼质量

近日,多部委联合印发通知,明确预制菜“不添加防腐剂”“严格食品添加剂使用”,这无疑给消费者吃了定心丸。但在风味方面,消费者依然认为预制菜缺乏烟火气,没有锅气。烟火气,一直被认为是现炒菜和预制菜的最大区别。有媒体在市场上走访调查发现,商家已经开始针对锅气做文章,利用添加锅气香精、用砂锅加热等方法,对预制菜进行“美颜”。

餐饮企业如果使用预制菜,有责任明确告知消费者。想方设法为预制菜开“美颜”,不仅侵犯了消费者的知情权,其遮遮掩掩的态度更会让人质疑菜品的真实质量。预制菜要想得到消费者的认可,不仅需要在口味上下功夫,其行业更要秉持开放真诚的态度,以过硬的食品安全质量赢得消费者的信任,推动预制菜行业走上良性发展的轨道。

孔一涵 整理点评