

◆ 健康知识

秋冬季用水注意事项

一、水质发浑、发黄、发白的原因

1. 使用年限长久的老铸铁管、钢管易发生腐蚀出现铁锈沉积，当水压波动或用户内部因维修管道启闭阀门时都会造成暂时性水质发浑、发黄。

2. 输配水管因不可抗力因素造成的突发性爆管引起的倒虹吸现象也可造成局部短时出现水质发浑现象。建议用户放水数秒直至水质清澈透明再使用。

3. 在供水过程中管道内的部分空气被溶解到水中，经压力作用后空气会分解成微小的气泡，气泡紧密排列就会使流出的水表面看起来显得浑浊，待静止几分钟后，气泡会自行消失，不影响

水质。

二、自来水有异味或颜色鲜艳且水温上升

此种现象多为集中供暖水倒流进入供水管网造成。由于集中供暖的锅炉或换热站补水管没安装止水阀、止水阀出现故障失效或没有关闭，导致添加大苏打（使水有臭味）或者添加了紫色、黄色等异样颜色的供暖水回流到供水管道中，使水温上升，污染水质。

1. “关窗防寒”。天寒时，特别是在晚上关紧阳台、厨房、卫生间以及所有朝北房间的窗户以保证室内的温度在零度以上。

2. “排气设施”。太阳能热水器水管应安装竖直防冻排水装置，以便排空防冻。

3. “应急措施”。如果发生受冻现象，可以采取以下办法：

口感，也会导致公共供水管网进入地下管网，造成水资源浪费，应严禁将自备地下水管网与公共供水管网进行连接。

三、秋冬季用水注意事项

1. “穿衣戴帽”。对暴露在室外的水管、水表、水龙头等用水设施，可以使用棉麻织物、塑料泡沫进行包扎保温。

2. “关窗防寒”。天寒时，特别是在晚上关紧阳台、厨房、卫生间以及所有朝北房间的窗户以保证室内的温度在零度以上。

3. “排气设施”。太阳能热水器水管应安装竖直防冻排水装置，以便排空防冻。

4. “应急措施”。如果发生受冻现象，可以采取以下办法：

①对已冻住的镀锌钢管，可用温水浇淋，特别是弯头处，也可用电吹风等进行烘烤，但不能长时间在同一地点上烘烤，否则容易造成自来水管道破裂；对铝塑管、PVC管和PE、PPR管，可用毛巾包裹后慢慢用温水浇淋，切不可用火直接烘烤或用开水急烫，以免造成管道或者水表爆裂。②如果是水表受冻结冰，切忌用热的开水直接冲淋水表表面，应使用不超过60摄氏度的温水冲淋，切忌用火烘烤。如水表表面玻璃已经冻裂，用户要立即与自来水公司联系要求更换新表，以免造成水流流失。

5. 防止水“过长假”。如果长时间不用水，一打开水龙头，

觉得水质浑浊有异味。其实并非水质有异常。而是自来水在管道中停留太久，水中余氯耗尽，微生物滋生，或部分老旧小区管道壁内的铁锈被冲出，导致用户误认为自来水水质出现问题。另外，有些用户的鱼缸、马桶水箱、热水器等系统管道与户内自来水管网串连，而逆止阀又损坏失灵，自来水停用数日后，水管形成负压，造成储水设备中的水回流，出现自来水水质异常的现象。

惠民县自来水公司温馨提示，打开水龙头放流一段时间或重新安装逆止阀即可恢复正常水质。

2021年度国考 开始报名

计划招录 2.57 万人

10月15日起，中央机关及其直属机构2021年度考试录用公务员将开始网上报名，本次国考报名的具体时间为10月15日8:00至10月24日18:00，考生可登录专题网站提交报考申请，笔试时间为11月29日。

本次招考共有79个部门、23个直属机构参加，计划招录2.57万人。

本次国考招录政策，向基层倾斜的特征依旧突出。据介绍，将有8300余个计划补充到西部和艰苦边远地区县（区）级及以下直属机构，并采取降低学历要求、放宽专业条件、不限制工作年限和经历等措施降低进入门槛。

山东省公布103家省级重点监控用水单位名录

近日，山东省公布了103家省级重点监控用水单位名录，其中工业企业73个、服务业10个、中型灌区20个。连同水利部发布的山东90家国家级重点监控用水单位，全省共有193家用水单位纳入国家、省级重点监控范围。

为加强对重点用水单位监管，山东省要求用水单位规范计划用水管理，严格执行用水计划申报、核定、调整程序，按规程定期要求下达用水计划，超计划（定额）用水的按规定执行累进加价。实行用水报告制度，鼓励年用水总量超过10万立方米的用水单位设立水务经理。同时，按照“属地管理”原则，积极引导重点监控用水单位完善节水管理制度，建立完善用水台账，切实提高重点监控用水单位的用水水平和用水效率，争当本行业水效“领跑者”，发挥节水引领示范作用。

动员全社会力量共同参与消费扶贫的倡议

事业单位、群团组织、金融机构、学校、医院等单位是消费扶贫的关键力量，在消费扶贫中起着重要的引领带动作用。要进一步提高政治站位，切实加强组织领导，深入挖掘自身潜力，不断创新政策举措，将消费扶贫纳入机关企事业单位脱贫攻坚工作，在同等条件下采用优先采购、预算采购分额的方式采购贫困地区群众的产品和服务。要发挥我县自身经济优势，鼓励扶贫产品进党政机关、进企事业单位、进医院、进学校，建立长期稳定的合作，进一步拓宽我县农产品销售渠道，增加贫困群众的收入。

动员各类力量参与消费扶贫。作为中华民族大家庭中的一员，每位公民都应大力传承发扬扶贫济困的传统美德，为帮助贫困群众稳定脱贫奉献一片真情。涓涓细流，足以汇成江河；绵力齐聚，定能众志成城。我们坚信，在全社会的积极参与下，消费扶贫一定能够在助力打赢脱贫攻坚战中发挥更加重要的作用，广大贫困群众也一定能够早日稳定脱贫、增收致富，与全国人民一道迈入小康社会，一起共享国家改革发展成果。

惠民县扶贫开发领导小组办公室

2020年10月10日

关于征收惠民县2021年城乡居民基本医疗保险费的公告

尊敬的居民朋友们，惠民县2021年城乡居民医疗保险缴费工作开始了，凡是本县未参加职工基本医疗保险的，具有本县户籍的居民（含持有本地公安部门出具居住证的人员）和在校学生，均可办理参保缴费手续。现将相关事项通知如下：

一、缴费时间

集中征收时间为2020年10月15日—11月30日，适用于由村居集中代收当年保费的缴费模式。

自主缴费时间为2020年10月15日—12月25日，适用于缴费人自行选择微信、支付宝、云闪付APP、银行柜台及银行服务点等形式缴纳当年及补缴以前年度保费的缴费模式。

二、缴费档次

2021年居民基本医疗保险个人缴费标准统一为每人每年280元，政府补助及报销标准按省市有关文件执行。

三、缴费流程

1. 首次参保。携带身份证件和户口本到所在乡镇（街

道）医保（人社）所办理参保登记。

2. 补缴申报。到所在乡镇（街道）医保（人社）所办理补缴申报，然后通过自主缴费方式，在微信、支付宝等手机APP上选择补缴申报模块进行缴费。

3. 正常申报。通过村组集中征收或自主申报缴纳保费。

四、缴费方式

1. 扫码缴费。（文末附二维码图）

2. 手机程序缴费。微信山东税务社保费缴纳小程序、“山东税务”微信公众号、支付宝滨州市城市服务社保缴费模块、手机银行APP（工商银行、农村商业银行）、云闪付APP。

3. 银行网点柜台服务。适用银行：农业银行、建设银行、农村商业银行、邮政储蓄银行、邮储银行。

4. 银行服务点。各乡镇社区建设银行“裕农通”服务点、各乡镇社区农村商业银行“农金通”服务点。

5. 电子税务局app缴费。下载“山东省电子税务局”APP，选择“自然人注册登录”后，选择首页社保费进行缴费。

五、咨询热线

乡镇名称	联系电话	所属分局	联系电话
孙武街道	5352915	孙武分局	8607175
何坊街道	5446856	石庙分局	8607135
石庙镇	5281328		
麻店镇	5261115	麻店分局	8607200
桑落墅镇	7055910		
皂户李镇	5252722	淄角分局	8607180
淄角镇	15726287788		
魏集镇	5658151	胡集分局	8607192
胡集镇	15725437915		
李庄镇	8194106	李庄分局	8607167
清河镇	5681127		
辛店镇	5727814	辛店税务所	8607168
姜楼镇	5891276	姜楼分局	8607132
大年陈镇	5858888		
县医保局	8197031	第一税务分局	6977575

缴费渠道及流程问题可咨询所属税务分局。

待遇享受及政策问题可咨询所属乡镇（街道）医保（人社）所。



微信缴款二维码



支付宝缴款二维码



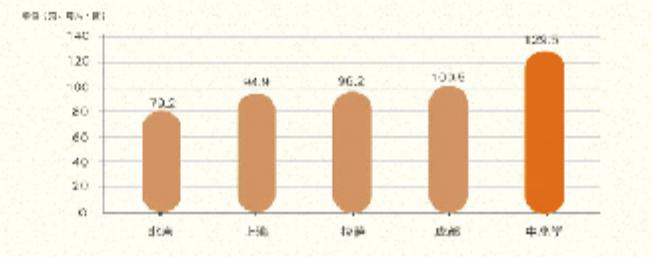
邮政缴费二维码
(支持微信、支付宝扫码)



餐饮浪费有多严重？

★ 中小学校食物浪费超过城市餐饮平均浪费水平

通过学校餐厅的样本取样和测算得到，某大城市中小学生人均食物浪费量约为每餐130克，已明显高于四个城市餐饮的平均水平，浪费率为22%。



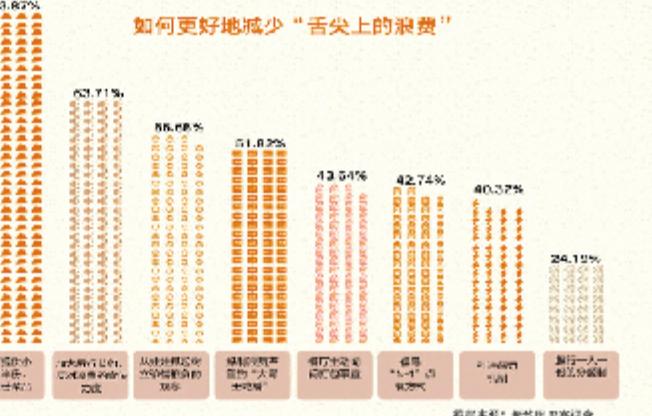
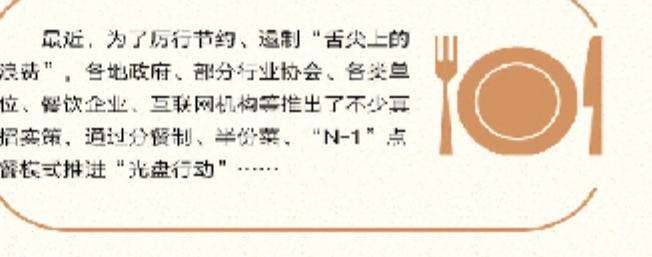
校园餐饮质量与学生浪费行为密不可分。根据2018年《中国城市餐饮食物浪费报告》的数据，目前只有14%的学生对校园餐饮表示满意，53%的学生认为有待提高，33%的学生表示不满意。

浪费的仅仅是粮食吗？

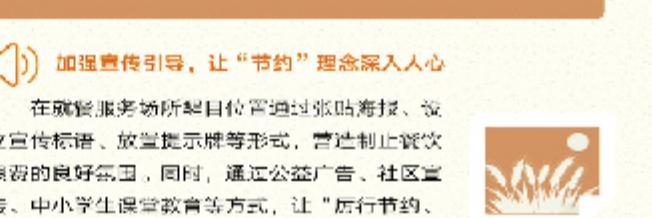
- 1. “谁知盘中餐，粒粒皆辛苦。”作为无数人儿童时代的古诗的启蒙，从最开始的琅琅上口到教育孩子不浪费粮食，一首古诗绝句承载着中华民族的传统美德。
- 2. 每生产1公斤粮食要消耗800公斤水，粮食浪费越多，水土资源消耗就越多。
- 3. 粮食浪费带来的环境污染同样不可小觑。分类不完善的厨余垃圾，须臾可能对土壤和地下水造成污染，焚烧则会污染大气并产生致癌物质。

专家对此表示，避免浪费食物能够立竿见影地缓解诸多问题，既能减轻农业对环境的影响，也能节约食品生产所需资源，还能促进当地、区域性、全球的食品安全。

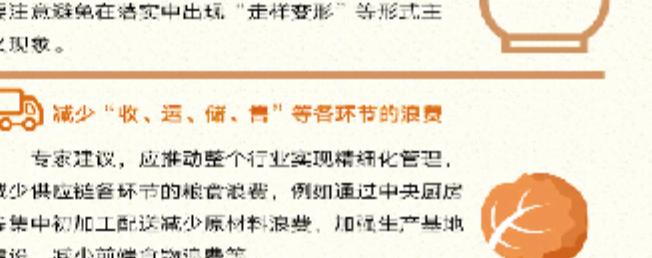
对餐饮浪费行为说“不”



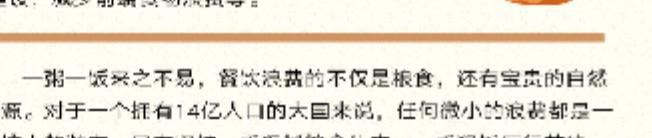
专家表示，“制止浪费”不能停留在口号上，建立行之有效的长效机制才是关键。



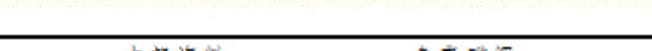
在餐饮服务场所醒目位置通过张贴海报、设立宣传标语、放置提示牌等形式，营造制止餐饮浪费的良好氛围，同时，通过公益广告、社区宣传、中小学生课堂教育等方式，让“厉行节约、反对浪费”理念深入人心。



把实在的举措在整个行业推广开来，同时也应注意避免在落实中出现“走样变形”等形式主义现象。



专家建议，应推动整个行业实现精细化管理，减少供应链各环节的粮食浪费，例如通过中央厨房等集中加工配送减少原粮浪费、加强生产基地建设、减少前端食物浪费等。



对于一个拥有14亿人口的大国来说，任何微小的浪费都是一个惊人的数字。只有坚持一手抓粮食生产、一手抓厉行节约、反对浪费，才能真正有底气将自己的饭碗端牢。