

【边聊边论】

学校如何帮学生树立营养健康意识?

被访者:沈玉杰 记者:任洁



营养知识事关每个人的身体健康,中小学生在长身体阶段,更要注意相关营养。但是简单的填鸭式教学,难以让中小学生对营养知识接纳记忆。让我们听听东城区崇文中小学卫生保健所所长沈玉杰在这方面的经验吧。

记者:开展什么形式的营养教育活动,能让学生入脑入心?

沈玉杰:根据中小学生的特点,东城区今年把中小学生学习健康月和5·20营养日结合起来,推出了形式丰富的主题活动。比如光明小学等20所小学针对不同年龄段学生分别开展活动,一、二年级组织绘画比赛,四年级安排学生绘制营养小报,二、五年级开展“我与家长一起锻炼”,六年级以“健康饮食我设计”为主开展活动;部分学校还尝试把营养膳食融入课程教育。

我举个例子,很多学生都知道碳酸饮料不利于健康,但就是管不住嘴。为此,11中校医杨丽萍给学生做了一个营养小实验,让大家倒满一杯水,放入5袋糖后喝下,看看味道如何。学生都说难喝,她这才揭开谜底——这相当于一瓶可乐的糖分,学生听完都惊讶地张大嘴。这样的教学比枯燥的读课本生动多了,相信会打动部分学生。

点评:教学生看懂营养标签,加强他们对食物营养和安全的认识,让他们摄入食品时做到心中有数,是真正把营养健康教育做到了实处。

记者:有没有哪些特色活动是针对家长提出的?

沈玉杰:有的。对学生开展教育的同时,也要让家长了解相关营养知识。很多学校为此请来市区营养专家走进校园,为学生,尤其是肥胖儿和家长讲授营养健康知识,让家长学会制作健康的膳食。

我们建议家长,如果家离学校不远,应该多让孩子走路上学,别几分钟的路都开车接送;如果离校很远需要开车,可以让孩子提前200米下车,走路进入校园。平时多参加体育锻炼,少坐电梯多爬楼梯;教育孩子在学校要保质保量完成“每天一小时”活动。

在饮食方面,早餐一定要吃得好。家长在早餐可以准备馒头、面包等碳水化合物,以及适当的蛋白质,牛奶、豆浆之类,还有一些水果,有时间的话再拌点小菜,这样可以保证孩子所需。正餐营养要均衡,荤素适量。现在倡导营养搭配,主食占三成,素菜占两成,肉占一成,还有一定的蛋制品、豆制品,才能满足孩子长身体的需要。

点评:营养搭配是一门学问,家长不妨通过学校提供的讲座、材料,多了解相关知识,为孩子烹制出健康的饭菜。



王秀娟:丰台区总工会宣教部部长
冯民波:北京三兴汽车有限公司工会主席
李军:集美集团工会主席
张凤文:北京戎威远保安公司工会主席

企业应如何构建和谐劳动关系?

□本报记者 余翠平 文/摄

企业应如何构建和谐劳动关系?为此本报记者倾听了几家企业工会主席们的对话。

每年开展首席人才和关键岗位评聘工作

王秀娟:北京三兴汽车有限公司在构建和谐劳动关系方面做得很出色,三兴汽车有限公司一方面积极开展班组安全建设,提高广大职工自我保护、自我防范的本领,另一方面不断完善三级安全监督网,实现分级管理,分级负责,保障职工的安全和身心健康。此外,公司每年为特殊工种人员体检一次,每两年为全体职工体检一次。

冯民波:谢谢部长的肯定!除了安全生产,我们还大力开展职工培训,努力提高职工素质。我们结合公司实际,不定期组织焊工、车工、电工等专业技能大赛;每年开展首席人才和关键岗位评聘工作;帮职工圆大学梦,2014年,公司选送了19名农民工大学生,2015年,又选送了3名农民工大学生,这些都为公司的和谐发展奠定了基础。

领导干部得学会拍职工的马屁

王秀娟:听说,在集美流传着这样一句话:集美领导干部得学会拍职工的马屁,这话挺有意思的。

李军:是的,这是集美控股集团总裁赵建国在中高层领导干部大会上经常讲的一句话。他说:我们的干部要了解自己的部下在想什么,帮助他们实现自己的奋斗目标。有的员工希望加强学习,有的员工想买汽车、想解决住房问题,有的需要让孩子上个好学校,我们就应该帮助他们解决这些问题。想员工所想,帮员工所需,只有这样,企业才能积蓄起更强、更大的发展底蕴。

尽量满足职工的正当需要,集美是这样说的,也是这样做的:集美员工上下班有班车接送,吃饭有补贴,过生日有人组织看电影、吃蛋糕,有健康体检,有踏青游、国内外旅游等,正是这些活动的有序开展,使得企业的劳动关系更加和谐。

我讲一个故事吧,马玲是安徽籍女青年,10年前她曾在集美沙发电厂做过工人,也曾经是集美

集团工会的一员。从集美辞职后她随丈夫到上海打工,在艰苦的环境里,马玲总是感觉身体不适,经医生诊断为白血病。面对日渐消瘦的妻子和沉重的医疗费用,她的丈夫竟然离她而去。马玲在接二连三打击下想一死了之,在生死抉择的紧要关头,马玲看到一双儿女无助的眼神,强忍悲痛选择到北京求医。

马玲到了北京举目无亲,居食无所,在万般无奈的情况下她来到集美集团,找到了集团工会组织,找到了老领导赵建国哭诉了遭遇。赵总被马玲的遭遇深深打动了,立即通知工会拿出3万元现金交给马玲,并鼓励她勇敢活下去。三个月后,有消息说马玲已经无药可医,赵建国再次委托工会给她带去了3万元,为她送上了临终前的安慰。

王秀娟:真是太让人感动了!为了企业更加和谐,戎威远保安公司工会也做了很多努力。

对于职工的投诉保证解决问题不过夜

张凤文:是的,针对公司保安员工作岗位分散,保安员素质参差不齐,经常发生劳动争议的

现状,我们公司于2013年7月制定了《戎威远保安公司关于加强劳动争议调解工作的办法》。《办法》首次提出了在公司建立两级劳动争议调解组织。

项目部成立调解小组,这是一级调解组织,调解小组由项目经理任组长,再推选2名保安任组员,现公司已成立36个调解小组,涵盖近80%的项目部。公司还成立了6人组成的劳动争议调解委员会,这是二级调解组织。

此外,我们建立了投诉、来访、来电记录制度,公司劳动争议调解员无论是对登门投诉的员工还是来电话投诉的员工都进行随时记录,并及时与项目部经理进行沟通核实,保证解决问题不过夜。

此外,我认为,开展培训,提高员工素质,是减少劳动争议的有限途径。我们开展通用能力培训今年是第三个年头,三年下来,将培训1000多人,参加培训的,都是各个项目部的保安骨干,大家学习了《职工法律素养提升》,《保安员人文素养》《保安紧急救助》和《保安勤务实务》四门课程,这都有效地提高了保安员的素质,降低了产生劳动争议的可能性。

■有问必答

提问:食品公司职工 张越
回答:北京谦君律师事务所律师 武丽君

房产只给儿子不给老婆 这种遗嘱有效吗?

□本报记者 王香阁



提问者 张越

张越:20年前从老家离婚后来到北京打工,后来经人介绍认识了我现在的丈夫刘先生,当时他妻子病逝一年多,带着一个6岁的儿子,婚后我没再要小孩。

几年前,我们住的房子拆迁,得到1套两居室、1套一居室的置换房,一居室的房本名字是他儿子,目前也是他儿子在住;另一套两居室我们住,房本是我丈夫的名字。

去年,我丈夫患了淋巴瘤,现在病情越来越严重。前段时间,他瞒着我立了一份遗嘱:将

我们正在居住的两居室留给他儿子。我没有孩子,也没北京户口,又不能在北京办退休,请问:丈夫将房产只给他儿子不给我,这种遗嘱有效吗?

武丽君:根据《继承法》第十六条规定,公民可将其个人财产通过立遗嘱的形式,指定由法定继承人的一人或者数人继承。最高人民法院《关于贯彻执行<中华人民共和国继承法>若干问题的意见》第38条规定,遗嘱人以遗嘱处分了属于国家、集体或他人所有的财产,遗嘱的这部

分,应认定无效。解决本案例中遗嘱效力问题,需确定遗嘱中所处分的房产为其个人财产还是夫妻共同财产。

根据《婚姻法》第十八条规定,一方的婚前财产为夫妻一方个人财产。本案例中,被拆迁房屋在张越与其丈夫结婚前即已存在,作为婚前财产应为其丈夫的个人财产。关于该房被拆迁后获得的两套置换房是否属于夫妻共同财产,因获得置换房时有无支付差价而异。

本案例中,若张女士一家获



回答者 武丽君

得两套置换房时未支付任何费用,两套置换房屋仍应为其丈夫的个人财产,其所立遗嘱不因未将房产部分份额分配给张女士而无效;若房屋置换时支付了费用,因用于支付费用的财产为夫妻共同财产,张女士就支付费用部分及该部分的增值额与其丈夫为共有关系,其丈夫就该部分的处分应取得张女士同意,或将应归张女士所有的部分排除在遗嘱之外,否则张女士的丈夫所立遗嘱在应归张女士所有的财产部分无效。