

第三届“北京大工匠”选树活动之营养配餐员比赛：

# 用合理膳食筑起健康“守护墙”

□本报记者 王路曼/文 陈艺/摄

50岁女教师的营养午餐应该吃什么？重体力劳动者如何科学合理膳食？近日，第三届“北京大工匠”选树活动——营养配餐员实操比赛在北京市总工会职工服务中心拉开序幕。6名参赛选手通过科学搭配和计算，现场为考题描述人群搭配出一盘盘营养健康、好吃又好看的合理膳食。

据了解，此次“北京大工匠”选树活动首次设置“营养配餐员”比赛。比赛以个人赛方式开展，营养配餐员的参赛选手经过基础条件评分、个人答辩、基础理论笔试后，进入实操比赛环节。

比赛现场，美食飘香。选手们抽签决定考题，拿到不同题目



要求的他们需要从6款凉菜、13款热菜、5种主食和汤羹中挑选食物，科学合理地搭配出符合考题描述人群的营养餐，并进行综合阐述。

比赛参照本职业国家职业技能标准，结合岗位工作实际，坚持公平、公正、公开的原则组织开展。

“既要吃饱，又要吃好，并不是一件简单的事情。”据此次比赛裁判长侯玉瑞介绍，比赛要求选手具备广博的知识，既要掌握不同人群在不同阶段所需要的各类营养元素，又要了解食材烹饪后所呈现的营养状态。更难的是，要根据不同人群的营养需求量，按照科学配比进行合理配餐。而影响营养配餐的因素有很

多，除了身高、体重、年龄、职业、是否存在基础性因素外，每个人对食物的消化吸收能力都各有不同，营养配餐员需要综合考量后给予科学建议。

侯玉瑞表示，长期的合理膳食是对身体健康的负责。他鼓励参赛选手们相互学习，取长补短，把“北京大工匠”选树活动作为新起点，立足岗位，努力普及营养知识，把营养渗透到烹饪当中去，用合理膳食为人民群众筑起健康“守护墙”。



## 朝阳区亮出“五社联动”成绩单

□本报记者 崔欣

日前，朝阳区第八届社工宣传周主题活动在北京温榆河公园举行。300余名来自朝阳区各街乡以及社工机构的代表齐聚一堂，话初心、享经验、亮技能、展风采，共同晒出朝阳社会工作成绩单。

据悉，朝阳区第八届社工宣传周围绕“推进‘五社联动’关爱‘一小一老’”主题，朝阳区委社会工委区民政局通过线上线下联动形式，组织各街乡积极开展形式多样、内容丰富的宣传活动，以展示朝阳社会工作成果和朝阳社工的风采。

朝阳区委社会工委区民政局工作人员介绍，朝阳区积极落实“五社联动”工作机制创新试点建设。在三里屯街道、

建外街道、将台地区等引入阿里巴巴基金会、腾讯基金会、齐化社区基金会、苹果基金会等社会慈善资源，积极探索“五社联动”机制下的社区服务体系。在过去的一年里，17个街乡级社会工作服务中心整合基金会、企业等服务资源，折合资金100余万元。各街道地区依托已有实践基础，创新“五社联动”机制，开展社区治理和民生服务，推出如三里屯“爱豆银龄关怀”为老服务创新项目、建外“1平米关爱——沁心益角”外卖小哥关爱项目等“五社联动”创新项目。

朝阳区委社会工委区民政局相关负责人介绍，下一步，朝阳区将重点聚焦“一小一老”

群体，整合“五社”资源，发挥朝阳社工专业优势，落实精准服务。同时面向全区发起“美好家园由您建言”在线征集活动，广泛征集助老扶小需求与“五社资源”，形成“两个清单”，为供需匹配和资源对接奠定坚实基础。此外，朝阳区还将在全区深入实施民政部“五社联动·家园助力站”项目，开展基层社区基金试点建设，激发慈善资源在“五社联动”中的作用。同时，积极发挥“社会工作者+志愿者”协作机制作用，加强社区公益慈善项目策划，打造“双工携手”服务品牌，在推进“五社联动”关爱“一小一老”方面打出朝阳“组合拳”。

## 桥下空间变身“元宇宙时光隧道”

□本报记者 孙艳

宇宙球体、太空飞行、数字代码……日前，朝阳区再添一处数智打卡地，京哈铁路沿线“元宇宙时光隧道”亮相，多重景观兼具实用性和观赏性，为公众提供了一个趣味性十足的公共空间。

据悉，“元宇宙时光隧道”的前身是一个破旧且涂鸦痕迹明显的涵洞，为从根源上破解桥下空间治理难题，双井街道坚持党建引领，协调企业、居民等多方力量参与，以数字赋能探索为民服务新路径。邀请青年设计师和涂鸦艺术家，聚焦数字经济特色，创新打造“时光隧道”人文景观，探索出一种年轻人也能接受、更新潮的治理方式。

新亮相的“元宇宙时光隧

道”两侧墙壁为天蓝色，描绘有宇宙球体、数字代码等图样，并以辖区景观为装饰，凸显出“穿越时光隧道、探寻宇宙之境”的设计理念。

涵洞内分为元宇宙、工业历史、现代街景、发展前景等多个主题展示区，墙壁上的手绘与灯光、展示板相呼应，形成光影交错、移步换景的涵洞景观，并增设了隔离栏、凸面镜等设施，在“添美景”的基础上“增安全”。

“下一步，双井街道将持续围绕打造全市首个数字经济示范街道这一主线，全面提升辖区精细化治理水平，推动辖区环境品质不断提升。”双井街道工委副书记郭孟介绍道。

适用于机场、城郊通勤、景区旅游等场景

## 零排放氢燃料铰接轻轨车在京亮相

□本报记者 周美玉/文 彭程/摄

近日，“中国城轨交通业主领导人峰会2023北京年会”在首钢园召开。京投公司旗下快速市域动车组、氢燃料铰接轻轨车两款新车首次在京亮相。此外，视觉智慧闸机、智能列车鹰眼系统等轨道交通领域新产品也在峰会亮相。

据了解，氢燃料铰接轻轨车作为新一代轻轨列车，采用无线供电技术，以“氢燃料电池+动力电池”为动力源，列车基本单元采用2模块六轴铰接型式，支持多单元灵活编组，具备全自动驾驶功能。

京投装备技术研究院副总经理张洪介绍，列车一个单元最多满载300人，可广泛应用于机场、城郊通勤、景区旅游等场景。与传统轻轨车相比，列车搭载氢燃料电池系统，续航里程不低于100公里，实现零碳



排放。同时，相比传统车辆，列车更灵活，可实现2至4个单元灵活编组，满足不同场景的出行需求。

展厅里一组视觉智慧闸机非常醒目。与传统闸机长达2米相比，这款闸机更小巧，长度

仅为1米。京投科技公司助理总裁张燕介绍，这款闸机在传统人脸识别、二维码过闸基础上，能通过视觉系统精准判断成人与儿童，防止误夹儿童。同时，闸机人脸识别更加精准，可满足大客流条件下的通勤需求。

丰台区市场监管局成寿寺街道所

## 四项举措积极构建消费者权益保护新格局

2023年以来，丰台区市场监管局成寿寺街道所不断完善消费者权益保护工作机制，运用党建引领、动态预警、主动约谈、搭建ODR企业平台四项举措，综合研判违法高发领域和监管难点，大力推动消费维权服务建设，将消费维权解决渠道不断拓宽，触角不断延伸。

**党建引领，夯实市场监管治理之基** 成寿寺街道市场监管所党支部积极对接辖区重点企业，助力企业打造“非公党建”区域品牌；召开座谈会，主动围绕“接诉即办”工作任务、工作流程、保障措施等方面进行解析，引导企业党支部带头规范市场秩序。

**强化预警，有效化解群体性消费纠纷** 汇总“接诉即办”平台、全国12315平台、案源系统等各类平台上的投诉举报工单，分时间、分领域开展消费投诉数

据统计、分析，梳理重点问题清单，及时向综合体负责人、集中办公区负责人、社区网格员、楼宇物业等发布预警。

**主动约谈，切实维护消费者权益** 针对连续多起关于消费者对某企业的投诉，执法人员对被投诉企业负责人进行了约谈。约谈会上，执法人员对负责人进行了《消费者权益保护法》等法律法规教育培训，查看了公司保修标准，督促企业全面自查，完善售后服务，切实维护消费者权益。

**提质增效，大力推广ODR企业平台建设** 大力推广全国12315平台ODR系统，建立在行政部门介入前主动与消费者和解消费争议的工作机制，打造企业级消费争议快速处理“绿色通道”，将消费纠纷化解在企业，解决在源头，提高了消费纠纷解决效能。（杜丽娜）