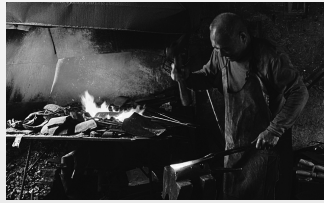


文化 & 旅游

传统手工艺

打铁

打铁是一种传统的锻造工艺。绛县历史上地处要塞,又是传统农业县,出于铸造兵器、蹄铁等军事和打造农机具需要,打铁业较为发达。民间把打铁铺称为“铁匠炉”。其实所谓“铺”也只不过是一间土房,正中放个大火炉,要打的铁器先在火炉中



烧红,然后用铁钳夹到搭铁砧上,由师傅掌小锤、徒工握大锤,进行有序锻打。处于上手的铁匠经验丰富,右手握小锤,左手掌铁钳,在锻打过程中凭着目测不断翻动铁料,将之打成方、圆、长、扁、尖等各种需要的器物,传统的农具如犁、耙、锄、镰、锨、镢等,也有菜刀、锅铲、剪刀等生活用品,还有门环、巴钉、马掌等。种类齐全,应有尽有。

榨油

绛县盛产蓖麻、葵花和棉籽,榨油作坊大部分村子都有。过去多为木榨,即将蓖麻、葵花或棉籽炒熟磨面后上锅蒸熟,用麻团包好,再箍上铁箍做成麻饼,将麻饼装入一根整木凿成的榨槽中,然后在槽内不断地楔入木楔挤出油。开始磨面时用人工或牲口带动,后来发展成机器运转,既节省



劳力,又大大提高功效。近年有部分家庭开始使用家用榨油机,借助于机械外力的作用,将油脂从油料中挤压出来,实现了生产的自动化,不但解决了食用油安全的问题,将平民百姓带入“专供油时代”,更给有各种健康营养需要的人群提供了多元化新鲜食用油的条件下。

编制

编制作为一种传统工艺,在绛县多为乡村匠人间歇性生产。分为粗、细两种。细者系用杞柳剥皮后编制成簸箕、柳篮、筐等生活用品;粗者则是用山荆、白兰条编制成箩筐、背篓等用具,多为农民自编自用。



绛县政务在线

车主注意 电子行驶证可申领

为深入贯彻党中央、国务院关于深化行政管理服务改革,优化营商环境决策部署,今年7月1日,公安部推出实施公安交管8项便民利企改革新措施,其中在北京、天津、苏州等60个城市试点推行机动车行驶证电子化,目前已累计为5000多万名车主核发电子行驶证,取得良好效果。近日,为进一步扩大改革惠及面,公安部部署自11月4日至12月2日在全国分三批全面推广应用机动车行驶证电子化,进一步简化办事手续资料,提升证件使用便捷度,更好便利群众办事出行。车主可以对照本地启用时间安排,通过全国统一的“交管12123”APP申领电子行驶证。

电子行驶证进一步强化交管政务服务数字赋能,深化电子证照应用,为车主提供在线“亮证”“亮码”服务。

一是便利申领应用。

机动车所有人可登录“交管12123”APP直接申领电子行驶证。电子行驶证式样全国统一,群众可以在办理车辆登记、违法处理、事故处理等交管窗口业务时出示使用,支持机动车所有人授权他人使用,便利委托他人代办业务。同时,可以拓展办理客货运输证照、保险理赔等应用场景。

二是实时动态更新。

电子行驶证通过全国公安交管电子证照系统生成,动态显示机动车检验、抵押、交通违法和交通事故处理等情况等状态,方便实时查询、实时出示、实时核验,便利在车辆抵押、二手车交易等场景使用。

三是安全有效可靠。

电子行驶证通过全国公安交管电子证照资源库验证比对,采用数字签名防伪技术,有效防止篡改、伪造,保证电子行驶证真实有效,便于在二手车交易等场景采信应用,并采用动态二维码、数据脱敏、数据加密、实名认证等技术保护个人信息安全。需要说明的是,按照《道路交通安全法》规定,纸质行驶证应当随身携带;电子行驶证主要应用于相关窗口业务办理。

为确保电子行驶证顺利推广应用,公安部交通管理局专题部署推进,制定配套方案,组织升级系统,指导各地公安交管部门细化方案,精心筹备,做好各项实施准备工作,保证电子行驶证顺利发放。

十一月健康风险提示

随着温度的不断下降,细菌和病毒也开始活跃起来,给各类疾病提供了有利条件,在防寒保暖的同时,也要做好对各类呼吸道传染病、心脑血管疾病、诺如病毒感染性腹泻、轮状病毒感染、一氧化碳中毒等当前季节高发疾病的预防。

一、预防冬季各类呼吸道传染病

11月即将立冬,天气进一步转凉,昼夜温差增大,新冠、流感、流行性腮腺炎、水痘等呼吸道传染病逐渐进入高发季节,学生、儿童、老年人和免疫力低下者应注意个人防护,避免感染。

呼吸道传染病传播方式:

1、飞沫传播 就是指患者通过咳嗽或者打喷嚏,喷出带有病菌的飞沫,然后通过飞沫进行传播。

2、空气传播 患者产生的飞沫核,在空气中可以长期漂浮存在,通过空气传播病原。

3、接触传播 患者排出的病原污染了桌面或者学校的儿童玩具等,健康人接触被污染物品也会感染。

健康提示:

1、保持环境清洁和通风 保持家庭和工作场所环境清洁和良好通风状态。教室、宿舍、居室每天开窗通风,保持空气流动,每天至少三次,每次不少于15分钟。

2、接种疫苗 疫苗接种是预防传染病发生的最佳手段。适龄儿童应按国家免疫程序,接种麻疹、腮腺炎等国家免疫规划疫苗,也可自愿接种流感、B型流感嗜血杆菌、肺炎链球菌、水痘等非免疫规划疫苗,预防相应的呼吸道传染病。对于年龄较大的老人接种流感疫苗和肺炎疫苗,可有效减少发病。

3、增强体质和免疫力 健康行为是增强身体素质、提高身体抵抗力的重要保证。倡导健康生活方式,规律生活,劳逸结合,保持充分的睡眠,合理安排饮食,注意锻炼身体等。

4、勤洗手 勤洗手是预防呼吸道传染病的重要措施。提倡勤洗手,尤其是在咳嗽或打喷嚏后,就餐前或接触污染环境后等。

5、尽量减少到人群密集场所活动 在呼吸道传染病高发季节,尽量少去人群密集的公共场所,以减少可能与患病人群的接触机会。

6、咳嗽礼仪 咳嗽或打喷嚏时,用纸巾等遮住口鼻,咳嗽或打喷嚏后洗手,保持良好的咳嗽礼仪,尽量避免触摸眼睛、鼻或口。

二、预防诺如病毒感染性腹泻

诺如病毒是引起急性胃肠炎常见的病原体之一,具有变异速度快、感染剂量低、环境抵抗力强、传播途径多样等特性,可通过接触病人或接触被粪便、呕吐物污染的物体表面传播,也可通过病人的呕吐物、排泄

物飞沫传播,还可以通过被污染的食物和水传播,人群普遍易感。发病以轻症为主,最常见症状是腹泻和呕吐,其次为恶心、腹痛、头痛、发热、畏寒和肌肉酸痛等。全年均可发生感染,10月到次年3月高发,故也称“冬季呕吐病”。

健康提示:

1、“手”护好自己非常关键 保持良好的手卫生,养成饭前便后、接触食品前洗手的习惯,使用肥皂水或洗手液洗手,再用流动水冲洗。

2、注意饮食卫生 处理和加工食物时,要生熟分开。食物要彻底煮熟,尤其是食用肉类、海产品和蛋类食品的时候。

3、家有患者,要注意隔离 一旦出现呕吐、腹泻、发热等症状,应及时就医,不要带病上学或上班,患者建议居家休息至症状完全消失后72小时再复课或复工。

4、老师们请注意 做好工作环境的清洁消毒,定期开窗通风。如果学生当中出现了呕吐或者腹泻,应及时用含氯消毒剂清洗消毒,并立即换掉和清洗被污染的衣物、床单等。另外,清洗时应戴上一次性手套,并在清洗后认真洗手。

5、增强抵抗力 保持规律作息、合理膳食、适量运动等健康的生活方式,可以增强身体对病毒的抵抗能力。

三、预防轮状病毒感染

轮状病毒是全世界0-5岁小宝宝们严重拉肚子罪魁祸首!一年到头,都有小宝宝被它感染,秋冬季节,它的攻势更加猛烈。轮状病毒主要通过粪-口途径传播。感染轮状病毒的宝宝(成人也可以感染,症状一般轻微)的排泄物或呕吐)里有大量轮状病毒,如果吃的、喝的、用的被带病毒的排泄物或呕吐物污染了,轮状病毒就会直接或间接传播给其他人。

感染轮状病毒通常会呈现“三多一少”表现。患病的宝宝出现不同程度的腹泻,多伴呕吐和发热,严重时出现大量水多、次数多而小量少的临床特征。被感染的宝宝,一般不太严重,适当补水,可以不药而愈。但腹泻(呕吐)严重时,不可忽视,要及时就医,宝宝会因为脱水严重导致休克,甚至死亡,尤其是小于1岁的宝宝们。少数小宝宝感染轮状病毒后还会并发惊厥等,也要引起重视并及时就医。

健康提示:

1、接种轮状病毒疫苗是预防轮状病毒急性胃肠炎最有效的措施。

2、宝宝及看护人要养成良好的卫生习惯,尤其是注意手卫生,不用脏手触摸口、眼、鼻和食物等;不要让宝宝吃手并及时清洁宝宝的手。

3、注意家庭卫生,室内常通风,宝宝的餐具(奶瓶、碗、勺等)使用前需清洗干净,

衣物、玩具等要勤换洗。

4、被轮状病毒污染的物品,要彻底消毒,可通过高温、含氯消毒剂或阳光暴晒等多种方式。

四、一氧化碳中毒

每年冬季为取暖期,也是一氧化碳中毒的高发期。随着气温下降,进入11月份后一氧化碳中毒事件将会明显升高。

健康提示:

1、在室内使用煤炉、煤球炉、炭火盆、煤气炉等取暖,做饭时,要注意开门窗通风换气,保持室内空气新鲜,最好安装一氧化碳探测器,并定期检查维护。

2、外出就餐时避免在密封空间内围炉煮茶、吃炭火的火锅或者烧烤。

3、在机动车内休息,不要过久地使用空调,车窗留有一定缝隙,不要关严,且要经常打开车窗通风换气。

4、一旦发生一氧化碳中毒,应立即开窗通风,迅速将中毒者转移至空气新鲜且通风良好处。若症状未缓解,需尽快拨打120急救电话,送医院进行急救。

五、预防心脑血管疾病

秋冬季节,天气转凉时,血管收缩变细,容易引起心脑血管供血不足,急性心梗、脑卒中等心脑血管疾病高发期也随之而来。本就患有高血压、冠心病等慢性疾病的人群要特别小心。此外,如果你过度饮食、爱抽烟喝酒,时常感到压力很大,即没有基础性疾病,年龄不大,也绝不能大意。

健康提示:

1、保暖防寒 寒冷是诱因,保暖防寒要格外注意,尤其护好头部、颈部、胸部、足部等。

2、合理膳食 饮食方式总体主打清淡易消化,多吃新鲜蔬菜和水果,适量摄入牛奶、鸡蛋、豆类等高蛋白食品。烹饪时多以蒸煮代替油炸,少用高盐或用低钠盐代替普通盐,减少添加糖的摄入。注意不要暴饮暴食。

3、适量运动 可以选择比较舒缓柔和的运动方式,比如散步、打太极拳、做广播操、跳广场舞等。

4、调适心情 保证充足的睡眠,保持平和的心态,避免情绪激动。如果感觉到压力太大,不妨先放下手头的事情,给自己个放空的机会,在温度适宜的天气里,多出去走走,参加一些有益身心的活动。

5、科学用药 如家有心脑血管疾病患者,一定要注意,用药遵医嘱,不要擅自减药或停药,同时要加强对血压、血糖和血脂的监测。若出现胸闷气短、头晕头痛、气喘等不适症状,及时就医别大意。

·健康你我他·

绛县疾控中心宣