



工作人员给准大学生戴上大红花。

# 小慢车上揭「金榜」

“这是啥呀,咋还用红绸盖着呢?”

“刚才向车长悄悄告诉我,这是咱们小慢车的‘高考金榜’,一会儿就揭晓了。”家住白水江镇的刘森一脸得意地向身边的小伙伴介绍着。

9月13日,宝成铁路沿线的孩子们准时坐着中国铁路西安局集团有限公司开行的6063次公益慢火车去略阳上学。从白水江站一上车,刘森就和小伙伴围在“通学车厢”一端的红绸布下研究着,一旁摆着大红花的礼品,车厢里的学生们也都感受到了与往常不同的气氛。

据了解,6063次列车经过陕西、甘肃、四川三省,被称为“秦岭小慢车”。全程38个站点,途经24所学校,日输送中小学生学习近500人次。因列车运行时间长,学生又多,列车专门拿出一节车厢供学生使用,这节车厢被命名为“通学车厢”,桌子上摆放着图书、文具等物品。

“孩子们,今年我们小慢车的通学学生里,有7人考上了大学,现在让我们揭开‘高考金榜’,一起来看看他们都是谁。”略阳前最后一个通学车站——马蹄湾站开车后,6063次列车车长向宝林一边说着一边挥手掀开了红绸,只见一张张红纸金字的“高考金榜”展现在所有人眼前,上面7名“准大学生”拿着录取通知书喜笑颜开的照片吸引了所有人的注意。

“封清杰考上西安工业大学,高璇考上了西安外国语大学,梁欣瑶被西安医学院录取……”向宝林车长念着榜单,受邀来到车上的5名“准大学生”依次走上前,列车工作人员为

他们戴上大红花,“通学车厢”还为他们准备了钢笔、笔记本等学习用品作为礼物。最让孩子们暖心的是,列车工作人员发现他们全都考上了西安的院校,便特意为他们办了西安的“长安通”乘车卡,初到西安,孩子们坐地铁、公交一下子方便了很多。最后,封清杰、车雅玲作为代表,还对车厢内的学弟学妹们讲述了高考心得,传授了学习经验,并送上了自己对弟弟妹妹们最美好的祝愿。

“因为今年疫情的原因,让我萌发了学医的念头,最终也如愿被西安医学院录取了。”当被问到高考志愿是如何选择时,家住马蹄湾镇的梁欣瑶平静地说道:“当学有所成时,我还会回到秦岭,用学到的知识报效祖国,为家乡的建设贡献自己的力量。”

同学们表示,“小慢车更像是我们的朋友,陪伴着我们成长,车上叔叔阿姨的热情也让我们倍感温暖,感谢‘小慢慢’守护我们山区孩子的求学梦……”

“不论有什么困难,只要孩子们学习上需要,我们6063次小慢车就会伸出援手,帮助孩子们圆梦!”向宝林车长的眼圈微微泛红,他说:“今后,我们小慢车每年都会用张贴‘高考金榜’的方式分享喜悦,激励更多山区的学子用功读书,考上大学,走出大山,放飞梦想。”

本报记者 鲜康



# 月饼筒包装应成常态

中秋节临近,各大商场、超市里的各式月饼已经开卖,有的月饼不仅包装精美,而且价格不菲。比如,有的月饼用精美的铁盒包装,还有的用高档纸盒包装。

近年来,月饼过度包装一直饱受诟病。虽然每年呼吁月饼生产厂家和销售商家简化包装的声音不绝于耳,但在部分地区,月饼过度包装现象依然存在。

众所周知,月饼过度包装弊端很多。一方面,增加了顾客购买的成本。明明盒内只有五六块月饼,算上成本顶多也就是二三十元,但

经过“豪华”包装之后,一盒月饼少说也得上百元,多的上千元,弄得像“买盒子送月饼”。另一方面,月饼过度包装与“绿色”“低碳”倡议格格不入。如今,快递业正积极倡导快递包装“绿起来”,月饼包装也应该多些绿色、低碳意识,这既是为环保做贡献,也是节约资源的实事。

杜绝月饼过度包装,除了倡导筒包装之外,还需多方合力治理。工商、消协等部门要积极承担起监管的主体责任,一旦发现过度包装行为,应给予及时制止,从源头上遏制月饼过度包装行为。

同时,广大消费者也应有所行动。不妨多购买筒装月饼,不买“豪华包装”“精装”月饼,让过度包装月饼因无人问津而失去市场。笔者相信,只要监管到位,执法从严,再加上市民转变消费观念,月饼过度包装现象就一定能够有效遏制,月饼筒包装也将成为一种常态。(廖卫芳)



## 结肠疾病频频“刷屏”

# 专家提醒谨防“癌从口入”

今年9月是“全民健康生活方式宣传月”。近期,多位知名人士患结肠疾病的消息引发关注。专家提示,结肠癌有年轻化的趋势,公众应注重膳食平衡,谨防“病从口入”,同时注重定期进行肠镜检查。

2019年1月国家癌症中心发布的全国癌症统计数据报告显示,结肠癌在我国恶性肿瘤发病排名中位列第三,发病率近几年呈上升趋势,尤其是年轻化的趋势非常明显。北京大学肿瘤医院胃肠肿瘤中心二病区主任步德介绍,在各个年龄段中,结肠癌在40岁以上的人群中发病率更高。结肠癌的发病原因复杂,最直接的原因可分为两类——遗传和息肉。

肠癌呈散发性,最直接的原因是息肉癌变。此外,炎症性肠病也会增加结肠癌的风险。

“随着居民生活水平的提高,饮食的普遍趋势是动物蛋白摄入量增加,果蔬摄入量下降,脂肪和糖类摄入量增加。饮食中红肉过多、膳食纤维过少、饮酒吸烟等都是可能增加结肠癌风险的危险因素。”科信食品与营养信息交流中心主任钟凯介绍。

钟凯认为,红肉并非不能吃,而是要避免长期摄入量过多、占膳食比重过大。烹饪方式可尽量减少煎炸、烧烤,多选择蒸煮。他建议,公众可参照膳食指南,尽量均衡饮食,尤其要谨防果蔬的摄入量不足。

成年人建议每天吃够1斤蔬菜和半斤水果,多吃些糙米、燕麦、红薯等富含膳食纤维的杂粮,更有利于肠道健康。

中山大学附属第六医院胃肠肛门外科主任医师练磊建议,每个人都要重视结肠癌的预防和早筛,保持健康的生活方式,避免肥胖。同时,注重定期筛查,45岁以上者可每3年至5年进行一次肠镜检查;有林奇综合征、家族性腺瘤性息肉病等遗传性肿瘤家族史者建议从20岁左右起每年进行一次肠镜检查。(林苗苗 屈婷)



# 芦花鸡当“模特” 女主播带货忙



“来,宝贝们,给大家打个招呼。”

9月10日,在秦岭深处的一个养鸡场里,90后网络主播李萌一边抱着自家养的芦花鸡,一边进行网络直播。

李萌家住商洛市丹凤县寺坪镇寺坪村,是个地道的山里娃。2019年初,她开始在网络平台上发布短视频记录乡村生活,意外收获了近百万的粉丝,成为当地小有名气的“网红”。

今年上半年,受疫情影响无法外出,李萌就和爱人在家创业。她于5月份引进了一批芦花鸡,利用家里闲置的山地散养,并在网上直播养鸡卖鸡。第一批4000只鸡,每只定价200元,只用了不到两个月就全部完成预售。之后,李萌和爱人成立了养殖公司,准备继续扩大养殖规模,并带动村里的7户贫困户一起创业。同时,李萌还义务帮助当地扶贫企业进行直播带货,销售山区土特产,希望带动更多乡亲一起过上好日子。

刘潇 摄影报道

# 全国先进科技工作者蒋克明去世

全国先进科技工作者、原陕西省农科院棉花研究所研究员蒋克明因病医治无效,于2020年9月12日去世,享年91岁。

蒋克明,女,汉族,1930年12月出生,云南昆明人,中共党员。1947年8月至1951年7月在云南大学农学系学习,1951年起,先后在西北军政委员会农林部特产处、原陕西省农科院作物所、棉花研究所工作,1992年4月离休。1978年获全国先进科技工作者称号,1990年享受国务院政府特殊津贴,1991年被评为省部级有突出贡献专家。曾当选第七届

全国人大代表、陕西省第五届政协委员、陕西省第七次妇女代表大会执行委员。享受全国劳模待遇,正处级政治生活待遇。

蒋克明同志一生勤奋工作,先后主持完成“棉花抗枯萎病品种陕401”培育,1978年获全国科学大会奖;主持选育“兼抗黄萎病棉花品种陕1155”,1984年获国家发明三等奖、部级科技进步二等奖、陕西省科技进步一等奖,推广面积达319万亩,新增经济效益440万元;撰写《关中棉花抗萎品种高产技术的研究》等调研报告和科普论文44篇,在棉花育种专业领域成就卓著。

# 西安参保人可在手机端进行异地就医备案

本报讯(马相)为进一步方便参保群众跨省异地就医,国家医保局推出“国家医保服务平台APP”和“国家异地就医备案小程序”,目前,西安市也已经全面接入国家异地就医备案小程序,全市参保人在手机上就能进行异地就医备案了。据了解,凡在西安市参加基本医疗

保险并持有社会保障卡的异地安置退休人员、异地长期居住人员或常驻异地工作人员,均可通过国家医保服务平台APP和国家异地就医备案小程序进行跨省异地备案,系统默认备案有效期从备案之日起为1年,还可实现跨省异地就医联网定点医疗机构、开通统筹地区和医

保经办机构相关信息查询等服务功能。但需要注意的是,异地就医必须符合一定条件的合理有序的规范就医,即:必须已经申领到社会保障卡,且属于以上提到的异地安置退休人员、异地长期居住人员或常驻异地工作人员三种人员之一方可申请备案。



# 交强险赔付提至20万元 商业险基准保费下调

# 未出险车主将再享低折扣



近日,中国银保监会发布了《关于实施车险综合改革的指导意见》,决定于2020年9月19日开始在全国实施车险综合改革。本次改革实施后会对我省消费者产生什么影响呢?消费者关注的价格问题会有什么变化?消费者在购买保险时要注意哪些事项?笔者进行了深入采访。

**A** 陕西银保监局表示,改革实施后交强险责任限额大幅提升。有责责任限额从12.2万元提高到20万元,其中死亡伤残赔偿限额从11万元提高到18万元,医疗费用赔偿限额从1万元提高到1.8万元,财产损失赔偿限额维持0.2万元不变;无责任赔偿限额按照相同比例进行调整,其中死亡伤残赔偿限额从1.1万元提高到1.8万元,医疗费用赔偿限额从1000元提高到1800元,财产损失赔偿限额维持100元不变。

其次,新的机动车示范产品的车损险主险保险责任增加了机动车全车盗抢、地震及其次生灾害、玻璃单独破碎、自燃、发动机涉水等保险责任,删除了事故责任免赔率,无法找到第三方免赔率等免赔约定,删除了实践中容易引发理赔争议的免责条款。

同时,此次改革充分考虑到了现在车主的消费以及驾驶习惯,增加了驾乘人员意外险产品,包括代送检、道路救援、代驾服务、安全检测等内容的车险增值服务特约条款。

**B** 本次改革,大幅提升了交强险责任限额,商业车险基准保费进一步下调,优化了交强险道路交通事故费率浮动系数,对于未出险客户给予更大的保费折扣和更为充足的车险保障,车险消费者将普遍受益。此次改革根据行业实际风险状况重新测算了基准纯风险保费,受车辆零整比、事故发生率等因素影响,财险公司会在此基础上根据自身业务风险特点及成本管控能力确定保费价格,可能有少数消费者出现保费价格上涨情况。

保险业根据市场实际风险情况,重新测算了商用车险行业纯风险保费,同时,商用车险产品设定附加费用率的上限由35%下调为25%,预期赔付率由65%提高到75%,车险产品费率与风险水平更加匹配。

改革实施后,商用车险无赔款优待系数将考虑赔付记录的范围由前1年扩大到前3年,对于偶然赔付消费者的费率上调幅度将降低。陕西银保监局表示,将逐步放开自主定价系数浮动范围,第一步将自主定价系数范围确定为0.65-1.35,第二步适时完全放开自主定价系数的范围。

**C** 面对本次车险综合改革,陕西银保监局向车险消费者做如下提示:一是认真审视车险条款。本次车险综合改革中商业车险示范条款变动较大,共3个主险和11个附加险,其中车损险主险保险责任增加了机动车全车盗抢、玻璃单独破碎、自燃、发动机涉水等保险责任,条款还删除了事故责任免赔率、无法找到第三方免赔率等免赔约定,请消费者购买前仔细阅读车险条款,选择更加全面完善的车险保障服务。

二是合理选择保险公司。消费者在购买车险时,不应单纯比价,应在综合衡量保险公司品牌实力、服务网络、保障规划、理赔服务质量和参考报价等因素的基础上,合理选择保险公司。

三是提高自身维权意识。消费者在购买车险过程中,应配合做好车险实名缴费工作,将真实有效的联系方式告知保险公司,并亲自在投保单上签字确认,以便维护自身权益,并享受公司的相关服务。(杨代利)



# 我省将开展深化减证便民专项行动

本报讯(石喻涵)陕西省司法厅日前印发《深化减证便民专项行动方案》(以下简称《方案》),经省政府同意,省司法厅牵头,在全省范围内组织开展为期三个月的深化减证便民专项行动。

《方案》指出,此次专项行动以方便群众和企业办事、优化营商环境、提高政府服务能力为目标,切实减少“奇葩”证明、循环证明、重复证明,着力解决人民群众办事

难、办事慢、多头跑、来回跑问题。《方案》共分三大任务,省级部门和各设区市政府要在去年证明事项清理的基础上进一步清理复核并统一公示,防止证明事项边减边增、明减暗增;巩固证明事项告知承诺制试点成果,广泛宣传,为下一步全面推行证明事项告知承诺制营造良好社会氛围;同时,强化投诉监督,通过动员群众批评监督,确保“减证便民”落到实处。



近日,在西安市举办的旅游推介会上,大荔剧团编排的《三河人家》上演,助推大荔旅游回暖,让西安人大饱眼福,过了把“同州旅游”的瘾,唱响美食大荔、美丽大荔主旋律,丰富群众文化生活。李世居 摄