

## 房产手续挂失

吕志铭,不慎将其父吕八龙(已故)的太钢胜利桥宿舍21-1-4的购房发票遗失,特此声明。

常家富,不慎将太钢东岗宿舍10-1-8的购房发票和计算表遗失,特此声明。

史录惠,不慎将太钢二十宿舍9-2-35的购房发票和计算表遗失,特此声明。

张晓波,不慎将太钢东岗宿舍11-1-5的购房收据和计算表遗失,特此声明。

徐泽民,不慎将太钢东岗宿舍10-4-44的购房发票遗失,特此声明。

段孝如,不慎将其妻周春莲(已故)的骨灰寄存证(永安殡仪馆二楼西厅21026号)遗失,特此证明。

## 返厂单挂失

不锈钢厂,不慎将传递单号:1813178,出门证编号:920121446的返厂单遗失,特此声明。

## 车辆出入证挂失

炼铁厂李国栋,车牌号:晋AV508C

炼铁厂葛新海,车牌号:晋A459H3

炼铁厂高继生,车牌号:晋AV316U

以上单位、个人不慎将车辆厂区通行证遗失或注销,特此声明。

## 挂失

炼钢二厂张浩,卡号:30441783

热连轧厂李栋,卡号:30447940

热连轧厂梁一浩,卡号:04001912

不锈钢厂陈永亮,卡号:08401076

物流中心邢丽嵩,卡号:10803291

能源动力总厂高志勇,卡号:30447953

集团计财部王焯,卡号:05001775

集团计财部狄燕,卡号:11000073

修建公司王国强,卡号:30429964

百一公司马凯升,卡号:21201234

协友钢业有限公司李志敏,卡号:20212714

山西钢建环保设备制造厂樊春平,卡号:30437451

钢建安装工程公司刘江,卡号:20900112

钢建环保设备制造厂巩镇江,卡号:30447581

钢建安装工程公司李书德,卡号:30437916

钢企建安机电工程分公司张杰,卡号:30438503

以上职工太钢出入卡遗失或注销,特此声明。

## 春天的味道——荠菜团子

安子

春风像一个调皮的孩子,用手里的调色板染绿了山川,染绿了大地。嫩绿的野菜,是春天独有的味道,今天,我们就用当下最应景的荠菜做一道美食——荠菜团子,让我们的唇齿之间留下春天的味道。

荠菜可以自己从田地地头挖,也可以从网上购买。先准备各种食材:荠菜一斤,胡萝卜一根,虾皮一小把,粉丝一小把,香菇三、四朵、鸡蛋两颗,半碗白面,一碗玉米面。

锅内烧水,将粉丝烫软捞出过凉水后,切成小段放入盆中备用,胡萝卜切成丝,开水烫过再切成短节放入盆中,香菇焯水后切碎也放入盆中,荠菜焯水一分钟,焯水前水中先放入几滴食用油和少许盐,这样焯出的荠菜翠绿鲜嫩,捞出后迅速用凉水冲洗,控水切碎,一并放入盆中。鸡蛋磕入碗中搅匀,起锅烧油,倒入蛋液迅速搅散,将炒碎的鸡蛋倒入盆中,盆中放入适量白糖、食盐、生抽、蚝油调味,再炆入适量花椒油,将盆中所有食材搅匀,再放入小半碗白面继续搅拌,这样可增加食材的粘性。

用手将食材团成小孩拳头大小的圆球,放入玉米面粉中均匀滚上薄薄的一层,再用手团几下,待面粉浸湿且有粘性后再放入玉米面粉中继续滚动,沾上面粉后继续团,这样反复四、五次,便成为一个一个均匀裹上一层面粉的团子,摆放到蒸锅的笼屉中。中火蒸20分钟左右,关火。一道颜值高、营养价值高、老少咸宜的美食就做好了。

这道美食既可作为菜,又可当主食,特别适合爱美的减肥人士吃,口味重的人还可以做个蘸料蘸着吃。

## 呵护孩子视力健康 国家强制性标准专家解读来了

新华社北京5月4日电(徐鹏航、陈席元)近年来,我国学生近视呈现高发、低龄化趋势,“小眼镜”越来越多,严重影响孩子们的身心健康。为切实加强儿童青少年近视防控工作,我国发布强制性国家标准《儿童青少年学习用品近视防控卫生要求》,该标准将于2022年3月1日起正式实施,留有过渡期,鼓励相关企业提前应用新标准。这项标准将如何保护孩子视力健康?有关专家对此进行了解读。

北京大学儿童青少年卫生研究所教授马军介绍,这项标准一方面规定了儿童青少年学习用品的相关印刷品、出版物的纸张质量、印刷质量、文字大小和间距等,满足了不同年龄青少年的阅读和书写需要;另一方面也对教室照明灯具、读写作业台灯、

教学多媒体产品的技术性能进行了规范,主要目的是保障儿童青少年能够使用性能合格的照明灯具和教学用品。

教室照明灯具是影响孩子视力的一个重要因素。中国标准化研究院研究员蔡建奇介绍,此次发布的标准明确了教室照明灯具必须满足中国强制性产品认证(CCC)要求。

“同时我们考虑到广受大家关注的蓝光危害,我们针对蓝光的问题要求教室照明的灯具中,一般教室照明灯,也就是学生头顶上的教室灯,按照国际标准IEC 62471的最高要求即蓝光豁免级RG0的要求对蓝光作了要求。”蔡建奇说。

频闪问题也是家长、学生长期以来关注的问题。“频闪会导致视觉疲劳,甚至头疼等并发

问题。”蔡建奇说,此次在标准中参照了IEEE等相关国际标准,采取最严要求,最大限度减少频闪对青少年视觉系统的影响。

同时标准还对教室照明灯具的显色指数、色温,多媒体产品的最大屏幕亮度、亮度对比度、闪烁、蓝光、亮度可视角以及读写台灯的相关指标做了严格规定。

此外,国家纸制品质量监督检验中心高级工程师陈春霞提示,纸质学习用品是学生日常接触较多的一类产品,也是影响视力的主要因素之一。她介绍,此次标准将纸质学习用品分为书刊、簿册试卷和学习用报纸,规定了纸质学习用品的纸张质量、印刷质量、字体、字号等影响阅读效果、视觉识别的技术参数。

## 低碳生活

孙洋

初次接触低碳生活这个词,觉得很新潮,还不明白什么意思,只是简单地理解为用少点碳的生活。之后才发现,低碳的生活是一件十分环保和礼貌的事。我对低碳的理解就是在日常生活中从自己做起,从小事做起,最大限度地减少一切可能的消耗。当然,低碳主要还是指减少二氧化碳的排放。其实,低碳的生活离每个人都很近,只要多注意生活中的一些细节,就能够起到降低能耗的作用。

我生活中的一些低碳小窍门就是针对节水方面的。生产自来水和处理污水都要耗费许多的能源。所以,节水就是节能。在马桶的贮水槽里放置一个大的可口可乐的瓶子就能够减少每次放出的水量,做到节约用水;洗脸的水能够用来洗脚,洗衣服的水能够用来涮抹布,擦地板,然后这些废水能够再冲马桶;洗完菜的水能够用来浇花。别小看这些水的重复利用,积累下来,仅一个三口之家每月就能够节约一吨以上的水。另外,如果每月手洗一次衣服,那么每台洗衣机就能够节约用电,也就节约了发电的煤,同样也就减少二氧化碳的排放,如果全国所有的家庭都能做到每月用手来洗一次衣服,减排的二氧化碳能够达到68.4万吨,这个数字是十分惊人的。同时洗衣机虽然好用,但是两三件衣服就用洗衣机来洗也会造成不必要的浪费。

是的,我们都应做低碳族,因为我们是地球的主人,地球是我们的家园,我们就应保护它,而不能伤害它。低碳生活不困难,只要我们不浪费,就能为大自然节省一些能源,为地球做一件好事。渐渐地,空气能够变回清新,天空能够变回湛蓝,大地能够变回绿色,人类的生活就更加完美啦!所以,低碳生活并不难。它仅仅需要你从改变目前的生活态度和生活习惯做起,就能产生低碳效果。实际上在我们身边已有低碳一族在行动。想一想,虽然每个人的减碳数量有限,但众多的人加起来,就是个大数字、大贡献。



桃红又见一年春

闫慧娟 摄

## 婚姻的启示

尚月花

平时见惯了有情人悲欢离合的场面,对婚姻也产生了一些自己的想法。

记得有人说婚姻是爱情的坟墓,再完善的爱情最终都会趋于平淡。在我看来婚姻既不是神圣的殿堂,也不是可悲的坟墓,它是一个大熔炉,既有快乐和幸福,也有伤害和痛苦,关键在于如何经营。

爱情其实很脆弱,而婚姻则刚好相反。婚姻是一段漫长而寻常的过程,如果经营得好,它能予人以安定、温暖;如果经营不善,也会因其平庸而让人感到厌倦。在婚姻中,双方首先要相互信任和尊重,不要互相猜忌,尊重彼此的生活方式和习惯,给对方自由的生活空间。双方还需要沟通,不要妄想按照自己的意愿去改变对方,每个人的思想观念都不同,所以要试着了解对方的思想,让彼此间的距离越拉越近,遇到分歧要先沟通,即使吵架了也要在消气后第一时间沟通好,消除隔阂,重归于好。此外,夫妻双方应该积极创造生活情趣,培养共同爱好,不要一味地重复简单机械的生活方式,在平淡的生活中发现不一样的东西,发现生活的快乐。平时要给对方多一些关心、理解、包容,生活中多一些惊喜、浪漫、享受,创造属于两个人的幸福生活。

## 我国专家揭示女性更易患阿尔茨海默病的秘密

新华社北京5月4日电(记者侠克)阿尔茨海默病(AD)是严重威胁全球老年人健康的疾病之一。数据显示,该病女性患病率高于男性。近日,首都医科大学宣武医院卢洁教授团队研究发现,女性携带一个特定载脂蛋白(APOE ε4)等位基因即可导致脑内特定蛋白(tau蛋白)聚集增加,从而更容易患病;而男性携带两个特定等位基因时脑内特定蛋白聚集才会明显增加。这也是女性为何更容易罹患阿尔茨海默病的原因。

据介绍,已知载脂蛋白(APOE ε4)是阿尔茨海默病最大的风险基因,其导致的特定蛋白(tau蛋白)异常聚集是患病的特征性病理改变之一。该项研究正是探索携带不同数量的特定等位基因对阿尔茨海默病患者脑内特定蛋白聚集是否存在性别差异,进而揭示患病的性别差异原因。

卢洁说,阿尔茨海默病患者中女性大约占三分之二,该项研究在一定程度上解释了阿尔茨海默病女性患病率高的原因,对临床诊治具有重要意义。