

半份菜、拼盘菜, 营养均衡不浪费

常州大学形成“舌尖节约”新风尚

□ 记者 俞兢

手撕包菜 0.5 元、豇豆肉丝 2 元、番茄炒鸡蛋 1.5 元……近日,常州大学食堂专门设置了半份菜取餐处,鼓励学生减少餐饮浪费。

9月9日下午5点半,记者来到常州大学科教城校区一食堂。“反对铺张浪费,倡导勤俭节约”的倡议书和提示牌张贴悬挂在醒目位置,时刻提醒师生、员工树立科学饮食新理念,养成崇尚节约、厉行节约、反对铺张浪费的良好习惯。

正值学生用餐高峰,在半份菜取餐处,工作人员正在将大份菜分装成小碟。“蓝色盘子是全份的,绿色碟子是半份的。”常州大学后勤服务中心餐饮服务中心副主任陈俊告诉记者,半份菜减量但不减质,价格是全份的一半,荤素搭配且每日更新菜单,有利于制止餐饮浪费行为、切实培养节约习惯,倡导积极向上、科学健康的生活方式。

同时,食堂设立了匀饭处,学生可以根据需要增减米饭,减少米饭浪费。“一份米饭的价格是5毛,管饱。”陈俊说,有些男生饭量大,就可以自己动手加饭,有些女生吃不完,可以去掉一些。食堂还推出了“拼盘菜”,辣子鸡+回锅肉片,5元;紫包菜+清炒丝瓜,2元……菜肴品种增多,分量又不大,满足师生对菜品多样化的要求,营养更均衡。

新的用餐方式得到了学生们的认可。石油化工学院食品学院学生刘典典表示,晚上吃得少,半份菜很有必要,既倡导了勤俭节约、杜绝浪费的生活方式,又满足了学生营养均衡、合理搭配的需求。

“我们现在都会主动提醒师生适度点餐,食堂推出了半份菜、拼盘菜,让学生花同样的钱,吃到更多品种的菜。”开展制止餐饮浪费行为活动以来,窗口服务员周涛感觉到了明显



用最新版抖音扫码看视频

变化。每天,食堂初加工组、切配组、烹调组都会提前制定好生产计划,合理搭配菜品,加强节约量化考核,避免生产过剩和生产过程中不必要的浪费。厨师们努力提升烹饪技艺,大锅变小锅,提升菜品质量,不让师生因口味不好吃不完而浪费。

常州大学后勤服务中心还将每月16日确定为“食堂节约活动日”,开展“节约粮食、文明餐桌、从我做起”主题教育活动,邀请学生体验收餐员工作,组织学生签名活动等。一段时



间下来,浪费现象已经得到明显改善。从“光盘”效果看,不浪费正在成为常大师生的行动自觉。据不完全统计,该校食堂餐厨垃圾数量已经下降了一半。

在广大师生看来,“光盘行动”不是一阵风,要从自身做起,久久为功地坚持下去。

大家还纷纷为制止餐饮浪费出“金点子”。环境与安全工程学院学生曹金耀希望,食堂广泛征集师生意见,多推出师生喜爱的菜品。商学院老师潘伟强呼吁广大师生行动起来,让厉行节约、反对浪费成为常大校园的新风尚。



日前,西湖街道联合蠡河社区,开展“点滴爱心汇聚成海 文明实践你我同行”慈善义卖活动。现场,西湖街道新时代文明实践志愿队、芳草食品炒货、江南农村商业银行礼河支行等9支爱心团队带来了文具、日用品、绿植等各式义卖物品,共筹得善款23876元。同时,街道还将“百姓名嘴”宣讲台“搬”到了现场,讲述“我身边的小康”。据了解,蠡河社区慈善义卖活动是以公益摊位为主要媒介、精准帮扶困难家庭的公益项目,已连续举办3年,帮扶30余户困难家庭。

周明 诸丽琴 摄

国庆中秋假期高速出行
免费通行时间延长至8天

本报讯(记者朱梦琪)日前,记者从江苏高速公路联网运营管理有限公司获悉,2020年国庆节、中秋节放假安排为10月1日至8日,共8天,7座及以下小型客车高速公路免费通行的时间也由往年的7天变成8天。

据悉,“十一”黄金周期间,高速公路免费通行时间为2020年10月1日0:00至10月8日24:00,共8天,免费时段从假期的第一天00:00开始,节假日最后一天24:00结束(普通公路以车辆通过收费站收费车道的时间为准,高速公路以车辆驶离出口收费车道的时间为准)。高速免费通行的车辆范围为行驶收费公路的7座以下(含7座)载客车辆,包括允许在普通收费公路行驶的摩托车。

中国人寿武进支公司
政保网格服务专员项目启动

本报讯(记者蒋雯)近日,中国人寿保险股份有限公司武进支公司政保网格服务专员项目正式启动,意味着广大市民可以足不出户,通过辖区的网格服务专员办理各种保险业务,彻底打通服务的“最后一公里”。

目前,中国人寿武进支公司参与了武进地区城乡居民大病保险、小额意外保险、老年人保险、学生保险等多种政保业务,并提供全流程服务。近年来,随着保险意识和观念的加强,参与和享受政保服务的市民数量快速上涨,对政保服务的专业化、便利化需求也不断提升。为响应国家号

召,顺应政府网格化新型管理模式的要求,将保险服务打造得更加多元化、精细化、个性化,中国人寿武进支公司启动了政保网格服务专员项目,为武进地区各村、社区配置1名政保服务专员,集中优质资源,打造一支贴近百姓、强化村(社区)服务的专业化保险服务队伍。

中国人寿武进支公司负责人介绍,近期将招募一批网格服务专员,通过公司专业持续的培训,让他们为村、社区提供金融和风险管理服务,将政府民生政策送到千家万户,实实在在让老百姓享受到实惠。

研究生抄袭论文站上被告席

本报讯(赵肖易 记者张莉)“谢谢法院给了我一个公道。”日前,随着武进法院的成功调解,我市某高校法学专业研究生小王论文被抄袭一案终于尘埃落定。

2019年4月,小王撰写的有关电子发票的文章在某学术研讨会中获奖并被收录在研讨会的论文集。同年8月,小王在某学术平台上搜索时发现,自己关于电子发票的文章被全文发表在某报纸上,文章作者竟然是陌生人贾某。为维护自己的著作权,小王将侵权作者贾某、某报纸以及有关平台一并起诉至武进法院,要求被告停止侵权并赔偿其经济损失。

武进法院案件承办人经调查了解,贾某为浙江某高校的研究生,与小王属同一研究领域。为完成学校所要求的研究生学业任务,抱着“抄袭研讨会上的文章不会被发现”的侥幸心理,贾某全文抄袭小王的论文并公开发表。

经法院主持调解,原被告双方达成协议,被告均停止侵权并由被告贾某赔偿原告4000元。事后,贾某因此事被取消奖学金并延期毕业,本已签订的就业合同也不得不面临取消。

承办法官表示,公众在进行文学艺术创作或撰写论文时,如需要参考他人作品,必须依法正确、合理引用他人已发表的作

品,否则极易引发诉讼,构成著作权侵权。学术论文抄袭行为属于著作权侵权行为,其维权方式与其他著作权维权方式并无不同。但在实践中考虑到诉讼的经济和时间成本,著作权人多采用向侵权人单位投诉举报、向媒体曝光等方式,很少通过司法诉讼进行维权。在本案审理过程中,刊登侵权论文的平台及报刊在收到诉讼材料后第一时间将文章下架,被告学校也很快对侵权人进行了处分,体现了当前社会各界对学术造假的“零容忍”,最终该案也在开庭当日即达成调解,给相关论文被侵权人维权形成了一定的“示范效应”。