

智能“通道式”查验上线 车主20分钟可拿到牌照



工作人员正在查验车辆

3月23日,记者从市公安局交警大队车管所(以下简称车管所)了解到,我市机动车智能“通道式”查验窗口于当天正式投入使用,该窗口优化以往的办理流程,实现了车辆业务一站式办理,新车入户上牌,只需20分钟左右就可以办理成功。

“真没有想到‘通道式’查验这么便捷,从受理到办结,只用了20分钟左右就办完了。”当日,在市车管所“通道式”查验处,来办理新车入户业务的戴女士在工作人员的指导下,很快就为爱车上牌,对于省时高效的办理流程,她赞不绝口。

据了解,以前新车入户上牌车主必须先先到车管所服务大厅排队预约受理,然后到查验区查验车辆,最后到综合服务受理窗口确认号牌、缴费,耗时较长。

现在,市车管所优化车辆“通道式”查验办理流程,实现了车辆业务一站式办理。车主通过“通道式”查验窗口办理新车注册、转移等业务,即可完成业务受理、车辆查验、登记选号、号牌安装等全部流程,无需再往返车管所大厅、查验区、号牌厂之间,从而节省了群众办事的流程和时间,从业务受理到办结最多只需要20分钟,实现交管业务“一次办、马上办”。

智能“通道式”查验解读

什么是智能“通道式”查验?

以新车注册登记为例,市民驾车进入其中一个通道,就像进入一条“流水线”,可以相继完成业务受理、车辆查验、登记选号、号牌安装等业务,无需再往返

车管所大厅、查验区、号牌厂之间。

智能“通道式”查验可以办理哪些业务?

- 1.机动车注册登记;
- 2.机动车转移登记(辖区内);
- 3.解押/抵押登记;
- 4.核发检验合格标志;
- 5.机动车六年免检;
- 6.补领、换领机动车号牌、行驶证;
- 7.补领检验合格标志;
- 8.核发机动车临时行驶号牌。

因疫情防控工作需要,广大车主办理相关业务需要提前网上预约(关注“汝州车管所”微信公众号)。目前暂仅受理第1、第6项业务,其余业务服务时间另行通知。

办理时需要携带那些材料?

- 1.车主身份证原件
- 2.购车发票原件
- 3.车辆合格证原件
- 4.已缴纳车辆购置税或免税登记
- 5.已投保交强险
- 6.已缴纳车船税
- 7.反光背心
- 8.三角警示牌
- 9.车架码拓印膜

办理流程分几步?

第一步,资料审核。车主带上本人身份证、车辆合格证明、购置发票等原件证明材料进入预录入岗,工作人员对车辆的相关材料进行查询、审核、录入。

第二步,查验车辆。车辆直接驶入查验区,查验合格予以受理。

第三步,选号制证。车主进入到业务大厅,在任一窗口均可办理登记、选号、

缴费业务。

待上述步骤全部完成,工作人员将制作好的车牌为车主免费进行安装。

疫情防控期间,为防止出现人员聚集等情况,汝州交警多举措做好相关工作的同时,实行预约制办理业务。车主需准时到达预约地点,避免人员聚集。请勿在未预约成功的情况下前往办理业务,避免造成不必要的往返。预约车辆请勿过早到达办理地点(可在预约时间前20分钟到达),避免造成交通拥堵。未在预约时间达到预约地点的,预约作废。

实行实名制办理。办理业务时一车一档一人,不要多人跟随。预约办理车辆须经工作人员审核无误并消毒后方可进入办公区域。未预约车辆、人员一律不准进入办公区域。

严密防控疫情。办理人员请确认近期未到过疫情高发地区,且未与疫情高发地区人员接触;确认近期无发热、干咳等症状。如有谎报、瞒报等情形,将追究法律责任。公共场所请佩戴口罩并配合工作人员测量体温、登记信息等。排队等候须保持一米以上,防止交叉感染。

推行网上办理。目前大部分业务可以登录互联网交通安全综合服务管理平台(网址:ha.122.gov.cn)或手机APP“交管12123”办理。请大家尽量选择网上办理,避免人员聚集。目前网上可以办理的业务包括:申领机动车免检标志、遗失补领驾驶证、损毁换领驾驶证、申领机动车临时号牌、变更机动车及驾驶证联系方式。

融媒体中心记者 张亚萍

买房时买精装还是毛坯?这问题就跟买新房还是买二手房、全款买房还是贷款买房一样,每年都要争一争,却始终没有答案。

大家购买精装房的理由无非都是省钱、省时间、省事等等,精装房省了装修的事儿,不需要在工地、材料店、家庭、公司四个地方来回跑,节约了时间成本,对于急于住进新房的刚需购房者,一套品质好价格优的精装房是最理想的选择。那么,我们在购买精装房的时候就要注意几个问题,比如装修清单模糊不清、虚报精装修价格、后期维修无人可找、材料质量优劣难辨等等。

我们怎么预防或者避免这些问题呢?

1.选择品牌开发商打造的精装房

一般来说,有品牌有声誉的开发商注重企业形象和影响力,为了树立品牌,会力保每个项目的质量,因此品牌开发商的精装房更让人放心。

2.看清装修标准

一些精装修房的装修标准中,开发商经常会承诺赠送高档橱柜和名牌进口卫浴。为稳妥起见,购房者在和开发商签订《商品房买卖合同》时应要求开发商尽量将这些装修材料的品牌也写进合同里,以免出现名不副实的情况。

3.合理运用保修期

有些精装房在验收时不一定能够检查出来是否存在质量问题,但在使用过程中,有些问题就会凸显出来。国家规定的住宅装修保修期是两年,厨卫防水工程保修期是五年。如遇到类似问题,业主可及时与开发商或物业协商,尽量在保修期内予以解决。

融媒体中心记者 吴伟伟 通讯员 王然然

买精装房如何避免商家陷阱?

速冻食品营养几乎无损失



图片来源于网络

疫情期间,人们会囤很多食物,蔬菜、水果、大米、馒头……要说哪种食物是大家的第一选择,我想很多人都会买速冻饺子、速冻肉等速冻食品,方便食用。

最近,有数据显示,速冻食品在各大平台销量暴增,海鲜丸子销量更是翻了十几倍。除此之外,超市里的速冻鱼、肉、虾,速冻的饺子都成了抢手货。速冻食品冻住的是食物,它们的营养会被“冻”掉吗?

冷冻速度太快营养来不及“逃”

很多人觉得速冻食品营养差,冻的时间太久,营养都损失了。其实,这完全是误解。

速冻食品可不仅仅是把食物冻起来这么简单,它最大的特点就是冷冻速度非常快。如果是我们自家包好的饺子放进冰箱里冷冻,因为温度下降得比较慢,食物中的水会形成冰晶,随着温度的降低,这样的冰晶会越来越大,很容易破坏食物的细胞结构,导致营养流失,也会使得食物口感变差。

而速冻食品采取的是一种比较迅速的冷冻,相比一般的冷冻过程,它能快速地把食物温度降低到远远低于水的凝固点(通常在-18℃的条件下)。由于降温速度很快,食物中的水会进入一个“过冷”的状态,此时形成的冰晶很小,小到不会严重破坏食物细胞,能最大限度地保留食物的营养和口感。由于温度低,细胞活动基本都停止了,微生物的活动也受到了极大限制,速冻食品才能够保存很长时间而不变质。

速冻食品营养几乎没损失

虽然速冻食品种类很多,比如各种饺子、肉丸,还有冷冻的蔬果,但从原料的角度看,大概可以分为冷冻的动物性食品和植物性食品,也就我们常说的冷冻肉类和冷冻蔬果。肉类主要提供蛋白质和矿物质。在温度极低的条件下,蛋白质和矿物质几乎不会发生变化,所以,冷冻肉类的营养几乎不会损失。

除了传统的冷冻肉类、速冻饺子、包子这些食物之外,现在超市里的冷冻蔬菜也不少见。速冻蔬果并不会比新鲜蔬果损失更多营养。冷冻蔬果一采摘下来很快就会在-18℃的条件下进行冷冻。在这个温度下,蔬果的呼吸作用几乎停滞,微生物也无法生长繁殖,可能还更有助于营养物质的保留。

来源:大河健康报

市妇幼保健院:一台手术成功“解救”23岁女士!

宫外孕,对妇产科医生来说,是一个谈虎色变的疾病。宫外孕,是一种特殊部位的妊娠,较为少见,而且在怀孕早期常常不易发现。由于宫外孕处肌层血液供应丰富,一旦破裂,出血较多,后果严重,常危及患者生命。

23岁的冯女士,3月12日在我市某医院被诊断为“早孕”,3月16日下午在市妇幼保健院彩超检查提示:右侧附件区不均性包块(考虑间质部妊娠),盆腔积液,盆腔积液。经该院彩超室主任姚娟娟及孕产部部长刘桂香、产一科主任马小慧进一步会诊后诊断为“右侧宫外孕”,在了解患者病情后,刘桂香、马小慧耐心给患者及其家属详细介绍了病情及手术方案。在征得病人和家属同意后,刘桂香、马小慧带领团队进行腹腔镜探查术,探查中发现右侧宫角处局部膨隆,大小约2×3cm,呈暗红色,壁厚,表面光滑无破溃。

手术中医务人员完整剥除了异位妊娠囊,并进行右侧宫角整形,整个手术过程顺利,目前患者恢复良好。

此次手术再次刷新了市妇幼保健院产科团队高超的技术水平,展现了医务人员精益求精的工作作风,彰显了医院医疗技术又上新台阶。

宫外孕到底是什么?

正常情况下,受精卵要经过一条狭长的通道——输卵管,进入温暖舒适的子宫,在宫腔内孕育新生命。而宫外孕通常是由于输卵管炎症或盆腔炎症而使内膜细胞表面的纤毛丧失运动功能,导致运输受精卵时受到影响,不能准确地将受精卵送入宫腔内。

简单来说,就是受精卵宝宝进入输卵管后发现这里杂草丛生,进入宫腔的道路漫漫又险阻重重,于是受精卵宝宝走走停停,最后累了就在宫角处(即输卵管与子宫的衔接处)停了下来,这就是宫外孕。好在宫外孕并不等同于“宫外孕”,因为宫外孕的受精卵是在宫腔内着床的,只是位置偏于宫角一侧。就好像一室两厅的房子里,受精卵宝宝没有选择温暖宽敞的主卧,而是选择了一侧的客厅安家。这样一来就期待宝宝的宝妈们带来了纠结,也给我们医生带来挑战。

这样的情况,需要有经验的医生严密监测和守护。但是如果宫外孕向宫外侧发展,宫角膨胀外突,就会有宫外孕破裂的风险。此处的血管丰富,一旦发生破裂,出血

凶猛将会有生命危险,需要立即开腹或腹腔镜手术切除妊娠囊。有一些宫外孕虽然没有发生破裂出血,也会因为宫角处的内膜和肌层较薄导致滋养层发育不良而发生早期流产或胚胎停止发育等情况。

所以,虽然早孕期看到胚胎着床于子宫角,但只要认真辨别宫外孕的类型,关注胚胎的生长趋势,这个过程对宝妈和医生都是一个严峻的考验。市妇幼保健院提醒广大孕产妇:发生宫外孕的宝妈也不必纠结和恐慌,孕育生命奇迹的路上汝州妇幼保健院的医护人员会一直陪伴亲爱的宝妈们小心前行,路上的坎坷与风雨我们一起承担,生命的喜悦与阳光我们一起分享。

最后,妇幼保健院产科专家刘桂香建议,怀疑怀孕时要尽早就诊,密切随访,及时发现异常情况,特别是对“异位妊娠”做到早发现、早治疗,减少家庭遗憾。

专家介绍:刘桂香,女,本科学历,副主任医师,现任汝州市妇幼保健院孕产保健部主任。从事妇产科临床工作30余年,具有丰富的妇产科临床经验。能熟练掌握妇产科常见病、多发病的治疗,如不孕不育、复发性流

产、精准保胎、瘢痕处妊娠、宫内生长受限等。对正规的围产期保健如遗传咨询,高危孕妇产前管理,孕期糖尿病及孕期高血压等疾病有丰富的临床经验;对妇产科危急重症如产妇产后出血、重度子痫前期、前置胎盘、胎膜早剥、妊娠期急性脂肪肝等的抢救有丰富的经验;能熟练完成妇产科多种手术如无痛人流术、子宫全切术、新式子宫下段剖宫产手术、宫外孕、卵巢肿瘤等。

马小慧,副主任医师,产一科主任,本科学历,毕业于河南科技大学。河南省妇幼保健协会女性中医康复专业委员会委员(2017-2022),河南省危重症产科联盟委员(2018-2021),平顶山市危重症产科联盟专业委员会(2017-2022),汝州市八届政协委员,从事妇产科临床工作20余年,曾多次在省内外多家妇产医院进修学习,熟练掌握妇产科各类手术。擅长围产期保健,妇产科领域各种疑难重症诊断及处理,特别是在救治产后出血方面技术先进,对凶险性前置胎盘剖宫产手术治疗方法独特,临床经验丰富。

融媒体中心记者 宋乐义 通讯员 赵建龙

初三、高三学生如何提升状态、完美冲刺? 河南名师专家来支招!

受疫情影响,学生居家学习已有一个多月。3月19日,河南省重大突发公共卫生事件应急响应级别由Ⅰ级调整为Ⅱ级,这是我省抗击疫情的利好消息,但目前仍未满足开学条件。开学成了师生的迫切期待,尤其是毕业班师生。

居家学习少了教师监督,也缺少适宜的学习环境,毕业生目前的备考状态如何?我们连线了多位初三、高三学生及教师,了解学生们的备考情况,并就他们十分关心的问题采访了经验丰富的名校毕业班的教师、校长等。

调整身心,找到学习最佳状态才能举重若轻

由于疫情影响,开学时间不断推迟,给毕业生备考带来压力,另外最近社会上出现了“今年考试难度将加大”“将出现疫情背景的新题型”等传言。据了解,有不少学生加班加点熬夜学习,但效果并不理想。针对居家学习备考,您有什么好的建议?

河南省实验中学高三英语组备课组组长郭凌云:首先,学生要意识到所有备考者都处于这样一个状态,所以心理上不必过度担忧、自我施压。其次,一定要按学校的作息时间表执行,认真听课,积极保质保量完成作业,跟着老师的节奏走。每天有计划地“刷题”,让自己忙起来,做好眼前的事,平心静气备考。

中原名师、南阳市第一中学校长杨文普:备考者要保证科学作息、调整心态。高考考的不仅是状态和方法,还考身体和精神。夜里挑灯大战,白天伏案大睡,不是好的备考方式。所以,千万不要过度熬夜,要把生物钟调整到与高考的时间一致。切记:高考从来都不是在夜间进行的,要确保白天头脑清醒,把身心调整到最佳状态,松紧适度,最终才能举重若轻。

学生居家学习期间如何提高复习效率?杨文普:第一,学生要重视自学。能自己“学会”,千万别去依赖“听会”,自己悟出的东西才是你的看家本领,“听会”的知识永远是你高考的“软肋”和“痛点”,接受快、遗忘也快。第二,要认真研究“失败”。首先要认真研究

别人的失败,在作业互批中下功夫。一定要依照评分细则,在作业互批“扣分”的“实战”中为自己的高考“增分”。“扣分”的过程,就是研究和深挖别人失败的过程,就是自己汲取经验和避免错误的过程,就是接近成功的过程,越认真越“增分”。其次要认真研究自己的失败,闻过则喜,在强化训练上下功夫。把典型的错题“请”进纠错本,归类整理,写明错因,总结方法,然后再找5道左右的同类习题强化训练。

第三,注重反思总结,厘清知识间的“亲疏”关系。每天无论多忙,都别忘了构建和完善当天的思维导图,这有利于进一步厘清知识之间的区别和联系,更有利于从零碎的题中找到这类题的解题规律。自习时要把主要精力放在攻克弱科和薄弱知识点上。

家长、教师做到少“叨扰”从学习监工变为精神益友

在家学习,活动空间很有限,学习方式单调,学生情绪不佳,另外与家长相处久了,矛盾容易放

大甚至激化。不少家长因担心影响孩子学习,每天小心翼翼,但不知道如何帮助孩子备考。请给家长提出一些建议。

新乡市第一中学初中部主任海鹏:首先,家长要做到不焦虑、保持平常心,不要在孩子面前暴露紧张不安的情绪,生活中要保持正常作息,不要有太大的变化。这样做目的就是让孩子一直处于一个稳定的状态,有利于学习。其次,面对备考压力,孩子会很敏感,家长的不良情绪会刺激到孩子,从而影响其学习,所以,这段特殊时期,家庭保持和谐、轻松的气氛非常重要,能让孩子在平稳宁静的状态下迎接考试。家长还要抓住一些时机多鼓励孩子,为孩子加油打气。

网络授课,教师压力也非常大,没有办法和学生保持非常密切的互动,对教学效果没有把握……这段冲刺时间,教师怎样成为学生备考的有力帮助者?

济源第一中学高三年级教学主任王向前:我认为,教师应遵循“七尽量”。尽量减少网络交流活动,如不必要的检

查,监督性地打卡,任务性地讲题、提问题、发学习图片和视频,以及组织看似热闹实则意义不大的网上讨论等等,目的是激发锻炼学生自主学习的能力,节省学生时间;

尽量减少学生持有手机时间,毕业班学生处于复习阶段,基本无新课,若非特殊情况,尽可能让学生放下手机;

尽量布置相对单一明确的学习任务,不并行多项内容,增加学生心理和记忆负担;尽量多一些师生单独交流、少一些不必要的集体交流,集体交流会让学生听和不听处于两难,单独请教,专门答疑,效果好,效率高;

尽量用图片代替视频答疑,将学生真正所疑内容写于纸上,比视频更加直观;

尽量用智慧、情感打动学生,多一些“情感驾驭”,少一些“制度强迫”,一个单独电话、一句鼓励表扬、一段关爱文字,往往会收到妙不可言的激励效果;

尽量不借势家长进行提醒、批评,避免适得其反,引发学生和家长的对立。

来源:河南省教育厅网站