



满足居民家庭服务需求 解决妇女就近就业问题 丁蜀画溪社区“巾帼家政”项目一举两得

本报讯(记者余婧)3月15日,一场居家养老护理技巧公益科普活动在丁蜀镇画溪社区边庄小区口袋公园开展。经社区“巾帼家政”培训结业学员们,被一群热情的居民围住,她们一边熟练地演示居家养老护理技巧,一边细致地讲解注意事项,引得居民们频频点头。这场活动,既给学员提供了展示专业技能的舞台,又让有需求的居民直观了解到相关服务,还能吸引更多妇女参与公益培训、提升就业能力,这都得益于市妇联在画溪社区试点开展的巾帼家政进社区项目。

“在大家的日子越过越好,对生活品质的要求越来越高,家庭服务需求也日益多样化。我们搭建起‘熟人模式’的供需平台,就是想让社区的姐妹们在家门口找到工作,居民们方便地买到满意的服务。”画溪社区党总支书记鲍燕介

绍说。2023年,建设在画溪社区内的镇级养老服务中心运营得有声有色,可不少居民向鲍燕反映,家里有老人需要照顾,实在抽不开身去中心参加活动。很快,热心居民自发组建了“邻里缘”志愿服务队,上门为有需要的老人服务,但志愿服务内容有限、时间不定,大伙对专业养老护理员的需求愈发强烈。与此同时,不少赋闲在家的妇女找到鲍燕,希望能在家附近找到一份工作。一边是老人的专业护理需求,一边是妇女的就近就业问题,鲍燕灵机一动,一个在家门口开展培训、助力就业的计划在她心中有了雏形。

服务老人,光靠一腔热忱不够,具有专业技能是关键。为了让妇女们尽快掌握本领,鲍燕通过市妇联牵线搭桥,从无锡请来了经验丰富的专业老师。2023年1月,首场集中培训拉开帷幕,生活照料、

康复护理、心理慰藉等课程在社区内进行实景教学。理论知识课上,老师深入浅出地讲解护理原理;实操课上,妇女们围在模拟道具旁认真练习每个动作,遇到难题就向老师虚心请教。“在专业老师的指导下,大家你追我赶,学习热情可高了!”鲍燕回忆道。集中培训和日常培训相结合,第一年就有164名妇女顺利通过专业技能考试,取得了养老护理员职业技能等级证书,得到不少居民家庭“点单”。

为满足妇女不同就业需求,给居民提供多元家庭服务,去年起,画溪社区的“巾帼家政”培训又有了新变化,不仅增加了育婴师、整理收纳师集中培训课程,还紧扣市场开设了面点师、茶艺师、营养师等日常培训班。今年32岁的张女士是受益者之一。她曾是全职主妇,孩子上学后,她想找份工作,却因长期脱离职场且性格内向,不知从何下手。

去年,得知社区开设了整理收纳师培训,她决定试一试。培训期间,在老师的耐心指导和自己的反复练习下,她逐渐掌握了空间规划、物品分类和收纳技巧,还结识了许多志同道合的伙伴,大家互相交流经验,让她变得更加自信开朗。现在,张女士每周都能接到上门服务订单。截至目前,画溪社区组织的育婴师、整理收纳师、营养师等课程培训,已吸引约200人参与。

两年多来,画溪社区已有232名妇女经“巾帼家政”培训成功结业,累计服务居民超1000人次,其中有68名妇女还应聘成为了专业养老机构里的养老护理员。“当专业家政从机构延伸到家庭,受益的是整个社区的生态。”鲍燕说,在市妇联和社区的帮助下,越来越多的妇女走出家门实现了就业梦想,居民享受到了专业优质的家庭服务,真正实现了双赢。



土地证姓名登记错误如何更改?

本报讯(记者周莉 吴健伟)近日,家住宜城街道王府新村的郑先生致电本报“民生热线”求助,其父亲位于周铁镇的一套老宅土地证上的姓名登记错误,如今他想办理更名手续,却不知该找哪个部门、走哪些流程。

据郑先生介绍,早在1997年相关部门发放土地证时,他就发现了问题。“我父亲叫郑奕生,可土地证上把‘郑’写成了‘陈’、‘奕’写成了‘锡’。当时工作忙,也就没在意。”郑先生说,如今父亲已去世多年,他自己也年事已高且身体欠佳,便想把错误的姓名改正过来。

为帮助郑先生解决问题,市融媒体中心记者联系了市自然资源和规划局。该局工作人员表示,入库查询相关证件信息,需要提供持证人的身份证号码才能操作。由

于郑先生的父亲已去世20多年,相关证件遗失,暂时无法查询到该套房屋的信息。随后,记者又咨询了江苏联盛(宜兴)律师事务所。律师奚鉴建议,郑先生可前往当地派出所户籍窗口,从户籍档案中获取父亲的身份证信息。关于更名手续,奚鉴介绍说,郑先生首先需要通过继承程序证明其继承权,若其他继承人都同意,则可办理继承公证;若有继承人不同意,则可能需要通过法院诉讼程序来确认继承权。在继承权确定后,郑先生可凭借公证书或法院判决书,前往不动产登记中心办理转移登记,同时提出变更错误登记的申请。办理时,郑先生需提供父亲的死亡证明、亲属证明以及其他继承人的身份证明文件等材料。在记者的联系沟通下,目前,郑先生已在准备相关材料。

网言求真

多吃红枣、红糖能轻松补血? 医生:缺乏科学依据

本报讯(记者汪佳璐)最近,网上不少人宣称日常多吃红枣、红糖能轻松补血,一些商家更是将红糖包装成“女性养生必备神器”,各种保健红糖的功效被吹得神乎其神。吃红枣、红糖就能补血,真有这么简单吗?市中医医院血液科副主任中医师王坚称,从科学角度来看,这基本不太可能实现。

王坚介绍说,根据中国食物成分表的权威检测数据,红糖中96.6%的成分是糖类,而对补血至关重要的铁元素含量微乎其微。因此,指望通过吃红糖来补血,显然是不现实的。同时,红枣因其红色外观,常让人误以为含铁量很高。但实际上,每100克干枣的含铁量仅约2毫克,每100克鲜枣的含铁量只有1.2毫克。而且,红枣

中的铁属于非血红素铁,人体对其吸收率很低,难以有效利用它来制造血红蛋白,进而发挥补血作用。

那么,真正能有效补铁补血的食物有哪些呢?“首推红肉,如猪肉、牛肉、羊肉,这些红色肉类富有血红素铁,人体对其吸收率也高;动物血,如猪血、鸭血等,铁含量丰富,吸收率也不错;动物肝脏,如猪肝、鸡肝等,同样是很好的补铁食物。同时,还应该注重补充维生素C,这样能促进铁更好地吸收。”王坚说。同时,王坚提醒,要想科学补血,应从这些富含铁元素的食物入手,合理搭配饮食,尽量避免饮用咖啡、奶茶这类饮品,会影响铁的吸收。若已存在缺铁性贫血等问题,切勿自行盲目食补,务必及时就医,遵循医生专业建议,进行规范治疗。



共享书香

3月15日,杨巷镇新芳村关工委校外辅导站与市新芳小学联合开展党建联盟读书分享文明实践活动,退役军人曹丹结合自身经历,教学生们如何挑选适合自己的书籍,并分享阅读技巧。

图为活动现场。

(通讯员 龚建平 摄)

静乐山泉

NATURAL SPRING WATER

天然秉赋 奉献好水

15.5L
桶装天然泉水

12L
桶装天然泉水

350ML
瓶装天然泉水

4L
瓶装天然泉水

静乐全品系

桶装水系列

瓶装水系列

高端水品系

天然矿泉

品质管控

专业配送

互动体验

全产业链管控者

铜官山第一泉

该水源是宜兴市铜官山自然保护区内原生态地下天然泉眼,水深8米,清澈见底,泉水经过天然竹林、天然植被长期渗滤而成,泉水在层层滤净与流动的同时,也溶入了对人体有益的多种矿物成分。

静乐山泉天然、健康、甘润,含有人体所需的钾、硒、锌、镁、铁、锂、锶、偏硅酸等多种对人体有益的微量元素,不含重金属和人工添加剂,水的pH值及硬度指标均符合国家颁布的《生活饮用水卫生标准》,是适宜人体长期饮用的健康优质天然饮用水。

绿色食品
GreenFood
GF320282081762

放心消费
TRUTHWORTHY CONSUMPTION

宜兴市宜能实业有限公司

生产厂址:宜兴市丁蜀镇通蜀路(川埠铜官山自然保护区静乐山庄)

联系方式:(0510)87494788

广告