

电动车上牌业务怎么办理

你的电动自行车上牌了吗?新买的电动车怎样上牌?去哪里上牌?上牌时有什么注意事项?

相关法律法规规定

一、根据《上海市非机动车安全管理条例》《上海市非机动车管理办法》及《上海市非机动车登记规定》等相关法律法规规定,电动自行车、残疾人机动(电动)轮椅车要上道路通行的,应当经本市公安机关交通管理部门登记,取得非机动车号牌。

自行车、残疾人手摇轮椅车实行自愿登记。

二、外省市号牌非机动车需要在本市通行的应当经本市公安机关交通管理部门登记,取得本市非机动车号牌,但本市实行自愿登记的非机动车除外。

三、国家对电动自行车实行强制性产品认证制度,未获得强制性产品认证的电动自行车,不予登记上牌。

四、本市对符合国家和本市标准要求的残疾人机动(电动)轮椅车实行产品目录管理制度。未纳入产品目录的残疾人机动(电动)轮椅车,不予登记上牌。残疾人机动(电动)轮椅车仅限于符合条件的下肢残疾人员申请登记上牌,每人可以登

记一辆。

五、非机动车所有人应当自购车之日起十五日内向区公安机关交通管理部门申请注册登记。

电动自行车如何上牌

1.通过手机下载“上海交警”App,进行用户注册,并进行实名认证。认证通过后,点击“车驾管业务预约”。

2.选择“非机动车业务预约”,按照需要办理的业务,进行选择预约。

若是普通自用新购电动自行车,选择“电动自行车新车注册登记普通号牌”;若是申领快递外卖专用号牌,选择“新车申请快递外卖专用号牌”;若是普通自用电动自行车需转快递外卖专用号牌,请选择“旧车换发快递外卖专用号牌”。

3.最后,输入电动自行车车辆整车编码,选择确认办理地点和预约时间,即可完成预约。

提示:年满60周岁、身体残疾、孕妇等特殊情形的,窗口开设了绿色通道。

电动自行车去哪里上牌

嘉定区有6个电动自行车上牌点,可拨打电话599229261进行咨询。此外,电动自行车注销、转移

登记、补牌等业务需前往嘉定区非机动车管理窗口办理(除注销业务外,其他业务均需交验车辆)。

现场上牌时需哪些材料

1.交验电动自行车。查验包含车辆外形和合格证是否一致、重量、整车编码、铭牌、电机号、轮胎尺寸、电池品牌容量、时速和限速报警器是否安装等内容。

2.个人的身份证明等合法有效原件,车辆所有人委托代理人办理的,还需提交代理人的身份证明原件以及书面委托。

3.符合国家财政规定的车辆销售发票(实名)。

4.电动自行车通过3C认证的证明。

5.电动自行车整车出厂合格证明。

6.公安机关交通管理部门认为需要提交的其他证明、凭证。

工作人员核验比对后,将发放非机动车号牌。

申领快递外卖专用号牌需哪些材料

申领快递外卖专用号牌所需材料与上述材料一致。现场办理时,工作人员会询问登记其他相关信息。

来源:“上海嘉定”微信公众号



消费

极早熟草莓上市

今年,嘉定工业区灯塔村的草莓基地引进了新的极早熟品种,目前头茬草莓“抢鲜”上市。据悉,率先成熟的品种名为“香野”,果肉呈橙红色,果香浓郁,具有耐储运、产量高等特点。“香野”比普通大棚草莓早上市约15天,且口感好,抗病能力强。

今年嘉定全区种植草莓1320余亩,为迎合不同消费群体的需求,在保留“红颜”“章姬”等热门品种的基础上,还引进了“粉玉”“紫金香雪”等新品种。再过一个月,草莓将大量上市,市民有望实现“草莓自由”。

上海农订草莓生产专业合作社地址:嘉朱公路3028号。

预约电话:021-59969617,15221465246。

来源:“上海嘉定”微信公众号

健康

又一三甲医院新开儿科门诊

最近,海军军医大学第三附属医院嘉定院区新开儿科门诊,提供儿科常见病诊疗服务。

儿科诊室位于医院急诊诊疗区域,共有4名医生,主要提供儿童呼吸



系统疾病、消化系统疾病、肝胆疾病等常见病的诊疗服务。由于医院儿科门诊开诊不久,日均门诊量在40人次左右,检查、输液等候时间较短。

海军军医大学第三附属医院嘉定院区儿科门诊周一至周五8:00—12:00、13:00—16:30;周六8:00—12:00(周六下午、周日休息)。

来源:“上海嘉定”微信公众号

孩子不宜进行柔韧训练

近期,教育部联合公安部、国家消防救援局开展中小学生校外培训“安全守护”专项行动。针对舞蹈、体育等以身体训练为主、较易出现伤害风险的培训活动,提醒不要过早对孩子进行过强柔韧训练。

提醒指出,孩子身体发育过程有不同阶段,需科学练习,过早过强的柔韧性训练可能产生孩子器官发育不良、肌肉发育缺陷等问题。此外,孩子培训需要相关专业防护,在亮面瓷砖和水泥地等场地进行训练、未充分热身整理进行训练、无保护进行高危险性训练、疲劳状态下训练等,会增加孩子受伤风险,应该避免。

孩子存在个体成长差异,过度进行外界受力、按压、拉伸等关节、脊椎、韧带训练,可能发生骨骼错位变形、关节疼痛等,严重的会影响骨骼生长和发育。练习身体腾空翻转、下腰、掰腿、劈叉等动作需有系统化的专业训练基础,并在专业人员指导和成人看护下进行,不适合初学者和非专业人士。建议未满10周岁的儿童慎做“下腰”等脊椎、腰部身体训练,避免出现伤害。

来源:人民日报

教你两招,测测腰椎

平时一活动就会腰痛、腿痛、屁股痛,担心腰椎间盘突出?教你两招,测测你的腰椎健不健康。

第一招:按压法

我们可以在腰部、臀后外侧、大腿后侧、腘窝、小腿后外侧、外踝部等坐骨神经走向的方向上进行适当力度的按压。腰突症的患者会在这些地方出现压痛点或者大片的麻木感。

第二招:直腿抬高实验

平躺在床上,双下肢自然放松,使膝关节保持伸直位,一条腿慢慢向上抬高到一定角度,正常人抬高到70度以上没有任何疼痛。对于腰椎间盘突出突

出症患者,因为下肢抬高会使坐骨神经张力进一步增高,所以在小于70度时就会出现疼痛。

除了腰痛、麻木等症状,腰椎间盘突出突出的患者在咳嗽、打喷嚏、排便等腹压增高时,也会诱发和加重腰痛。

通过以上两种自测方法,可以初步检查腰椎是否健康。

来源:“上海科普”微信公众号

每天少吃一点盐

最新版《中国居民膳食指南》推荐:正常成人每人每天食盐摄入量不超过5克。我们每天可以从不另外添加食盐的食物和饮水中,摄入相当于3克食盐的氯和钠。也就是说,只要每天再摄入2—3克食盐,就能基本满足人体需求。

如果吃盐过多,体液中的钠就会增加,机体受高浓度钠的刺激,就会发出需要大量补充水分和通过尿液排出过量钠的信号。“重咸”饮食之后,会感到口干而大量饮水;体内钠浓度过高时,细胞内的水分也会冲出细胞以稀释钠的浓度。如此“内外加水”,血容量增加、血管扩张,高血压就逐渐形成了。机体在排出钠的同时,钾也会随之流失,高钠导致血容量增加,正需要心脏动力加强时,却由于缺钾造成心脏功能不“给力”,心脏病也就“如影随形”了。

来源:“健康上海12320”微信公众号

教育

成人新校舍投入使用

近日,新成路街道党校、成校新校舍投入使用。新成路街道党校、成校位于和政路865号,为一栋三层独栋框架建筑,升级改造后占地面积1500平方米,内设10间教室,能够同时满足8个班级、200余人的培训学习需求。

师资课程方面,学校充分统筹整合教师、教学设备、课程等教育资源,满足学员个性化学习需求,推进老年教育数字化发展,打造本土师资库、课程库,通过外聘教师的方式,将有专业技能、有授课意愿、表达能力强的优秀人才纳入讲师队伍。目前有8位兼职教师在校讲课。新校舍已开设瑜伽、书法、唱歌、葫芦丝演奏、国画、舞蹈、点心班等秋季系列课程,还设置了线上美食制作微信课堂等特色课程,后续将开设周末班或晚间班。

据了解,新校舍投入使用后,教学

工作将以学期制形式进行,每年两个学期,目前唱歌班学员50名左右,其余班级每门20名学员左右。

目前,秋季课程的报名现已结束,明年起,课程安排和报名方式将通过微信公众号、微信群和电话方式提前告知,所有课程免费,材料自备。

来源:“上海嘉定”微信公众号

美食

芝士培根卷虾

鲜美的虾肉加上奶香的芝士,就是一道简单又美味的芝士培根卷虾。

食材:虾肉、培根、芝士片、橄榄油、柠檬皮、白葡萄酒、盐、黄油、白胡椒粉、生抽、芝麻油、蒜泥、姜泥。

做法:1.橄榄油、柠檬皮、柠檬汁、白葡萄酒、盐、白胡椒粉、生抽、芝麻油、蒜泥、姜泥调成酱汁,用酱汁将虾肉腌制30分钟入味;2.培根切成10厘米的长度,用培根把腌制好的虾肉缠绕住,用牙签固定;3.锅中倒油,中小火将肉两面煎至金黄,期间加入黄油,煎好再放入空气炸锅,盖上一片芝士,炸3分钟;4.最后淋上柠檬汁完成。

怀旧家常芋虾

在家自制一款怀旧家常芋虾,美味又健康。

食材:芋头600克,猪肉末100克,腊肠100克,冬菇60克,胡萝卜100克,海米60克,鸡蛋2枚。

做法:1.芋头去皮、切成丝状后冲水后,用厨房纸巾沥干备用;2.其余材料切成小丁块,将所有配料倒入碗中,轻轻混合搅拌,然后搓成小圆球摆入盘中;3.隔水蒸8分钟,再淋上香油即可。

来源:“上海嘉定”微信公众号

便民

在“嘉”生活,这些电话要收藏

为密切警民联系,方便群众报警求助、举报交通违法、咨询户籍政策,嘉定公安向大家公布两组电话号码,可收藏或复制到通讯录中,需要时能帮到自己。

一、派出所24小时警民联系电话,接受以下来电业务:

1.报警类,发现警情时及时报警;
2.交通类,发现违法停车等行为时拨

打;3.求助类,其他需要求助警方时拨打。服务时间全年无休24小时为市民提供服务。

二、派出所户籍业务咨询热线,接受户政类咨询业务。

服务时间:周一至周六8:30—17:30(法定节假日除外),如拨打电话处于忙音,请耐心等待或错峰拨打。

嘉定派出所电话表

嘉城派出所:59530623(24小时热线)、22173362(户籍热线)

新成路派出所:59988808(24小时热线)、22173418(户籍热线)

叶城派出所:59162110(24小时热线)、22173570(户籍热线)

菊园派出所:69991464(24小时热线)、69991461(户籍热线)

南翔派出所:59121088(24小时热线)、59176085(户籍热线)

安亭派出所:39502110(24小时热线)、39503833(户籍热线)

方泰派出所:59509585(24小时热线)、59505793(户籍热线)

真新新村派出所:69195110(24小时热线)、69190486(户籍热线)

江桥派出所:69118355(24小时热线)、39555580(户籍热线)

封浜派出所:59137585(24小时热线)、59135095(户籍热线)

黄渡派出所:59598110(24小时热线)、59596199(户籍热线)

马陆派出所:59156585(24小时热线)、22173757(户籍热线)

戤浜派出所:59511585(24小时热线)、59517503(户籍热线)

外冈派出所:59588808(24小时热线)、59587100(户籍热线)

徐行派出所:59058604(24小时热线)、59558604(户籍热线)

华亭派出所:59971202(24小时热线)、59975507(户籍热线)

唐行派出所:59951210(24小时热线)、59954106(户籍热线)

娄塘派出所:59543880(24小时热线)、59543699(户籍热线)

来源:“上海嘉定”微信公众号

