

虽然每天刷牙是保持口腔健康的重要措施之一,但它并不能完全预防所有口腔问题。如果你经常食用高糖或高酸性食物,或缺乏钙、维生素D和维生素C等营养素;没有正确选用牙刷和牙膏,或刷牙技巧、时间不正确。此外,吸烟、喝酒、咀嚼口香糖等生活习惯都可能对口腔健康产生负面影响。别忘了,定期去看牙医也是预防口腔问题的重要措施哦!

(来源:科普中国)

兴化市科学技术协会
兴化市融媒体中心 宣

荻垛镇兴陈村: “小积分”兑出“大文明”



子”,外在“颜值”不断刷新,内在“气质”持续提升,一幅乡村振兴的画面徐徐展开。

“我拿到了积分兑换手册,里面明确说明了具体事项和兑换积分。”兴陈村村民王宝圣拿着小册子介绍,这些内容处处彰显着乡风文明。

本报讯(通讯员 何晓雯)“这个积分制真实惠,我用20分兑换了肥皂。”荻垛镇兴陈村村民罗保俊利用乡村治理获得的积分,从村里的“积分超市”兑换到相应物品后,脸上喜笑颜开。

乡村治理是国家治理的重要组成部分,是推动乡村振兴取得新进展、农业农村现代化迈出新步伐的基石。兴陈村利用“积分清单制”,推动乡村“德治、法治、自治”融合,既要人居环境整治后的“面子”,也要群众素质提升的“里

所谓“积分制”,就是村民们在参与公共环境卫生清理、志愿服务活动、学习强国积分、遵守村规民约、参与培训学习等方面可以获得积分。当积分达到要求分值时,可以到村里的“积分超市”兑换相应的物品。

积分清单制的推广让全村的面貌发生了翻天覆地的变化。之前,群众总是很被动,只能按照上面的要求配合村集体工作,无法主动参与到乡村振兴的工作中来,而现在这些村民可以积极投

身到村里的建设中来,从以前的无所事事到现在的积分赶超,每个人在乡村振兴工作的付出通过积分制得到了具体体现。

兴陈村坚持精神鼓励为主、物质奖励为辅,倡导积分结果与“红黑榜”评选、“星级文明户”评定、“双禁巡查”等重点领域突出问题有机结合,积极探索“积分制+”的治理新模式,充分发挥“积分制”的激励作用,兑出乡风文明。

“‘积分制’的建立,调动了村民参与村务、自治的积极性。”兴陈村党支部书记、村委会主任冯华介绍,“积分制”兑换出了乡风文明、生态宜居、治理成效等。如今的兴陈村,村容村貌悄然发生着变化,农家小院干净整洁,蜿蜒水面透如明镜,邻里之间和睦和睦。



孩子迷路街头 交警暖心救助



本报讯(通讯员 侯峰钟 欣交轩)“孩子放学后没有遇到前去接他的奶奶,找不到家,太悬了,幸亏你们交警帮助,太感谢啦……”日前,市公安局交警大队戴南中队民警、铁骑队员,在城区英武路与中阳路路口执勤时,发现有个小男孩独自一人徘徊在路口东张西望,神情紧张,立即主动上前将其带至安全区域。

铁骑队员张辉通过交流得知,小男孩刚上小学一年级。当天放学后,没有遇到正常在某小学门口接他的奶奶,孩子便独自“顺路”找奶奶,大概走了不到一公里的距离便迷路了。当其正在路口徘徊时,被执勤交警发现。

经询问,男孩记不清家庭住址,但通过仔细回忆,还好记得妈妈的手机号码,中队领导当即与其取得联系。而此时孩子的妈妈得知婆婆未接到孩子时非常着急,正在紧急分头四处寻找,当接到民警曹桂国打来的电话,她悬在心中的石头这才落了地。

很快,孩子的妈妈万女士赶到现场后,泪流满面,喜极而泣,对孩子意外“走失”而恰巧遇到细心、热心的交警感到无比欣慰。

据悉,万女士事后又打来电话,一再表示自己已定制好两面锦旗,到时将去中队当面感谢。

飞鸟如“云”

近期,在我市里下河国家湿地公园里有成千上万的鸟飞过天空,形成飞鸟“云”。它们在空中飞翔、盘旋、俯冲,组成不同的队形、图案,场景宏大、令人震撼,吸引了许多游客驻足观看。 梅立成 摄



用辛勤劳动 唱响我们的时代主旋律

