

# 冬季新能源汽车续航缩短?

## 中消协发充电使用消费提示

随着冬季低温季节到来,续航缩短、充电慢等影响新能源汽车驾乘体验和消费者满意度的问题更为突出。

近日,中消协发文提示,由于冬季低温条件下电池充放电效率降低,新能源汽车的充电或者停放要尽量选择温度相对适宜的环境,例如室内停车场或阳光充足的室外停车场,以提升电池活性、减少续航损失、提高充电效率。

**冬季谨防电量消耗过快出现车辆“趴窝”现象**  
中消协提醒消费者,为车辆充电时,要选择符合国家标准的充电桩,远离易燃易爆物,避免安全隐患。尤其雨雪天气时,充电前要确保充电枪头与车辆充电口的干净、干燥,室内充电时要注意保持环境的通风,户外充电时留意不要让雨水或雪水流入充电口,以免引起充电接口内部短路,影响电池使用寿命。

冬季气温降低,车辆轮胎会变硬、变脆,建议定期检查胎压,避免因胎压过高或过低影响驾乘体验,排除安全隐患。结合续航模式和出行距离,合理调配车辆驾

车模式和空调通风换气模式,预留富余、未雨绸缪,谨防电量消耗过快出现车辆“趴窝”现象,影响出行体验和安排。

**养成“浅充浅放”的充电习惯**  
在启动、停车、充电、驾驶等操作中,要充分考虑新能源汽车电池特性。在出行前,启动新能源汽车后要开电路和电池组预热1~2分钟,使电池组达到更适宜的工作条件,有利于延长电池寿命和续航功能。

要养成“浅充浅放”的充电习惯,尽量不把电池电量耗尽再充电,做到随用随充、及时充电;保持理性、平和、稳重的驾驶习惯,除非遇到特殊或紧急情况,尽量避免急加速、急转弯、急刹车等操作,既保障出行安全,也节省车辆功耗。此外,新能源汽车长期闲置时,要适当补电后再妥善停放,定期通电运转,避免电池静置过久处于亏电状态,不利于电池健康。

**使用充电桩时应综合考虑安全性、正规性和便利性**  
续航和充电问题一直是新能源汽车车主的主要痛点之一。

中消协提示,最便捷的方式是有条件安装私人充电桩,当前很多小区可以支持在固定车位安装充电桩,最好提前与物业进行咨询确认。如果不具备安装条件,可下载各类充电App查询附近处于闲置状态的公共充电桩,在保证充电安全的前提下,结合自身实际情况,综合考虑充电桩品牌、地理距离、充电价格、结算准确性、结算便捷性、故障解决及时性等方面做出最优选择。

如果自行选购新能源汽车便携式充电枪,要注意查看产品是否经过第三方专业机构的检测认证,确认产品整机执行的是否是现行标准,看标识和说明是否包括制造商信息、设备信息、额定输出电压电流、输入电源性质(交流AC或直流DC)、使用环境等内容,同时关注安全保护功能和质保服务,选择质量过硬的充电枪产品。使用充电枪设备时,提前观察检查充电桩设备是否有故障提示,充电电缆是否存在绝缘皮破损、控制盒壳体是否有破损、金属导体外露等情况,如有应立即停止使用。  
(来源:人民网)

# 江苏推出10条举措支持29个革命老区相对薄弱乡镇振兴发展

近日,江苏省政府办公厅印发《关于支持革命老区相对薄弱乡镇振兴发展促进共同富裕的若干措施》(以下简称《若干措施》),提出到2025年,29个革命老区相对薄弱乡镇乡村振兴和新型城镇化建设取得明显进展,基础设施和基本公共服务进一步改善,乡村面貌发生显著变化,农村居民人均可支配收入增长幅度高于全省平均水平,红色文化影响力明显增强,生态环境质量持续改善。到2035年,革命老区相对薄弱乡镇群众生活品质显著提升,与全省同步率先基本实现社会主义现代化。

《若干措施》支持范围主要包括常州金坛区薛埠镇、淮安市淮阴区刘老庄镇、镇江市丹徒区宝堰镇、宿迁泗洪县半城镇等29个目前在基础设施、公共服务、人民生活等方面仍存在明显短板的革命老区相对薄弱乡镇。围绕经济基础弱、基础设施差、公共服务水平低等问题,提出10条具体举措。

《若干措施》指出,要将革命老区相对薄弱乡镇建设成为服务农民的区域中心;借鉴黄花塘、郭村等革命老区一揽子“点穴式”帮扶做法,通过加强信息网络、交通运输、物流、水利等基础设施建设突破制约发展瓶颈;依据江苏省基本公共服务配置标准,加大村(社区)党群服务中心、农村区域性医疗卫生中心、中小学校建设力度,加快补齐基本公共服务短板。

在加大财政金融支持力度方面,《若干措施》明确江苏省财政每年统筹不低于1亿元的补助资金,推动乡镇农业和农村资源与加工流通消费、休闲旅游养生、文化体育科教等产业深度融合,形成全产业链发展、多业态打造、多要素集聚、多主体参与、多机制联结、多模式推进的一二三产业融合发展格局。鼓励相关地区依托红色文化资源与绿色生态资源发展乡村旅游,打造“红色旅游+乡村振兴”特色线路,以红色旅游带动乡村振兴。推进创业就业富民,《若干措施》提出要根据不同镇村的创业就业需求,结合当地产业发展方向,因地制宜推出创业就业服务,推动对创业就业者从“输血式”救助到“造血式”扶持转变。

此外,《若干措施》还将优先安排实施特色田园乡村创建、水旱移民美丽乡村建设、农村生态河道建设、农村住房条件改善、农村生活垃圾和污水处理等乡村建设行动项目,持续推进农村“厕所革命”、路域环境整治、村容村貌整体提升,全面实施村庄绿化工程,健全农村人居环境长效管护机制等。

《若干措施》将于12月15日正式施行,有效期至2027年12月15日。  
(来源:人民网)

## 教育部:大学生语言文字应用能力将纳入毕业要求

记者从教育部获悉,教育部、国家语委印发《关于加强高等学校服务国家通用语言文字高质量推广普及的若干意见》(以下简称《意见》)。《意见》强调,学校将学生具有“一种能力两种意识”(即语言文字应用能力和自觉规范使用国家通用语言文字的意识、自觉传承弘扬中华优秀传统文化的意识)纳入人才培养方案,将学生语言文字应用能力及标准纳入毕业要求,支持高校开设大学语文、应用文写作、口语表达、经典诵读等语言文化相关课程。

《意见》是第一个对高等学校国家通用语言文字工作作出系统部署的文件,提出了全面加强国家通用语言文字教育教学、主动融入乡村振兴和文化强国建设、积极探索推广服务社会应用和人民群众需求新手段等三大任务十项举措。  
(来源:《中国青年报》)

## 果蔬存放小窍门你做对了吗?

**绿叶菜——表面水分晾干再储存**  
一般超市的绿叶菜,商家为了保鲜可能在绿叶菜表面喷洒一些水。注意此种情况下,应先放在阴凉、干燥、通风处把表面水分晾干,沾水蔬菜放冰箱容易冻坏,尤其是绿叶菜。叶菜类蔬菜保鲜的关键就是锁水,绝大部分叶菜为喜凉蔬菜,适合在0~4℃下存放,也即冰箱保鲜层的温度。

放入冰箱前,要先摘除已经腐败和发黄的叶子,再用厨房纸包好菜的根部,然后用保鲜膜或保鲜袋将菜包好,最后放入冷藏。但需要注意的是,不要贴紧冰箱内壁存放,避免冻伤蔬菜。

**根茎类——一般不需要放冰箱**  
红薯、土豆、萝卜、莲藕、山药等根茎类蔬菜,一般不需要放冰箱,只要擦干表面水分后装入保鲜袋或者纸袋,再存放在阴凉干燥处即可,也可以给它们包裹上一层报纸存放在阳台避光处,切勿阳光直射,导致土豆等泛青、长芽。

**调味食材——包裹厨房纸放冰箱保存**  
香菜、葱、姜、蒜等调味菜品可和蔬菜一样包裹厨房纸保存。水分少的如小葱、蒜末、小米辣,可以直接切碎冷冻,随用随取。

**菌菇类——伞柄朝上放密封袋保存**  
新鲜的菌菇类保鲜期较短,可用厨房纸巾吸掉表面多余水分后,将整个未洗过的菌菇放入密封袋中(注意伞柄朝上,不然可能会被压坏、塌掉),封闭好放入冰箱冷藏。若是脱过水的干货菌菇,只需放在阴凉干燥通风处就能保存3~6个月之久。  
(来源:人民网)



近日,盐城市第四人民医院专家来到大纵湖旅游度假区镜湖村卫生室,为优抚对象开展健康诊断、建立健康档案、医疗咨询、普及医疗保健知识等,设置内科、外科、五官科、心电图、彩超等健康体检项目。图为专家为优抚对象做体检。  
美清雷文摄

# 孕产妇、儿童如何做好健康防护

## ——权威专家回应防疫热点

冬季流感等呼吸道疾病高发,疫情下孕产妇、儿童等特殊人群如何做好健康防护?有孩子的家庭是否需要多储备一些药品?国务院联防联控机制组织权威专家——北京大学第三医院院长乔杰、首都医科大学附属北京儿童医院急诊科主任王荃作出专业解答。

**1.问:孕产妇与普通人群相比是否更易感染新冠病毒?该如何做好防护?**

**乔杰:**从总体人群表现看,孕产妇奥密克戎感染率和普通人群接近,出现症状的表现类型也和普通人群接近,如咽干、咳嗽、流鼻涕、浑身酸痛、发烧等。总体而言,与普通人群相比,感染没有给孕产妇的健康带来更多影响。

患有高血压、糖尿病等基础病的孕产妇要加强自我保护。有妊娠计划的女性最好在孕前接种新冠病毒疫苗,增强自身免疫力。尽量调整好身体状态再怀孕。

孕产妇需注意防护,做到以下关键点:出门、在公

共场所戴口罩,到医院就诊时戴N95口罩,少去人员聚集场所;居家或在办公室时经常通风,保持空气流通;外出回来勤洗手。

**2.问:如遇封闭隔离,孕产妇无法按时就诊,该如何处理?**

**乔杰:**孕产妇如遇封闭隔离无法按时就诊,不要着急、焦虑,要和自己的助产机构及时联系。就诊属常规体检的,可以更改时间;如属紧急就诊,可与社区及时沟通,通过特殊通道就诊。

**3.问:正值呼吸道疾病高发季节,孩子发烧、咳嗽,是否需要去医院?**

**王荃:**秋冬季是儿童呼吸道疾病高发季节,发烧和咳嗽是儿童呼吸道疾病常见症状。导致发烧、咳嗽症状的病原体非常多,以流感病毒等病毒为主,也包括某些细菌、肺炎支原体。

孩子生病后如果精神状态稳定,家长做对症处理、

观察病情即可。如果连续发热超过三天、持续高热、频繁咳嗽或呕吐,甚至出现包块、频繁腹泻、脓血便、尿量减少、呼吸增快、呼吸困难、意识障碍等情况,家长应带孩子及时就医。

在医院期间,家长应做好自身和孩子的健康防护,戴好口罩,做好手卫生。回家后立即脱掉外套、鞋帽并认真洗手。

**4.问:有孩子的家庭眼下是否应该多备一些药品?**

**王荃:**家里备一些适合儿童服用的退烧药等即可,不建议家里过多存药。给孩子服药时应遵医嘱并认真阅读药品说明书。为了确保安全,家长不要只凭经验给药。

孩子居家时,要保持规律作息、充足睡眠、合理膳食、均衡营养、加强锻炼,多吃水果和蔬菜。北方冬季天气较干燥,家长要给孩子多喝水,加强亲子沟通,保持心情愉悦。  
(来源:新华网)

# 不麻痹 不厌战

# 不侥幸 不松劲

进一步动员起来  
统一思想  
坚定信心  
坚持不懈  
抓细抓实各项防疫工作

中宣部宣教局 国家卫生健康委宣传司 指导