

一场新冠肺炎疫情让分餐制再度成为热点话题

分餐新“食”尚 推行难在哪

□河北日报记者 尹翠莉

公勺公筷成餐饮行业复工“标配”

近日,随着餐饮行业陆续复工,一场倡导使用公勺公筷的行动在全省各地展开。

4月9日18时,石家庄市勒泰中心电子大屏幕上滚动播放着“公筷公勺 文明用餐”“公筷公勺 幸福加倍”等公益广告,走进庄里街,也随处可见提倡使用公勺公筷的宣传海报。

在勒泰中心庄里街三楼一家烤鱼店的人口处,服务人员为陆续来用餐的消费者测量体温、登记。店内,在消费者按安全距离落座后,服务员拿上了一套颜色不一样的餐具并提醒“欢迎就餐时使用公勺公筷。”

“我们营业这么多年一直都备有公勺公筷,以前是顾客需要时才提供,最近在顾客用

餐前就主动提供。”该餐厅经理助理王琦说。

4月8日12时,位于石家庄市裕华东路的金山饺子富强店,一间可容纳10人的包间内,5名顾客分桌就餐,服务员上菜时为每道菜都配了一双公筷。

金山饺子富强店店长董秀峰说,从3月中旬恢复堂食以来,餐厅严格执行“一菜一公筷,一汤一公勺”,服务员不但主动提醒顾客使用公筷,必要时还会提供分餐服务。

然而,记者在走访中看到,多数用餐的消费者并没有使用公筷,有的吃着吃着就“公私不分”了,有的甚至直接把公筷当成了私筷用。

多个餐厅服务员也表示,只有一小部分

顾客使用公筷,大部分还是用自己的筷子夹菜,饭桌上喝点酒以后,公筷就成了摆设。

一位就餐的市民刘女士说,看到餐厅有公筷她很惊喜,一开始她还积极使用,可大家都不用,显得自己很“矫情”。

“从科学角度来看,合餐制的一大弊端在于传播病原微生物,流感、结核病、幽门螺杆菌等部分通过唾液、呼吸道、消化道传播的疾病,只要就餐人中有人感染,就有可能传染给其他就餐者。”省疾控中心健康教育所所长程嵩隽介绍,根据流行病学统计数据,幽门螺杆菌在我国自然人群中感染率为40%至60%,呈家族聚集现象。

程嵩隽认为,新冠肺炎疫情暴发以来,勤洗手、戴口罩、少外出已经成为了社会的共识,实行分餐制、使用公勺公筷等也应该成为同样重要的习惯。

论是厨师在做菜阶段就进行分餐,还是由服务人员在调理台或餐桌上布菜,都会提升人力成本。合餐制下,如果一个服务员可以兼顾两个包厢,分餐后,一个包厢可能需要两到三名服务员。

“为了避免分餐时顾客长时间等待,就需要服务人员提高效率,服务更优质更精准,而这就对餐厅提出了更高的要求。”刘欣表示,综合来看,中高档餐厅推行分餐相对容易,普通饭店推广起来可能会有难度。

另外,不少餐厅也担心分餐对菜的品质产生影响,一些需要雕花、摆盘等特殊技艺的菜品不宜分餐,而分餐则会破坏其完整性。其次,中餐讲究“一热抵三鲜”,菜品的热度对口感影响很大,分成小份后菜会凉得快,影响用餐体验。

变旧习,需要家里的年轻人多给他们做科普,还可以拿孩子的健康“说事”。

推广分餐制,要有管长远的“制度设计”。4月10日,省商务厅、省市场监管局、省文化和旅游厅、省文明办联合制定印发《河北省餐饮业分餐制、公勺公筷服务规范》对分餐制的分餐形式及服务要求,公勺公筷使用的术语和定义、配置要求、使用要求、服务要求、卫生消毒要求、宣传引导等方面作出了具体规定。

对此,省饭店烹饪行业协会常务副会长兼秘书长俞静认为,服务规范使分餐制从行业倡议提升到标准化层次,为餐饮企业落实分餐制提供技术指南,为社会公众选择分餐制市场提供了依据。

“分餐是方式,不是目的。分餐制的推广需要顾客和整个社会都养成健康文明用餐习惯。”俞静认为,目前推行公勺公筷制,是低成本高效率保证餐饮卫生健康的有效之举,可操作性更强。如果公勺公筷成为普遍的饮食习惯,可以再逐步向分餐制靠拢。

“分餐不是一蹴而就的。”程嵩隽说,将分餐理念转化为日常餐饮礼仪,需要通过标准引领、示范带动、宣传引导、教育普及、家庭倡导,形成健康文明饮食的“正循环”,进而实现公勺公筷、分餐制从餐饮场所到学校教育到进入家庭的逐步推开。

记者观察



□河北日报记者 李晓宁

随着疫情防控形势持续向好,复工复产持续推进,业主可以自由出入小区了,一个个民生小店开张营业了……越来越浓的烟火气中,快递服务却显得有些“尴尬”——一些小区不让快递员“进门”,快递员只好在门外“摆地摊”,快递服务被堵在了“最后一百米”。

记者在实地走访中发现,在一些小区门外,快递员把邮件“推”在地上,手忙脚乱地分发,而聚在路边等着取件的小区业主们则在不耐烦地连声催促。不少快递员表示:“摆地摊”是不得已的选择,这样做不但派件效率下降,而且还加大了丢件的风险,更为严重的是,“小区不让进”让他们的业务量大幅度减少,不少人都不“下单”了。“我们都是正规的,每天都测体温、消毒,可有的小区还是不让进。”说起“进门难”,快递员们满脸无奈。对于何时能进小区,恢复疫情前的派件流程,他们翘首以盼。

除了快递员,不少居民也深受“快递进不了小区”的困扰。赵先生居住在一个规模比较大的小区,他表示,前一段时间,疫情防控形势紧张,自己居家办公,虽然每天到小区门外取件耗费了很多时间,但完全可以接受,“现在在疫情防控形势持续向好,小区里也有丰巢这样的设施,为什么不还让快递进门?”和赵先生有同样疑问的,还有他的邻居们。在他们看来,在网上下了单,还得到小区外面取件,实在太麻烦,还不如直接线下购买,反正附近的超市、商店都已经恢复营业了。而让赵先生放心不下的,还是年迈的父母——自己就要复工了,“老人实在没有体力到门口取件,只能在这几天多囤点东西了。”

快递员“进门难”,何时不再“摆地摊”?这个困扰快递员和消费者的问题,应该尽快解决。

快递小哥『进门难』 何时不再『摆地摊』

我省部分高校调整艺术类专业校考方案 校际联考将于高考后两周内完成

河北日报讯(记者马利)从省教育考试院获悉,我省有关高校对艺术类专业校考、校际联考方案进行了调整,其中校际联考均在普通高考结束后的两周内完成。

相关考试时间为:省戏剧与影视学类及书法学专业校际联考为普通高考结束后的两周内完成,具体请见校际联考《准考证》。省播音与主持艺术专业校际联考安排在高考前两周组织考生预约专业测试时间,高考前一两周打印《准考证》,测试在普通高考结束后的两周内完成。省服装设计与表演类专业校际联考安排在普通高考结束后两周内完成,具体时间将根据疫情防控情况在河北科技大学本科招生办公室网站进行公布。

与此同时,河北体育学院、邢台学院、邯郸学院、河北传媒学院、河北美术学院、燕京理工学院、河北科技学院、华北理工大学轻工学院、河北外国语学院均发布了相关艺术专业校考公告,有的取消艺术类校考,认可统考或校际联考成绩,有的考试由线下改为线上。

河北体育学院艺术类专业校考于普通高考结束后两周内采取现场考试方式进行,并对舞蹈表演专业测试内容及评分标准进行了修订,自编竞技成套动作组合测试中,每名考生须单人进入考场进行考试。

断交公告

根据河北省交通运输厅公路管理局冀交公路[2019]240号文件,对国道230辛深界至县道回新线全长17.135公里进行大中修,该工程于2020年4月10日至8月20日期间进行全幅或半幅断交施工。施工期间车辆请绕行衡井线、G515、G106、G339、G307、晋深线、G338、保衡线。施工给您带来不便,敬请谅解。

辛集市交通运输局
2020年4月13日

公告

经省交通运输厅批准,我处计划2020年5月对秦皇岛市京哈连接线SL48彩龙国际至原山海收费站(K5+750-K16+868和K22+218-K26+668)段进行路面维修施工,请施工路段内埋设的管线或其他设施相关产权单位于2020年5月1日前与我处联系,以免施工中造成不必要损失。

联系人:杨钢
联系电话:0335-3628411 13803389364
秦皇岛市公路管理处
2020年4月13日

分餐制推行还要迈过多道关

事实上,倡导分餐制早已有之,它曾于2003年抗击非典期间被很多餐厅采用,但逐渐淡了声息。推行分餐制,为何这么难?

“分餐制要推行,要迈过很多关口,第一道关就是传统文化的制约。”程嵩隽说,大多数中国人喜欢热闹的合餐,在大家的观念中,不分碗筷表示和睦,给孩子夹菜表达爱心,给老人夹菜表达敬仰,给客人夹菜表达热情,而使用公勺公筷、实行分餐,就觉得生分、不热情、不合群。

健康意识不足也是分餐制落地的一个障碍。程嵩隽认为,从整个社会来看,只有少数人了解合餐存在的传播疾病隐患,多数人没有概念。

让分餐制成常态需循序渐进

让一双小小的公筷嵌进人们的生活,着实要下一番功夫。

“推广分餐制,使之成为人们的生活常态,要引导大家转变观念,首先要认识到分餐的好处。”程嵩隽说,分餐能避免疾病通过

石家庄市魏丽君在一家医院工作,她一家三口都有专属碗筷,而一旦婆婆过来,就不再严格分餐了。“家里老人没觉得合餐有健康风险,觉得我太过讲究了,我只能在他们来时妥协。”

河北渝乡辣婆婆餐饮管理有限公司总经理刘欣认为,中国人在一起吃饭,不是简单地吃吃喝喝,而是追求一种“和合之美”的聚会氛围,社交体验超过了吃饱的需求。“餐厅复业后提供公勺公筷,也可以提供分餐服务,不过很少有顾客主动提出分餐。”

除了消费者用餐习惯难改变,分餐制对于餐饮企业经营者来说也有很多“坎”。

采访中,多位餐饮企业负责人表示,无

餐具传播,方便各取所需,合理搭配营养,也能减少浪费。

实行分餐需要全家齐动员,家中只要有一个人不肯改变,分餐制就不容易推动。程嵩隽建议,如果老年人思想保守不肯改



在社交媒体平台上,“你支持分餐制吗”“文明餐桌·公筷行动”等话题引发广大网民关注讨论。疫情之下,有多少人的就餐习惯发生了变化?分餐制推广情况如何?能否让分餐真正走入百姓生活?记者对此进行了调查走访。

图① 位于石家庄市勒泰中心庄里街三楼一家餐厅,在消费者用餐时主动提供公勺公筷。

图② 4月9日,在石家庄市勒泰中心多家餐厅门口可见提倡使用公勺公筷的宣传海报。

本稿图片均为河北日报记者尹翠莉摄



网上教学开展以来,一部分学生出现焦虑、烦躁、沮丧等负面情绪

居家学习的“烦恼”如何解

□河北日报记者 桑珊

课堂从教室到云端,师生由“面对面”到“键对键”,从2月9日起,我省各地中小学陆续开展了网上教学。如今,学生居家学习已有2个多月的时间,这种全新的学习模式给学生、家长和教师带来新的挑战,一部分学生也反映出焦虑、烦躁、沮丧等情绪困扰,如何应对这些负面情绪?记者就此进行了采访。

居家学习困扰多

4月10日上午7时50分,今年四年级的阳阳,像往常一样提前10分钟打开了学习直播间,准备开始一天的网课学习。30分钟后,阳阳妈妈发现不知道什么时候开始,孩子“研究”起了桌边的铅笔盒。“家长不可能时刻都监督,而且提醒多了,孩子也烦躁,真不知道怎么办才好。”阳阳妈妈感叹说,让孩子集中注意力,学会自律太难了。

困扰不止这些,有时还会出现情绪问题,导致亲子关系紧张,石家庄张女士的儿子今年上初一,由于夫妻俩都上班,很难对孩子上课学习进行有效监督。前几天学校视频课中查课老师把问题反映过来:上课时,吃东

西、走神,还时不时看看视频,点点游戏。张女士一顿说教后,孩子不但改正错误,而且还表现出逆反的倾向。

如何提高学生的自制力?省教育厅新冠肺炎疫情心理专家组成员、河北医科大学心理咨询中心副研究员王程建议,可以让孩子邀请要好的朋友形成学习小组,以打卡的形式,实现自我约束,用朋辈之间榜样的示范效应,相互督促,完成自律和他律。如果玩伴比较少,可以家庭内部打卡,家长和孩子共同完成。家长按照工作时间来打卡,安排睡觉、上班、工作时间,给孩子一个示范。完成打卡后,给予物质奖励或是精神奖励。

对于居家学习中常见的,因注意力不集中导致的学习效果差等一系列问题。王程建议家长要积极帮助孩子,比如为孩子创设一个相对不受干扰的学习空间,在学习中减少无关的外界刺激、干扰因素比如噪音,并在日常生活中培养孩子良好生活习惯,规律作息等。“青少年心智发展不健全,注意力集中的时间有限,不同年龄注意力持续时间不同,小学低年级或是心理素质较差的孩子,更需要家长辅助,帮助完成注意力行为训

练。”王程说。

破解需家校共同努力

采访中,记者发现,在居家学习期间,除了一部分学生表现出自制力差、注意力不集中等问题外,有的还出现了焦虑、烦躁等负面情绪。对此,王程表示,疫情突如其来,面对这样一个压力事件、应激事件,有的学生敏感,心理素质薄弱一些,容易被外界的信息压力影响,出现紧张、害怕等。

居家学习时,长时间处在一个相对密闭空间,行为受到限制,也会产生压力。王程解释说,有些学生对居家学习这种新的学习模式不适应,比如高年级课业负担重,课程难度大,知识无法掌握、消化时,也很容易产生负面情绪。

“这种情况确实不同程度地存在。”石家庄市金柳林外国语学校八年级一名教师说,到八年级增加物理学科后,一些学生课程压力增大,部分学生出现畏难情绪。“不敢直面问题,觉得自己解决不了,就开始退缩。”这名教师表示,有时候网课一节跟不上就全落下了,学生很容易焦虑、沮丧。

由于学习目标没有达到,对未来担忧而出现焦虑等负面情绪时,王程

建议首先接纳它的存在,不要抗拒,分析负面情绪的来源,并做出改变。

“还有学生自制力太差,虽然心里想好好学习,但是行动跟不上,根本管不了自己,本身会懊恼自责。”王程表示,可以通过与亲友交流缓解压力,将注意力放到当下自己确定而又能掌控的事情上来。“比如做一些平时让自己开心的事儿,听听音乐、看看电影、整理一下花草,做疫情日记、玩一些简单的小游戏等。”

王程还建议,进行适当的运动,促进多巴胺分泌,产生愉悦感。“运动的好处在于帮你减少精神上的紧张,增加心血管机能,增加自我效能,提高自信心,降低沮丧感。”

对于部分心理素质较为薄弱的青少年出现较为突出的心理、行为障碍问题,王程建议,如果孩子居家学习中,表现出极度不适应,或出现过激行为时,可寻求专业的心理干预,及时进行介入。

据了解,自1月31日起,省教育厅组织河北医科大学及其附属医院、河北师范大学心理咨询专业力量组成专业心理支持团队,在疫情期间为广大师生和社会公众提供免费的在线心理咨询和疏导服务。