



孟老师
主打一个心灵手巧



马林峰
时隔不知道多少年又吃到了



小白菜大萝卜
冬雨纷纷寒彻骨，小园梅香一抹春。



岔庙中心小学 开展家访送温暖活动

为深入贯彻落实涟水县教体局关于开展“教育有情怀,家访有温度,双向互动暖寒冬”活动的文件精神,了解学生假期在家情况,不断推进“家校社共育”工作,形成全面育人共识,凝聚教育合力,1月30日,涟水县岔庙中心小学领导带队开展家访送温暖活动。
本次家访送温暖活动,用心沟通、用爱交流,传递的是关爱,营造的是希望。老师们不仅走进了学生的家门,更走进了家长和孩子们的心里。家访结束后,老师们认真整理家访记录,及时进行反思。(苏玉广 沈超)

春节期间是呼吸道和肠道传染病高发期 流动人口要做好防病措施

日前,江苏疾控发布春节期间流动人口呼吸道和肠道传染病防病提示,一起来看看吧!

●常见呼吸道传染病知识及防病提示

流感、新冠等呼吸道传染病主要通过空气飞沫传播,也可通过接触污染物体表面传播。

儿童、老年人、身体虚弱者及孕妇等人群易感,症状包括发热、头痛、咳嗽、喉咙痛、全身肌肉酸痛等,少数重症可引发肺炎及其他多系统的病变,就医时应告知医生自己的旅行史和接触史。保持良好的个人卫生习惯和社交距离是预防呼吸道传染病的关键。

春节期间,特别要注意保持室内通风、佩戴口罩等防护措施。

1. 物资准备:出行前备好口罩、免洗消毒液等个人防护物资。

2. 保持个人卫生:勤洗手,避免用未清洁的手触摸口鼻。咳嗽、打喷嚏时,用纸巾或肘部遮住口鼻。

3. 佩戴口罩:在公共场合,建议佩戴医用口罩,降低病毒传播风险。

4. 避免接触有呼吸道症状的人:若发现身边人有发热、咳嗽等症状,尽量保持距离,避免直接接触。

5. 保持室内通风:经常开窗通风,保持室内空气流通。

6. 接种疫苗:根据当地卫生部门的建议,重点人群和高危人群及时接种流感、新冠等疫苗。

●常见肠道传染病知识及防病提示

肠道传染病主要通过污染的食物、水或与感染者的直接或间接接触传播。

感染后出现呕吐、腹泻、腹痛等症状。保持良好的饮食卫生习惯、个人卫生

习惯和避免食用过期变质的食品是预防的关键。

春节期间,应注意以下几个方面:

1. 注意饮食卫生:不吃生食,不饮生水,尽量少吃街头流动摊贩食品。食品应煮熟煮透,不食用过期变质的食品。

2. 勤洗手:饭前便后要洗手,建议外出回家后第一时间洗手,接触不洁物品后及时清洗双手。

3. 聚餐注意事项:参加聚餐活动时,尽量使用公筷公勺,避免交叉污染。如有身体不适,应避免参加聚餐活动。

4. 保持环境清洁:经常清理厨房、卫生间等区域的卫生,保持环境卫生。

春节期间是呼吸道和肠道传染病的高发期,流动人口应特别注意防病措施的落实。呼吸道传染病和肠道传染病虽然传播途径不同,但都可以通过良好的卫生习惯和防护措施来预防。 ■江苏新闻网



临近春节,市区汇通市场内红灯笼、福字挂件、春联、中国结等新年饰品琳琅满目,吸引了众多顾客前来选购。

■融媒体记者 赵启瑞

淮安市主副食品民生价格公示表

汇总单位:淮安市价格监测中心 汇总时间:2024年2月1日 单位:元/桶、元/500克

商品名称	苏果	大润发	淮海路菜场	上海路菜场	人民路菜场	浦南路菜场	珠海路菜场	鼎立菜场	大学城菜场	福地路菜场	富城路菜场
一级袋装苏北大米	2.80	3.50	3.0	3.0	3.2	2.6	3.0	2.4	2.5	2.7	2.5
一级袋装东北大米	3.25	3.00	2.6	2.5	4.0	3.1	3.5	3.3	2.5	3.5	3.3
5升桶装玉米油	99.90	79.90	80.0	75.0	65.0	90.0	80.0	75.0	80.0	92.0	80.0
5升桶装调和油	79.90	79.90	50.0	62.0	65.0	78.0	60.0	68.0	70.0	76.0	70.0
猪后腿肉	9.99	13.80	13.0	18.0	17.0	13.0	15.0	17.0	16.0	16.0	15.0
猪肋排	24.90	32.98	19.0	18.0	22.0	19.0	15.0	22.0	17.0	25.0	15.0
牛腱子肉	34.80	48.90	46.0	46.0	41.0	46.0	48.0	48.0	45.0	50.0	45.0
带骨羊肉	24.80	\	30.0	38.0	33.0	39.0	40.0	39.0	35.0	40.0	33.0
鸡场蛋	4.99	7.50	5.0	5.0	5.0	4.7	5.0	5.0	5.0	5.0	5.0
草鸡蛋	6.98	6.40	8.0	7.0	8.0	7.5	7.0	7.0	7.0	9.0	8.0
鲫鱼	12.80	17.90	12.0	13.0	11.0	12.0	12.0	13.0	10.0	13.0	12.0
草鱼	8.80	7.84	7.5	7.0	7.0	7.5	8.0	9.0	7.5	8.0	7.0
鲈鱼	17.80	24.09	17.0	15.0	15.0	17.0	16.0	22.0	15.0	18.0	20.0
大白菜	0.88	0.99	2.2	4.0	1.2	0.8	1.5	1.5	1.0	1.0	0.8
青菜	3.58	0.99	3.0	3.0	3.0	3.2	3.0	4.0	3.0	3.0	3.0
黄瓜	3.99	1.28	4.5	3.5	5.0	4.0	4.0	5.5	5.0	6.0	3.0
白萝卜	0.99	0.88	2.0	2.0	1.0	1.5	1.5	1.5	1.0	1.5	1.5
茄子	4.98	1.58	4.5	6.0	4.5	3.6	4.0	5.0	4.0	5.5	4.0
西红柿	5.58	2.99	6.0	5.0	5.5	5.0	4.0	6.0	5.0	6.0	6.0
土豆	2.28	4.35	2.5	3.0	2.5	2.2	2.5	2.5	2.0	3.0	2.5
胡萝卜	1.58	0.99	2.3	3.0	2.5	1.8	3.0	2.5	2.0	2.5	2.5
青椒	4.98	7.90	5.8	7.0	6.0	5.5	4.0	6.0	5.0	6.0	3.5
圆白菜	0.99	1.99	1.8	2.5	1.5	1.5	2.0	2.0	2.0	2.0	1.5
花菜	2.98	2.98	2.8	3.0	3.5	2.2	4.0	5.0	3.0	4.5	3.0
冬瓜	1.58	2.58	2.5	2.0	2.0	2.0	2.0	2.5	2.0	2.5	2.0
西蓝花	4.58	3.98	5.5	4.0	6.0	3.5	4.5	6.0	5.0	6.0	4.5
生菜	3.38	2.58	2.8	3.0	3.5	2.5	3.0	4.0	2.5	4.0	3.0
毛豆	6.98	5.99	7.5	8.0	6.0	6.8	5.0	8.0	7.0	9.0	5.0
蒜头	6.99	7.98	7.0	6.0	6.0	7.0	7.0	7.0	6.0	7.0	7.0
生姜	8.80	8.99	6.5	8.0	6.0	7.0	8.0	6.0	6.0	8.0	6.0

说明:1、本表价格信息为相应超市或集贸市场采价当日上午零售价格,其中苏果为淮海东路店,大润发为公园店。

2、本表公布的主副食品价格属市场调节价范畴,只反映价格水平,仅供参考,不作为法定或政策性的定价依据。

3、各超市、集市蔬菜价格由于品种、等级、新鲜程度等因素,可能有较大差异。