新规宣讲到身边 文明骑行入日常

——潞州区多部门开展电动自行车交通安全宣传

郝晨羽

连日来，市交管部门、潞州区各街道围绕《山西省电动自行车管理条例》落地实施，扎实开展道路交通安全宣传与文明劝导，推动文明出行、安全出行理念深入人心。

太东街道联合交管一大队深入主城区主次干道、重点路口及沿街商铺，通过发放宣传资料、现场讲解等方式，向市民普及电动自行车登记上牌、规范佩戴安全头盔、遵守交通信号等法规知识。同时，现场劝导纠正骑行电动自行车不戴头盔、逆行、闯红灯等交通陋习，引导群众自觉规避交通风险，养成良好出行习惯。

“以前对电动自行车的新规定了解不多，今天听了工作人员和交警的讲解，知道了《山西省电动自行车管理条例》。以后骑行电动自行车一定要戴好头盔、不闯红灯、不逆行，遵守交通规则。”市民刘娜说。

“今后，我们还将持续深入社区、企业、商铺开展宣传，推动形成人人关注交通安全、自觉遵守交通法规的良好氛围。”太东街道城管科相关负责人说。

针对快递小哥、外卖骑手等新就业人员，交管三大队民警结合条例新规及日常出行典型案例，详细讲解电动自行车骑行规范、安全防护要点，普及各类交通违法行为带来的安全隐患，引导从业人员自觉遵守交规，规范骑行、安全作业。

校园是交通安全宣传教育的重要阵地。交管三大队民警走进各中小学校、幼儿园，开展交通安全进校园主题宣讲活动。民警结合学生上下学出行特点和真实事故案例，细致讲解横穿马路、路边追逐打闹、不规范骑行等危险行为的危害，通过趣味互动问答、避险技巧教学，帮助学生掌握交通安全常识和自我保护技能。同时，倡导学生争当交通安全宣传员，积极向家人普及交通知识，带动家属文明驾驶、规范骑行，构建家校警联动共治的良好格局。

“未成年人自我防护意识较弱，我们通过进校园宣讲，把专业的交通知识转化为学生们能听懂、能记住的内容，同时，常态化开展护学岗执勤，疏导交通、劝导不文明出行行为，全力为学生上下学筑牢安全屏障。”市公安局交管支队三大队民警高岗说。



淮海社区开展钩织技能培训助力妇女灵活就业

一钩一织 点亮生活

日前，淮海社区携手市妇联、区妇联共同举办“巾帼共富微工坊钩织”技能培训活动。此次培训聚焦实用手工技艺传授，旨在助力辖区女性提升就业竞争力，凭借指尖技艺开辟增收新路径。

培训旨在缓解辖区妇女就业压力，匹配女性就近工作、居家创收的实际需要，切实帮助妇女化解平衡家庭与就业的现实难题。活动构建“妇联搭桥+企业吸纳+妇女获益”的联动帮扶机制，搭建集公益性与实用性于一体的技能实训平台，课程紧贴市场导向，简便易学、实操性强，适合零基础妇女入门进阶。

培训现场学习氛围浓厚，秩序井然。参与培训的妇女们热情高涨、积极投入，认真跟随老师的教学节奏，反复练习钩织针法与实操技巧。大家互帮互助、交流心得、切磋技艺，在轻松温馨的氛围中熟练掌握基础钩织技能，沉浸式感受手工创作的乐趣，顺利解锁全新手艺。

此次钩织技能培训，不仅丰富了辖区妇女的精神文化生活，提升了手工实操能力，还为女性群体拓宽了优质的灵活就业渠道。依托微工坊帮扶载体，社区切实将惠民服务落到实处，让妇女群众足不出户就能学技能、提素养、接订单、增收入。



学员们正在练习钩织针法。

据社区相关负责人介绍，社区还将持续聚焦妇女发展需求，常态化开展各类技能培训、就业帮扶、创业指导活动，不断拓宽妇女增收渠道、激活巾帼力量，以微工坊助力共同富裕，让更多妇女实现居家有技能、手中有手艺、生活有奔头。　（马嫣婕）



“过来人”与“窃脸人”

最近，歌曲《过来人》火了，一张张带着喜怒哀乐的古人“AI脸”，让众多网友共情。几张现代人的“AI脸”也火了，不过是让人窝“火”——两名不法分子利用他人照片生成AI视频，突破购物平台人脸识别系统，盗取了账户信息。

从“过来人”到“窃脸人”，两起事件联系起来看，不能不让人警觉：古人的脸因为AI，得以跨越千年与我们相见，现代人的脸却因AI侵权风险，可能要被迫隐藏起来。甚至有人担忧，未来的人们，也许会为了保护隐私而戴面具出门。

不仅仅是隐私泄露风险，有人将写稿答题全盘委托给AI，有人沉迷于劣质AI短剧，更有甚者，通过伪造换脸、语音“克隆”实施诈骗……随着生成式人工智能的广泛应用，一些乱象引发关注讨论。人们不禁质疑：AI究竟是赋能千行百业的利器，还是消解人的主体性、滋生各类风险的源头？

技术是把双刃剑，用得好，AI就赋能于人；用不好，AI就会变成“负能”，像一匹脱缰的野马横冲直撞。

不禁联想到古人驯服汗血宝马的故事。汉武帝时期，中原从大宛获得一批汗血宝马。这种马脾性刚烈，如何驯服？有人总结了三条经验：相马、调声、辨疾。“相马”，是辨识品色、明晓优劣；“调声”，是听取马声、规训引导；“辨疾”，是识别马病、对症医治。

未来，我们该如何与AI相处？古人驯马的智慧，或可为今人借鉴。

以“相马”的方式善识AI。技术的初衷，是延伸人的感官，把人从重复繁琐的劳动中解放出来，投向更富创造性的领域。如果忘记“以人为本”的初衷，任由AI弱化人的思考、增强社会惰性、冲淡责任意识，AI发展就会走入歧途。

以“调声”的方式善用AI。AI是为人服务的，应该增强人的轻松感、幸福感，而不是加剧人的焦虑感、紧张感、疲惫感。AI产品在研发之初，就应致力于提升生产效率、生活便利，优化社会资源分配，把安全、公平、向善的理念深深嵌入AI的应用导向之中。

以“辨疾”的方式善管AI。当人类创造出前所未有的智能工具，就必须增强风险意识。为这种工具明确法律红线与伦理底线，维护合理分配的正义，厘清人与工具的边界，从源头规避造假、侵权等风险，才能让AI创新不跑偏、发展不失度，真正赋能社会进步。

确保AI始终释放正能量，我们就能多听到《过来人》这样动人心弦的歌，少遭遇“窃脸人”这样令人糟心的烦。

人民锐评

被143万虚假收益迷惑，民警紧急劝阻挽损

女子账户“多”出143万，严守秘密不告诉家人，正准备偷偷操作，却被警方突然拦下

近日，浙江湖州吴兴区公安分局月河派出所收到一条反诈预警指令，辖区刘阿姨（化姓）疑似遭遇电信网络诈骗，存在转账风险。

民警陈哲宇立刻拨打刘阿姨的电话，多次尝试后才接通：“快停下，您遇到骗子了！”

可电话那头的刘阿姨却并不认同，低声辩解：“我参与的是网上AI项目，很靠谱！我没有被骗，你们放心……”

面对执迷不悟的刘阿姨，民警耐心劝她到派出所核实情况。在派出所，民警陈哲宇和反诈预警员项勇琦反复询问，刘阿姨才道出原委。

几天前，刘阿姨上网误点陌生弹窗，进入涉诈网站。页面宣称“国家秘密AI算力资金项目，注册签到即可领钱”。被高收益诱惑的刘阿姨轻信骗局，注册账号，跟着平台“导师”每日签到做任务。

平台页面不断刷新收益：每日签到奖励8万元、学习奖励5万元、呐喊助威任务奖励8万元……看着账户数字节节攀升，刘阿姨沉浸在一夜暴富的幻想当中。

与此同时，骗子还恐吓她，项目属于国家秘密，不可告知家人、报警，泄密会取消资格、清空收益并追责。

受巨额收益诱惑与泄密追责恐吓，刘阿姨瞒着家人持续做任务，看着账户数字上涨，刘阿姨做起暴富美梦。

看着手机上“AI算力1800万亿资金发放”的宣传，民辅警当场给刘阿姨算了一笔账：1800万亿元分给全国14亿人，人均约128万元。仅靠网页签到做任务就能拿到上百万收益，明显违背常理。

“网站里显示的余额全部都是虚拟数字，根本无法真正提现。等你想要取钱的时候，骗子就会以缴纳手续费、个人所得税、解冻费等各种名目，哄骗你不断往对方账户转账，转再多钱，也拿不到所谓的143万元。”

经过民警细致剖析讲解，刘阿姨终于幡然醒悟，认清诈骗套路。她十分感谢警方及时上门劝阻，帮她避免了大额财产损失。　（新华网）



昼夜温差大，别让大脑“着凉”

《中国心血管健康与疾病报告2021》显示，心血管病（含脑血管病）是威胁我国居民生命健康的头号疾病，每5例因病死亡病例中就有2例为其所致。其中，脑血管病主要包括脑梗死及脑出血，只有做好预防，才能有效降低其致死及致残率。

秋冬交替时节，脑血管病的发病率会有所升高，主要原因有三。

首先，秋冬季昼夜温差大，户外温度下降会导致人体血管收缩，对于本身存在动脉硬化的患者，就可能诱发血流不通畅，进而引发脑梗死。

其次，气温变化带来的血管收缩，也会让既往患有高血压的人群出现血压升高，倘若没能及时察觉，就容易诱发脑出血。

此外，天气转冷之后，人们的户外活动有所减少，脑、心肌、内脏的血液灌流也随之减少，此时如果老年人水分摄取不足，血液黏稠度便会增加，容易形成血栓，增加脑血管疾病发作的可能性。

秋冬季预防脑血管病，日常需要在以下方面多加留意：

第一，做好保暖，尤其是患有糖尿病、高血压、动脉硬化等慢性疾病的人群。

第二，适当户外活动，可以选择在下午或傍晚户外温度相对较高时开展。

第三，注意补充水分，多饮用温水，同时多吃含水量丰富的水果蔬菜。

第四，糖尿病、高血压患者要坚持监测血糖、血压，遇到血压波动时，务必在医生指导下及时调整药物。

第五，一旦出现脑梗死相关症状——突发嘴角歪斜、手脚麻木无力，要尽快前往具备溶栓、取栓条件的医院就诊。卒中救治讲究“时间就是大脑”，开展干预越及时，治疗效果越好。

第六，既往患过脑血管疾病（如脑血管狭窄、脑动脉瘤等）的患者，还需针对原发疾病做好定期复查。

（人民日报）

健康课堂