

聚微光成炬 以善举暖城

——李旭萍用爱心书写巾帼公益答卷

在潞州区各行各业发展建设中，涌现出一大批有责任、敢担当、乐奉献的优秀女性。她们立足自身岗位，主动承担社会责任，以实干践行初心，用奉献温暖社会，为区域发展贡献坚实的巾帼力量。长治市恒茂昌典当有限公司董事李旭萍，便是其中的典型代表。

李旭萍现任山西省女企业家协会副会长、爱心妈妈公益协会常务副会长、长治市慈善总会副会长等职务。多年来，她始终热心公益事业，秉持踏实做事、低调行善的原则，深耕公益帮扶一线十余载。平日里没有华丽的言辞，只以实际行动默默帮扶困难群体，在各类公益活动中主动担当，用长久的坚持，诠释着新时代女性的社会责任感。

帮扶助学，助力寒门学子成长成才，是李旭萍多年坚持的公益方向。工作生活中，她格外关注家庭困难学生的成长状况，主动对接乡村学校，了解贫困学生的实际处境。得知沁县多名留守儿童、上党区困境学生因家庭贫困面临生活、上学难题时，她主动伸出援手，先后帮扶资助二十余名贫困学子。

在帮扶过程中，她不仅承担学生学费、购置各类学习用品，还根据季节变化，为孩子们添置换季衣物，每逢节日送去生活物资与慰问关怀。在她的持续帮扶下，多名性格内向的留守儿童变得自信开朗，不少学子顺利完成学业，其中一名受助学生成功考入中国地质大学。除此之外，李旭萍已连续十年为乡镇学校定向捐款，

设立爱心奖学金，专门激励品学兼优的困难学生，用长久坚守为乡村教育助力赋能。

危难时刻挺身而出，主动践行社会责任。2021年河南遭遇特大暴雨灾害，当地群众生活陷入困境。灾情发生后，李旭萍第一时间发起募捐倡议，主动带头捐款，并连夜组织志愿者采购饮用水、食品、应急照明设备等各类救灾物资，统一装车送往灾区。即便连日奔波十分劳累，她依旧坚守一线，尽己所能为灾区群众解决实际困难，用实际行动诠释危难之中的责任与担当。

一人行善力量有限，众人行善方能行稳致远。李旭萍十分注重公益力量的带动与传承，积极参与各类留守儿童关爱项目，常态化入户探访帮

扶儿童，耐心疏导孩子心理情绪，被孩子们亲切称作“李妈妈”。在她的熏陶带动下，家人也主动加入志愿服务队伍，全家参与公益服务，带动身边更多人参与爱心帮扶，让善意持续传递扩散。

十余载公益坚守，李旭萍先后获评优秀女企业家、顺次先进个人等多项荣誉。面对各类荣誉，她始终保持平和心态，认为荣誉属于每一位热心公益的志愿者。在她看来，做公益不求回报，能够尽己所能帮助他人，便是最朴实的初心。

多年来，李旭萍以平凡之举行不凡善事，用柔韧的巾帼力量传递温暖，以长期坚守践行志愿精神，展现出新时代女性善良担当、无私奉献的良好风貌。 (本报通讯员)



一线动态

五马社区：

健康服务惠民生

本报讯 为满足居民健康需求，普及养生知识，近日，五马社区特邀长治医学院附属和平医院专家团队，开展便民义诊志愿服务活动。

本次义诊汇聚医院29个科室医疗骨干，现场为居民提供免费问诊、健康体检、慢病答疑、用药指导及健康科普等服务。医护人员耐心解答居民健康疑问，量身

给出诊疗建议。社区工作人员维持现场秩序，贴心帮扶老年居民，保障活动有序开展。

此次活动将优质医疗资源下沉基层，打通便民健康服务最后一公里。下一步，五马社区将持续整合医疗资源，常态化开展惠民服务，不断提升居民幸福感与获得感。

(本报通讯员)

李家庄社区：

交通安全进万家

本报讯 为扎实推进道路交通安全宣传工作，近日，李家庄社区联合交警二大队，开展“骑车戴头盔，安全不吃亏”交通安全主题宣传活动。

活动现场，民警与志愿者向过往居民、沿街商户发放交通安全宣传资料，细致解答群众交通出行疑问，普及交通安全知识。积极引导群众自觉遵守交通法

规，摒弃出行陋习，主动佩戴安全头盔，践行文明出行。同时倡导大家争做交通安全宣传员，带动身边人严守交通规则。

此次活动通俗易懂、贴近民生，纠正了群众出行安全误区。进一步筑牢辖区交通安全防线，营造安全有序、文明和谐的出行环境。

(本报通讯员)

威远门北路社区：

反诈宣传暖民心

本报讯 近日，威远门北路社区组织工作人员与志愿者开展入户反诈宣传活动。大家化身反诈宣传员，深入辖区居民家中，以唠家常的亲切方式，面对面讲解反诈知识、发放宣传资料，将防骗技巧送到群众身边。

本次宣传重点聚焦老年人、独居居民、外来务工人员等易受

骗人群，精准普及各类诈骗手段及防范方法。

下一步，社区将通过微信群推送反诈案例、张贴海报、开展宣讲等多种方式，常态化开展反诈宣传，时刻绷紧防骗防线，守护居民财产安全，全力打造平安和谐社区。

(本报通讯员)



为全面落实“健康第一”教育方针，践行五育并举育人理念，呵护学生身心健康成长，5月14日上午，潞州区实验中学振化校区围绕“健康第一润心赋能，向阳成长逐光而行”主题，开展525心理健康教育主题活动，全校1-6年级全体学生共同参与，在丰富多彩的心理实践活动中润泽心灵、收获成长。

曹冰懿 摄影报道

民警教你防诈骗——

“熟人借钱，见面再谈；暴利理财，十有九骗”

辽宁省沈阳市的李先生经熟人介绍，通过某APP进行投资理财。在投资微信群中“导师”的指导下，他还到金店购买黄金，希望邮寄黄金追加投入。沈阳警方得知线索后，火速前往金店劝阻，帮李先生避免了巨额损失。

电信诈骗中，冒充熟人诈骗和虚假投资理财诈骗两类案件较为突出。这些案件有何特点？应该如何防范？

换句话讲，虚假投资理财类诈骗虽然发案数量与冒充熟人诈骗相当，但造成的经济损失却是后者的7倍多，平均每起案件损失超过20万元。

张宏大介绍，冒充熟人诈骗案件单起最大损失139万元，受害人年龄最大92岁，最小仅14岁；虚假投资理财诈骗案件单起最大损失380万元，受害人年龄最大80岁，最小17岁。

冒充熟人诈骗案件中，诈骗分子往往通过非法渠道获取公民信息，伪造亲朋好友的社交账号，以“急用钱”等理由要求汇款；或者直接给受害人打电话，谎称受害人家人遭遇紧急情况。

受害人中招一是由于信任惯性，对“熟人”缺乏核实意识，尤其是当对方能准确说出姓名、单位等细节时，戒备心会下降。二是由于情急失察。骗

子常制造“时间紧迫”等情境，利用焦虑心理挤占理性思考空间。三是碍于面子，不好意思直接拒绝或追问。

虚假投资理财诈骗案件中，骗子会反复诱导受害人追加投入，直到榨干受害人所有积蓄甚至让受害人借贷。

此种诈骗手段往往利用了人们“趋利”的心理：一是“暴富幻想”。对高收益缺乏抵抗力，忽视高收益必然伴随高风险的基本常识。二是“沉没成本效应”。尝到甜头后越投越多，即使产生怀疑，也不甘心放弃已投入的资金。三是从众心理。骗子安排“托儿”制造“大家都在赚钱”的假象，影响受害人判断。

张宏大提醒，要提高警惕，牢记“不轻信、不转账、必核实”。无论对方语气多急迫，只要涉及转账汇款，

务必通过原有联系方式或当面与本人确认，建议家庭成员之间约定一个暗语或特定的核实口令。

投资理财中，要牢记“不贪心、不下载、不汇款”。凡是承诺“稳赚不赔”“保本高息”的都是诈骗，切勿扫描陌生二维码或点击链接下载所谓的理财APP。

张宏大特别提醒老年人，进行大额投资前，尽量与子女沟通。“熟人借钱，见面再谈；暴利理财，十有九骗。如遇可疑情况，请立即拨打96110反诈专线。”张宏大说。 (新华网)



电饭煲“保温”不能超4小时，很多人可能正在“培养细菌”

你是不是也经常这样——早上出门前煮好的粥，晚上回家一开电饭煲，还是温热的，心里美滋滋觉得“省去了再加热”；或者中午剩下的米饭，一直插着电保温，可以放到晚饭后再吃。

打住！你可能不知道，你以为的“方便、省事”，其实是在给细菌“开派对”。这条关乎全家老小健康的避坑指南，必须认真看完。

很多人觉得，电饭煲盖着盖子、插着电，温度那么高，能有什么问题？四川省肿瘤医院临床营养科主任熊娟娟指出，电饭煲里保温超过4小时的饭菜，正在变成细

菌的“繁殖天堂”，甚至可能悄悄产生致病菌。

(1)让细菌快速繁殖 世界卫生组织提出过一个概念，叫食物的“危险温度带”——5℃~60℃。这个区间是细菌最活跃的“舒适区”，大多数致病菌在这个温度下会快速繁殖。

电饭煲的“保温”功能一般将温度维持在60℃~70℃，但存在两个隐患：

①受热并不均匀，尤其是上层接触空气的部分，温度很容易降到60℃以下，跌入“危险温度带”。

②产生二次污染：如果饭菜被

吃过几口，或者勺子沾过口水，细菌就有了可乘之机。比如金黄色葡萄球菌和沙门氏菌，一旦进入，只要温度合适，20分钟就能翻一倍。

吃了这样的饭菜，轻则引起腹痛、腹泻，重则可能诱发急性肠胃炎，出现呕吐、腹泻等症状，影响身体健康。

(2)可能增加患癌风险 很多绿叶菜本身含天然硝酸盐，正常吃没问题。但饭菜长时间保温，细菌会把硝酸盐转化成亚硝酸盐。亚硝酸盐进入胃部，和蛋白质分解物结合，会生成亚硝胺——世卫组织认定的一类致癌物，与肝

癌、胃癌、食管癌相关。

简单来说，一锅久放保温的青菜，致癌风险会在无形中升高。单次吃可能剂量不高，但长期天天这样吃，肝脏负担和细胞损伤会不断累积，悄悄增加致癌风险。

因此，电饭煲保温模式下的饭菜，最好在4小时内解决掉。如果预估吃不完，放冰箱冷藏，不给细菌和风险留机会。

(人民日报)

健康课堂

中央广播电视总台与国际足联达成新周期版权合作

新华社北京5月15日电 中央广播电视总台与国际足球联合会15日共同宣布，就国际足联世界杯新周期版权合作达成共识。合作赛事包括2026年美加墨世界杯以及2030年世界杯、2027年女足世界杯、2031年女足世界杯。

根据双方合作意向，中央广播电视总台获得本周期合作赛事中国大陆独家全媒体权利及媒体分授权利，包括开路电视、付费电视、互联网和移动设备等。中央广播电视总台与国际足联的合作始于1978年。2026年世界杯

将于北京时间6月12日至7月20日在美国、加拿大、墨西哥举行，这是世界杯历史上首次由三个国家共同承办。本届赛事参赛队伍由32支扩军至48支，共将进行104场比赛，规模创历史之最。

国际足联秘书长马蒂亚斯·格拉夫斯特伦说：“中国市场对全球足球界而言至关重要。我们深知中国球迷对足球的热情，对于通过与中央广播电视总台的合作将世界杯带给所有中国球迷，我们感到十分欣喜与自豪。”