

深化“放管服”改革 优化营商环境 我市食品安全等领域 “双随机一公开”监管成效显著

本报讯“过去很多部门频繁到企业检查，企业疲于应付。推行‘双随机一公开’后，现在多部门联合执法，一年不超过两次，节省了我们很多时间和精力。执法人员还会指导企业整改，态度很好，这跟过去相比变化太大了。”近日，我市一家食品生产经营公司的负责人王先生深有感触地说。

去年以来，市市场监管局紧扣我市经济发展大局，深化“放管服”改革，以优化营商环境为目标，以“双随机一公开”监管为抓手，实现对市场主体检查“进一次门、查多项事”，做到对市场主体干扰最小化，

助力全市经济高质量发展。

为使企业“生得下、长得好、活得好”，我市有关部门联合下发“双随机”有关制度十多项，健全组织机构，明确工作规范，梳理部门联合抽查事项清单120项，组织执法检查人员2141名，检查对象名录库纳入896个对象，从制度和工作机制层面为开展“双随机”工作、为促进企业健康发展提供保障。在监管平台上随机抽取检查对象和检查人员，确保程序公开、透明。明确抽查比例不低于5%，对同一企业、同一事项抽查，全年最多不超过两次，将检查结果及时录入国家企业信用信

息公示系统，向全社会公示。“双随机一公开”监管不仅规范了市场监管执法行为，避免了多部门到企业频频检查扰企的问题，减轻了企业负担，提高了监管效率，还增强了震慑力，促使企业诚信经营，实现了由企业对企业负责到向社会负责、由政府监管向社会共治的转变。

以餐饮食品安全监管为例，该局开展“双随机一公开”抽查4次，还联合市教体局开展学校食堂检查1次，共走访社会餐饮、养老机构、集体聚餐单位等144家，累计发现从业人员健康管理、原材料采购

查验与储存、加工制作、餐饮具洗消、食品留样、“6S”管理等环节问题1200余条。截至目前，全市“双随机一公开”监管成员单位利用省级平台开展内部“双随机”抽查检查118次，抽查检查市场主体5059户次；跨部门联合“双随机一公开”抽查检查185次，其中

各县(市、区)抽查检查158次、检查市场主体631户次，市级层面27次、检查市场主体234户次，跨部门联合“双随机”检查户数和次数分别占17.09%和15.678%，涵盖了食品安全、农资、交通运输等16个领域。

(杨传亮 李亚涛 李爱仙)

维护市场秩序 服务高质量发展

鹰城市市场监管在行动

平顶山市市场监督管理局主办
中国联通平顶山市分公司协办

春节饮食注意啥？

提醒：空腹饮酒有害 按时就餐莫贪玩

本报讯 春节临近，亲朋好友、同事熟人会聚在一起吃饭，喝酒成了一道必不可少的程序。另外，过年家家基本都是大鱼大肉。那么，春节饮食有哪些需要注意的问题呢？

近日，120北京急救中心官方微信发文表示，尽管大家都知道“喝酒伤身”，特别是喝得酩酊大醉，对人体肝、胃、脑等部位的损害更是不容忽视，但每年春节前后，还是会有众多因喝酒过量引起的肝胃不适患者拨打120急救电话。120提醒大家，正处疫情防控期间，一定要少聚餐、用公筷，在春节期间要适量喝酒、量力而行。

另外，空腹饮酒(特别是高浓度的酒)对口腔、食道、胃都有害。人体在空腹时，因胃里没有食物，酒精便会直接刺激胃壁而引起胃炎，重者可能导致吐血，时间长了还会引起胃溃疡。因此，在饮酒前，最好先吃些东西，或者同时摄食其他食品，慢慢地边吃边饮。

这样可使酒精浓度降低，并且能延长酒在胃内停留的时间，酒受到胃酸的干扰，吸收缓慢，不易醉酒。

春节饮食方面，120提醒大家注意以下五点。

清淡少油腻，搭配要合理。过分“充足”的营养使肥胖、高血压、糖尿病等疾病在人群中的发病率明显升高。节假日活动量比上班时要少，因此最好注意调整一下自己的饮食，应该比平时更清淡些，多吃点蔬菜，减少脂肪的堆积。

水果不可少。节日饮食杂乱，更容易使人上火、便秘，多吃些水果，既可以起到很好的清热、解毒、润肠功效，还能调节改善人体的代谢机能，预防各种疾病，增进身体健康。

主食不可忘。春节期间，人们大都习惯于多吃菜、少吃甚至不吃主食，这是不可取的。粮食是碳水化合物的主要来源，它参与脂肪、蛋白质的代谢过程，使其完全氧化，



减少有毒物的生成，还为人提供膳食纤维。

宁可少吃一口，不让胃肠难受。聚餐家宴常常是很丰盛的，丰盛的菜肴往往使人食

欲旺盛而“吃撑”了，造成胃肠的不适甚至消化系统疾病的发生。最好的预防方法就是自我节制。

按时就餐莫贪玩，要饮食

规律。春节饮食要注意按时按点，不要打乱正常的饮食规律，使胃肠不适应而造成消化功能的紊乱。

(孙红丽)

第3307期 小广告 大市场 小投入 高回报

分类广告

广告热线：13183330295
地址：市区建设路西段268号(鹰城广场对面)



本栏目在微信公众平台同步刊登
微信公众号：
ycqueqiaohui
相亲报名热线：4940520

特色美食

●鹰城名吃四不腻猪蹄 3413983

健康美容

●近视眼调养茶 13303786310

出售出租

出售 或出租西体育场原市体育局高层住宅楼下门面房上下二层305m²。电话：13903759918

老年公寓

●康乐居老年公寓 13937585159
●弘福祥老年公寓 15937568881

搬家服务

●喜庆搬家公司 13803750375

殡葬服务

龙山公墓
龙门大道 电话：2078631

助听器

●耳聋请配助听器 13087062226

本地老酒回收

●回收名酒老酒 13137762626

景观设计施工

●河南迈景园林 17603753837

友情提示：使用本栏目信息请核对双方有效证件，投资汇款请谨慎。本栏目信息不作为承担法律责任的依据。