

果汁自己榨、面包自己烤、牛排自己煎……

# 食品DIY 周口正流行



图一



图二

图一：用烤箱自制烤鸡  
图二：用面包机做面包

□晚报记者 李伟 文/图

本报讯 受食品安全事件频发的影响，家庭餐桌自助这一潮流由外而内、自大城市而中小城市地步步“入侵”，家庭饮食DIY(自助，自己动手做)已开始在周口中青年人群中流行。食品DIY，让他们收获了健康、安心，也收获了自制美食的满足与喜悦。

### “自己做主要是卫生”

周口市民梁女士一家可以算得上是食品DIY“狂热一族”。从两三年前，他们就开始陆续置办可以自制美食的厨房小家电，现在家里已有豆浆机、榨汁机、面包机、烤箱、煮蛋器等。平时榨榨果汁、打打豆浆、煮煮鸡蛋，稍有宽裕时间他们就琢磨着烤烤鸡翅、肉串甚至自制各式各样的面包、点心。现在，他们又开始学着煎牛排了。

“自己做主要是卫生。”梁女士接受记者采访时说，“一个接一个的食品安全事件把人弄得紧张兮兮的，自己做的就放心多了，最起码不会有任何添加剂。”

当然，自己做美食是要费工夫的。梁女士说，像烤面包点心、煎牛排这些有点难度的DIY，她都是从

网上学的技术，有时需要反复尝试才能达到理想效果。虽然费劲，但是她非常喜欢，“在那些食品DIY网站上看见一样美食，我就想亲手把它做出来，这种欲望很强烈”。

梁女士夫妇身边有不少和他们志趣相投的朋友或网友，他们“投身”食品DIY的动力和梁女士夫妇差不多，一是图个卫生、安心，二是为了充分享受自制美食的乐趣。前不久，梁女士一个同事还托她在网上买一台面条机，打算自己做意大利面。

### DIY者多为中青年

梁女士夫妇都是35岁左右，平时和他们交流DIY心得的朋友或网友也基本上都在三四十岁这个年龄段。“在周口，喜欢食品DIY的年轻人很少，大概他们还不懂美食，也不愿意把时间浪费在这上面吧。”梁女士说，“似乎多是追求生活品位的、注重食品营养卫生的，也还容易接受新事物的我们这一拨爱冒小资情调泡泡的中青年喜欢这个。”

据说，他们有个网友的老婆爱做蛋糕，吃之前都要拍成照片在网上晒晒，照片中流露的幸福感、满足感让人一览无余。

### 周口市场难以满足食品自助需求

现在，国内外厂家生产的可供食品DIY的厨房家电或其他用具种类很多，但是周口市场上却没几样。记者在市区几个大型家电卖场看到，作为厨房小家电，除了常规的电饭煲、豆浆机等之外，较为现代的也就有料理机、电饼铛少数几种，面包机都难以找到。梁女士说，他们家的食品自助用具基本上都是在网上或外地买的，周口市场上要么没有，要么就昂贵。前一段他们一家到南京旅行，还计划着在那里买一些烘焙糕点的小工具。不仅如此，食品DIY所需的合格食材在周口也不容易买到，使梁女士不得不放弃了一些美食的制作。

不过尽管步伐较慢，周口市场也在迎合着消费者的需求发展。七一路一家电卖场的销售员告诉记者，和前几年相比，现在的卖场里厨房小家电的种类已经增加了不少，销量也远超以前了。

**周口供电 关注民生**

24小时电力服务热线 95598

# 密码挂失费被叫停

市民若遭遇违规收费可投诉

□晚报记者 宋风

本报讯 7月1日起，银监会、央行、发改委三部委要求银行免除个人账户开销户手续费、密码修改和重置手续费等34项服务收费。

然而，近日国内多家媒体曝出，银行网点虽对银行卡密码修改手续费和重置手续费免费，但部分银行仍在收取每笔金额为5至10元的密码挂失费。社会舆论纷纷质疑银行收费项目“换个马甲重新出山”。对此，中国银行业监督管理委员会(银监会)于7月6日，向各商业银行发文，要求所有基层银行网点停收个人存折、借记卡的密码挂失费。

昨天上午，记者走访市区内4家商业银行营业网点后了解到，密码挂失费已被叫停。

### 密码挂失不再收费

7月6日，银监会表态，要求各银行业金融机构严格执行《关于银行业金融机构免除部分服务收费的通知》有关规定，及时纠正政策误读，免除人民币个人账户密码挂失费。

此项政策在我市执行是否到位？昨天记者先后前往市区内的工行、农行、建行、中行，以“忘记了银行卡密码，不知密码挂失是否收费”为由，对4家银行营业网点工作人员进行了咨询。其中，3家银行的大堂经理告诉记者，近日他们已经收到了上级部门的通知，不再收取密码挂失和重置密码的费用。

另外一家银行的工作人员向记者表示还没有听说此事。随后，记者

拨打了这家银行的客服电话，客服人员告诉记者，他们近日也已经停收个人存折、借记卡的密码挂失费，可能是网点工作人员还没有及时了解到新政。

### 自行修改密码很简单

在调查过程中，记者与多名前往银行办理业务的市民交流，多人向记者表示，随着银行卡的普及和用卡场所的增多，不仅是忘记了银行卡密码的人需要密码挂失重置，在取款和消费的时候，密码被其他人偷窥或无意中泄露在所难免。所以，修改银行卡密码是持卡市民经常可能用到的业务之一。

一位银行工作人员告诉记者，目前在许多银行的ATM机上，用户们可以直接按照显示器上面的提示，自行完成密码修改，不收取任何费用，而且简单快捷，操作熟练的话一分钟就可完成，还免去了到银行窗口前排队时无休止的等待。

### 遭遇违规收费可投诉

记者在采访中获悉，新政策执行前，相关管理部门已提前下发通知，针对国家已明令禁止的收费项目，个别银行不得巧立名目，再行收费，对有未及时跟进的银行应及时取消收费项目。目前，三部委已要求各级监管部门及时督察和纠正执行不到位的行为。

如有市民发现有银行网点继续收取已经免除的费用，可以通过以下途径投诉：一是向银行上级部门反映情况；二是直接到银监局投诉。

# 城管“夏季风暴” 严打出店占道、乱停乱放

□晚报记者 彭慧

本报讯 时逢盛夏，马路游商、车辆乱停乱放、店外设摊大规模“回潮”。面对急剧增多的占道流动摊贩，市城管局实施错峰管理，从源头上加强巡查和管理，保持市容环境卫生整洁有序。

7月8日，在繁华的七一路上，市城管支队的执法人员头顶烈日，对沿街商家和门店宣传城市管理法律法规，号召经营户遵章守纪、文明经营。市城管局有关负责人介绍，夏季城区市容环境整治活动已经开始，为确保整治工作有的放矢，他们事先摸底、全面调查，明确以各类占道设摊、夜排档、“三乱”小广告等城市管理中的“顽症”为重点内容，对城区内主要道路、重要区域开展集中整治。此次他们从各大队抽调精兵强将60余名，出动宣传车辆10余辆，针对主次干道的出店经营、占道经营等违法行为进行查处和清理。在进一步细化定人定时定点的同时，加强精细化管理，规范主要干道两旁非机动车辆的摆放秩序，按线摆放整齐，清理主次干道各类移动灯箱、广告牌等。

同时，坚持错峰管理，重点抓好早上及傍晚重点时段及主次干道、市场周边及人口聚集区域等重点区域的错峰管理工作。整治组两个分队实行全天候无空隙管理。第一队工作时间为每天11时至14时、17时至19时；第二队定为每天7时30分至11时、15时至19时，以有效保持市容环境卫生的整洁。

线索提供 常瑞丽 窦荟

# 我市暂未发现“奥的斯事故电梯”

市民为安全需规范乘梯

□晚报记者 王晨 实习生 黄晓慧

本报讯 在北京地铁4号线扶梯出现事故后，国家质检总局已发出紧急通知，由于存在设计制造缺陷，要求全国立即停止使用奥的斯513MPE型号自动扶梯。昨日下午，记者从市质监部门获悉，经过紧急排查，目前我市在用的电梯中并没有奥的斯513MPE型号自动扶梯。同时，质监部门着手专项检查我市自动扶梯和客运电梯。

昨日上午，记者在周口市多个商场和超市看到，市民在乘坐电梯的时候都是扶着扶手，秩序也比较好。但是，仍有一些孩子不但没有家长陪同独自搭乘电梯，甚至在电梯上玩耍，十分危

险。记者注意到，这些手扶电梯的乘坐须知都贴在了电梯内侧的玻璃上。

市质监局特种设备安全检测中心告诉记者，全市共有自动扶梯和自动人行道约110余台，并没有奥的斯品牌的电梯。市民在乘坐自动扶梯时要注意观察在电梯明显位置是否粘贴有乘坐须知的警示标志和，质量技术监督部门核发的《安全检验合格》标志，并注意标志是否在有效期内。乘坐有《安全检验合格》标志的电梯，是保障安全的前提。另外他还告诉记者，我市的自动扶梯与大城市相比，载重量较少，坡度也不及大城市高，另外具有安全保护装置，检测中心还会定期进行安全检查，市民大可放心乘坐。

市质监局川汇区分局相关负

责人提醒，乘坐电梯的时候，乘客要有一定的自我保护意识，乘客应面向扶梯的运行方向，手握扶梯两侧的扶手，脚应站在踏板四周的黄线以内，防止裤脚卷入运动的缝隙中。手和头不要伸出扶梯，防止在自动扶梯运行过程中被旁边的障碍物碰伤。尤其是老人和小孩要有搀扶人员帮助他们乘坐，防止出现事故。一旦出现危险，要抓好扶手，不要惊慌，按照秩序离开，免得发生拥挤和踩踏。当市民在乘坐电梯时如果发现安全隐患，可拨打电话8680300 8680303进行举报，质监部门会第一时间进行处理，确保市民乘坐安全。

线索提供 王银河 袁伦海

# 河南推拿职业学院

(国标代码 14382)

河南推拿职业学院是2011年教育部、省政府批准的专科层次公办普通高职院校，前身是“河南省针灸推拿学校”及“河南中医学院针灸推拿职业学院”。学院培养医疗卫生类高、中等技能型人才。

大专、五年一贯制及中专招生专业：针灸推拿、康复治疗技术、社区康复、护理、中医康复保健。

电话：0379-65232020 65234003

网址：www.hnzjschool.com

地址：洛阳市新区学府街10号