

如何优化法治化营商环境? 公证创新赋能论坛给出答案

□ 记者 王薇

以“促进营商环境优化 助推数字经济发展”为主题,日前,上海市徐汇区公证处成立四十周年及知识产权公证法律研究中心成立五周年暨公证创新赋能论坛在上海交通大学凯原法学院圆满落幕。

本次论坛由上海交通大学知识产权与竞争法研究院和上海市徐汇公证处主办。来自上海市高级人民法院、上海市人大法工委、上海市司法局、徐汇区司法局、上海市知识产权保护中心、上海市律师协会、上海市仲裁协会、漕河泾新兴技术开发区、米哈游、百事通和上海交通大学、复旦大学、华东理工大学以及各大合作律所、企业等各界人士约200人参加会议。

会上发布了徐汇公证处成立四十周年形象片《证途》,回顾了徐汇公证处过去多年在各领域的建设成果。会上介绍并启用了徐汇公证处“汇存”区块链技术系列的知识产权和商业秘密保护平台“汇保全”APP。同时,上海交通大学知识产权与竞争法研究院和上海市徐汇公证处进行了新一轮战略合作签约。

会议现场,针对数据的法律保护、上海



营商环境法治建设新发展等议题,市高级人民法院、市人大法工委等相关部门同志作主旨发言。

公证是法治建设的重要力量。优化公证服务,是深化“放管服”改革,打造市场

化、法治化、国际化营商环境的重要举措。未来,徐汇公证处将继续探索和创新公证服务新形式,加强公证普法宣传,构建更加高效便捷的公证服务方式,为促进营商环境优化、助推数字经济发展作出新的贡献。

癌症患者能不能吃发物?

□ 记者 殷志军 陆翔 徐喆衍

葱蒜姜是发物,癌症患者能不能吃,该不该忌口?网上流传癌症患者不能吃发物的说法,认为发物促进癌症进展,甚至很多人一点发物都不敢吃,包括葱姜蒜、各种鱼虾海鲜、韭菜、羊肉等。那肿瘤患者到底能不能吃发物呢?

北京某医院中西医结合肿瘤科专家田鑫表示,现在医学上对于发物跟变态反应存在这样的共识,它是和过敏相关的。通俗地讲,就是你吃的这种东西会不会让你过敏,有没有消化道症状。所以,发物不是特定某种食物,而是一类食物的统称,重要的是对自己来说哪些是发物。肿瘤不是过敏性疾病,也不是传统意义上的疮疡毒肿,和发物这个概念没有关联,发物也不可能引起肿瘤的转移和复发。从现代营养学的角度看,被很多患者拒绝的发物大多富含高蛋白和维生素,其实是他们的极佳食物。

发物不仅能保证机体所需营养物质,而且能增强免疫力和抗病能力。真正该忌口的是这三类食物:第一,高糖饮食,癌细胞的代谢主要是通过糖来进行,所以要避免高糖食物;第二,高油脂类,油腻的食物不代表营养,反而增加消化道负担,另外高油脂摄入过多还容易诱发高血脂,导致病情加重;第三,烟酒类,现在已经有实验证明,过量摄入烟酒类食物,会增加致癌风险,如果是肿瘤患者一定要戒掉烟酒。田鑫表示,保持均衡的饮食非常重要,多样化的饮食能够提供全面的营养,有助于维持免疫功能和体力。

此外,田鑫认为癌症其实并不可怕,就怕发现过晚,所以日常生活要做好这三件事:一是做好预防,做到戒烟戒酒、不暴饮暴食、不胡吃海喝、减少熬夜次数,同时要适当科学运动等;二是尽量做早诊筛查,特别是有家族肿瘤史的朋友;三是关注癌症的一些预警信号,如身体发现异常,千万不要拖沓,一定要尽快就医检查。

“暖心家园”送暖心服务

让你亲身体会“蓝朋友”的厚重感觉

□ 记者 殷志军 陆翔 徐喆衍

天平街道与上海尚格心理咨询中心日前合作开展了“蓝朋友”进社区联谊会”活动,邀请消防官兵为特扶家庭宣传消防安全知识,并送上文艺表演。

活动开场由服务对象李鲜明献上题为《消防卫士的赞歌》的朗诵表演,深情表达了居民对消防工作的认可与赞赏。活动现场,来自吴兴消防救援站的消防员彭春

生、付迪升为现场居民详尽讲解了生活中常见的干粉灭火器的使用技巧,指出使用过程中容易出现的错误,帮助大家进一步提升防火灭火的能力。消防员随后邀请居民现场试穿消防装备,一位试穿了数十斤装备的居民表示,“一直知道消防员平时工作不易,是居民安全生活的有力保障,试穿以后才真正明白这份沉甸甸的分量。”在文

艺表演环节中,居民王铁谊、李霞芳分别带来葫芦丝吹奏和评弹清唱,引得在场观众掌声连连。

据了解,本场活动是天平街道“暖心家园”项目的服务内容之一。这个持续了近三年的项目,旨在为辖区内特扶家庭提供物质援助与精神慰藉,搭建起一个互帮互助的平台,帮助大家实现更美好的生活。

一面“跨省”而来的锦旗

□ 记者 吴会雄

在南京读研的小童近日专程来沪将一面“出警迅速 心系民众”的锦旗送到了徐汇公安分局西岸治安派出所,感谢民警两周前帮助其找回来沪旅游时遗落在共享单车上的电脑。

“叔叔,我的电脑丢了,里面有我两年的读研资料和成果,对我来说非常重要!”近日,西岸治安派出所的值班室里,研究生小童急切地向民警求助。小童表示,自己是就读于南京院校的一名研究生,趁周末时光与母亲来沪旅游。没想到与母亲骑行共享单车到达徐汇滨江,锁车离开时把电脑遗落在了车篮里,等想起电脑再回去寻找时,共享单车已被骑走了。“警官,我们要乘坐的高铁3小时后发车回南京,我跟我孩子快急死了。”陪伴前来的母亲着急地说。“别担心,我们立马帮你找。”值班民警

徐警官和陈警官分工协作,一人负责查阅公共视频寻找共享单车,一人负责联系单车所属公司查询下一位骑行者信息。一番操作后,民警很快查到了下一位骑行者的电话,立刻联系到了对方。对方表示自己发现车篮里的电脑后,便打算骑到就近派出所寻求民警帮助,刚到派出所,就接到了陈警官的电话。

在电话中确认了电脑外形和品牌后,陈警官带着小童和母亲驱车赶往另一个派出所。没想到2小时内就找回了背包,拿到失而复得的包,小童和他的母亲激动不已,对民警和好心市民再三表示感谢:“你们效



率太高了,太感谢了!我们拿到了电脑,还赶上了回南京的高铁,真是一次难忘的经历。”

警方提示: 广大市民朋友骑行共享单车时,切记看管好随身财物,还车后一定要检查是否有物品遗忘,避免疏忽大意造成不必要的损失。