

取暖防中毒 “敲门”问安全

本报讯(通讯员 张震)“一氧化碳很猖狂,无色无味致缺氧,不知不觉把人伤……”11月18日,王把势村大喇叭播放着防一氧化碳中毒的顺口溜,这是阳谷县定水镇开展“敲门行动”的一幕。

为压紧压实安全生产责任,保障群众生命财产安全,定水镇组织开展“敲门行动”,镇村干部全员下沉,逐户上门开展一氧化碳中毒预防宣传、用火用电安全防范提醒,利用村级喇叭、微信群等载

体,普及冬季取暖安全知识,做到防一氧化碳中毒宣传人人皆知。

“大爷,这是防范一氧化碳中毒明白纸,冬季取暖一定要注意安全啊。”“大娘,我是镇上的志愿者,来看看咱冬天怎么取暖的。”……团委、妇联和新时代文明实践站的志愿者们身着红马甲,手持明白纸,逐门逐户敲门进行预防一氧化碳中毒事件排查和宣传。

“我一个人生活好几年了,每年到了

取暖的时候,镇里村里的干部就来家里检查炉子,咱这屋里暖和,心里更暖和。”王把势村的王士元开心地说。

“‘敲门行动’增强了村民的安全防范和自我保护意识。”定水镇应急管理负责人赵广营说,“定水镇会持续开展防范一氧化碳中毒宣传工作,坚决遏制一氧化碳中毒事故发生,确保群众度过一个安全、温暖的冬天。”

不焦虑 莫恐慌 积极面对线上教学

——给小学生家长的几点建议

随着新冠肺炎疫情的反复,孩子们又开始了线上学习,有的家长出现了焦虑、愤怒、恐慌等心理问题,疫情在检验着我们身体免疫力的同时,也在考验着我们的心理免疫力。面对疫情,消极心态会让我们陷入负面思维和情绪,导致无所适从、担惊受怕;而积极心态则会让我们积极思考,充满信心和希望,进而采取积极行动,有效防疫抗疫。因此,当前我们首先要承认并接纳疫情的现实存在,接纳疫情给我们的生活带来的影响、给我们身体带来的伤害以及给我们心理带来的危机。接纳了现实,我们就不会去幻想、否认或者抱怨当前的客观存在,它是我们保持平和的心态,以科学的行动去面对现实的第一步。

孩子们因为疫情,只能在家中学习,这种情况我们应该换个角度来看,这是难得的、珍贵的,家长与孩子多了相互陪

伴的时间。有这样一个陪伴孩子学习和成长的机会,我们怎么能轻易放弃呢?和学校教育相比,家庭教育更具有针对性。

下面是我给小学生家长的几点建议:

1.营造良好的学习氛围。线上学习最重要的就是周围的环境不同,没有上课铃声、同学老师在身边,需要家长督促学生上课,提前准备学习用品,将周边无关的电子产品关机或调为静音。如果家长在旁边陪同,可以准备一本书给自己看,切勿在旁边玩手机。

2.培养良好的作息习惯。放假在家很多孩子会睡得晚、起得迟。这对学习生活是不利的。虽说线上直播课可以看回放,但是作息时间与直播课时间同步,有助于孩子保持良好学习状态。当然,也不要把学习时间安排得过于紧

张,科学合理地安排孩子的时间。比如:锻炼身体、调整心态、帮爸爸妈妈做一些力所能及的家务等也是学习的一部分。

3.养成良好的学习习惯。在家看直播课也要像平时在校学习一样,养成良好的学习习惯,比如做笔记,和老师进行课堂互动,积极发言。一定要增强孩子的课堂参与感,使其更好地参与知识的学习过程。

4.培养学习的独立性。独立性的培养在孩子的成长过程中至关重要,这对小学低年级的学生有难度,更需要家长的督促和帮助。

5.加强和老师的交流与合作。积极沟通,达成共识,同时发挥网络学习的优点,扬长避短,帮助孩子在学习上更上一层楼。

孟庆霞

守土有责,守土尽责

新华社评论员

“针尖大的窟窿能漏过斗大的风。”疫情防控工作涉及方方面面,须臾不可松懈,谁也不能掉链子。

疫情延宕反复,打赢常态化疫情防控攻坚战,做到守土有责、守土尽责,就要在实践中不断增强斗争本领,进一步磨砺责任担当之勇、科学防控之智、统筹兼顾之谋、组织实施之能,在攻坚克难中体现责任担当。要舍得下“绣花功夫”,善于“弹钢琴”,落实好进一步优化

防控工作的二十条措施,更科学、更规范、更快速地开展防控,充分利用好现有资源,提高防控效率,把各项工作抓在细微处、落在实效中,最大程度保护人民生命安全和身体健康,最大限度减少疫情对经济社会发展的影响。

做好防控工作,既要有力度,也要有温度。要心系人民群众安危冷暖,深入基层、深入一线,察实情、办实事、解难题,全力做好人民群众生产生活服务保障。切实满足疫情处置期间群众基本生活需求,保障看病就医等基本民生

服务,加大对老弱病残等特殊群体的关心帮助力度,解决好人民群众实际困难,尽力维护正常生产工作秩序。要做好信息发布工作,更好回应和解决群众合理诉求,做好群众思想引导和心理疏导工作。要依法依规维护防疫秩序,坚决杜绝简单粗暴、生硬冷漠,设身处地为群众着想,把工作做得更细致更周全一些,切实维护社会大局稳定,凝聚起抗击疫情的强大正能量。

新华社北京11月20日电

防疫微课堂

戴口罩 这些错误不能犯

错误1:同时佩戴多个口罩。

错误原因:佩戴多个口罩并不能有效增加防护效果,反而会增加呼吸阻力,还会破坏口罩的密合性。

错误2:戴口罩时只遮嘴,不遮鼻。

错误原因:人的呼吸道有鼻子和口腔两个入口,戴口罩露出鼻子,仍然给病原体留了一个入口,环境中可能存在的病原体 and 飞沫依旧可以通过鼻子进入体内。将口罩拉到下巴处更是不可取。

错误3:长时间不更换口罩。

错误原因:口罩出现脏污、变形、损坏、佩戴超过4小时等情况,可能会影响防护效果,建议及时更换。

错误4:触摸口罩外侧调整位置,或摘口罩时触碰口罩外侧。

错误原因:当手接触被污染的口罩外侧后,如果没有洗手,再摸眼、口、鼻等部位,可能增大感染风险。

正确做法请牢记

- ◆ 1. 每次规范佩戴一个医用口罩;
- ◆ 2. 将口罩鼻夹侧朝上、深色面朝外;
- ◆ 3. 确保口罩盖住口鼻和下巴,鼻夹要压实;
- ◆ 4. 随身携带备用口罩,及时更换新口罩;
- ◆ 5. 摘口罩时抓住耳带解下,避免触摸口罩外侧;
- ◆ 6. 摘下口罩后立刻洗手。



文/山东疾控 制图/丁兴业

落实二十条优化措施

提高疫情防控的

科学性 精准性 有效性