



情系粉红丝带 关爱女性健康

我市组织开展粉红丝带庆三八活动

记者 潘燕佳

本报讯 6日,市卫健局、红十字会、妇保院、疾控中心、健康教育所等联合开展粉红丝带庆三八活动。

据了解,乳腺癌作为严重威胁女性健康的一大杀手,我市目前已发现900余名患病者,高发年龄多在40至50岁之间,因此对于乳腺癌,我们应该做到及早预防、及早发现、及早治疗。

活动现场,市红十字会博爱送万家基金会为生活困难的抗癌英雄们送上问候和关怀,希望他们都能抗癌成功,挺起胸膛往前走。市健康教育所也借此机会向温馨之家的抗癌英雄们表示,在治疗过程中,除了要借助医疗设备外,还要有良好的生活方式以及生活习惯,保持积极乐观

的生活心态,以最佳状态预防、抵御乳腺癌。

乳腺癌术后五年是复发高峰期,这对你们来说也是一次重生,祝你们生日快乐!在现场,大家唱起了生日快乐歌,在场的十余位抗癌五年以上的英雄庆生。

很多人会因为患乳腺癌而变得自卑、不自信,用消极的态度去对待生活,其实这些都是错误的生活方式。生活上,我们应该保持积极向上的心态,哪怕切除了乳房,也要挺起胸膛往前走,还要积极锻炼身体。去年,市疾控中心、健康教育所等开设了针对乳腺癌患者的太极班,越来越多的乳腺癌患者加入到了打太极的行列。有着多年抗癌经验的胡红美说道,她也是温馨之家的大家长,她在分享自己抗癌经

验的同时,也希望有更多的人能够抗癌成功。

市健康教育所所长楼飞来告诉记者,通过此次庆三八活动,分享一些她们的抗癌故事,也希望能借此机会推广妇女关爱乳腺的健康理念,提高广大妇女对乳腺癌等重大疾病的防治意识及预防水平,同时也希望能提升公众对乳腺癌科学的防治认识,呼吁社会各界关爱乳腺癌患者,为健康永康的创建工作打下坚实基础。



制定三年规划 开展系列活动

人民小学全力打造高素质教师队伍

通讯员 施珉璐 记者 潘燕佳

本报讯 一直以来,人民小学都很重视培养青年教师,并将青年教师作为学校的后备力量,不断加强对青年教师的培训,加强全校教师的队伍建设,促进青年教师尽快成为思想过硬、业务精良的教育教学和教学管理能手。新学期伊始,该校着重从以下几个方面入手,打造优质教师队伍。

针对不同教龄的新教师,该校制定不同的培养计划,将教师按教龄不同从合格教师、优秀教师、校教学骨干进行逐层培养,并对青年教师做好三年的详细培养规划,要求

教师也做好自身发展规划,以明确学校培养方向。

根据不同学科设立教研大组,在教研大组内设立年级组长、学科组长,根据教学目标、内容、方法和策略,开展集体学习、专题研讨活动等,解决青年教师在教学中遇到的问题。

实施青年教师n+1的培养方案,新老教师结对帮扶,老教师至少每周听徒弟一节课并在课后做好交流、指导工作,对徒弟的教学论文、教学案例的撰写进行专业指导,徒弟也要做到至少每周听师傅一节课,课后做好总结,教学同时积极参加课堂教学评优活动,提升自己的教学水平。对青年教师每两周开展一次培

训活动,由学科骨干教师对青年教师进行反复听课、评课、磨课,对其课堂进行诊断,开出方子,改进不足,并挖掘其教学特色,反复磨课的过程还能更新青年教师的教学理念,培养青年教师对教材解读的能力、课堂实施的能力、课堂调控的能力等。

在校内成立青蓝工作室,定期举办青年教师读书沙龙、青年教师教育论坛等系列活动,促进青年教师基本功的提升。

在人民小学紧抓青年教师培养的多项举措下,2018年市青年教师技能比武评选中,该校参赛的青年教师表现优异,获奖人数及获奖等级均居前茅。



春风送温暖 爱洒敬老院

5日,市关工委及教育局相关领导带领永康四中部分师生,冒雨来到敬老院开展学雷锋活动月走进敬老院活动。大家陪老人们拉家常、帮忙打扫卫生、帮老人剪指甲,还把慰问品分发到每位老人的床头,为老人们送去欢乐和温暖。

通讯员 董炜 摄



老中医柳忠谈食疗

由柳忠中西医结合诊所提供

天麻炖鲤鱼

主料:天麻25克,鲤鱼头500克,姜、盐、葱、料酒各适量。
制法:先将鲤鱼头去鳃洗净,切成3厘米方条,天麻浸泡一夜切片,姜切片、葱切段。然后将鲤鱼头、天麻、姜、葱、料酒、盐放入砂锅内,加水适量,置武火上烧开,文火炖1~2小时即成。
头昏、头痛、肢体麻木、半身不遂之人可用之。



滑坡泥石流防治措施

如果身处滑坡泥石流易发地区,对自然界出现的一些危险信息,应当提高警惕,因为它们有可能是滑坡和泥石流发生前兆。

- 请注意8个危险信号
1. 河水变浑浊。河水变浑浊,水面上有浮木出现。
 2. 河水水位下降。虽然持续降雨,但是河水水位却下降了。
 3. 坡面出现裂缝。山上的树木倒地,坡面有裂缝出现。
 4. 山上石头滑落。从山体坡面掉下落石。
 5. 泉水断流。水路堵塞,泉水断流。
 6. 泉水上涨。水路急剧上涨。
 7. 井水变浑浊。平时清澈的井水也变浑浊了。
 8. 雷鸣巨响。听见像地震或火山爆发时的鸣响声。

发生滑坡时怎么办

1. 滑坡发生时,首先要保持冷静,不要慌乱。
2. 处于滑坡上部感到地面有变动时,要用最快的速度向山坡两侧稳定地区逃离。向滑坡体上方或下方跑都是危险的。
3. 处于滑坡中部无法逃离时,找一块坡度比较缓的开阔地停留,但一定不要和房屋、围墙、电线杆等靠近。
4. 处于滑坡体前缘时,只能迅速向两边逃生,别无选择。

面对泥石流如何避险

1. 在上游地区的人,如果发现了泥石流征兆,应设法立即通知泥石流可能影响的下游村庄、学校和厂矿等,以便及时躲避。
2. 在泥石流易发地区的居民,不要留恋财物,要听从指挥,迅速撤离危险区。
3. 在沟谷内逗留或活动时,一旦遭遇大雨、暴雨,要迅速转移到安全的高地,不要在低洼的谷底或陡峻的山坡下躲避、停留。
4. 发现泥石流袭来时,不要顺沟往上游或下游跑,向与泥石流方向垂直的两边山坡上面跑,且不要停留在凹坡处。
5. 在泥石流发生前已经撤出危险区的人,不要返回收拾物品或锁门。
6. 尽快与有关部门取得联系,报告自己的方位和险情,积极寻求救援。

应急时空

天应急

安全举报电话:13588606110 676110

城西厂房出租
5653 一楼600㎡。电话:13858935526

厂房及房屋出租
5662 郊区2400㎡厂房及房屋240㎡出租,另260㎡套房低价转让。联系电话:13655791885

城西厂房出租
5700 西塔五路1000㎡、1500㎡两处,独一无二。陈总13758976930

厂房出租
5712 清溪工业区附近(溪边村)有3000㎡单层厂房出租,1700㎡或1300㎡可分租。13388455678

营业执照遗失公告
5694 永康市西城明亮服饰店遗失永康市市场监督管理局2016年7月1日核发的统一社会信用代码为92330784MA2FKN5G9U营业执照(正本),声明作废。
永康市西城明亮服饰店
2019年3月7日
营业执照遗失公告
5696 应红星遗失永康市工商行政管理局2012年6月26日核发的注册号为330784617018279 营业执照(正本),声明作废。
应红星
2019年3月7日
营业执照遗失公告
5697 永康市开发区福七九号日用品商行遗失永康市市场监督管理局2017年12月12日核发的统一社会信用代码为92330784MA29QT3687 营业执照(正本),声明作废。
永康市开发区福七九号日用品商行
2019年3月7日
营业执照遗失公告
5702 永康市都迪工贸有限公司遗失永康市市场监督管理局2017年9月26日核发的统一社会信用代码为913307843440851322 营业执照(副本),声明作废。
永康市都迪工贸有限公司
2019年3月7日
营业执照遗失公告
5703 永康李韩强西医生诊所遗失永康市市场监督管理局2018年3月20日核发的统一社会信用代码为92330784MA2DB4B463 营业执照(正本),声明作废。
永康李韩强西医生诊所
2019年3月7日
营业执照遗失公告
5706 永康市梓琳电子商务商行遗失永康市市场监督管理局2018年4月4日核发的统一社会信用代码为92330784MA2DBFKQ3B 营业执照(正、副本),声明作废。
永康市梓琳电子商务商行
2019年3月7日
声明
5707 吕文庆遗失中国太平洋人寿保险股份有限公司金华中心支公司的保险销售从业人员的执业证,证号:02000233070080002017002833,声明作废。
营业执照遗失公告
5710 永康市前仓桂莲副食店遗失永康市市场监督管理局2015年3月16日核发的注册号为330784615028295 营业执照(正、副本),声明作废。
永康市前仓桂莲副食店
2019年3月7日
声明
5708 张浪遗失永康市第一人民医院的口腔交费打印发票,门诊卡号1800443271,声明作废。
营业执照遗失公告
5713 万荣遗失永康市市场监督管理局2015年11月13日核发的注册号为330784611239769 营业执照(副本),声明作废。
万荣
2019年3月7日