

健康促进县建设系列报道之健康学校篇

融入日常 抓在时常 促学生健康成长 我市“健康促进学校”建设成效明显

记者 潘燕佳

近年来,我市通过开展健康促进学校的建设,让师生树立了良好的健康观念,养成了健康的行为习惯,学校健康环境显著提升,健康促进学校建设工作得到了有效推进。截至目前,全市共有46所学校已创下健康促进学校。今年人民小学申报金牌学校建设,桥下小学申报银牌学校建设,实验学校、永康五中申报铜牌学校建设。

融健康促进 促持续发展 让健康教育更走心

学生虽然已经放假了,但是心理健康不能放假。健康促进银牌学校大司巷小学相关负责人日前向记者介绍。该校自2006年建设健康促进银牌学校以来,以心理健康促进教育为切入点后,积极开展以心理健康教育为核心的健康促进工作。该校通过成立心理辅导室、爱心园、团体心理辅导室、小组活动室和谈心室,为学生快乐健康成长营造良好的氛围。该校还坚持每年开展心理健康教育周活动,自主开发心理健康校本教材,有针对性地开展心理健康教育。此外,该校还定期开展心灵俱乐部、青春期教育、感觉统合训练营等团体辅导活动,让温馨的心理辅导室、爱心园成为学生成长路上的快乐驿站。

同样已创银牌的堰头小学多为外来建设者子女,由于父母频繁变化的工作环境,使不少学生产生胆怯、无安全感等不良心理问题。对此,堰头小



开展爱牙护牙活动

学将心理健康教育与家庭教育结合起来,建设家庭心理工作坊,从理论引导、亲子互动和网络互动三个层面构建民族花朵的健康绽放,针对多民族文化学生融合,该校建设民族花朵心灵小屋、悄悄话信箱,改善学生的心理健康状况。此外,该校还开设健康乐园专栏,根据季节特征和传染病流行趋势,向家长推送健康教育知识,更方便家长获取卫生健康知识。

健康是人全面发展的基础,我校始终把促进师生的健康作为学校工作的头等大事来抓,但健康教育永远在路上,我们还要用更高的标准和更实的举措来提升师生健康指数,让健康促进校园更有意义。人民小学校长施佩佩说。此前,人民小学已创下了健康促进银牌学校,今年该校将持续发力,把树立和强化健康促进学校的理念当作实施素质教育,促进学校可持续发展的

一项重要工作来抓,以学生的健康为出发点,以各项规章制度为保障,充分利用学校、社会环境等资源,将健康理念渗透到学校教育的每个角落,落实到日常工作点滴,积极倡导健康教育,争创省健康促进金牌学校。

健康为底色 课程为依托 推进健康教育新局面

近年来,我市各校通过健康促进学校活动的开展,在健康教育方面走出了适合本校发展之路。各校师生树立了更好的健康观念,养成了健康的行为习惯,学校健康环境显著提升,扎实推进我市健康促进学校建设。

健康的生活方式不仅仅强调心理健康,身体健康也尤为重要。大司巷小学十分重视学生近视问题,为保证学生眼保健操质量,组织值周学生每天对眼保健操进行检查督促,做到一

天两检查,一周一公布,平常还积极开展爱眼讲座、护眼培训等活动,做好近视防护工作。

学生饮食无小事,我们一直都很重视学校食堂建设与管理,努力提高餐饮水平,均衡膳食营养,让学生吃饱、吃好、吃出健康。堰头小学校长马兰珍日前对记者说,堰头小学把食品安全当作学校安全工作的重要内容,在食堂卫生管理上坚持五常法,并制定相关管理制度,层层到位,点点落实。

人民小学还开设了健康教育课程,低年级设置窝沟封闭的健康课程,高年级则设置青春期教育课程内容,还会对学生进行健康知识测试,以便及时掌握学生健康素养情况以及学生对健康知识的掌握程度,培养学生的健康意识和掌握健康知识、技能,促进学生养成健康的行为和生活方式。除了健康教育课程上的知识外,学校还将对学生的刷牙质量、对结核及一些传染病的预防知识进行不定时的抽查,强化学生对健康知识的掌握程度。施佩佩说。

我市各健康促进学校一直将规范管理、饮食安全、疾病预防、健康教育、环境卫生、垃圾分类等工作融入日常,抓在时常,建立长效管理机制,使校园健康教育成为一种常态,推进学校健康教育新局面。



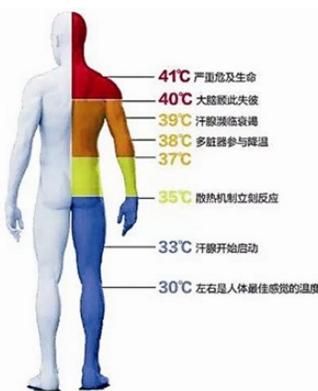
热射病 不得不防的 高温杀手

夏季高温来袭,酷热难耐。伴随高温而来的一种致命病症——热射病被反复提及,但什么是热射病?热射病与高温有什么关系?热射病为何会致命?



什么是热射病
热射病是指因高温引起的,人体体温调节功能失调,体内热量过度积蓄,从而引发神经器官受损,通常发生在夏季高温、高湿天气。
致死率高70%
桑拿天中暑并不是什么罕见事儿,

一般情况下人体在37左右可以保证冷热均衡,但长期处于高温、高湿环境,人的调节系统会紊乱无法正常散热。



热射病是最严重的中暑类型,患者死亡率高达50%,甚至70%。41 严重危及生命,40 大脑顾此失彼,39 汗腺濒临衰竭,38 多个脏器参与降温,36 身体开始报警,35 皮肤微微出汗,33 汗腺开始启动,30 人体感觉

凉热适中。

热射病与一般中暑的区别
大多数人都将热射病等同于一般中暑,轻视了它的严重性!热射病突出特征:无汗、高热(体温升至40度以上)、神志模糊。

两类人群最易患病
高温、高湿环境工作、锻炼等人群和体质较差的老人、小孩、产妇等。

如何帮助热射病患者
迅速将其移至阴凉通风处,送至医院抢救,进行降温(湿衣服,或于浸泡于水、冰块中),防止抽搐产生的额外伤害。

如何防止患上热射病
出行躲避烈日,室内注意通风,多饮水、多吃蔬菜、水果,保证充足睡眠。

解放小学开展“红领巾走读永康”活动

通讯员 池菁菁

本报讯 近日,笔者从解放小学了解到,该校在暑期开展了喜迎新中国70华诞之“红领巾走读永康”研学活动。少先队员们利用暑期时间,到爱国主义教育基地、永康博物馆走读研学,用自己的实际行动为祖国母亲庆生。

红领巾研学活动是解放小学研学课程的重要组成部分,把思政小课堂同社会大课堂结合起来,在充分整合我市红色革命、人文历史等阵地资源的基础上,让队员们在研学实践中领略家乡大好河山,学习优秀传统文化,重温革命光荣历史,传承红色基因,争做新时代好少年。

平安永康 共建共享

平安宣传之 反邪教篇

我国处理邪教组织的有关法律法规:

《治安管理处罚法》第二十七条有下列行为之一的,处十日以上十五日以下拘留,可以并处一千元以下罚款;情节较轻的,处五日以上十日以下拘留,并处五百元以下罚款:

(一)组织、教唆、胁迫、诱骗、煽动他人从事邪教、会道门活动或者利用

邪教、会道门、迷信活动,扰乱社会秩序、损害他人身体健康的;

(二)冒用宗教、气功名义进行扰乱社会秩序、损害他人身体健康活动的。

《刑法》第291条:编造爆炸威胁、生化威胁、放射威胁等恐怖信息,或者明知是编造的恐怖信息而故意传播,

严重扰乱社会秩序的,处五年以下有期徒刑、拘役或者管制,造成严重后果的,处五年以上有期徒刑。

第300条:组织和利用会道门、邪教组织或者利用迷信破坏国家法律、行政法规实施的,处三年以上七年以下有期徒刑,情节特别严重的,处七年以上有期徒刑。