

某宾馆 禁烟 不力被立案 我市开出首张控烟罚单

通讯员 颜俊男

本报讯 7日,市卫生监督所卫生执法人员在我市某宾馆检查时,发现一顾客正在大堂休息区抽烟,现场无工作人员前来劝阻。同时,该宾馆未按规定对违法规定的吸烟行为给予劝阻、制止,卫生执法人员现场立案查处并责令整改。这是我市开出的第一张控烟罚单。

连日来,为助力我市四城联创工作顺利推进,进一步加大公共场所控烟工作力度,消除和减少烟

草烟雾的危害,保障人民群众身体健康,市卫生监督所在全市范围内开展公共场所控烟专项检查。现场执法检查中,发现部分公共场所存在禁止吸烟标识不规范,店内地面、烟灰缸烟头烟灰较多,电梯内有烟味、未张贴禁烟标识等问题,责令其进行一一整改。

以上述宾馆为例,9日,执法人员对其进行复查时,发现已设有吸烟劝导员,店内规范张贴禁烟标志,现场未见烟灰缸陈设,垃圾桶上无烟头烟灰。

接下来,市卫生监督所将继续开展控烟专项执法工作。依据《金华市文明行为促进条例》的有关规定,对个人违反规定的吸烟行为,当面责令整改,拒不改正,对个人处五十元以上二百元以下罚款。对公共场所经营管理单位不予劝阻、制止的,当场立案查处并责令整改。



博士少年携手行 大徐小学暑期赴东北 开展探寻之旅



通讯员 项方玉

本报讯 全市博士大会,让大徐小学师生认识了博士校友。东北大学教授朱靖波。受朱靖波邀请,日前,大徐小学师生、家长一行20余人跨越两千多公里,开启了一次博士少年携手行科技逐梦向未来暑期东北探寻之旅。

在为期7天的活动中,朱靖波的小牛团队带领大徐小学访问团队先后走进东北大学、小牛翻译总部、辽宁省科技馆、东软集团等地,让学生与科学零距离接触,感受科技的魅力。

大徐小学访问团队在博士团队的陪同下,还参观了辽宁省博物馆、沈阳故宫、大帅府、北陵公园等富有浓郁历史特色的景点,了解当地历史文化,感受中华文化的博大精深。

送清凉到岗位 感恩城市公交人 永四中到远通公交 体验高温下的坚守

记者 叶宁

本报讯 9日上午,远通公交公司三马九铃公交站迎来了一群特殊的朋友。来自永康四中的二十余名小志愿者在老师、家委会的带领下,带着饮料、西瓜、绿豆汤等解暑食品,给一直坚守在工作岗位上的一线公交车司机们送清凉来了。

尽管台风将至,天气闷热,可孩子们的热情更热。叔叔,您辛苦了!这是给您的降暑礼品。只见20名小志愿者兵分四路,给到站整修的公交车司机们递上降暑食品。随后,他们又马不停蹄地开始了后续工作,纷纷拿起抹布和拖把,将公交车的地面、栏杆、玻璃等都擦了一遍,把过道上、座位间的垃圾,都一一捡了出来,分类装进垃圾袋,体验着劳动的辛苦与快乐,力所能及帮司机师傅一把。

孩子们能来看望我们,我很感动,谢谢孩子们,今后我一定做好本职工作,做到安全出行。看见孩子们带着礼物特地来看他们,K08路公交车司机黄仙方竖起了大拇指。

接着,远通公交公司工作人员还给小志愿者们讲解了车厢安全知识,包括逃生锤、灭火器的放置位置及使用方法等,向同学们介绍如何规范乘坐公交车,如何避免在车下和车内受伤等。

通过这次实践活动,我体会到了司机师傅工作的辛苦,也学到了很多安全知识,今后我要从自己做起,遵守乘车规范,乘坐公交时有序排队上车,下车后随手带走自己的垃圾,不给公交师傅添麻烦。七(1)班的谢宝仪说。

校园社区手拉手 垃圾分类齐努力 大司巷小学开展暑期实践活动

通讯员 卢艳姿

本报讯 为积极响应四城联创,日前,大司巷小学一(9)班第二小队成员在家长的陪同下,到金胜社区开展校园社区手拉手垃圾分类齐努力主题实践活动。

一早,小队队员们就准时到达金胜社区居委会。金胜社区的平安志愿者为小队队员们分发垃圾分类手册,讲解垃圾分类的知识,并指导大家正确地区分垃圾类别。

紧接着,家长和队员们一起参与到垃圾分类的小游戏当中。大家将印有垃圾图案的卡片正确投入到可回收垃圾、厨余垃圾、有害垃圾、其它垃圾四个垃圾桶中。游

戏中,平安志愿者们连连夸赞我们的小队员分类知识掌握得好,分类很准确。

不仅如此,队员们排着队伍跟随平安志愿者一起顶着烈日,前往锦绣江南小区,登门入户向居民介绍垃圾分类知识,并现场演示正确的垃圾投放方式。

陪同参加此次活动的吕哲宇妈妈说:这样的实践活动非常好,尤其是让孩子懂得了垃圾其实是个宝,通过分类,二次利用之后,能更好地回收和再利用,同时,也让孩子养成了爱护环境、勤俭节约的好习惯。

小队队员吕哲宇和施语然都觉得,参加这次活动让他们懂得了垃

圾分类的知识,尤其是厨余垃圾。活动中他们还勇敢地告诉很多叔叔阿姨垃圾分类的知识,回家以后会将垃圾更科学地分类,并向更多人宣传垃圾分类的重要性和分类知识。

通过此次活动,学生和家长更加明晰了垃圾分类的知识和意义,纷纷表示,以后也要自觉参与到生活垃圾分类行动中,更限度地实现垃圾资源再利用,以求更好地保护生活环境。



四种方式帮你拉伸肌肉保护脊椎

通讯员 董洁梅

云山骨伤科门诊部此次将着重指导几种拉伸肌肉、保护脊椎的常用方法。

猫式:双膝下跪,将双手放在体前,四肢撑地,张开双掌。像猫伸懒一样拱起背部,拉伸背部肌肉。如果你的脖子曾经受过伤,那么请不要低头,让脖子和躯干保持在同一条直线上。

如果拱背比较困难,就请朋友帮忙,让他把手放在你的肩胛骨中间,并试着把脊柱向这个方向推进。

英雄式:弯曲小腿,脚掌心向上,坐在双膝上。双腿尽量并紧,确保双脚大拇指距离身体不超过30厘米。双手放于膝盖。英雄式在拉伸背部肌肉的同时,还可以放松腿部肌肉。

猫狗式:在猫狗式中,先用四肢

支撑身体,拱起背部,低头,完成猫式。再缓缓地脊背凹陷,头上仰,完成整个动作。这个动作能增强背部柔韧性,减轻背部疼痛。每个动作保持至少5秒钟。

半眼睛蛇式:俯卧在垫子上,弯曲手肘,手掌撑地。用手臂的力量轻轻撑起上半身,直至胸部离开地面。配合呼吸,不但可以拉伸背部肌肉,还能减轻压力。

其他拉伸动作:扭转你的脊背,这个动作是通过将上半身和下半身向不同方向扭转来拉伸背部的。首先,仰卧在垫子上,弯曲双膝,将左腿向右腿方向拉伸。这时要保持双臂靠在垫子上,眼睛向上看。如果可以的话,试着将头转向左侧,来加强拉伸的强度。

在从一侧转向另一侧时,保持动作轻柔缓慢,防止受伤。收紧腹部肌肉以支撑背部的肌肉。

拉伸背部的同时放松大腿:仰卧在垫子上,双腿并拢,弯曲双膝,提起小腿,使大腿和地面呈90度,小腿和地面平行。保持双臂平放在身体两侧,拉伸背部。

坐姿转动脊柱:顾名思义,就是要求你坐在地板上,通过向不同方向转动上半身来拉伸背部。在做这个动作时,先弯曲左腿,曲起左膝,将左脚放在右腿外侧,保持左膝膝盖朝向天花板,右腿伸直,将身体转向左侧。如果可以的话,将右手的胳膊肘靠在左膝外侧,来加强拉伸的强度。



联系电话 :13566753266
特此公告

因北三环道路建设工程,西城街道横山南等村的坟墓需迁移,现迁坟事宜已基本完成,剩四穴坟墓无人认领。两穴在横山脚村村庄西面马司塘角,两穴在横桥村金塘后原烈桥五金厂后面。请坟主自本公告发布之日起15日内到西城街道办事处办理迁坟相关手续,逾期不办理的视为无主坟,将按无主坟处理。

永康市市政建设投资有限公司
永康市人民政府西城街道办事处
2019年8月15日

无主坟 认领公告