

诵红色诗篇 抒爱党情怀

永康电大举行爱国主义诗词诵读和爱党红歌大家唱比赛

融媒记者 章芳敏 通讯员 何文勇

本报讯 近日 ,永康电大举办了庆祝建党 100 周年爱国主义诗词诵读暨爱党红歌大家唱 比赛。

此次活动包括 重温爱国主义诗词 共抒爱党爱国情怀 为主题的爱国主义诗词诵读和以 歌颂党恩 紧跟党走 爱党红歌大家唱为主题的唱红歌比赛两大活动 ,吸引了全校 130 余人参加。

爱国主义诗词诵读比赛中 ,参赛选手声音洪亮 ,仪态端庄 ,声情并茂地诵读了《红船 ,从南湖起航》《没有共产党 ,就没有新中国》《党的赞歌》《沁园春·雪》等经典诗篇 ,把现场观众带入到一幕幕红色画卷中 ,表达了对党的敬意 ,赞美党的光辉历程 ,讴歌党的光辉成就 ,充分展现了作为一名新时代电大学子朝气蓬勃的精神风貌。全场不时响起热烈的掌声。

铿锵有力的《我和我的祖国》《没

有共产党就没有新中国》,婉转悠扬的《军港之夜》《十送红军》,励志澎湃的《红梅赞》 在爱党红歌大家唱比赛现场 ,选手们用经典的红色歌曲唱出新时代电大学子感恩奋进的心声 ,唱出激情与梦想 ,唱出责任与担当 ,更唱出对中国共产党成立 100 周年的诚挚祝福。

经过紧张激烈的角逐 ,该校五名学生获得唱红歌比赛一等奖 ,五名学生获得诗词诵读比赛一等奖。



近日 ,市人民小学举办了田径运动会。学生们在跑步、跳高、铅球等多个体育竞技项目中展开激烈角逐。

通讯员 李明亮 摄

城西小学举办足球操比赛

融媒记者 章芳敏 通讯员 张丽江

本报讯 近日 ,城西小学举办了足球操比赛。

赛场上 ,各班学生身着统一服装 ,精神饱满地踏着欢快的音乐节拍 ,挥舞着手中的足球 ,演绎独具特色的足

球操。他们用铿锵有力的动作展示了足球运动的魅力与风采。

经过激烈比拼 ,评委们按评分标准认真打分 ,最终评选出年级一、二、三等奖若干名。

城西小学校长徐洪波介绍 ,足球操是对传统课间操的继承和发展 ,是

增强学生身心素质的重要组成部分。此次足球操比赛旨在加强校园文化建设 ,丰富学生的课间生活 ,也是深入贯彻 每天锻炼一小时 ,健康生活一辈子 的健康体育理念 ,不断提高学生身体综合素质 ,促进学生健康成长。

实验幼儿园开展幼小衔接活动

通讯员 徐怡

本报讯 近日 ,实验幼儿园组织大班幼儿走进市教师进修学校附属小学 ,体验小学生活 ,帮助幼儿们以积极心态迎接小学生活。

当悦耳的上课铃声响起 ,幼儿们走进教室 ,整整齐齐地坐在哥哥姐姐们身边 ,开始体验小学课堂。上课前 ,先起立向老师问好 ;上课时 ,坐姿端

正、认真听讲 ,积极举手发言 ,幼儿们的表现俨然像一名小学生。

下课铃声响起 ,大家排队走出教学楼 ,来到操场。跳绳、跑步、做操等 ,看着丰富多彩的课间活动 ,幼儿们也跟着哥哥姐姐们动了起来。

对大班幼儿来说 ,小学生活还有太多的未知。出发前 ,幼儿们就做好了参观计划 ,准备了很多关于小学生活的问题。小学要穿校服吗 小学

有午睡吗 小学会吃点心吗 一来到小学 ,幼儿们就迫不及待地带着自己的疑惑去采访了哥哥姐姐们。哥哥姐姐们耐心地为幼儿们解答 ,介绍了他们想知道的关于小学生活的一切。

通过参观小学 ,幼儿们内心无数的问号得到了解答 ,化成了满满的期待 ,期待踏入小学校门 ,成为一名合格的小学生。

别小看了那 碘 事

全国防治碘缺乏病日提醒您 科学补碘 ,健康一生

通讯员 应金枝

今年 5 月 15 日是第 28 个 全国防治碘缺乏病日 。为普及碘缺乏病防治知识 ,做好科学补碘工作 ,进一步增强全社会对食盐加碘、防治碘缺乏病工作的认同和支持 ,今年 全国防治碘缺乏病日 宣传的主题是 科学补碘 健康一生 。

碘缺乏病是由于外环境缺碘 造成人体碘摄入不足而发生的一系列疾病的总称。碘是人体合成甲状腺激素的主要原料 ,而甲状腺激素参与身体新陈代谢 ,维持所有器官的正常功能 ,促进人体尤其是大脑的生长发育。孕妇缺

碘可致胎儿大脑发育落后、智力低下 ,严重者可患克汀病(呆小症) 造成不可逆的损伤 ;儿童和青少年缺碘会可致体格发育迟缓 ,成人缺碘可致地方性甲状腺肿、甲状腺功能低下 精神不集中、容易疲劳。地方性甲状腺肿是碘缺乏病最明显的表现形式 ,而克汀病是碘缺乏病最严重的表现形式。

我市曾是碘缺乏病重病区 ,通过多年以食盐加碘为主的综合防治措施 ,取得了较大成果 ,达到了消除碘缺乏病目标。但我市外环境缺碘始终存在 ,外环境缺碘最终殃及人体缺碘。因此 ,我们要连续不断的补充碘制品。食用碘盐是预防碘缺乏病最简

便、安全、有效的方法 ,符合微量、长期及生活化的要求 ,每天坚持食用合格碘盐 ,即可满足人体对碘的需求。备孕育龄妇女、妊娠期和哺乳期妇女、新生儿、婴幼儿、学龄前及学龄儿童是补碘重点人群 ,在坚持食用合格碘盐同时 ,需要补充适量的碘 ,可食用海带、紫菜、海苔等含碘量高的食物 ,孕妇可食用孕妇碘盐。



疾控视线

2021

市疾控中心 主办
市健康教育所

敬请关注永康市卫健局 健康永康 微信公众号

如何做好安全生产

一直以来 ,我市不断增强安全生产管控力度 ,进一步加强安全教育、完善防范举措、强化重点防控 ,持续压实行业安全管理的主体责任和监管责任 ,确保安全生产。

主要负责人安全职责

生产经营单位的主要负责人对本单位安全生产工作负有下列职责 :1.建立、健全本单位安全生产责任制 ;2.组织制定本单位的安全生产规章制度和操作规程 ;3.组织制定并实施本单位安全生产教育和培训计划 ;4.保证本单位安全生产投入的有效实施 ;5.督促、检查本单位的安全生产工作 ,及时消除生产安全事故隐患 ;6.组织制定并实施本单位的生产安全事故应急救援预案 ;7.及时、如实报告生产安全事故。

事故类型及处罚

生产安全事故包括 :物体打击、车辆伤害、机械伤害、起重伤害、高处坠落、触电、火灾、淹溺、灼烫、坍塌、冒顶片帮、透水、放炮、瓦斯爆炸、火药爆炸、锅炉爆炸、容器爆炸、其他爆炸、中毒和窒息事故、其他伤害等 20 种类型。

根据《中华人民共和国安全生产法》的规定 ,发生一般事故的 ,对负有责任的生产经营单位处 20 万元以上 50 万元以下的罚款 ;对生产经营单位的主要负责人处上一年年收入百分之三十的罚款。

安全生产标准化

安全生产标准化 ,是指通过建立安全生产责任制 ,制定安全管理制度和操作规程 ,排查治理隐患和监控重大危险源 ,建立预防机制 ,规范生产行为 ,使各生产环节符合有关安全生产法律法规和标准规范的要求 ,人(人员)、机(机械)、料(材料)、法(工法)、环(环境)、测(测量)处于良好的生产状态 ,并持续改进 ,不断加强企业安全生产规范化建设。

安全生产标准化主要包括目标职责、制度化管理、教育培训、现场管理、安全风险管控及隐患排查治理、应急管理、事故管理、持续改进等八个要素。



应急时空

永康市应急管理局(人防办) 主办

永康市应急管理局(人防办) 主办

安全举报电话 13588606110 676110



老中医柳忠

谈食疗

茯苓粉蒸排骨

主料 :茯苓 25 克 ,猪排骨 500 克 ,大米 100 克 ,料酒、酱油、葱、姜、盐、花椒、味精、白糖、八角各适量。

制法 :先将茯苓烘干 ,研成粗粉 ;大米、八角、花椒炒香 ,碾成粗粉 ;姜、葱洗净 ,姜切片 ,葱切段 ;排骨洗净 ,剁成 3 厘米长的段 ,备用。然后将排骨放入蒸盆内 ,加入大米、八角、花椒、茯苓粉、料酒、酱油、盐、味精、白糖、姜、葱抓匀 ,再将蒸盆置蒸笼内 ,武火蒸 1 小时即成。

功效 :补气血 ,健脾胃 ,祛湿退肿。气血两亏、脾胃虚弱、水肿及小便不畅之人可用之。

由柳忠中西医结合诊所提供