

古城中学

学生汇报初一研究性课题

本报讯(通讯员慈建芳)日前,北京市古城中学由初一学生自主选择在教师指导下完成的“初一研究性学习”结题报告会在报告厅举行,10余个研究性学习题目在此进行汇报交流。

此次研究性学习内容包括看电视读名著,数学中的思想,中美文化在建筑、饮食和节日方面的比较,理想的西班牙旅游路线介绍,植物的地理分布规律,生活中的法律常识,人际交往方式和技巧研究,鼓乐铿锵,多彩的民歌,文学故事,计算机的多彩世界等课题,学生们在各位研习教师的指导下进行了精彩的汇报。每一个课题汇报后,师生就感兴趣的问题进行深入交流。

古城中学负责人说,此次研究性学习是初一学生的第一次研究性学习,在尊重学生选择基础上进行的研究性学习极大地调动了学生的研究和学习的兴趣,学生在寻找问题,进行调查,数据统计,结论分享,结果汇报的过程中,锻炼和提升了自己的能力。

●在日前结束的石景山区第十九届教职工乒乓球比赛中,京源“军团”李军、于冉等8位老师通过顽强拼搏和通力合作,分别获男女单打冠军、男子双打冠军、女子双打冠军及男女混双冠军。徐继伟

●近日,苹果园街道组织机关干部党员干部参观《光辉典范——抗战时期中国共产党党风廉政建设》主题展览。展览用大量的珍贵实物、案例、影视资料及多媒体等,再现了抗战时期老一辈无产阶级革命家清正廉洁、克己奉公、执政为民的优良传统。张玉萍

# 残疾朋友义卖献爱心



本报讯(通讯员路鹏)日前,鲁谷温馨家园的残疾人克服了行动不便,在社区工作者的帮助下,开展了“心系灾区 共建家园,鲁谷社区残疾人作品义卖”的募捐活动。柜台上,粉色的动物玩偶、红色的桃心、平安果,绿色的手链、黄色的吉祥花……上百件精美的手工艺品,吸引了路人,当得知是残疾人在为灾区义卖时,众人纷纷上前购买,有的还是高价购买义卖品,为灾区捐款献爱心。

## 100幅水粉画 再现往昔“生活”

本报讯(通讯员徐继伟)近日,京源学校美术教师葛金胜在中国农业大学东校区文化艺术馆举办了“静默往事”水粉艺术画展。展览时间到5月2日。

画展精选了葛金胜用3年多时间创作的100幅水粉作品。作品内容反映的多是二三十年前的日常生活旧物,如喝水的搪瓷缸、印着“为人民服务”的书包、老旧的黑白电视和挂在墙角的黄绿色军装等,在默默地诉说着那段流金岁月。基于作品的怀旧特征,作者在作品的风格和技术上融入了新的探索:不注重画面和技巧

的“完美”,而是让画面有一种粗糙的“涩”感,从而表现出沧桑和厚重。创作中几乎没用画笔,而是用板刷一次画就,尽量保持物象的印象感,更多地表现一种心理体验。

葛金胜是北京美术家协会会员,现任北京市京源学校和北京金帆书画院美术教师,已出版著作《灵性的舞动——葛金胜水粉艺术》、《美术特色教学作品集》和《永远的记忆——京源学子献给首钢人的敬礼》等。本次画展展出的作品也已收在刚出版的著作《静默往事——葛金胜水粉艺术》中。

## 感动九中 身边榜样

本报讯 感动来自身边,感动来自平凡。日前,北京九中评选出10位杰出学生,成为首届“感动九中、身边榜样”人物。

九中学校负责人介绍,为了弘扬“北京精神”,培养学生形成正确的人生观、世界观、价值观,北京九中开展了“感动九中、身边榜样”评选活动。本次活动由校德育处组织,从3月初开始向全校学生提出倡议,希望同学们积极参与,推选出身边具有典型事例的好同学、好榜样。活动初期由班级组织推荐,并结合学生单独推荐。经过学生代表初评有40多位学生成为候选人,他们都是在日常学习、生活中表现突出的学生代表。最终经校评审会的审核推选周琪、翟如旭等10名学生为首届“感动九中、身边榜样”人物。王楠 邵莹莹

## 师生爱心义卖募善款

本报讯 4月20日四川省雅安发生7.0级地震。北京九中师生得知此消息后,在返校后的第一时间学校召集学生会干部商讨赈灾捐助方案,由学生志愿者社团发起倡议,为灾区同胞奉献爱心。先后组织了“爱心捐助”义卖和捐款活动,共募得善款14000余元。邵莹莹

# 正确认识 科学防范人感染H7N9禽流感疫情

### 1. 什么是人感染H7N9禽流感?

禽流感,是由甲型流感病毒的一种亚型引起的急性传染性疾病。它通常只感染鸟类,少见情况会感染人。猪、马、水貂和海洋哺乳动物。可感染人的禽流感病毒亚型为H5N1、H9N2、H7N7、H7N2、H7N3。此次报道的人感染H7N9禽流感病毒,是H7N9和H9N2基因重配的新病毒。2013年以前,中国未发现人感染H7N9禽流感病例。

### 2. 人是如何感染上H7N9禽流感的?

部分确诊病例曾经接触过动物或者处于有动物环境当中。2013年4月4日,在上海市一家市场上的鸽子中检出H7N9流感病毒,与人感染H7N9禽流感有较高同源性。但人如何感染尚不明确。目前根据以往经验及本次病例流行病学调查推测,可能由携带H7N9禽流感病毒的禽类及其粪便、羽毛、呼吸道分泌物、血液等,经呼吸道、接触等方式传播给人类。

前1周内接触过禽类者,需要比普通入更加注意预防。

### 3. 人与人之间会传播H7N9禽流感吗?

根据资料,人禽流感均为散发。目前尚无确切证据显示此次的H7N9病毒可以通过人与人之间传播。

但是既往人感染高致病性禽流感的病死率十分高,约为60%。这次H7N9禽流感病毒,也有很高的病死率。截至2013年4月8日,确诊的人感染H7N9禽流感22例,其中7例死亡。

### 4. 人感染H7N9禽流感的潜伏期有多长?

根据流感的潜伏期及现有H7N9禽流感病毒感染病例的调查结果,潜伏期一般为7天以内。

### 5. 哪些人需要更加注意预防H7N9禽流感?

现阶段主要是从事禽类养殖、销售、宰杀、加工业者,以及在发病

### 6. 得了H7N9禽流感,早期有哪些症状?

人感染H7N9禽流感病例起病急,一般表现为流感样症状,如发热,咳嗽,少痰,可伴有头痛、肌肉酸痛和全身不适。重症患者病情发展迅速,表现为重症肺炎,体温大多持续在39℃以上,出现呼吸困难,可伴有咯血痰;可快速进展出现急性呼吸窘迫综合征等。

### 7. 最近是不是不能吃家禽了?

禽流感病毒普遍对热敏感,65℃加热30分钟或煮沸(100℃)两分钟以上可灭活。因此,完全熟透的家禽/猪肉等是可以食用的。但是禽流感对低温抵抗力较强,在4℃水中可存活1个月,因此五六分熟的鸡排,火锅需要谨慎食用。

### 8. 普通人应该如何预防禽流感?

(1)注意个人卫生,保持勤洗手、室内勤通风、注意营养,保证充足的睡眠和休息,加强体育锻炼。尤其在接触禽畜后及时彻底洗手。

手、室内勤通风、注意营养,保证充足的睡眠和休息,加强体育锻炼。尤其在接触禽畜后及时彻底洗手。

(2)尽可能减少与禽畜不必要的接触,特别注意尽量避免接触病死禽畜。食用禽肉蛋时要充分煮熟。

(3)生熟食物要分开处理,当手部有破损处理肉类时,建议戴手套。

(4)出现打喷嚏、咳嗽等呼吸道症状时,要用纸巾、手帕掩盖口鼻,预防感染他人;出现发热、咳嗽、咽痛、全身不适等症状时,应戴上口罩。

(5)如果病情加重应佩戴口罩及时到医院发热门诊就医,并告知医生近7天有无禽类接触,以及去过禽流感疫区。

(6)外出踏青时,应尽量避免接触野生禽鸟或进入野禽栖息地。

(7)年老体弱者、特别是患有基础病的居民,在呼吸道传染病高发时期,应尽量减少去空气不流通和

人群拥挤的场所。到医院就诊时应戴口罩。

### 9. 有无针对性药物、治疗方案或者疫苗?

依据国家卫生和计划生育委员会下发的方案,早期可以应用奥司他韦或扎那米韦进行抗病毒治疗。对于人感染H7N9禽流感,主要是对症治疗以及抗病毒治疗,目前尚未研制出疫苗。

### 10. 如果出现高热咳嗽的症状怎么办?

若出现发热、头痛、鼻塞、咳嗽、全身不适等呼吸道症状时,应戴上口罩,尽快到医院发热门诊就诊,并务必告诉医生自己发病前7天是否到过禽流感疫区,是否与病禽接触等情况,并在医生指导下治疗和使用药物。



## 生活常识

### 1. 在家里怎样避震

家住平房怎样避震?

地震发生时可用枕头和坐垫保护头部,如果没有也可用双手抱住头部,冲出房屋到空旷地带。如果来不及,就在稳固的家具旁暂时躲避,再伺机转移到户外。

震时不可取的行为:躲在房梁下;躲在窗户边。

家住楼房怎样避震?

室内较安全的避震地点:坚固的桌下或床边;低矮、稳固的家具边;开间小、有支撑物的房间,如卫生间、厨房、储藏室等。

震时要注意:迅速关闭电源、火源、煤气开关;不要滞留在床上;千

## 地震来临如何避震

万不能跳楼;不要到阳台上去;不要到外墙边或窗边去;不要乘坐电梯。

高楼如何撤离:从高楼撤离时应走安全通道,不要去乘电梯。

万一在搭乘电梯时遇到地震,将操作盘上各楼层的按钮全部按下,一旦停下,迅速离开电梯。万一被关在电梯中,请通过电话与管理层或外界联系、求助。

### 2. 在学校怎样避震

※正在学校上课时,要在教师指挥下迅速抱头,躲在各自的课桌下。

※千万不要跳楼!

※震后应有组织地迅速撤离教室,到安全的地方。

※在操场或室外时,可原地蹲下不动,双手保护头部。注意避开高大建筑物或危险物。

※不要轻易返回教室。

### 3. 在公共场所怎样避震

听从现场工作人员的指挥,不要慌乱,不要拥挤,避开人流,避免被挤到墙壁或栅栏处。

在商店、书店、展览馆、地铁等处

※选择结实的柜台、商品(如低矮家具等)或柱子边,以及内墙角等处就地蹲下,用手或其他东西护住头部。

※避开玻璃门窗、玻璃橱窗或玻璃柜台。

※避开高大不稳或摆放重物、易碎品的货架。

※避开广告牌、吊灯等悬挂物。

※最好躲在近处的大柱子旁边。

在影剧院、体育馆等处

※就地蹲下或趴在排椅下。

※注意避开吊灯、电扇等悬挂物。

※用包等护住头部。

※听从工作人员指挥,震后有组织地撤离。

在行驶的车内

※驾驶员应迅速开车到较开阔地带停车,并拉手刹。

※乘客应抓牢扶手,以免摔倒或碰伤。

※降低重心,躲在座位附近。

※地震过去后再下车。

### 4. 在户外怎样避震

就近选择开阔地避震

※蹲下或趴下,以免摔倒。

※不要乱跑,避开人多的地方。

※不要随便返回室内。

避开高大建筑物或构筑物

※楼房,特别是有玻璃幕墙的建筑物。

※过街桥、立交桥。

※高烟囱、水塔。

避开危险物、高耸物或悬挂物

※变压器、电线杆、路灯等。

※广告牌、吊车等。

避开其他危险场所

※狭窄的街道。

※危旧房屋、围墙。

※女儿墙、高门脸、雨篷下。

※砖瓦、木料等物的堆放处。

材料由石景山区地震局提供