

消防安全“生命通道体验”活动正式启动

百闻不如一试 实践掌握知识

本报讯 为不断增强广大群众消防安全意识,提高全社会参与消防工作的主动性,日前,石景山区消防支队“生命通道体验”活动启动仪式在我区举行。公安、消防、相关委办局、各街道(社区)以及部分消防安全重点单位负责人共200余人参加了启动仪式。

活动当天,消防支队副队长金巍首先宣读了公安部关于开展“生命通道体验”活动的通知要求。随后,支队长岳爱军对全区开展“生命通道体验”活动作了部署。仪式上,副区长刘亚泉就“生命通道体验”活动提出了三点要求:一是打造舆论声势,扩大受众范围,使全社会知晓开展“生命通道体验”活

动的重要意义,懂得如何利用消防安全通道、出口安全逃生自救,主动参与到“生命通道体验”活动中去学习消防知识,提高自救能力;二是发动举报投诉,严查消防违法行为,发动社会群众通过“96119”火灾隐患举报电话进行举报投诉,同时要充分利用新闻媒体对消防安全隐患和消防违法行为进行曝光,推动隐患整改进度,并对整改进度进行跟踪报道;三是结合当前正在开展的大排查、大整治专项行动,各部门、各单位积极行动起来,通过自查、联合检查等多种形式,全力搞好火灾隐患大排查整治工作,加大执法力度,坚决

遏制较大以上或亡人火灾事故的发生。

随后,消防员展示了消防流动宣传车、模拟逃生帐篷及消防特种车辆和器材装备等。在体验活动中,参会人员用湿毛巾捂住口鼻进入模拟逃生帐篷内感受在“浓烟”环境中如何辨清疏散指示标志快速到达出口。体验结束后,讲解员还为现场人员详细讲解了火场逃生原则,并重点讲解了浓烟的危害及逃生要点。“这次体验活动太有意义了,参加体验后,觉得保持消防通道畅通真的很重要。”参与此次体验的李先生在实际操作后如是说道。

下一步,区消防支队将结合正

在开展的消防安全大排查大整治专项行动,走进社区、走进学校、走进人员密集场所开展“生命通道体验”活动,并对发现的占用、阻塞、封闭疏散通道、安全出口和其他妨碍安全疏散的火灾隐患进行拍摄曝光,进一步扩大社会影响面,使“生命通道体验”活动深入人心,全面提升社会面防控火灾能力。

石潇潇



国土分局开展“五廉教育”活动

本报讯 近日,石景山国土分局党组在党员干部中组织开展以“五廉教育”为主要内容的党风廉政宣传教育月活动。

据介绍,“五廉教育”包括学廉、讲廉、践廉、述廉和颂廉。学廉主要采取集中组织与部门组织、个人自学相结合的方式,重点学习十八届中央纪委二次全会和十一届市纪委二次全会精神、廉政准则,区国土分局将自拟考题组织考试,成绩纳入个人年度廉政考核;讲廉通过请分局主要领导围绕“转作风、讲清廉、促发展”教育活动主题上党课;践廉即在分局组织开展廉政微小说、平面廉政公益广告、读书思廉征文、廉政短信、格言警句、照片等作品征集活动;述廉是指通过组织分局领导班子成员结合廉政风险防控管理“三个体系”建设,立足职责特点,针对岗位廉政风险点进行述廉;颂廉包括组织党员干部参观《光辉典范——抗战时期中国共产党党风廉政建设》主题展览和石景山区廉政文化基地。

胡旭

国土分局深入开展地质灾害详查工作

本报讯 为进一步加强我区地质灾害防治水平,区国土分局前不久在全区进一步深入进行了地质灾害详细调查工作。

据介绍,工作主要采取以遥感解译、地面调查、测绘、地球物理勘探、工程地质钻探、槽探、试验等技术手段,基本查明区域地质灾害及其隐患的现状、发育特征、分布规律以及形成的地质环境条件,并对其危害程度进行评价,为今后地质灾害防治工作的开展奠定基础。

胡旭



行动迅速 清理到位 一场事故没咋地

7月29日晚9时30分左右,古城西街路口处发生一起交通事故,一辆满载啤酒的小货车侧翻,造成了玻璃酒瓶碎片大面积的遗撒,严重影响交通及行人安全。

得知情况后,环卫中心立即启动应急预案,道路清扫队突击队队员迅速赶到现场,经过不到半小时的清理,一片狼藉的事故现场恢复如初,拥堵的道路也重回畅通。

孙宠

区城管等多部门联合检查

“问诊”重点区域 防患于未然



本报讯 为进一步做好夏季安全防控工作,特别是在外来人员集中区域,严防各类安全事故的发生,近日,石景山区城管大队联合辖区公安部门、消防部门和街道社区,对八角地区外来人口聚集区进行了一次联合检查。

检查组结合夏季火灾高发形势,对液化石油气使用不当、电器线路过载等近期突出

消防安全隐患,向外来人员细致讲解了夏季各种火灾诱发因素、安全生活注意事项,并发放了《家庭消防安全知识问答》、《进京人员消防常识手册》等宣传材料。

在入户检查过程中,执法人员对住户家中火源、电源、气源的使用和维护情况进行检查,发现存在一些使用质量不合格的插线板、老旧家用电器、液化石油气输气管老化等安全隐患,部分住户的院子内外可燃物质堆放杂乱,消防安全知识匮乏。针对发现的问题,检查组及时提醒居民进行

改正,并建议辖区居委会和派出所要加强检查,采取专项检查、定期梳理、专人盯办等工作方式,及时消除火灾隐患。

下一步,检查组将加强对辖区内外来务工人员等弱势群体的调查摸底,督促公安派出所落实消防监管职责,依托综治发动群防群治力量,广泛开展隐患排查和安全巡查,确保社会面安全形势稳定。

佚名



中老年患者如何预防腰突症发生

长庚医院骨科专家表示,人一旦进入老年,身体就会发生一系列的变化,如骨质疏松、椎间盘弹性降低、部分韧带钙化、关节骨质增生等,容易出现腰肌劳损、腰椎压缩性骨折、椎间盘病变、椎管狭窄、腰椎退行性变等急慢性腰痛病变。另外,老年人的生活有其固有的特点,为了预防腰椎间盘突出症,在日常生活中应注意以下几点:

(1)中老年人应经常参加适度的运动,如太极拳、爬山、散步、门球、游泳等,加强对关节、肌肉的锻炼,提高关节的运动功能,如果平时爱好运动量较大的球类运动,在身体状况允许的情况下也可适当参加。

(2)中老年人可能要面临一些更繁重的家务劳动,如做饭、看孩子等,这些工作看起来简单,却很繁琐,应根据自己的实际情况合理安排,如有困难,感到力不从心,有困难千万不要勉强。即使是力所能及的工作,也不能着急,避免因突然用力而造成扭伤。

(3)中老年人的饮食应多样化,可适当增加牛奶、海产品等富含钙质的食品,补充体内钙质的丢失,减缓机体的衰老过程。

(4)在发生腰痛后应积极治疗,尽量到正规医院采用正规的推拿、理疗治疗,不要随便找游医,不要自作主张口服止痛药。对社会上流行的一些健身方法,不能盲目模仿,以免加重腰痛。

(5)在治疗其它疾病时,应避免长时间使用激素。因激素类药物可促进钙质的丢失,造成骨质疏松。

(6)定期查体,对待疾病的态度,应借鉴毛泽东在军事上的名言:“在战略上要蔑视敌人,在战术上要重视敌人。”保持乐观向上的人生观,提高老年生活的质量。

专家提醒:发现腰椎间盘突出症类似症状,应尽早到专科医院确诊,进行治疗,不仅可以减少症状对患者的折磨,还能有效防止突出的椎间盘的继发改变产生更多更严重的症状。

北京长庚医院健康教育知识普及