

“名师大讲堂”让学生了解中日关系

本报讯(通讯员徐继伟)“前事不忘,后事之师,在中日甲午战争120周年之际,我们重温历史就显得意义重大”,京源学校负责人说道。日前,京源学校邀请新华社国际部评论室副主任、评论员吴黎明为师生们作了题为“从甲午战争看当前中日关系”的专题讲座,京源学校师生300余人聆听了本次讲座。

讲座中,吴黎明首先从1894年中日在GDP、军队人数、武器装备、伤亡人数等方面的对比深入解读了甲午战争,让师生了解

到了中国战败的深层原因是观念和制度的落后,认识到了《马关条约》给中国造成的空前的民族危机。随后,他又结合当前国际形势,介绍了中日有关钓鱼岛的争端问题。吴黎明说,在中日关系上,我们只有“努力延长战略机遇期”,当“中国真正强大了,许多外交问题就会迎刃而解”。在互动中,吴黎明详细解答了同学们感兴趣的问题。

“吴老师的讲座内容充实、条理清晰、娓娓道来,我们非常喜欢”,高二学生小王说。讲座让师生们重温了那段残酷的历史,认清

了中日关系的未来和强大祖国的必要性和紧迫性。

京源“名师大讲堂”是本学期学校开设的新的活动,计划定期邀请一些著名的科学家、作家、体育明星等为师生做讲座,开阔师生视野,提高其综合素质。京源一贯重视课外教育,长期以来就坚持在每周的周一、周三、周五下午开展不少于一个半小时的或知识讲座、或体育锻炼、或社团选修课等活动,极大地满足了学生多样的成长需要,丰富了学生的学习生活。

古中“建绿色课堂”研讨 促教育教学质量提高

本报讯(通讯员孙继红)近日,古城中学在东校区的国际交流中心报告厅开展了题为“做智慧教师,建绿色课堂”教学研讨会,以促进教师专业化发展,提高学校的教育教学质量。

工作人员介绍,研讨会上,来自数学、政治、英语和西语学科的5位教师代表,从不同的角度对分析的结果以及由此得出的改进措施和改进目标进行了汇报。应用电子阅卷系统,对一分四率进行分析,对试卷所

考的知识点进行分级、分割,通过折线图、雷达图等图像直观展现学生对知识的掌握情况,分析既面向全班学生,也针对个别学生,从整体到局部进行全面分析,使试卷分析更加细致、透彻,以此帮助教师制定有针对性的行之有效的改进措施和改进目标。例如高二英语学科依据此次试卷分析,采取了合并班级分层教学的措施,实现了优势互补,增加了成绩不好的学生的信心,取得了比较好的教学效果。

八宝山街道 集中观影学习 坚定中国特色社会主义信念

本报讯3月11日,八宝山街道组织机关干部及社区干部进行党的群众路线集中学习,观看《正道沧桑——社会主义500年》电视系列片,共70余人参加了学习教育活动。

活动中,通过观看《乌托邦》、《太阳之城》等5集纪录片,让大家了解了社会主义从起源、发展到逐步完善的过程。揭示了社会

主义从空想到科学、从理论到现实及社会主义在中国的发展阶段和历史必然,展望社会主义的美好未来。也让大家深刻的感受到任何时代的发展、社会的进步都有伟大人物的付出。本片集观赏性、思想性于一体,对大家的心灵起到了洗涤和净化作用,坚定了中国特色社会主义信念。

●近日,京源学校召开关于深入开展党的群众路线教育实践活动部署会。

部署会上,学校党总支书记白宏宽畅谈了自己对深入开展党的群众路线教育实践活动的认识,特别是开展教育活动的必要性

及重要性。随后,参会人员一起学习了《石景山区教育系统深入开展党的群众路线教育实践活动工作方案》,并介绍了《京源学校关于深入开展党的群众路线教育实践活动工作方案》。

新疆自治区领导考察北京九中“内高班”

本报讯(通讯员师德光 张今)3月10日上午,新疆维吾尔自治区副主席田文率团到北京九中对新疆班的办学情况进行调研。

调研中,田文听取了有关九中新疆班4年以来的办学情况,以及人才培养目标等方面情况介绍。区教委负责人还就“内高班”的办学情况、教育教学情况、毕业生就业情况与考察团进行了交流。随后,田文一行观摩了九中新疆班金帆舞蹈队和阳光合唱团的表演。田文鼓励同学们珍惜在内地的学习机会,在享受高质量教育的同时,感恩党的好政策。当考察团推开内高班高二13班教室门的时候,同学们报以热烈的掌声,田文详细询问了同学们的学习情况、课程设置和生活情况,并与同学们进行沟通与交流,鼓励同学们好好学习,励志成才,报效祖国。

金顶街街道 为安保志愿者发放防雾霾口罩

本报讯3月9日,雾霾天再度来袭。金顶街街道模东社区为正在执行“两会”社区安保执勤任务的治安志愿者配发了防雾霾口罩,以减少雾霾对身体健康带来的危害。

社区负责人说,虽然同之前的严重污染相比,这几天已经好多了,但对于长时间在户外进行安保工作的志愿者们的身心健康还是有着一一定的威胁。针对这种情况,街道办事处领导买来专业的防雾霾口罩发给每位志愿者,防止细颗粒物进入体内,同时还向他们讲解了雾霾天气下的健康防护知识。志愿者们纷纷表示,非常感谢街道办事处和居委会对大家的关心,他们会更好地完成志愿巡逻工作,为全国“两会”的顺利召开贡献力量。

●3月7日,老山西里社区举办了社区居民联欢会,来自首钢大地西里双语幼儿园的小朋友、石景山区培智中心学校的师生、社区党员、志愿者及社区居民100余人参加了联欢会。

鲁谷社区

“爱情速递 缘来是你”青年交友联谊活动举行

本报讯(通讯员舒巧 史征)近日,由石景山区妇联主办、鲁谷社区承办的“爱情速递·缘来是你”石景山区青年交友联谊会在区科技馆举行。来自全区各机关事业单位、驻区部队、首钢集团、光大银行以及各企业的适龄未婚男女近200人参加了此次活动。

在第一个环节的“玫瑰学堂”中,主办方特邀北京中关村学院客座教授祝捷女士作为爱情顾问,向大家介绍爱情秘诀;在互动环节,主持人以“爱情连连看”的模式,让所有嘉宾通过面对面的第一印象,确定初步的心仪对象;在“爱情站站粘”环节,两组选手为了“稳稳”站在一块不足半平方米的报纸上摆出各种“囧”态,引得台下观众捧腹大笑。随着游戏的进行,男女嘉宾都开始活跃起来。最终,在全场观众的祝福下,几对配对成功的情侣获得了主办方赠送的“约会电影票”,几位女嘉宾还为其她女孩们抛出了“爱情的捧花”,将幸福进行了传递。

老山街道

“便民服务一条街”为居民提供全方位贴心服务

本报讯“居民需要什么,关心什么,我们就力所能及地为居民提供最满意的服务”,社区居委会主任刘桂玲说。日前,老山东里社区“学雷锋、庆三八便民服务一条街”在东里健身园内拉开了序幕,邀请司法所、老山城管、长庚医院等20余家单位为居民提供服务。

现场,区法律援助中心、党员义务理发、社区医院健康义诊的服务台最受欢迎。在义诊台前,医生们正忙着给居民测血糖、测血压,同

时还发放了安全用药等宣传手册;在法律援助服务台前,司法所工作人员认真、详细地为高阿姨讲解房子过户的问题,直到得到满意的答复后高阿姨脸上露出满意的微笑。

据工作人员介绍,老山东里社区的“便民服务一条街”活动是本社区的传统活动,已有10余年时间,给居民以很大的帮助。同时,居委会号召社区志愿者,要将雷锋精神 and 志愿者无私奉献精神共同传承、发扬下去。

传染病科普小知识(二)

1.手足口病

引起手足口病的肠道病毒以肠道病毒(EV71)和柯萨奇病毒A组16型最为常见,人群普遍易感,但成人大多已通过隐性感染获得相应抗体而不发病,因而多发生于5岁以下儿童,尤其是3岁以下婴幼儿。感染者是唯一传染源,传播形式多样,以粪-口传播途径为主,主要是由于接触被病毒污染的手、毛巾、手绢、牙杯、玩具、食具、奶具以及床上用品、内衣等,经口感染发病;患者咽喉分泌物及唾液中的病毒可通过空气(飞沫)传播;饮用或食入被病毒污染的水、食物,也可发生感染。儿童感染手足口病(EV71)后,多以发热起病,一般为38℃左右,发热同时在口腔、手足、臀部出现皮疹,或出现口腔黏膜疱疹。部分病人早期有咳嗽等感冒样表现。经对症治疗,大多数患儿在一周以内体温下降,皮疹消退,身体康复。目前该病尚无特殊预防方法,但做到“洗净手、喝开水、吃熟食、勤通风、晒衣被”可以有效降低

手足口病的发生。

2.流行性脑脊髓膜炎

简称流脑,是由脑膜炎双球菌引起的急性呼吸道传染病,传染性较强,有明显的季节性和周期性,冬春季发病率高。本病起病急、病情重、传播快、病死率高。发病初期类似感冒,流涕、咳嗽、头痛、发热等。病菌进入脑脊液后,头痛加剧,嗜睡、颈项强直、有喷射样呕吐和昏迷休克等危重症状。带菌者和流脑病人是本病的传染源。病人在潜伏期末和急性期均有传染性,病原菌主要是通过咳嗽、喷嚏等经飞沫直接从空气中传播,人群普遍易感。儿童发病率高,以5岁以下儿童尤其是6个月至2岁的婴幼儿发病率最高。“三晒一开”即常晒太阳、晒被褥、晒衣服,居室常开窗通风,以达到杀灭该病病菌,流脑可通过接种疫苗预防。

3.细菌性痢疾

由痢疾杆菌引起的常见病、多发病,大多是食进不洁食品后感染痢疾杆菌所致。病菌随病人或带菌者粪便排出,易感者通过污染的手、生活接触、被污染食物或水源,或借苍蝇等方式传播。主要表现为发热、腹痛、腹泻,大便下坠感,可伴随恶心、呕吐、口干、浑身无力等表现。

区疾控中心供稿

慢性鼻炎该如何治疗

慢性单纯性鼻炎为鼻粘膜由于各种因素所致的可逆性慢性炎症疾病,是常见的多发病。致病原因因为急性鼻炎反复发作或治疗不彻底,粘膜未恢复正常;鼻中隔偏曲影响鼻腔通气引流;慢性鼻窦炎的脓液长期刺激鼻粘膜,邻近病灶对鼻粘膜的影响。患者营养不良、贫血、维生素缺乏、急性传染病后等都可引起本病。

主要症状是间歇性和交替性鼻塞,有时为持续性,平卧时较重,侧卧时其下侧较重。常在运动后或在新鲜空气中鼻塞减轻。鼻塞重者可导致闭塞性鼻音、嗅觉减退及头痛、鼻涕增多,其分泌物呈稠厚半透明粘液状,偶有脓涕。

北京长庚医院耳鼻喉专家表示,慢性肥厚性鼻炎是由单纯性鼻炎进一步发展而来的。其病因多相同,如反复发作急性鼻炎、慢性鼻窦炎、增殖性炎以及变态反应性鼻炎等均可继发。单纯性鼻炎的

病理改变为可逆性,病情发展成为慢性肥厚性鼻炎则成为不可逆性。本病以粘膜、粘膜下甚至鼻甲骨的局限性或弥漫性增生肥厚为特征。鼻塞多为持续性,有较重闭塞性鼻音。分泌物多较粘稠,不易擤出,嗅觉明显减退。有的患者伴有耳鸣、听力减退或有头痛、头昏等症状。由于患者经常张口呼吸及分泌物刺激易产生咽喉部炎症,有干燥、咳嗽等症状。慢性肥厚性鼻炎的治疗,在注意全身性病因治疗的同时,应矫正鼻中隔畸形、治疗病灶。局部主要是采用缩小鼻甲的办法促进通气,如下鼻甲粘膜下注射硬化剂,粘膜下行电凝固术、冷冻疗法、激光疗法及手术切除肥厚的粘膜等各种治疗方法。

长庚医院耳鼻喉专家提醒,一旦发现患有鼻炎,应及时到医院作针对性治疗,以免耽误最佳治疗时机。健康咨询热线:010-68869751。

北京长庚医院健康教育知识普及
咨询热线:010-68869751



区疾病预防控制中心协办