

普及安全常识 “救”在你我身边

浉河区秀水社区邀请专业人士开展应急救护培训

信阳消息(记者 李亚云)近日,浉河区五星街道秀水社区在社区一楼多功能室开展“救死扶伤 争分夺秒”应急救护培训活动。社区邀请医护人员来为辖区居民及物业工作人员进行授课。社区内的“特殊一课”让大家提升了自救互救的能力,参与学习的人员纷纷表示获益匪浅。

活动当天,培训的内容主要包括急救知识培训、心肺复苏、呼吸道异物阻塞的排除、创伤救

护、应急避险等基本技能。指导老师采取理论知识讲授与实地操作相结合的方式,现场模拟示范和指导工作人员实践操作,并讲述了现场急救的必要性及意义,以及在施救过程中的自我保护方法。

经过一个小时的理论知识培训后,指导老师围绕发生突发晕厥时如何急救、老年人心肺复苏抢救的要点、常见急症应对的措施、在出血后如何正确包扎等进行了讲解,幽默风趣的语言将

枯燥的理论知识变得通俗易懂。通过讲解,社区工作人员掌握了一定急救技能。参与学习的社区居民说:“这次的培训让我们受益匪浅,应急救护的知识和技能真的很实用,以后遇到突发状况,不至于束手无策。”

培训结束后,大家纷纷表示回去后要向家人、朋友及身边的人普及此次应急救护的知识,让大家掌握基本的应急救护知识,在以后遇到紧急情况时能够及时地进行自救互救。



近日,浉河区民权街道民权社区开展文明餐桌行动。社区工作人员挨家挨户发放“文明节俭倡议书”,辖区餐饮店统一订制“文明餐桌提示牌”,大力宣传文明用餐、节俭惜福的理念,积极营造文明餐桌活动氛围。图为社区工作人员上门宣传文明餐桌理念。

本报记者 李亚云 摄

创建全国文明城市
我们在行动

爱晕车的孩子可荡荡秋千

古人说“打个秋千不腰疼”,其实,荡秋千不仅有益腰腹,其健身效果是全身性的。

幼儿时期进行秋千锻炼,有促进感觉统合功能作用,提高大脑中枢神经系统的指挥和协调能力,促进前庭平衡功能;缓解或摆脱晕船、晕车、平衡能力差、容易摔倒等感官系统失调症状问题。儿童通过荡秋千锻炼,还可以锻炼意志,培养勇敢精神。

荡秋千还可促进骨骼和肌肉发育,提高神经肌肉控制能力、肌肉力量和稳定能力等。此外,荡秋千有助于锻炼人的空间感觉,提高空间感维度方向的把握能力。经常荡秋千对心肺功能、循环系统发育和免疫力都有一定好处。

不过,在进行秋千锻炼时,一定要根据年龄、运动能力、身体健康状况等把握好锻炼难度,选择适合方式,并注意检查设备是否

安全,如悬挂是否有松动、损坏等,了解秋千的最大承受力,检查蹬板是否稳固、结实;小孩荡秋千时,大人注意检查座椅缝隙是否过宽,以免卡住孩子手脚,并提醒他们,在别人荡秋千时,要站在安全范围,防止被撞伤。

(据《生命时报》)



便民信息

信阳市供水集团公司特约



今日天气:晴 9℃~20℃

- 市长热线:12345
- 烟草专卖品市场监管举报电话:12313
- 社会救助电话:6552041
- 信阳市青少年心理及维权服务热线:12355
- 妇女儿童心理援助热线:15503760718
- 住房公积金热线:12329
- 税务稽查举报:6207648
- 燃气服务:6263939
- 供电服务:6218315
- 自来水抢修:6222251
- 物价投诉:12358
- 民航航班问询:6205656
- 食品药品投诉电话:12331
- 有线电视维修:96266
- 旅游咨询电话:6366823
- 旅游投诉电话:6366983
- 信阳市城市管理服务热线:12319
- 灭四害:6259868
- 环保举报:12369
- 法律咨询:6253148
- 报警:110
- 交通肇事:122
- 火警:119
- 天气:12121
- 急救:120

声 明

●兹有金新银豫 S2X335 号普通二轮摩托车,该车已自行拆解报废,此机动车登记证书、机动车行驶证、机动车号牌,因不慎丢失,特声明作废。

●兹有光山县文刚超市营业执照正、副本(证号:411522607159030),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有光山县立邦漆营业执照正、副本(证号:411522607084012),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有中国共产主义青年团信阳市委员会在中国工商银行信阳老城支行办理的账号为 1718121009064308183 的银行开户许可证(核准号:J5150000231202),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有恒源小区征地拆迁建设协调领导小组银行开户许可证丢失,开户许可证号码为 L5150000039401,因不慎丢失,特声明作废。

●兹有信阳市浉河区沁香园餐馆营业执照副本(统一社会信用代码:92411502MA40TPJX15),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有信阳国际家居产业小镇社区管理办公室在中国工商银行信阳申城支行办理的账号为 1718021109049001051 的银行开户许可证(核准号:J515001657001),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有信阳市羊山新区溢香羊汤馆营业执照正本(统一社会信用代码:92411500MA46D6613D),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有冯永毕业于南阳医学高等专科学校中西医结合专业,其专科毕业证(证号:137811200906004697),因不慎丢失,特声明作废。

●兹有信阳市浉河区海兰尚品酒店营业执照副本(统一社会信用代码:92411500MA47GKU62E),因不慎丢失,特声明作废。

寻尸启事

2019年11月10日23时40分许,罗山县省道219线周党镇鑫旺宾馆门口路段发生一起交通事故致一男性行人死亡,死者年龄70岁左右,上身穿墨蓝色灯芯绒外套,内穿红色皮夹克,下身穿浅蓝色牛仔褲,留较长胡须、白发。

如有符合上述特征家庭失踪人员者,请速与交警大队办案民警联系。

联系人:张警官

联系电话:13837603801 0376-2175180

罗山县公安交通警察大队
2019年11月11日