

长治消防“春季开学第一课”火热开讲

本报讯 记者韦婧 通讯员李前锋报道:为营造安全稳定的校园环境,我市消防救援支队近期在全市范围内开展“春季开学第一课消防”主题宣传活动,各地消防宣传员纷纷走进中小学、幼儿园,为广大师生送上一份实用的消防安全知识“大礼包”。

在长子县东方红小学,消防宣传小分队为全校师生带来了一场生动的消防安全培训。宣传人员结合近年来校园火灾典型案例,深入浅出地讲解了火灾的危害性、校园火灾的常见原因、消防器材的正确使用方法以及火灾预防措施等关键知识。培训中,宣传人员还重点演示了室内消火栓、软管卷盘等消防设施的操作技巧,并指导师生现场使用灭火器、防烟面罩等消防器材,确保每位师生都能熟练掌握消防技能。

在潞州区滨河幼儿园和黎城县紫丹幼儿园,宣传人员开展了消防基础

知识培训,向师生们介绍了校园消防安全重点部位、重要区域、特殊时间以及遇到突发火灾时如何正确使用消防器材扑救等消防安全常识。同时,宣传人员还详细讲解了干粉灭火器的用途与重要性,并为大家示范了使用方法和注意事项。

此外,在屯留区麟绛小学和壶关县明德小学,消防员围绕学校和家庭火灾处置,普及了防火注意事项、火灾逃生要点、正确拨打火警电话等消防安全常识。消防员们还演示了消防车喷射出水,讲解了消防水带、水枪、空气呼吸器、液压扩张钳等各类消防器材的使用方法,并通过组织消防趣味游戏,为师生们带来了一场精彩纷呈的消防安全课。

与此同时,我市各县区消防救援大队(站)的宣传人员也走进各地中小学、幼儿园,通过生动活泼的语言和趣味互动游戏的形式,向小朋友们普及消



宣传员为孩子们讲解消防知识。李前锋 摄

防安全知识。宣传人员还介绍了各种消防器材的用途,并为小朋友们准备了

消防文创产品,让孩子们在轻松愉快的氛围中学习消防安全知识。

市疾控中心发布开学健康指南

助力学生新学期身心健康

本报讯 记者狄媚婷报道:随着新学期的钟声敲响,新的学习生活又开始了。日前,市疾控中心特别发布健康提示,为学生的校园生活保驾护航。

市疾控中心提示大家,经过假期的“放纵”,开学后要尽快调整饮食习惯,早餐要富含蛋白质、碳水化合物和维生素,如鸡蛋、牛奶、全麦面包与水果的搭配,能确保一上午精力充沛。午餐和晚餐需营养均衡,荤素合理搭配,多摄入蔬菜,减少油腻、辛辣和高糖食品的摄取。面对诱人却高油高盐的零食,

学生们要学会克制,优先选择水果、酸奶、坚果等健康零食。

作息规律同样不容忽视。假期晚睡晚起的习惯应迅速纠正,保证充足睡眠。小学生每天应保证不少于10小时睡眠,初中生不少于9小时,高中生不少于8小时,以良好状态适应校园学习节奏。还要适量运动,孩子们每天应抽出30分钟至1小时进行体育锻炼,跑步、跳绳、打篮球等运动,既能增强体质,又能有效缓解学习压力。课间休息时,不要久坐,起身活动身体、伸展四肢并眺望

远方,可缓解眼睛疲劳。

开学季也是传染病高发期,市疾控中心提示,及时接种疫苗是预防传染病最有效的方法。一旦出现发热、咳嗽、腹泻等症状,学生应立即告知老师和家长,切勿带病上课,应尽快前往医院就医。此外,随着新学期学习任务加重,学生可能会产生焦虑、紧张等情绪,学生要学会自我调节,遇到问题及时与老师、家长或朋友沟通交流。也可通过听音乐、阅读、绘画等方式放松心情,保持积极乐观的心态。

部队感谢送锦旗 军民共建情意浓

本报讯 记者韦婧 通讯员刘亚芳报道:近日,长治高速管理有限公司潞城收费站迎来了一份特别的荣誉。中国人民解放军某部队将一面写有“快捷通行畅军路,优质服务暖军心”的锦旗送到了收费站,以表达他们对收费站长期以来安全高效通行保障和贴心服务的深深感谢。

这面锦旗,不仅是对潞城收费站工作成果的高度认可,更是军民鱼水情深、共筑和谐社会的生动写照。多年来,潞城收费站始终站在服务国家、服务人民的高度,以强烈的政治责任感和使命感,精心编织着一张安全、高效、温馨的交通保障网。特别是在关键时刻和特殊任务面前,收费站全体人员以雷霆万钧之势响应,以细致入微之态服务,确保部队车辆通行无阻,彰显了新时代交通人的责任与担当。

潞城收费站不断探索创新,持续优化服务流程,提升服务质量。从加强员工培训,提升业务技能,到完善应急预案,确保快速响应,每一步都凝聚着收费站对工作的极致追求和对职责的深刻理解。这份坚持与努力,不仅赢得了部队的信赖与赞誉,更为军民深度融合发展树立了典范。

电力服务 点亮生活

国网长治供电公司对辖区学校电力设备开展全面“体检”

电力安全进校园 全力护航开学季

本报讯 记者马嫣婕 通讯员李璠报道:2月16日,国网长治供电公司组织共产党员服务队和青年志愿者对辖区内学校的电力设备展开全面“体检”,全力营造安全、合规、可靠的用电环境。

在长治市实验学校,国网长治供电公司服务人员对照电室、变压器、漏电保护器等关键设备进行全方位“把脉问诊”,尤其关注线路绝缘老化、设备连接点发热以及配电箱内接线松动等潜在的用电隐患。

供电服务人员不仅仔细检查校园内的大型电力设施,还深入教室、宿舍、食堂等场所,对开关、插座、照明灯具等用电设施进行逐一排查,确保不留任何死角和

安全隐患。对于检查中发现的问题,供电服务人员当场向学校电力负责人反馈,并提出切实可行的整改建议与措施,协助学校制

定详细的整改方案,确保安全隐患能够及时得到有效治理。

此次开学季用电检查工作将持续3周时间。



供电服务人员仔细检查校园内的电力设施。本报记者 马嫣婕 摄



2月17日,潞州区英雄南路街道演武社区新时代文明实践站邀请长治市陈式太极拳协会的老师为居民们授课,一场为期一个月的太极拳公益培训活动拉开序幕。此次太极拳公益课活动,不仅提升了社区居民的身体素质和健康水平,还促进了邻里之间的交流与互动,增强了社区的凝聚力和向心力。 崔斯梦 摄

今日天气

晴天转多云间阴天
2~3级偏东风
最低气温-6℃ 最高气温4℃



中午前后紫外线强度为3级,弱,外出时不需要防护。

生活指数预报

穿衣指数为6级,以穿棉衣、羽绒衣等为宜。



晨练指数为4级,不太适宜晨练。

明日天气

阴天间多云,有小雪或雨夹雪
2~3级东南风
最低气温-6℃ 最高气温2℃

