

夏季防溺水 安全过暑假

本报讯（通讯员 谭英 文婷）“梓伊，你一定要记住，暑假期间不要独自到河里、水库、池塘戏水游泳，危险的地方千万不要去，也请家长看管好自己的孩子，马上就放暑假了，大家都要平平安安地重返学校……”7月4日下午，衡东县大浦完小178班班主任来到学生家里，向家长和学生宣传防溺水安全知识。

暑期即将来临，为了杜绝夏季溺水事故，确保学生生命安全，近日，大浦完小结合当地实际，坚持“学校有管理、家庭有教育、外出有警示”的预防格局，深入学生家庭开展“防溺水大家访”宣传教育活动，把防溺水“六不准”要求传达到每个家庭，严防学生溺水事故发生。

活动中，学校老师们深入学生家中，认真细致地了解学生在家学习和生活情况。每到一家庭家访，老师们都严格按照上级要求，发放《致家长的一封信》和《防溺水宣传手册》，向家长宣传预防学生溺水安全教育意义，指导家长做好暑假期间对孩子的安全教育、管理和监护工作，提醒每一位学生家长和监护人要切实承担起学生离校后的监护责任，对孩子行踪要做到去向、知同伴、知活动、知归期。

据悉，为扎实做好本次走访工作，学校还专门成立安全宣传应急小组，针对防溺水重点走访对象，积极宣传，增强家长与学生安全意识。

据悉，为扎实做好本次走访工作，学校还专门成立安全宣传应急小组，针对防溺水重点走访对象，积极宣传，增强家长与学生安全意识。

蒸湘区新民小学：防溺水知识送到学生家

本报讯（通讯员 刘龙嫦）“阿姨，夏天到了，在家一定要看护好孩子，告诫他们远离水域，千万不要下水游泳。”7月2日，为确保防溺水知识进入每一位学生家中，蒸湘区呆岭镇新民小学组织全体教师，

分组来到20户留守学生家中，与爷爷奶奶们进行了面对面交流，叮嘱家长监管好学生，防止溺水事件的发生。

衡山县长江镇：警示信送到村民手中

本报讯（记者 莫雄飞 通讯员 王聪）近日，衡山县长江镇积极组织各村（社区）在辖区内开展防溺水巡查及宣传

工作。长江镇成立了防溺水工作领导小组，并组织各村（社区）成立巡查小组，对辖区重点及危险水域开展全面排查，对存在安全隐患的区域立即整改，消除安全隐患。在巡查及宣传过程中，镇村干部在水库、池塘、河流附近等危险水域设立安全警示牌，并走村入户将《致全镇中小学生家长的一封信》送到村民手中，提醒群众和学生注意安全。同时，该镇还通过“村村响”、悬挂横幅、微信群等形式，全面开展防溺水安全宣传。

明晚6时半起，公安巡逻艇将自杨家坪码头出发，对解放路亲水平台、先锋码头、太梓码头、珠江桥、东洲岛、汽车码头、石鼓嘴等容易发生溺水事故的重点水域进行巡逻，沿江现场开展防溺水知识宣

全市违规殡葬行为通报（第50期）

4月1日至6月30日，市民政综合执法大队巡查发现和接市民举报全市发生违规殡葬行为16起，现通报如下：

违规搭灵堂治丧类						
序号	区域	时间	具体地点	发现方式	丧户情况	处理情况
1	雁峰区	4月23日	湘江南路市委党校旁小区	热线举报	农村居民	劝阻
2	石鼓区	4月19日	蒸湘北路银源春天小区对面	热线举报	农村居民	劝阻
3		5月31日	演武路西湖小学对面	巡查发现	城镇居民	劝阻
4	珠晖区	6月9日	苗圃街道飞机坪部队大门正对面	热线举报	城镇居民	劝阻
5		6月28日	船山东路东山村赛新组	热线举报	农村居民	劝阻
6	蒸湘区	4月10日	立新大道水映豪廷西门对面安置小区	热线举报	失地农民	劝阻
7		4月21日	立新大道冠都现代城A1区对面	巡查发现	失地农民	劝阻
8		5月8日	联合街道北塘村11组	热线举报	农村居民	劝阻
9		6月7日	联合街道北塘村安置房	热线举报	失地农民	劝阻
10		4月13日	长丰大道三泰小区附近	热线举报	农村居民	劝阻
11	高新区	5月16日	三江路金栢小区	巡查发现	城镇居民	劝阻
12		5月28日	光辉街金栢小区	热线举报	城镇居民	劝阻
13		5月28日	高岭办事处长胜小区	热线举报	失地农民	劝阻
14		6月6日	长湖街聚鑫小区外	热线举报	农村居民	劝阻
15		6月8日	光辉街高辉花园	热线举报	失地农民	劝阻
16	松木工业园	5月23日	金源街道新安社区公租房广场	热线举报	失地农民	劝阻

根据《衡阳市殡葬管理实施细则》第二十二条，城区(含城中村)内的丧事活动必须在殡仪馆进行。禁止在党政机关、企事业单位内和城市街道、广场等公共场所及居民区停放遗体、搭设灵棚。禁止在出殡送葬沿途燃放鞭炮和抛撒冥纸、冥钞。违者将依法处置。

衡阳市殡葬改革工作领导小组办公室
2021年7月6日



片、上好一堂“防溺水”专题课、发放一封《关于预防学生溺水致家长的信》……自入夏以来，蒸湘区新民小学就紧锣密鼓抓防溺水工作，通过细致教育重点教育孩子做到“六不准”，在学校、家庭敲响了防溺水的警钟。

此外，学校还定期组织人员巡查周边的池塘，对“防护栏”“警示牌”逐一排查，发现隐患及时上报，并与村部沟通，加强联防联控，编织一道严密的防溺水安全网，确保孩子暑期安全。

区重点及危险水域开展全面排查，对存在安全隐患的区域立即整改，消除安全隐患。在巡查及宣传过程中，镇村干部在水库、池塘、河流附近等危险水域设立安全警示牌，并走村入户将《致全镇中小学生家长的一封信》送到村民手中，提醒群众和学生注意安全。同时，该镇还通过“村村响”、悬挂横幅、微信群等形式，全面开展防溺水安全宣传。

守护生命，防范溺水事故

我市水警明起将在湘江开展水上巡逻

明晚6时半起，公安巡逻艇将自杨家坪码头出发，对解放路亲水平台、先锋码头、太梓码头、珠江桥、东洲岛、汽车码头、石鼓嘴等容易发生溺水事故的重点水域进行巡逻，沿江现场开展防溺水知识宣

传，劝导擅自下河游泳者珍爱生命、远离危险。

据市公安局治安管理支队水上大队有关负责人介绍，湘江城区段水域过往船只较多，且水下情况较为复杂，

游泳爱好者不要进入主航道游泳，也不要

在天黑之后游泳。公安机关将严格落实各

项防溺水安全措施，每天派出巡逻船艇沿

湘江巡逻，落实快速反应机制，切实有效

防范溺水事故的发生。

预防溺水 保安全

家长做到“四知道”：
知去向，孩子去哪要记清；知同伴，家长互相要提醒；知活动，危险游戏快阻止；知归期，保持联系须密切。

高危水域“五远离”：
池塘、水库、工地水坑、河流、海边等。

孩子牢记“六不准”：
不准私自下河游泳，不准擅自与他人结伴游泳，不准在无家长或老师带领的情况下游泳，不准在无安全设施、无救护人员的水域游泳，不准到不熟悉的水域游泳，不准不会水性的学生私自下水施救。

溺水三步自救：
一、保持镇定。不要惊慌失措乱挣扎，否则会让身体下沉更快更危险；仰头露鼻。

二、屏住呼吸，放松肢体，尽可能保持头向后仰，面部朝上，让口鼻露出水面有节奏地呼吸。

三、深吸浅呼。呼吸时注意吸气要深，呼气要浅，这样人体比重略比水轻，有助于浮出水面。

如何施救落水者：
大声呼叫并拨打120！

迅速救上岸！最好从背部将落水者头部托起，或从上面拉起其胸部，使其面部露出水面，然后将其拖上岸。

清除口鼻堵塞物！让落水者头朝下，撬开其牙齿，用手指清除口腔和鼻腔内杂物。

倒出呼吸道内积水！救人者半跪，顶住落水者的腹部，让落水者头朝下。

拍背进行心肺复苏！对呼吸及心跳微弱或心跳刚刚停止的落水者，迅速进行人工呼吸，同时做胸外心脏按压。

脱下外套！如果天冷，落水者身上又穿着湿外套，要尽早脱下，以免低温伤害。



直播带货 爱心有“李”

衡东县洑水志愿者协会开展助农增收实践活动

本报讯（记者 金明达）7月4日下午，衡东县洑水志愿者协会开展主题为“爱心直播 助农增收”的“我为群众办实事”实践活动，帮助洑水镇采霞村脱贫户采摘成熟的奈李，并通过爱心直播助农增收。

在洑水镇采霞村，黄澄澄的奈李压弯了枝头。看着日渐成熟的奈李，销售、采摘问题却让果农王观湘犯起了愁。收到王观湘的求助后，洑水志愿者协会组织志愿者来上门，一边帮忙采摘成熟的奈李，一边还通过爱心直播带货等方式助其销售。短短三小时直播中，就有近百名社会爱心人士购买了300余斤奈李。

“湖南好人”、衡东县洑水志愿者协会会长武国水表示，在“我为群众办实事”实践活动中，协会志愿者利用自身特长，先后针对脱贫群众开展送幼猪、送养殖技术、直播卖李等爱心活动，助力乡村振兴。

扫描式“体检” 掐灭事故苗头

石鼓区青山街道对辖区燃气使用情况进行专项检查

本报讯（记者 胡亚华 通讯员 何伟）7月5日上午，石鼓区青山街道应急办联合石鼓区城市管理和综合执法局等部门，对辖区易赖街农贸市场、门店以及学校等场所燃气使用情况进行了专项检查。

为确保安全使用燃气，石鼓区城市管理和综合执法局专门购置一批燃气泄漏检测装置。在检查过程中，联合执法检查组工作人员对商户的燃气瓶、连接燃气接口、连接设备接口、燃气连接软管等设施逐一进行检测，确保燃气瓶和相关设施处于安全状态。对检测不合格的设施设备，工作人员现场督促商户及时整改更换，及时消除安全隐患，把事故苗头消除在萌芽状态。

此次专项检查行动检查农贸市场门店13家，燃气配送点1家，杂货店3家，发现安全隐患问题3处，已责令限期整改。青山街道办事处有关负责人表示，下一步，将继续加大辖区燃气安全巡查工作，不定时采取联合执法行动，有效遏制燃气安全事故发生，并加大安全宣传力度，进一步增强广大居民安全防范意识。

因更换阀门

6日起 雁城路沿途局地停水

本报讯（记者 胡亚华）昨日，记者自市水务集团获悉，因雁城路(湘江南路至中山南路段)更换DN200阀门4台、DN100阀门5台，市水务集团拟定于7月6日23:00至7月7日12:00对该路段停水施工。届时，路段沿途两侧居民用户无水，其中包括市中心医院、龙泉巷、神龙百度大酒店等用户无水，请提前做好储水准备。

另悉，因蒸湘北路与船山西路交会处DN400管漏水，市水务集团拟定于7月6日13:00至7月6日18:00对该路段停水施工。届时，太平小区邻近船山西路区域、南华大学北门周边、立新开发区、长湖乡政府办公楼周边及市广播电视台、廖家湾路沿线、弘阳广场、蒸湘世纪城等用户无水，请提前做好储水准备。

“赤日满天地，火云成山岳。”罗澍伟介绍，7月7日至21日为“小暑”节气，其中，7月11日开始进入“三伏”中的头伏（初伏）。“入伏后，炎天暑月，骄阳似火，上蒸下煮，酷热难耐。”南宋诗人陆游的《苦热》诗中就淋漓尽致地描绘出入伏后的闷热：“万瓦鳞鳞若火龙，日车不动汗珠融。无因羽翮氛埃外，坐觉蒸炊釜甑中。”

罗澍伟结合民间传统和养生专家建议忠告说，天气炎热，暑气蒸腾，多汗少眠，易感疲倦，若心肌缺血，心脏搏动就会出现异常，所以给心脏适量补充盐分很重要；睡眠利于养心，要注意保证充足睡眠；中老年人应避免过度劳累，警惕心力衰竭。

倏忽温风至 因循小暑来

7月7日5时5分将迎“小暑”节气

新华社天津7月5日电 “倏忽温风至，因循小暑来。”《中国天文年历》显示，北京时间7月7日5时5分将迎来“小暑”节气，标志我国大部分地区进入炎热季节。“小暑过，一日热三分。”

历史学者、天津社科院研究员罗澍伟介绍，一般在每年公历的7月7日或8日，太阳到达黄经105度时为“小暑”。古汉语中“暑”表示炎热，“小暑”为小热，即天气开始炎热，但还没到“湿如蒸”“燥如烘”的最热时候。

古人根据对大自然的观察，把二十四节气中每个节气以五天为一“候”，分为“三候”。“小暑”时节，“一候温风至，二候蟋蟀居宇，三候鹰始鸷”。意思是说，进入“小暑”，地面的风来带热浪；蟋蟀因天气炎热，离开原野到房屋墙角避暑；老鹰也因低空温度高，飞往高空盘旋。

“赤日满天地，火云成山岳。”罗澍伟介绍，7月7日至21日为“小暑”节气，其中，7月11日开始进入“三伏”中的头伏（初伏）。“入伏后，炎天暑月，骄阳似火，上蒸下煮，酷热难耐。”南宋诗人陆游的《苦热》诗中就淋漓尽致地描绘出入伏后的闷热：“万瓦鳞鳞若火龙，日车不动汗珠融。无因羽翮氛埃外，坐觉蒸炊釜甑中。”

罗澍伟结合民间传统和养生专家建议忠告说，天气炎热，暑气蒸腾，多汗少眠，易感疲倦，若心肌缺血，心脏搏动就会出现异常，所以给心脏适量补充盐分很重要；睡眠利于养心，要注意保证充足睡眠；中老年人应避免过度劳累，警惕心力衰竭。

闷热的天气还易使人的情绪出现波动，控制不好，会影响心脏健康。中医认为，生命的一切活动，都是以心为主宰的脏腑功能的集中表现，“心动则五脏六腑皆摇”，因此要注意调整心态，把控情绪，平心静气以养心，防止“喜怒不节则伤脏”。