

演练早闸启闭 确保防洪安全

狮山三防指挥所开展北江大堤狮山铁路旱闸防洪启闭实战演练

5月18日晚上至19日凌晨,为确保北江大堤防洪安全,落实安全责任,狮山三防指挥所会同广东省北江流域管理局、广东三茂铁路股份公司肇庆工务段、广东三茂铁路股份公司佛山货运中心等部门进行北江大堤狮山铁路旱闸启闭实战演练。

广东省北江流域管理局副局长卢俊昌,狮山镇党委委员、镇三防常务副总指挥潘景昌等领导观摩了演练。60名演练人员现场进行实操,掌握铁路旱闸启闭的程序和操作,为北江大堤的防洪工作做好充分准备。

时隔十年再次演练

“按演练计划进行!”5月19日凌晨0时,随着防汛演练总指挥潘景昌一声令下,北江大堤狮山铁路旱闸防洪启闭实战演练拉开了序幕。演练现场,只见各队伍严格按照演练方案,用枕木、沙包垫平铁路旱闸底板面,同时,闸门的运送和吊装、铁路停运调度、后勤保障、疏散、抢险、抢救等工作在紧张的氛围中有条不紊地进行着。0时30分,起重机吊起钢闸门对旱闸实施关



演练人员在现场紧张“抢险”中。

闭。最后,演练人员在闸门上铺上帆布以防渗漏。凌晨00:50,演练安全、协作、高效、圆满地完成。

“这样的演练十年前做过一次,虽然相隔十年,但我们各方面都没有滞后,因为我们平时的训练和管理都非常严格。”

本次演练小组组长叶永强说。

提高防汛处理能力

本次演练模拟了当北江的狮山水闸水位达到20年一遇,即9.12米或外围出现重大险情时,经广东省北江流域管

理局请示省防总或北江大堤前线抗洪总指挥部批准后,由广东省北江流域管理局狮山管理所负责协调联系狮山镇三防指挥所、三茂铁路股份公司肇庆工务段等执行关闭狮山铁路旱闸门。

演练结束后,演练总指

挥潘景昌表示,通过实战演练要进一步查找演练中发现的问题,进而完善应急预案,提高应急预案的实用性和可操作性,全面提升防汛应急的处理能力和组织协调能力。

北江大堤狮山铁路旱闸位于广东三茂铁路狮山段,为了尽量减低火车调度停运的影响,这次实战演练选择在凌晨进行,参加演练的工作人员在前一天晚上10点多就到达现场进行装沙包等物资准备工作。参加演练的部门表示,这次实战让他们们的防洪预案得到一次很好的检验。

“这样的实战演练非常有必要!无论从提高一线防汛人员的业务水平方面,还是各相关部门的高速协调方面,都很有意义。我们要做好思想上的保障、组织上的保障、物质上的保障,还有措施上、技术上的保障,来检验我们预案的实用性以及可操作性,确保北江大堤的安全,确保关键时刻我们的防汛人员要拉得出、用得上、干得好!”狮山水务管理副所长陈平战表示。

撰文/摄影 实习生 李福云

2017“健康中国行”佛山宣传周活动启动

合理膳食应少盐少油多吃蔬果

5月22日上午,2017年“健康中国行”佛山宣传活动周启动暨“佛山市健康教育基地”揭牌仪式在狮山行政服务中心启动。

据了解,“健康中国行”是国家卫生计生委组织开展的大型健康传播活动,自2013年起,每年围绕一个健康主题在全国各省市开展系列健康宣传活动。今年,国家卫生计生委定于4—11月在全国范围内开展2017年“健康中国行”主题宣传活动,主题是“合理膳食”,要求全国各地围绕主题接力赛式开展为期1周的健康促进活动,其中,5月22—28日为广东省宣传活动周。

本次活动由佛山市卫生计生局、佛山市健康教育与促进中心、南海区狮山镇卫生计生局联合举办,佛山市卫生计生局副局长扎西平措,禅城区、南海区、高明区、三水区卫生计生系统有关人员以及120名家庭主妇代表参加了这次活动。活动旨在向市民普及合理膳食、健康教育、食品安全等科普



佛山市健康教育基地揭牌。

知识,让市民全方位体验健康生活理念。活动特邀市一医院膳食营养专家开展“合理膳食”讲座,并与市民互动。同时设置营养膳食摊位为市民提供专业的“膳食指南”,赠送健康礼包500份。随后,来自全市4个区的120名家庭主妇还到“狮山健康体验馆”进行了参观体验。佛山宣传周活动期间,各

区卫生计生局、市直各医疗卫生单位将围绕主题,深入基层,面向群众,多种形式开展了一系列宣传活动。

为配合“健康中国行”活动,佛山市将于5月中旬面向全市卫生计生系统征集合理膳食健康传播材料,编印如海报、宣传小册子等相关宣传用品,免费派发到市直医疗卫生单位

和各区健教场所,用于候诊区、咨询处、健教室、公交候车亭等场所的健康知识宣传。5—11月市卫生计生局、市健康教育与促进中心与佛山电台90.6频道合作,将开设“健康佛山大讲坛”专题节目,整合资源,扩大传播,以“合理膳食、健康素养66条、无烟生活、科学就医、合理用药、慢性病防控、职业病防

治、食品安全、优生优育”等为主题,邀请我市医疗卫生单位有关专家上线与市民进行线上讲座及互动。同时,走进机关、学校、企业、社区,开展线下户外健康知识巡讲,不断扩大健康教育的覆盖面,切实提高居民的健康素养水平。

撰文/摄影 金晓青
杨黛梅 丁嘉惠

相关链接

《中国居民膳食指南(2016)》推荐

平衡膳食模式是保障人体营养需要和健康的基础,食物多样是平衡膳食模式的基本原则。谷类食物含有丰富的碳水化合物,是平衡膳食的基础;要吃动平衡,吃和动是保持健康体重的关键;多吃蔬果、奶类、大豆,蔬菜和水果是维生素、矿物质、膳食纤维和植物化学物的重要来源,奶类和大豆类富含钙、优质蛋白质和B族维生素,对降低慢性病的发病风险具有重要作用;适量吃鱼、禽、蛋、瘦肉,鱼、禽、蛋和瘦肉可提供人体所需要的优质蛋白质、维生素A、B族维生素等,但因含有较高的脂肪和胆固醇,所以需适量食用;少吃烟熏和腌制肉类;少盐少油,控糖限酒。减少食物浪费、注重饮食卫生、兴饮食新风对保障公众健康具有重要意义。