

城事

核安全知识走进乌兰察布职业学院课堂

本报讯(记者 马佳敏)4月10日,由乌兰察布市生态环境志愿者协会联合市生态环境局组织的“4·15”全民国家安全教育日系列活动——核与辐射安全科普讲座在乌兰察布职业学院举办,通过专业易懂的科普讲解,向青年学子普及核与辐射知识,增强学子国家安全意识。

讲座伊始,集宁区委党校教师薛燕从核与辐射的基础概念切入,用通俗易懂的语言拆解专业知识,细致讲解并清晰区分电离辐射与电磁辐射的本质差异,帮助学生打破对核与辐射的认知误区。同时,薛燕结合学生日常生活场景,分享了实用的防辐射小技巧,针对大家普遍关注的辐射安全问题逐一解答,尤其回应了学子们对日常辐射的担忧。“机场、车站的安检仪辐射剂量微乎其微,大家完全不必担心。”她的耐心讲解,既解答了疑问,也让现场学生放下了对日常辐射的顾虑。

除基础科普外,薛燕还围绕核技术的应用领域展开详细解读,重点介

绍了核技术在能源、医疗、工业、农业等多个行业的广泛应用,让学生们了解到核技术与日常生活的紧密关联,引导青年学生摒弃对核与辐射的片面认知,树立科学理性的理念,厚植“知核、懂核、护核”的责任意识,让国家安全理念与辐射安全意识在年轻学子心中落地生根。

大一学生郭祺祺在听完讲座后深有感触地说:“以前总觉得核与辐射离我们很远,甚至有些害怕,通过这次科普才知道,辐射在生活中无处不在,只要科学认识、正确防范就不必恐慌。作为新时代大学生,我们不仅要自己学好安全知识,更要向身边的人作好宣传,共同守护国家安全。”

乌兰察布市生态环境志愿者协会会长赵忠茂表示,青年是国家安全的坚定守护者,希望此次科普讲座,能帮助大家科学、正确认识核与辐射相关知识。下一步,协会将持续推进科普宣传工作,把核安全科普知识带进企业、社区,动员更多群众参与到国家安全守护行动中来。



●同学们认真听讲座 本报记者 马佳敏 摄

东长青社区:关爱“三户四长” 让基层治理更有温度



●社区为“三户四长”送暖心福利 本报记者 马佳敏 摄

本报讯(记者 马佳敏)近日,集宁区常青街道东长青社区联合辖区爱心商户,开展“感恩有您·暖心同行”主题慰问活动,为平日扎根基层、默默奉献的“三户四长”送上专属暖心福利,以实际行动致敬基层治理志愿者。

近年来,集宁区在居民小区全面推行“党员三户”制度,即在小区设置党员中心户、楼栋设置党员堡垒户、单元设置党员先锋户,同时选优配强网格员、小区长、楼栋长和单元长,通过延伸党组织和居民自治组织触角,推动社区治理重心下移,强化党建引领作用,释放居民自治活力,让“三户四长”成为基层治理的“主心骨”。

在东长青社区的各个楼栋院落里,“三户四长”一直是基层治理最坚实的力量,他们化身邻里“贴心人”、社区“好帮手”,用日复一日的坚守,守护着社区的和谐与安宁。楼院长王英就是其中的典型代表,作为小区里出了名的“热心肠”,她看到楼道堆积杂物便主动清理,及时消除安全隐患、维护居住环境整洁;遇上邻里间因生活噪音、琐事产生矛盾,她总

是第一时间上门耐心劝解,用真心疏解隔阂,化解纠纷。

“平时就是帮邻里跑跑腿、解解难,做的都是力所能及的小事,没想到社区和商家一直惦记着我们,心里又暖又感动!”拿着社区精心准备的福利,楼栋长杜彦脸上满是笑意,言语间尽是动容。

据了解,这并非东长青社区首次回馈“三户四长”,此前社区便联合辖区医疗机构,为全体“三户四长”发放免费体检卡,开展健康体检服务,切实关注基层志愿者的身体健康,让默默奉献者感受到实实在在的关怀。东长青社区负责人表示,“三户四长”是基层治理的“神经末梢”,更是社区工作的得力助手,他们扎根群众、服务群众,在政策宣传、隐患排查、矛盾调解、邻里帮扶中发挥着重要作用。此次开展回馈活动,既是对大家辛勤付出的感谢与认可,又让基层志愿者在奉献之余感受到温暖与尊重。后续社区将持续关注“三户四长”队伍建设,开展更多暖心活动,凝聚基层治理合力。

前进路街道:“敲门”说安全,消除火灾隐患



●工作人员查灭火器是否在有效期内 本报记者 朱旭敏 摄

为进一步提升辖区居民的消防安全意识,让防火理念深入人心,新兴社区同步开展多元化消防安全宣传活动。工作人员通过发放宣传手册、现场讲解等方式,结合春季火灾发生特点,用通俗易懂的语言,向居民细致讲解火灾预防常识、初期火灾扑救方法以及火场逃生自救技能,重点针对老年人、独居户等特殊群体,耐心叮嘱日常用火、用电、用气安全注意事项,引导大家自觉摒弃消防安全陋习,主动远离火灾风险。

“社区天天上门排查、宣传防火知识,我们心里特别踏实,现在我们出门都会留意楼道有没有杂物,家里电器用完也会及时断电,防火意识比以前强多了。”居民张贵莲说。不少商户也坦言,通过社区的排查指导,更加清楚了消防安全的重要性,后续会严格规范经营,主动做好店内消防隐患排查,共同维护安全的经营环境。

前进路街道工作人员表示,此次春季防火专项行动,不仅有效排查整治了辖区各类消防安全隐患,更全面提升居民、商户的消防安全意识和自我防范能力,营造出“人人关注消防、人人参与消防、人人守护消防”的良好氛围。下一步,各社区将建立健全防火巡查长效机制,常态化开展隐患排查整治,持续加大消防安全宣传力度,不断夯实社区消防安全基础,全力为辖区居民营造安全的居住生活环境。

我为群众办实事

补种绿植,提升小区颜值



●工人栽种树木 育人社区供图

本报讯(记者 刘佳鑫)春回大地,万物复苏,正是植树添绿的好时节。近日,集宁区前进路街道育人社区协调共建单位市审计局,通过乌兰察布市园林服务中心,在安泰小区开展绿化补种工程,改善小区环境,为居民营造绿色优美的居住氛围。

走进安泰小区,曾经裸露的土地上,新栽下的海棠、山杏等树苗正迎风挺立。“这个小区以前的绿化带树木有一些已经枯萎了,裸露出光秃秃的土地,显得特别杂乱。”育人社区网格员告诉记者,为了改善小区环境,社区工作人员前期对所管小区的绿化情况进行了细致的摸底调查,对原有苗木的种类、缺失损毁情况以及长势不佳的苗木进行了详细记录,并依据小区建设时的绿地规划,科学确定了需要补栽的树木规格和数量。

作为育人社区的共建单位,乌兰察布市审计局不仅为小区绿化提供了支持,还积极协调乌兰察布市园林服务中心,为安泰小区约500平方米的荒地送来73棵海棠和10棵山杏树苗,并规划了丁香种植区域,后续还将陆续种植53棵树苗。“荒地现在种上树木,看着舒心多了!”小区居民李华说。

“为确保绿化成果,社区已协调小区物业承担起后续的养护责任,确保树苗能够茁壮成长。”育人社区书记曹学慧表示,下一步,社区将继续以居民需求为导向,聚焦小区环境改善等民生实事,持续深化与共建单位的合作,开展更多惠民、便民活动。

民生视角

□本报记者 马佳敏

小众萌宠走俏 个性化饲养成新风尚

随着市民养宠需求日益多元化,温顺奇特的玉米蛇、憨态可掬的鬃狮蜥、灵动可爱的肥尾守宫……这些曾被视作“小众冷门”的爬宠,正凭借独特魅力走进千家万户,成为不少人追捧的“新伴侣”。记者走访发现,乌兰察布本地爬宠门店人气持续走高,专业体验馆与综合宠物门店同步拓展品类,全力适配市民多元化的养宠需求。

在集宁区解放大街,一家爬宠体验馆成为市民休闲新去处。店内以暖光搭配原木生态造景,环境整洁舒适,玉米蛇、肥尾守宫、鬃狮蜥等温顺爬宠实现分区科学饲养,既保障了宠物健康生长,也为市民提供了安全的沉浸式体验场景。不少市民专程前往打卡,或近距离观察爬宠习性,或咨询饲养技巧,小众宠物的独特魅力持续释放。

带着8岁女儿前来参观的李先生说:“之前只是在纪录片里见过这些爬行动物,这次能近距离观察还能互动,孩子全程都特别兴奋,一直在问各种问题。比起书本上的知识,现场观看更能让她记住这些小家伙的特点。既能开阔眼界,又能增长见识。”

除专业爬宠体验馆外,大地爱宠之家等主营猫狗、啮齿类宠物的综合门店,也敏锐捕捉市场动态,主动拓展爬宠经营品类。门店不仅上架小型温顺爬宠,还同步配套供应专用饲料、定制饲养箱等全系列用品,实现“宠物+用品”一站式服务,有效满足了市民从选宠到饲养的全流程需求,进一步丰富了本地宠物市场供给。

市民多元化的养宠需求,不仅带动了本地爬宠市场升温,门店人气高涨,也进一步助推了爬宠热潮的蔓延。刚在乌兰察布维多利亚城结束的爬宠博览会让市民大饱眼福。憨态可掬的鬃狮蜥悠悠地挪动身躯,睫角守宫攀附在仿真树枝上,睁着圆溜溜的眼睛格外惹人喜爱。互动投喂区里,市民们在工作人员指导下,小心翼翼地与爬宠近距离接触、喂食,欢声笑语不断;科普展板前,家长带着孩子认真学习爬宠生活习性、饲养知识。原本神秘的爬行动物,变得亲切又鲜活,彻底扭转了人们对爬宠“危险、冷血”的固有认知。

面对日益升温的爬宠热,经营宠物店多年的专业宠物护理师张鹏表示,饲养小众宠物需遵法守规、科学为先。市民在挑选“小众伴侣”时,务必通过正规渠道购买爬宠,饲养时应注重科学饲养与规范护理。爬宠虽不同于猫狗,但同样需要恒温、湿度等精准的环境控制,并做好健康防疫与日常护理。此外,爬宠多为外来物种,随意放生会严重破坏本地生态平衡,饲养前需充分了解其习性,做好长期饲养的准备,拒绝随意弃养,让“新奇特”宠物真正成为温暖生活的好伙伴。



●市民解锁爬宠新体验 本报记者 马佳敏 摄

居民在家门口听讲座学健康知识

本报讯(记者 马佳敏)实习记者张玥近日,集宁区白海子镇泰安社区、泉山街道乌兰社区相继携手专业医疗团队开展健康讲座活动,分别聚焦女性两癌防控、居民健康养生与急救知识,将专业医疗服务与健康科普送到居民家门口,提升居民健康素养。

4月8日上午,集宁区白海子镇泰安社区活动室暖意融融,几十位女性围坐一堂。乌兰察布市妇幼保健院妇产科专家结合临床真实案例,用通俗易懂的语言,围绕宫颈癌、乳腺癌两大女性高发疾病展开讲解,从发病诱因、早期预警信号,到规范筛查流程、日常预防要点,讲解细致入微,并特意提醒中老年女性,绝经后出血切勿大意,务必及时就医检查,破除健康认知误区。

52岁的张美玲此前一直抱有“无病不用体检”的想法,得知自己有乳房结节后,现场主动向专家咨询。专家耐心讲解结节分级管理和复查周期,叮嘱她保持良好心态与作息,

彻底解开了她的心头顾虑。38岁的李女士也针对月经不调问题现场咨询,专家给出的专业调理建议,让她收获满满。

讲座结束后,咨询台前排起长队。工作人员现场发放健康手册,细致解答居民疑问,引导大家扫码预约免费筛查服务,不少居民还主动转发宣传信息,带动身边女性关注健康。乌兰察布市妇幼保健院相关负责人表示,很多女性对两癌认知不足,甚至对筛查有恐惧心理,我们就是要把知识送上门,把顾虑消下去。后续将持续走进更多社区、乡村,把健康服务落到实处。

4月9日,集宁区泉山街道乌兰社区携手乌兰察布普济医院共同举办了健康养生与急救知识专题讲座,不仅为居民带来实用的健康科普,还发放了免费健康体检卡等福利。

活动中,乌兰察布普济医院医生张永胜针对中老年群体易患的心脑血管疾病,教大家通过观察舌下青筋、对照高低眉等简单方法进行

自我筛查,重点提醒居民关注血压、血脂指标,养成良好生活习惯。同时,他结合宣传手册内容,详细解读了头晕、头痛、肢体麻木等心脑血管疾病的早期信号,让居民能及时察觉身体异常。在急救知识环节,张永胜重点演示了突发状况的应对方法。他现场教学十指放血急救技巧,以及头顶按压穴位的正确操作方式,强调关键时刻这些方法能为救治争取时间。针对居民易混淆的疼痛类型,他从心脏病与胃疼、急性胰腺炎与上腹部疼痛的鉴别,到牙疼与心脏疼痛的关联区分,再到左侧胳膊、肩胛骨、膝关节酸痛的诱因分析,每一项都结合临床案例讲解,让居民快速掌握辨别要点。针对心绞痛的突发情况,他特别指导居民按压腋下穴位,并强调及时拨打急救电话。

血糖管理也是本次讲座的重要内容。张永胜医生表示,低血糖发作时会出汗、肢体无法活动等危险症状,建议日常随身常备糖果等应急食物。针对高血糖患者,他分享了降糖健身操及相关顺口溜,鼓励居民坚持锻炼,通过科学方式调节血糖。

“我今年68岁,高血压、高血脂都好多年了,平时老是头晕、胳膊发麻,心里总犯嘀咕,就怕突然出什么意外。今天听张医生一讲,平时可以经常在家自我检查。”居民戴良明手里攥着免费体检卡,笑得合不拢嘴,“不光学到了管用的健康知识,还能免费查血脂血糖,做颈动脉彩超,还有心电图、胸片,这些项目平时很少主动去检查,趁此机会检查一下也放心。”

“社区联合普济医院开展此次活动,一方面是为了提升居民的健康养生意识和应急处置能力,让居民掌握自我健康管理的方法;另一方面通过免费体检、福利发放等举措,降低居民健康体检门槛,让大家享受优质医疗服务。”乌兰社区负责人表示,社区将持续链接优质医疗资源,开展更多贴近居民需求的健康服务活动,筑牢社区健康防线。