

全民参与爱国卫生 清洁家园灭蚊防病



图片来源:站酷海洛 PLUS

蚊子属四害之一,通过蚊虫叮咬可传播乙型脑炎、疟疾、登革热等多种传染病,影响着广大市民的生活环境和身体健康。夏秋季是蚊虫繁殖高峰,今年我市梅雨季节雨量增大,持续时间较长,各种类型的积水为蚊虫孳生提供了有利条件,也对我们的健康带来了威胁。

卫生是健康的前提,创造干净、整洁的生活、工作环境,营造文明、和谐的社会秩序,是你我的共同心愿。为降低新冠肺炎疫情与蚊媒等病媒生物传染病在本市叠加传播的风险,营造健康清洁的生活工作环境,保障广大市民的身体健康,上海市爱卫会向广大市民朋友们倡议:“全民参与爱国卫生,清洁家园灭蚊防病”。

积极践行良好卫生习惯

享受良好的公共环境卫生,免于健康危害,维护城乡环境清洁卫生是每一位市民的权利和义务。居民要强化主人翁意识,自觉响应“夏季爱国卫生蚊虫防控行动”,养成文明卫生习惯,保持环境整洁,做到不乱扔垃圾,



【温馨提示】

个人蚊虫防控知识

一、居家防蚊

建议安装纱门纱窗,晚上睡觉建议使用蚊帐,室内可使用蚊香(盘香、电热蚊香液/片)驱蚊。在开窗通风的状态下使用蚊香更安全,但是驱蚊(击倒蚊虫)效果会受到影响。

二、户外防蚊

外出活动建议穿着长袖衣裤。暴露皮肤可涂抹驱蚊剂,一般保护时间2-4小时,但婴幼儿慎用。

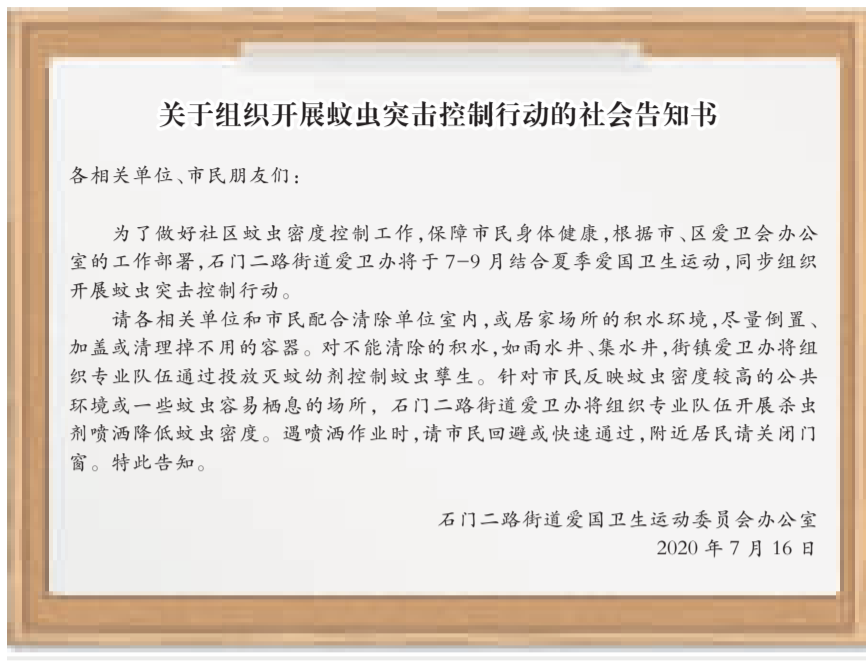
三、驱蚊药物选择

购买蚊香、气雾剂、驱蚊剂类产品需认准WP开头的农药登记证号,有此号的产品是经过检测,证明是有效的,且安全的。

不乱堆杂物,主动劝阻损害公共环境卫生的不良行为,共同打造整洁、卫生、健康的生活工作环境。

参与环境卫生清洁活动

营造健康生活环境涉及千家万户,需要社会各界和广大市民的积极参与,树立“城市是我家、卫生靠大家”的理念,积极参加社区、单位组织的卫生大扫除,做好单位、家庭环境



关于组织开展蚊虫突击控制行动的社会告知书

各相关单位、市民朋友们:

为了做好社区蚊虫密度控制工作,保障市民身体健康,根据市、区爱卫会办公室的工作部署,石门二路街道爱卫办将于7-9月结合夏季爱国卫生运动,同步组织开展蚊虫突击控制行动。

请各相关单位和市民配合清除单位室内,或居家场所的积水环境,尽量倒置、加盖或清理掉不用的容器。对不能清除的积水,如雨水井、集水井,街镇爱卫办将组织专业队伍通过投放灭蚊幼剂控制蚊虫孳生。针对市民反映蚊虫密度较高的公共环境或一些蚊虫容易栖息的场所,石门二路街道爱卫办将组织专业队伍开展杀虫剂喷洒降低蚊虫密度。遇喷洒作业时,请市民回避或快速通过,附近居民请关闭门窗。特此告知。

石门二路街道爱国卫生运动委员会办公室
2020年7月16日

卫生管理,积极参与和落实生活垃圾分类收集工作,清洁室内外环境,清理各类积水,清除废弃杂物、卫生死角,减少蚊虫孳生环境。

争当健康生活的实践者

树立“健康第一”和“自己是健康第一责

任人”的理念,要知晓防蚊灭蚊知识,积极倡导良好的卫生习惯,做好单位、社区、居家和个人防护措施,保持生活环境整洁、卫生、有序,促进身心健康,保障您和家人健康。市民如需帮助可咨询12320上海卫生健康热线。

(邻里石二、街道管理办)

邻里为老

石门二路街道认知障碍友好社区项目火热进行中

作为全市首批28家老年认知障碍友好社区建设试点街镇之一,石门二路街道积极推进落实此项工作,围绕认知障碍的社区宣传引导、筛查评估、早期干预、专业照护、家庭支持等服务,在社区内形成关注、关怀、关爱认知障碍老人及其家庭的良好氛围。

项目通过社区健康教育普及认知障碍相关知识,开展风险测评工作,输送早期干预服务,提供全方位家庭支持与资源链接,建立健全老年认知障碍友好支持网络,形成社区长效支持机制,促进永久性认知障碍友好社区建设。

自六月起,项目启动针对60岁及以上老人的认知障碍风险测评工作,向社区老人开展认知障碍科普宣传,让他们了解基本知识,认识“早发现,早干预”的重要性。同时,送上《关爱认知障碍》手册,让老人们慢慢阅读,也可以分享给其他家庭成员。



街道为辖区老人送上《关爱认知障碍》手册

为了让测评更科学、有效地开展,工作人员陪同老人开展“一对一”风险测评,逐一询问每个问题,认真做好记录。测评结束后,工作人员就测评结果与老人和家属进行沟通,并答疑解惑,让测评结果更贴合老人的实际情况。

通过测评,街道工作人员发现,有越来越

多的老人开始重视和关注自己的记忆力和脑健康,他们认识的人中就有确诊的认知症患者。但由于缺乏系统的资源和信息,无法区分正常衰老和认知障碍的区别,不知道自己是否得了认知症,也担心对家人造成影响。

通过开展认知障碍风险测评,工作人员初步掌握前来测评老人的风险情况。接下来,将根据不同风险类别,给予相应的干预服务,对风险较高的老人进行科学的筛查和转诊,为低风险、轻度认知障碍患者提供认知健康促进活动、专业疗法课程与居家照护服务。同时,在社区开展普及性的公共健康教育课程,为家庭照料者开展照护能力培训,为养老机构内部的照护人员提供专项能力的培育。希望通过一系列的服务能够形成社区长效支持体系,建立石二街道老年认知障碍友好支持网络。

(街道服务办)

邻里健康

6大妙招助你抵御高温

近日,面对暴晒和高温,居民们会选择如何降温?快来学习以下这6招正确的防暑妙招,缓解高温。

1 出行躲避烈日暴晒,做好遮阳防护

夏日外出尽量避开高温时段,最好不要在中午前后在烈日下行走或劳动,因为这个时间段的阳光最强烈,发生中暑的可能性较高;如果此时必须外出,一定要做好防护工作,如打遮阳伞、戴遮阳帽、戴太阳镜,有条件的最好涂抹防晒霜,以防晒伤。衣服尽量选用棉、麻、丝类的浅色、透气性好的衣服,应少穿化纤品类服装,以免大量出汗时不能及时散热,引起中暑。

2 及时饮水,适当补充电解质

准备充足的水饮,及时饮用,不要等口渴了才喝水,因为口渴已表示身体已经缺水了,每次喝水控制在150-200ml,要喝温开水,

不要喝冰水。

根据气温的高低,一般人员每天喝1.5至2升水,高温作业人员,每天喝3至5升水。出汗较多时可适当补充一些盐水,弥补人体因出汗而失去的盐分。另外,夏季人体容易缺钾,使人感到倦怠乏力,含钾茶水是极好的消暑饮品。

3 用水冲洗,及时散热

多洗澡或多用湿毛巾擦拭皮肤,当过于炎热的时候应该冲淋头部及颈部,让水分蒸发帮助散热。

4 合理饮食,保证营养

夏天多食含水量高的蔬果,如生菜、黄瓜、西红柿等;新鲜水果,如桃子、杏、西瓜、甜瓜等水分含量为80%至90%,都可以用来补充水分;乳制品既能补水,又能满足身体的营养之需。

此外,在高温环境中工作的人群,应适当补充含有钾、镁等元素的饮品。

5 合理安排作息时间,保持充足睡眠

夏日天长夜短,气温高,人体新陈代谢旺盛,消耗也大,容易感到疲劳。充足的睡眠,可使大脑和身体各系统都得到放松,既利于工作和学习,也是预防中暑的措施。

最佳就寝时间是22时至23时,最佳起床时间是5时30分至6时30分。睡眠时注意不要躺在空调的出风口和电风扇下,以免患上空调病和热伤风。

6 配备防暑药品

在户外活动或进行高温作业的人群,随身携带十滴水、人丹、藿香正气水或藿香正气丸等防暑药品,或放置在就近工作场所,随时使用,以防发生中暑。

(邻里石二、上海发布)

邻里党建

尤克里里是一种拨弦乐器,发源于葡萄牙,盛行于夏威夷,归属在吉他乐器一族。因为其制作简单、操作易学,颇受白领们的欢迎。7月8日,上海静安区白领驿家两新组织促进中心携手凯迪克大厦“白领驿家”党群服务站为大厦内白领们送上了一场以“红心悠扬”为主题的尤克里里DIY制作活动。活动一经推出,参与名额在半天内便一抢而空。

当天,白领们在老师的指导下,纷纷打开盒子,拿出胴身、琴柄、弦扭、指板、胶水、螺丝刀等制作材料和工具,将上弦枕固定到琴柄上,把琴柄和胴身固定起来,慢慢地,一把尤克里里就组装完成了。下一个就是彩绘环节,白领们有的先用铅笔打稿,有的则直接在上面开始用颜料画画,许多白领把心中对党组织的热爱表现在图案上,有的画上了党徽,有的画上了国旗。

不少白领在活动结束后表示,自己利用“午间一小时”,通过参加党群服务站的活动增强了自己的动手能力,扩大了白领之间的交友群体。未来,凯迪克大厦“白领驿家”党群服务站还将不断创新活动方式,针对白领的不同爱好、兴趣和需求,带来丰富多样的活动,从而进一步提升楼宇白领的满意度和幸福感。

(街道党建办)



白领制作尤克里里

白领参与DIY活动 传递浓浓爱国情