



享端午感粽情 学理财防受骗

西关社区联合邮政储蓄银行开展志愿服务活动

本报讯(全媒体记者 高鸿)6月19日,铁东区北门街道西关社区联合邮政储蓄银行吴华支行组织社区居民共同开展“粽情六月 感恩邮你”邮政进社区志愿服务活动,体验端午粽情,引导居民安全理财。

活动中,工作人员通过真实案例、有奖问答等方式,向社区居民讲解了电信诈骗、非法集资、银行卡盗刷等金融诈骗行为,帮助居民识别诈骗分子如何通过手机短信、电话实施诈骗行为,提醒居民不要轻易回复陌

生人电话和短信,不要轻信贷款小广告,不要泄露个人信息,不要轻易点击不明链接,以免上当受骗。

随后,工作人员将准备好的蜜枣、糯米、粽叶等食材摆满桌子,组织开展包粽子比赛,在欢乐的氛围中让居民们感受到中华传统民俗文化的魅力,感受到温暖与关爱。

西关社区党委书记王岩石表示,活动拉近了与居民们的感情,提高社区居民尤其是老年人面对各类非法金融诈骗行为的识别能力和自我保护能力。

艾叶飘香 相伴成长

本报讯(全媒体记者 陈凯)6月17日,市民政局、市慈善总会携手同盛社会工作服务社开展趣味问答、积分比赛、缝制香囊等系列节日活动,以丰富多彩的活动形式迎接端午节的到来。

活动中,工作人员与孩子们坐在一起,互相认识、互相了解,迅速成为朋友,并通过提问、引导等方式介绍端午节日的由来,加深孩子们对中国传统节日的认知。随后,大家在欢声笑语中一起制作香囊,艾

叶飘香,情意浓浓。

同盛社会工作服务社的负责人表示,通过开展活动,让孩子们品味端午,在接受传统文化熏陶。传承文化艺术的同时,让孩子们感受到中华民族传统节日浓郁的文化气息。

青粽迎端午 传承好家风

本报讯(全媒体记者 崔圣驰)为营造良好的端午佳节气氛,日前,铁西区北沟街道北沟社区新时代文明实践站组织辖区党员志愿者和热心居民围绕“青粽迎端午 传承好家风”主题开展“我们的节日·端午节”活动。

活动现场,社区工作人员向大家讲解了端午节的由来、历史,并分享跟端午有关的故事,学唱端午民谣,了解端午习俗,让居民深刻感受到传统文化的韵味。

活动最后,社区工作人员和

志愿者将精心准备的粽子送到困难家庭及残疾人和孤寡老人的手中,在送去节日的祝福的同时,关心他们的近期状况、了解他们的实际需求,让他们感受到来自社区大家庭的关心和关爱。

品味端午粽香 传承中华文化

本报讯(通讯员 臧蕊蕊)6月17日,铁西区英雄街道师太社区关工委联合辖区中国邮政储蓄银行在社区党群服务中心组织“迎端午”包粽子活动。

活动现场,大家围坐一起包着粽子。居民将粽子叶卷成漏斗状

后,用糯米充实压紧,再用细绳打个结,转眼间就包出了一个棱角分明的粽子。也有居民因为没有经验,绳子还没来得及捆,粽子叶就散了,糯米洒了一桌,引来一阵笑声。现场气氛欢乐祥和,其乐融融。社区居民阿姨说:“我们包的不仅仅是

粽子,更是社区大家庭的温暖。”

社区负责人表示,本次活动不仅增进了基层党组织与辖区居民的关系,增强社区凝聚力,提升居民的文化认同感,也让大家感受到了端午节的民俗文化魅力,感受到社区温馨和睦的邻里深情。

宣传法治思想 弘扬宪法精神

铁西区举办“习近平法治思想进校园”主题演讲比赛



本报讯(通讯员 王秋明)6月19日,由铁西区委宣传部、区教育局联合组织的“习近平法治思想进校园”主题演讲比赛在铁西区地直街小学校举办。

参赛选手从多个角度、多个层次阐释宪法的基本理念、普及宪法知识、弘扬宪法精神。或激情澎湃,或娓娓道来,或晓之以理,或动之以情。选手们纷纷表示,通过开展法治教育,使教育工作者从参与者、体验者,转变为法治教育的宣传者、传播者、实施者,带头尊法、学法、护法、守法、用法。

通过精彩角逐,一、二、三

等奖各有归属,地直街小学校马辉老师以全场最高分获得了第一名。

赛后,铁西区教育局相关领导表示,学习宣传贯彻习近平法治思想是当前和今后一段时间教育系统重要的政治任务。铁西区教育系统广大党员干部教师将以高度的责任感和使命感,坚决地把思想和行动统一到党的二十大精神 and 习近平法治思想上来,统一到区委区政府决策部署上来,满怀创业信心和干事激情,不忘初心,踔厉奋发,为建设“六个铁西”贡献教育力量。

科普之翼

四平市科协 四平日报社



黑色素瘤你了解吗?

一、如何区分普通色素痣和黑色素瘤?

为了区分黑色素瘤和普通色素痣及其他色素增加性皮肤病,美国国立癌症研究所提出了“ABCD”早期诊断方法:

A 不对称性 (Asymmetry)

普通色素痣多呈圆形或椭圆形,对称;黑色素瘤不对称。

B 边缘 (Border)

普通色素痣边缘清晰、表面光滑;黑色素瘤多边界不清,可扩散至周围皮肤,表面粗糙、不平整。

C 颜色 (Color)

普通色素痣颜色多均匀一致,可呈浅棕色、黑色、褐色,少见的有粉色;黑色素瘤可呈深浅不一的棕褐色,间或混杂有黑色、白色、蓝色、红色。

D 直径 (Diameter)

普通色素痣一般小于5mm,且长期稳定;黑色素瘤大多超过5mm,且不断生长。

由上可知,如果身上的普通色素痣短时间内突然长大,形状不规则,边缘不规则,颜色较前明显改变,要引起注意了,及时就医明确有无恶变。

二、哪些人容易长黑色素瘤?

黑色素瘤与多种因素相关,以下几类人群容易受黑色素瘤青睐,要多注意。

1.爱晒太阳或晒灯的人。经常在阳光下暴晒的人,长期暴露于紫外线下,发生黑色素瘤的概率更高。

2.皮肤白皙的人。黑色素瘤好发于浅肤色人种,浅肤色含有较少黑色素,而黑色素是一种能够保护皮肤免受紫外线伤害的色素。但是要注意,这并不意味着肤色较深的人就没有风险。

3.皮肤常常受到创伤与刺激的人。创伤与刺激可使良性色素性皮肤病恶变,约有10~60%的黑色素瘤患者发病前有创伤史。

4.有家族史或遗传因素的人。约8~14%的黑色素瘤有家族史,如相关的易感基因如CDKN2A。皮肤可能更敏感或更易受损。

5.免疫功能低下的人。低免疫状态与黑色素瘤发生相关,如使用免疫抑制剂或患有免疫缺陷疾病如艾滋病,免疫系统无法有效地清除异常的细胞,更易发生肿瘤,其中包括黑色素瘤。

三、如何预防黑色素瘤?

前文讲了黑色素瘤更易青睐的人群,那接下来我们再来聊一聊预防黑色素瘤的措施。

1.避免长期日晒,做好防晒。尽量避免长时间曝晒,如果在阳光强烈时段外出,做好防晒措施。例如,穿着有防护作用的衣物、帽子,涂抹防晒霜等。

2.定期检查自己的皮肤。观察自己身上是否有新出现或改变的痣或其他异常皮肤生长物,如果发现任何可疑的变化(可参考“ABCD”法),及时咨询专业医生。

3.注意自己的遗传风险。如果有黑色素瘤家族史,应该定期进行皮肤检查,以及进行基因检测,看看是否需要预防性治疗。

4.增强免疫力。保持良好的生活习惯,增强自身的抵抗力。

(源自:科学辟谣)



酷暑来临,消暑产品市场同样销售火热,各种型号的空调风扇满足了市民的不同需求。这是顾客在仁兴商厦选购风扇。

全媒体记者 王惠 摄

在儿童心中播撒交通安全种子

街谈巷议

山东济南槐荫区交警大队联合多部门设立“红领巾斑马线”,鼓励小学生争当文明交通小使者;广西贵港市交警精心设计制作找茬纠错游戏,引导幼儿园小朋友摒弃不文明交通行为;四川广安华蓥市交警让儿童驾驶模型车,体验安全通过红绿灯……近段时间,各地公安交管部门创新交通安全宣传教育形式,在孩子们心中播撒交通安全种子。

交通安全,要从娃娃抓起。我国历来重视儿童交通安全工作。未成年人保护法明确规定“采取配备儿童安全座椅、教育未成年人遵守交通规则等措施,防止未成年人受到交通事故的伤害”。《中国儿童发展纲要(2021—2030年)》专项部署“儿童与

安全”,将“预防和控制儿童道路交通事故伤害”“培养儿童养成良好交通行为习惯”等作为策略措施。儿童交通安全领域法律、政策不断完善,为推动儿童交通安全保护与经济社会同步协调发展奠定基础。

让交通安全的种子在儿童心中萌发,提高儿童交通安全意识和自我保护能力,可以有效预防和减少道路交通事故发生。近年来,儿童交通出行半径不断扩大,面对的出行场景和交通环境更加多元复杂。特别是我国机动车保有量持续上升,为儿童出行提供了有利环境,也让安全风险叠加交织。将交通安全教育前置,十分必要。

掌握基本常识,遵守法律法规,是交通安全教育的基础课、必修课。加强儿童交通安全教育,应重视生活中常见却又容易忽视的风险细节。公安部道路交通安全研究中

心研究表明,儿童交通安全教育应树立风险、规则和文明意识。其中风险意识是基础,特别是在具体细节方面还需要进一步强化认知、培养习惯,比如过斑马线不要横冲直撞,开车门使用“远端手开门法”,不要在停车场、停车位玩耍等。围绕交通安全关键细节,加强儿童交通安全教育和行为养成,启蒙儿童的风险、规则和文明意识,才能筑牢交通安全的底线。

加强儿童交通安全教育,应讲究策略方法、创新教育方式。应根据儿童年龄特征、出行特点、季节特点和学校周边道路交通情况等,从交通安全小事入手,用激发儿童兴趣和好奇心入手的方式方法,教育引导儿童从小养成遵守交通规则的良好习惯。比如,设计儿童喜爱的交通安全文化符号,增强儿童接受交通安全教育的仪式感;针对学龄前儿童

可以围绕绘本、文创、游戏和主题社区设计等提升交通安全文化浸润的可达性,强化儿童交通安全认知等。

加强儿童交通安全教育,还应提高监护人交通安全监护水平和风险意识。保障儿童交通安全,监护人承担着极其重要的责任。有关调查显示,有相当比例的事故是监护人监护失职造成的。广大监护人要留心身边儿童的交通行为,提高监护水平,以身作则做好儿童的榜样,自觉抵制各类交通违法行为,尽力营造和谐安全的交通环境。

出行是儿童生活的重要组成部分,安全是最基本的出行要求。交通安全意识和交通文明素质的长远之计。让我们继续努力,将交通安全的种子播撒进亿万少年儿童心田,进一步筑牢安全出行基石。

(元玉昆)