

“北京丰台”客户端“社区微直播”公益行动启动 区疾控中心专家与社区居民网上问答

2月10日上午10点到11点,丰台区疾病预防控制中心党支部书记赵静、消毒科科长黄儒婷、健康教育所所长任旭锴、传染病与地方病防治科武晶等疾控专家走进融媒体中心演播室,通过“北京丰台”客户端网络直播,与广大社区居民进行交流互动,答疑解惑,帮助大家掌握新冠肺炎的防护知识和技能,做好自身防护。“北京丰台”客户端“社区微直播”公益行动正式启动,在此,向广大社区居民发起倡议:

我们每个人都是自己健康的第一责任人,请大家在疫情期间“勤洗手、戴口罩、常通风、勤锻炼、不扎堆、讲礼仪、稳心态”。让我们共同构筑起疫情防控的人民防线。

■疫情期间一般家庭需要消毒吗?

答:如果家里没有发烧、咳嗽等疑似感染的患者或是密切接触者,家人也没有出门聚餐,也没有外来人员,不必过度消毒。以清洁卫生为主,注意开窗通风,及时处理垃圾,保持居家环境卫生。遇到传染病危险时可采用预防性消毒。

■家庭及公共场所如何进行空气消毒?

答:开窗通风为主,每日开窗通风2~3次,每次30分钟,注意人员保暖。

■办公楼公共卫生间如何消毒?

答:公共卫生间应视情况增加消毒频次。卫生间便池及周边可用2000mg/L的含氯消毒剂擦拭或浸泡,作用30分钟后清水擦净(4瓶盖原液+2瓶500毫升水)。

■家庭桌面、玩具、餐饮具等如何消毒?

答:可以用500mg/L的含氯消毒剂来擦拭桌面、玩具等比较清洁的物体表面,作用30分钟后清水擦净(1瓶盖原液+2瓶500毫升水)。餐饮具可以煮沸15分钟,注意水要没过餐具。

■小区有确诊病例怎么消毒?

答:小区内出现确诊病例,也无需对室外环境开展大面积消毒。公共卫生机构的专业人员会对确诊病例家庭内部开展病家终末消毒,也会指导物业、居委会开展楼道、电梯等公共场所的消毒。

■居民有效的防护措施有哪些?

答:增强健康防护意识。尽量避免到人多拥挤和空间密闭的场所,如必须去须佩戴口罩。避免接触野生动物。

■疫情期间,居民如何就医?

答:尽可能少去或不去医院,除非是特别危重的患者。患者尽量去熟悉的医院减少就诊时间。尽量避免乘坐公共交通工具,患者和家人须佩戴口罩用外科口罩或医用防护口罩。不用手接触口、鼻、眼并注意手部消毒。在咳嗽和打喷嚏时需要用纸巾或肘部遮挡。出现发热、乏力、干咳等症状,请及时到就近的发热门诊就诊,并向接诊医师告知过去2周的活动史。

■上班返岗后应注意什么?

答:上班途中尽量不乘坐公共交通工具,如必须乘坐公共交通工具,全程佩戴口罩。搭乘电梯要戴口罩,按钮后要洗手,建议多走楼梯。餐厅就餐时,



直播现场

建议错峰就餐,少说话。办公期间,注意勤洗手,保持空气流通和工位间距,公用物品定期清洗和消毒。保持卫生清洁,及时清理垃圾。

■参加会议时如何防控?

答:建议佩戴口罩,限制参会人数,尽量缩短会议时间,自带杯具。参会人员间隔1米以上,会议期间注意开窗通风,会议结束后对话筒、桌面等公共用品进行消毒。

■乘坐公共交通工具时如何防控?

答:乘客须全程佩戴口罩。在自己咳嗽或打喷嚏时,用纸巾将口鼻完全遮住,并将用过的纸巾扔进封闭式垃圾箱内。

温馨提示

大家如果有疫情防控方面的问题,可以拨打咨询服务电话:63811956,同时还可以拨打22条丰台区社区卫生服务中心的咨询投诉热线。

“北京丰台”全媒体客户端下载说明

安卓手机用户可以在华为应用市场、百度应用市场、360应用市场、小米应用商店搜索“北京丰台”客户端下载,苹果手机用户在Appstore中下载,也可以直接扫描二维码下载。



北京丰台全媒体客户端
丰台群众自己的“掌中宝”
扫描二维码 下载客户端

■丰台区卫生服务中心新型冠状病毒肺炎咨询投诉电话

序号	单位	姓名	电话
1	大红门社区卫生服务中心	尚海	13146409930
2	和义社区卫生服务中心	赵怡辰	18911212566
3	长辛店镇社区卫生服务中心	张志娟	13020098109
4	新村社区卫生服务中心	蔡姗姗	83609878
5	卢沟桥社区卫生服务中心	高明超	15313939380
6	宛平社区卫生服务中心	贾问樱	83216921
7	蒲黄榆社区卫生服务中心	苗颖	67616028
8	右安门社区卫生服务中心	刘树新	18911541536
9	铁营社区卫生服务中心	高艳君	18611347027
10	西罗园社区卫生服务中心	张剑	67219766
11	王佐镇社区卫生服务中心	郑直	13146681730
12	马家堡社区卫生服务中心	章冉	18510104511
13	方庄社区卫生服务中心	贾红雁	67609064
14	二七北社区卫生服务中心	张振	13621182622
15	云岗社区卫生服务中心	王建成	13671050314
16	鑫福里社区卫生服务中心	赵玉洁	13810301052
17	国医社区卫生服务中心	卢红	13301171586
18	朱家坟社区卫生服务中心	果立新	18618166817
19	太平桥社区卫生服务中心	张兰萍	13683028596
20	东高地社区卫生服务中心	赵呈恩	13601316203
21	花乡社区卫生服务中心	任凤茹	63726782
22	二七南社区卫生服务中心	刘旋	15301056185
23	丰台区疾控中心	张来颖	63811956

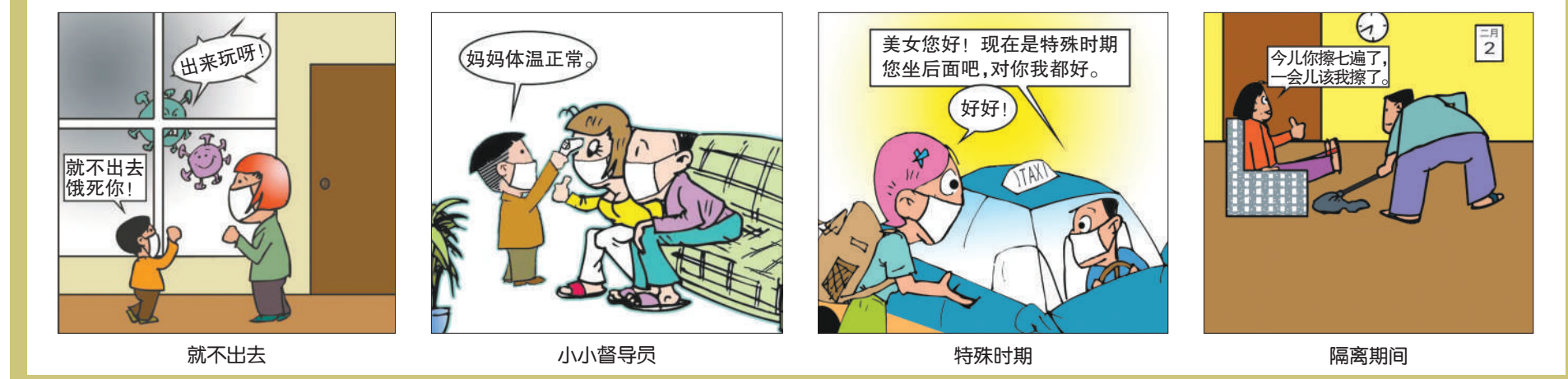
法院人的战“疫”宣言

(北京市丰台区人民法院 陆露)



新型冠状病毒肺炎防控漫画

作者 张志刚



幼儿网络学习 家长才是主导

北京市特级校长 北京市丰台区丰台第一幼儿园园长 朱继文

在疫情的特殊时期,我们看到家长和孩子们都在家进行自我隔离,为了让孩子们居家生活有意义,教育部负责人提出“停课不停学”的口号,主要是让孩子们居家能够不虛度光阴,让学习随时发生,这一出发点是值得肯定的。

家长担心的在线教学肯定会影响幼儿视力,这是毋庸置疑的事情,因为幼儿园卫生保健的要求中,幼儿每日看电子屏幕的时间不得超过15分钟,否则会影响幼儿视力的发育。尤其在特殊时期,孩子户外运动时间基本没有,视力的调节时间也没有的情况下,在线学习的明显弊端也会体现出来,家长有这样的担忧是能够理解的。

我经常与家长们说:“人人都是教育者,人人都是研究者,生活处处皆教育。”我想对“在线教育”这一教育形式的看待,家长要用“教育者,研究者”的视角来思考,想一想,针对儿童教育,在线教育是必须要孩子观看吗?在线教育需要怎样的学习对儿童发展才有意义?在线教育符合儿童身心发展吗?如果我们认识到儿童的教育是在生活中的浸润式学习,体现教育无痕,那么我们就可以充分利用家庭教育者的身份来参与在线教育,让家长成为教育的践行者。

鉴于这样的认识,我们认为学前在线学习是针对家长成人的学习,而并非儿童。当然也就不需要纠结孩子视力发育的问题了。下面讲三点在线学习的思考:

首先,成人可以从在线教育平台上学习到有趣的故事儿歌、科学游戏、绘画折纸、体育活动等等,方便直接运用到家庭生活中,让亲子相处的方式多样化和多元化。

其次,需要短小精彩、重点突出,让家长一目了然了解到能在家中做什么、怎么做、为什么这样做,从而把亲子游戏或者亲子时间精彩呈现,减少电子屏幕对成人时间的把控,以便有更多的时间陪伴孩子在真实情境中体验学习。另外,新媒体的受众群体年龄趋势已经覆盖到70岁以上的老人,因此爷爷奶奶在线学习,也可以得到有效的育儿方式,形成家庭中人人爱儿童、个个懂教育的态势。

最后,在线教育不仅仅是单边的教育功能,家长也成为孩子课程的构建者,在生活中创造性地学习。很多家长把生活中实践的有趣的亲子游戏、宅在家中的一日活动、收纳整理、卫生清洁、厨房准备、歌舞展示等等投放到平台上,家长们也成为了互动参与、享受新媒体的主人。

总之,在线教育是一种孩子学习成长的方式。借用王阳明的思想来说明当下:“想,都是问题,做,才是答案。”在线学习,终有所获。让我们每个人都能度过一个有意义、有价值、不寻常的时光。

新型冠状病毒肺炎 谣言榜

出现流涕和咳嗽就不是新冠肺炎?

丁香医生团队辟谣:根据是否流鼻涕和咳嗽就判断不是新冠病毒感染,是不准确的

国家卫健委印发的《新型冠状病毒肺炎诊疗方案(试行第四版)》中提到,新冠病毒感染肺炎的主要表现是发热、乏力、干咳,少数患者伴有鼻塞、流涕、腹泻等症状。所以,根据是否流鼻涕和咳嗽就判断不是新冠病毒感染,是不准确的。想知道如何区分新冠肺炎和感冒,去丁香医生公众号回复(区分)即可查看。

