

本报讯 为进一步增强广大师生在寒假期间的安全防范意识和自我保护能力,连日来,小店区检察院“初禾·未检”团队在放假前夕走进幼儿园、中小学,开展“期末法治课”宣传教育活动,为孩子们送上假期“法治安全大礼包”。

幼儿园内,检察官通过模拟放学情境、户外游玩对话等方式,让孩子们在轻松活跃的氛围中了解“防危险”等安全小知识。小学校园内,检察官结合学生的年龄特点,讲解预防校园欺凌、预防性侵害等知识。同时,发放宣传资料,鼓励同学们成为家庭“小小法治宣传员”。中学校园内,检察官结合真实案例,宣传防范校园欺凌、网络安全等知识,叮嘱同学们增强法治观念,做到“尊法、学法、守法、用法”。

快乐过寒假,安全不放假。小店区检察院将持续发挥“初禾·未检”品牌优势,以法治副校长为纽带,多措并举筑牢未成年人保护法治屏障。

(刘友旺、王娜)

## 法治宣传教育 |

### 探索科学奥秘 乐享寒假时光

本报讯 1月18日至19日,太原市手牵手帮扶中心为我市孤困儿童精心组织了寒假儿童实践成长营。记者跟随孩子们一同走进科技馆探索科学的奥秘,到军事训练营感受红色文化的魅力。一系列丰富多彩的活动,不但使孩子们汲取了丰富的知识,更让他们切身体会到志愿者满含爱意与温情的陪伴。

18日,志愿者们早早出发,分头前往孩子们的家,将他们安全接到活动的第一站——山西省科技馆。科技馆像一个充满惊喜的宝藏世界,吸引孩子们探索。在一层的数学展厅内,孩子们轻松理解了原本抽象的数学概念。机器与动力展厅内,孩子们见证了动滑轮、定滑轮的奇妙运作,了解了纺织机、蒸汽机等动力系统的发展历程。原本在书本上的枯燥知识,在此变得鲜活、生动。走向未来展厅是孩子们的最爱,太阳、月亮以及金木水火土等各大星球,一一呈现在孩子们眼前。宇航服模型、宇宙飞船模型和空间站模型,激发着孩子们对浩瀚宇宙的无限遐想。不少孩子兴奋地告诉身旁的志愿者:“长大了,我们也要当宇航员,去探索宇宙的奥秘。”

19日清晨,志愿者和孩子们准时来到活动第二站——五大龙沟村,开启了一场红色文化之旅。在志愿者和教官的带领下,孩子们进行拆卸模拟手枪机械训练,体验野外作战快速行军演练,参观碉堡、地道遗址,并进行了百米冲刺等演习。

(周利芳)

## 关爱保护未成年人健康成长



再现锦绣太原城  
为民创城不停步

## 节前大扫除 干净迎新年

本报讯 清扫除尘,辞旧迎新。1月20日,小店区多个社区开展环境卫生专项清理行动,社区物业、志愿者和辖区消防站等纷纷加入,共同营造干净整洁、喜庆祥和的节日氛围。

当天一大早,在国际大都会社区内,身穿红马甲的社区网格员和志愿者就着手清理路面落叶、烟头、纸屑等垃圾,由网格长和网格员组成的专项小组走进辖区内企联大厦、大昌酒店、菜鸟驿站、食品销售等场所

督查。大家还发动辖区幼儿园、消防站、物业公司、经营场所等单位,积极参与,共同打造干净美丽的小区环境。为加大宣传力度,社区还采取动员会、院落会、大喇叭、微信群等线上线下相结合的方式,广泛发动党员群众、志愿者等人员积极投身到环境专项清理行动中。

在大马社区开展的专项清理行动中,社区环卫与小店环卫协调联动,对辖区内散放的废弃家具、家电等进行集中收集拉运,将堆放在垃圾暂存点的大件垃圾全部装车清理,营造了整洁有序、舒适温馨的社区环境,受到居民称赞。

(周利芳)



1月20日,双塔寺街二社区联合辖区养老护理院开展节前消防演练,强化驻地单位消防安全意识。  
郭苑甫 摄

## 文明单位创建 |

### 剪窗花写春联 公交职工贺新春

本报讯 为营造浓厚的节日氛围,传承中华优秀传统文化,1月20日,太原公交三公司开展了“剪出公交情窗花映春联”春节剪窗花原创对联新年愿望活动,以对联为笔,以窗花为纸,书写对未来的美好期许。

活动中,一车队队长李刚介绍了活动内容和窗花的来历,并向职工和家属表达了诚挚的新年祝福。随后,进入精彩的剪纸环节,职工及家属热情地投入到其中,大家积极动手体验剪纸的魅力。在裁、叠、剪等一系列操作后,一张张红纸被剪出各种图案,一幅幅漂亮的窗花逐渐成型。看着自己亲手剪出的窗花,每个人都欣喜不已,沉浸在创作的喜悦中。随后,大家把窗花贴在车厢里,让走

进车厢的乘客感受特别的美丽。

接下来,开展了公交主题的原创对联征集评选活动,大家在车厢里、调度站里诵读着创作的对联,并对优秀作品进行了现场书写。驾驶员刘清心创作的对联获得优秀:“蛇行公交载客忙,人迎新岁话团圆,蛇岁畅行”,他还收获了精美的新年礼物。

活动最后,大家分享各自的新年愿望,有的是个人梦想,有的是家庭愿望,有的是对公司未来发展的美好期待。201路星级驾驶员张旭说:“希望在新的一年里,公司能够多元化发展,节约电耗,为城市可持续发展贡献力量。”

(齐向真)

## 为民创城不停步

本报讯 低血糖危害严重,可能导致意识障碍、心血管疾病、脑损伤、神经功能损伤、激素水平异常等。如何有效避免低血糖的发生,市二院日前发布健康科普知识,提示公众要学会积极应对。

一般来说,低血糖是非糖尿病患者血糖低于2.8mmol/L,糖尿病患者血糖低于3.9mmol/L。出现五种症状就要警惕低血糖了。神经系统的表现包括头晕、头痛、视力模糊等,严重时可能导致昏迷;自主神经系统包括心悸、心跳加速、手脚发冷、颤抖、出汗等症状;血糖代谢症状包括饥饿感、食欲增加,并可能出现恶心、呕吐等症状;神经肌肉症状包括乏力、肌肉抽搐等;全身症状包括面色苍白、四肢冰凉等。

避免低血糖的发生,需要有规律的生活,尽量做到定时定量进餐、避免暴饮暴食和过度节食,还应保证充足的睡眠。在饮食上,要注意食物的种类和摄入量,确保摄入适量的碳水化合物、蛋白质和膳食纤维,同时避免摄入过多的高升糖指数食物。

(张晓丽)

## 各县(市、区)一周主要指标情况

(2025.1.13—2025.1.19)

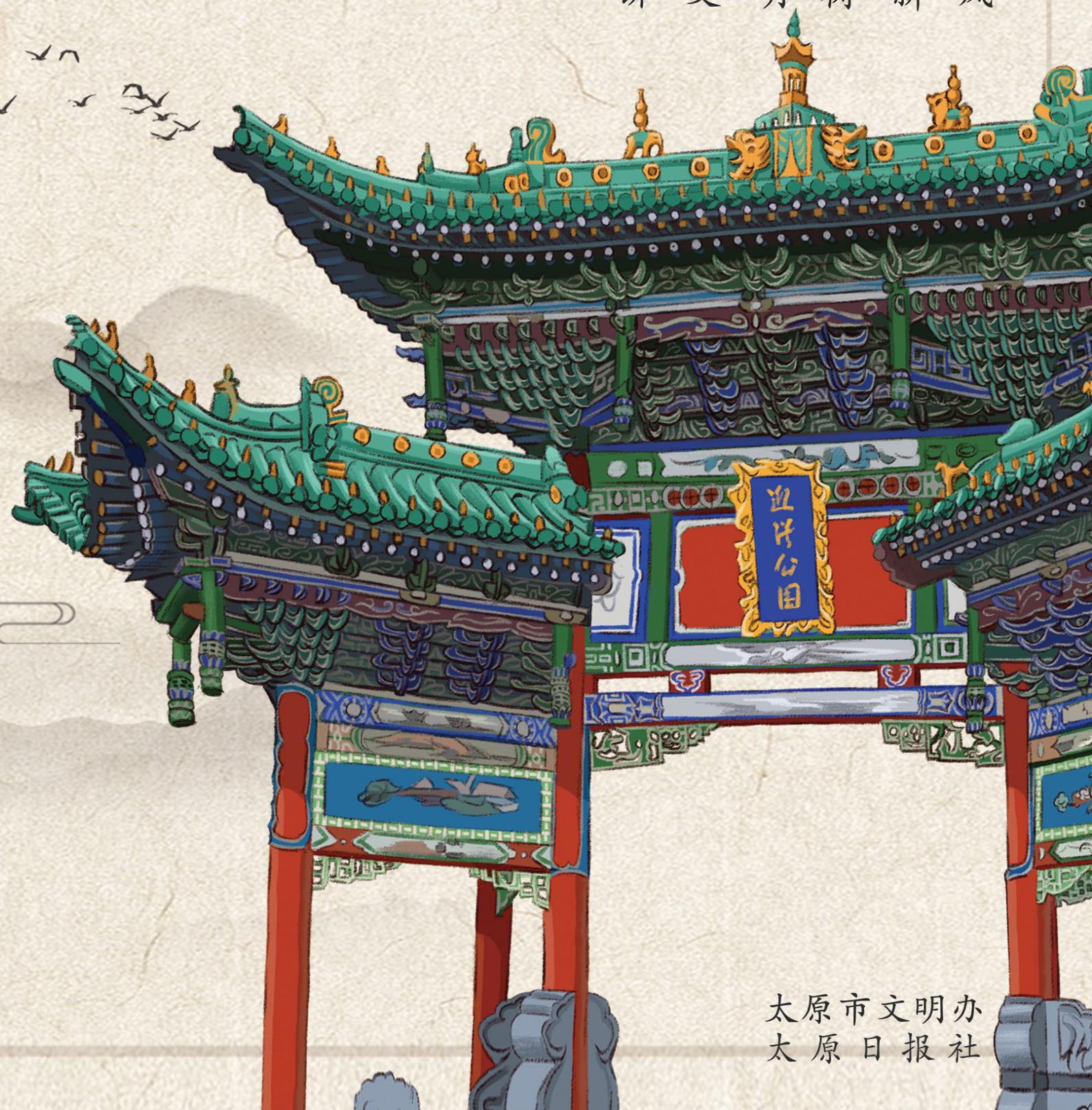
现将上周全市及各县(市、区)、开发区空气质量主要指标通报如下。

县(市、区)	综合指数	PM <sub>2.5</sub> ( $\mu\text{g}/\text{m}^3$ )	PM <sub>10</sub> ( $\mu\text{g}/\text{m}^3$ )	NO <sub>2</sub> ( $\mu\text{g}/\text{m}^3$ )
万柏林区	√	√	√	√
迎泽区	√	√	√	√
娄烦县	2.61	18	63	15
古交市	3.01	19	57	28
阳曲县	3.9	28	68	42
尖草坪区	4.37	34	82	46
综改区	4.39	36	76	48
杏花岭区	4.46	37	81	46
晋源区	4.62	40	85	46
清徐开发区	4.62	43	69	45
中北高新区	4.64	32	79	50
清徐县	4.65	38	85	44
小店区	4.84	43	83	50
太原市	4.57	38	83	47

1.综合指数、PM<sub>2.5</sub>和NO<sub>2</sub>指标排名前两位的标为绿色,排名后两位的标为红色;

2.PM<sub>2.5</sub>平均浓度40(含)以内的标为绿色,超过40的标为红色。

讲 / 文 / 明 / 树 / 新 / 风



太原市文明办  
太原日报社

预防低血糖 生活要规律