

法院资讯

擎旗奋进守初心 警徽闪耀长三角

平湖、嘉善、金山三地法院开展警队党建联建系列活动

第六个中国人民警察节前夕,平湖、嘉善与上海金山三地法院司法警察大队以“毗邻同心齐奋进 文化互鉴铸警魂”为主题,组织开展了跨省市警队党建联建系列活动,以一场跨越地域的初心叩问与使命对话,共同书写长三角司法警察工作高质量发展新篇章。

初心之地:铸牢绝对忠诚的政治品格

一月的江南,红色记忆炽热绵长。三地法警代表首站走进独山港红色转角湾这一平湖境内第一个党组织诞生地。先烈们曾在此秘密开展革命活动,他们坚定理想信念、敢闯敢拼、前赴后继的精神,深深震撼着每一位在场的干警。“这里的一砖一瓦都在诉说着共产党人的信仰。”青年法警感慨地说,“作为新时代人民法院司法警察,我们要把这种跨越省界的红色基因融入血脉。”

随后,大家来到上海金山的初心馆。站在李一湾烈士雕像前,三地法警面向党旗庄严宣誓:“对党忠诚,服务人民,执法公正,纪律严明!”铿锵誓言穿透冬日暖阳,激

荡起守护公平正义的磅礴力量。

协作之桥:汇聚守护平安的法治力量

1月8日,三地警队齐聚上海金山法院,以一场共建签约开启协作新程。上海高院二级巡视员、法警总队总队长王德成,浙江高院法警总队总队长曹国平等领导到会指导,金山区法院党组成员、副院长李琴主持活动。

金山区法院党组成员、政治部主任熊艳蓓受院党组书记、院长余剑委托,代表院党组致辞,向与会领导余三地警队同仁表示热烈欢迎。她表示,此次联建是推动三地司法警务协作向更深层次、更广领域迈进的重要契机,同时提出三点希望:一要党建共联,织密组织建设“一张网”,将党建优势转化为引领队伍建设的核心动能;二要党性共炼,依托毗邻红色资源筑牢忠诚担当“压舱石”;三要党风共抓,拧紧纪律作风“安全阀”,打造清正廉洁的司法警察队伍。

活动中,三地警队队员进行了交流互动。“这次走进初心馆和转角湾,是一次深

刻的思想洗礼。”平湖警队副大队长刘海玮在交流中说,“李一湾烈士舍家为国的赤诚,以及独山港先烈们宁死不屈的壮举,让我们更加坚定了铸牢忠诚警魂的信念。我们将把这些红色故事深度融入队伍思想建设,引导每一位警员把对党忠诚、服务人民融入每一次值庭、押解与安检工作中。”

嘉善警队的沈晨宇从初心、传承与坚持三个方面分享了自己的感悟。“革命先辈用生命诠释忠诚,为我们树立了标杆。”金山法院法警张轩毅在分享体会时说:“作为新时代司法警察,更应将‘司法为民’的宗旨从‘纸面’落到‘地面’,在安检、值庭、执行等每一个环节,既要彰显法律威严,也要传递司法温度。”

联建签约环节,在与会领导的见证下,沪浙毗邻三地法院司法警察大队党支部书记共同签署《结对共建协议》,承诺在党建联建、资源共享、业务共研、文化共建等领域建立常态化机制。这也标志着三地警务协作进入新阶段。

活动中,还举行了跨省市警队特色工

作室文化合作签约仪式。上海法院“颜婷婷文化培育工作室”与浙江法院“屠夏岳(司法警察)影像工作室”携手开展合作,旨在通过新媒体等载体,共同讲好长三角法警故事。

“文化育警如同春风化雨,润物无声却直抵人心。”浙江法院“屠夏岳(司法警察)影像工作室”带头人说,“未来我们希望通过更多跨界合作,让法警形象更加立体、法治精神更加深入人心。”

“这不仅仅是一纸协议的签署,更是两种文化视角的融合,是长三角司法警务文化共同体的一次生动实践。”上海法院“颜婷婷文化培育工作室”带头人说,“一流的警队需要有一流的故事。此次携手,旨在共同书写更宏大、更动人的长三角司法警察故事。”

领导寄语:积极探索跨省域党建联建新路径

浙江高院法警总队总队长曹国平对此次三地警队活动成效给予肯定并提出殷切希望:一要深学细悟固共识,锚定方向铸忠

诚,旗帜鲜明讲政治,深入贯彻习近平法治思想和重要训词精神,筑牢“法警姓党”的思想根基。二要凝心聚力汇众智,筑强平台同心圆,进一步健全制度机制,优化协作架构,一体推进司法警察政治素质、业务素质、职业道德素质建设。三要与时俱进勇创新,扩大品牌影响力,积极探索跨省域警队党建联建工作新路径,推出一批可复制推广的经验做法。

上海高院二级巡视员、法警总队总队长王德成在讲话中擘画了未来合作的新方向:要共建政治忠诚共同体,用好毗邻红色资源,创新“行走的党课”;要共筑警务安全防护网,完善跨区域执行协作机制,实现风险联防联控;要共练敢打必胜硬本领,开展跨区域警务技能比武,培育专家型人才;要共树文化育警新标杆,打造具有长三角辨识度的司法警察文化品牌。

毗邻同心齐奋进,携手共筑忠诚魂。沪浙法院司法警察以党建为引领、以协作为纽带,生动展现了警徽闪耀下公平正义必达的坚定信念与强大力量。

科普之窗

冬季泡温泉要注意些啥?

冬季,泡温泉是不少人青睐的休闲方式。专家提醒,长时间待在温泉、桑拿等高温高湿、通风不良的密闭环境中,可能导致“中暑”,最好注意把控水温、时间和洗浴方式,在驱寒暖身、舒缓压力的同时,规避健康隐患。

中国医科大学附属盛京医院心血管内科主任医师孙志军提醒,泡温泉的时候水温不宜过高,最好控制在38℃-40℃之间;单次浸泡以10-15分钟为宜,起身时应放慢动作,避免因

体位变化导致头晕或跌倒;适当补充水分,避免在温泉池内饮酒、吸烟,降低意外风险。“如果觉得胸闷、心慌、头晕或者直冒冷汗,千万别硬撑,要马上离开水池,到通风的地方休息。症状如果没缓解,一定要及时就医。”孙志军说。

中国医科大学附属盛京医院皮肤科主任医师吴严提醒,冬季洗热水澡、泡温泉需注意保护皮肤,避免损伤皮肤屏障。“水温不宜过高,避免过度去除皮

肤表面的天然皮脂膜;时间不宜过长,长时间处于湿热环境会导致角质层水合过度,进一步削弱皮肤屏障功能,加重干燥瘙痒。”吴严说。

吴严建议,擦干身体后需在皮肤表面尚存微量水分时立即涂抹保湿霜,宜选择含神经酰胺、角鲨烷、透明质酸等成分的产品。皮肤敏感、有湿疹等炎症性皮肤病的患者需谨慎,高温可能加重皮肤损伤,温泉中的矿物质也可能产生刺激。

中国医科大学附属盛京医院中医科主任医师汲泓介绍,科学泡澡可帮助冬藏养生,但要遵循“适度、适时、适人”原则:洗完后立即擦干保暖,忌吹风碰冷水;泡到微微出汗即可;饭后、饥饿、疲劳、酒后不适合泡澡;老年人、婴幼儿、孕妇以及患有糖尿病或心脑血管疾病的人群,体温调节能力相对较差,风险更高;泡澡后可稍坐片刻,饮用温热的生姜红枣茶或淡盐水补充津液。

如何预防阿尔茨海默病?

“阿尔茨海默病的主要症状包括认知功能减退、日常生活能力损害和非认知性神经精神症状三部分。”首都医科大学宣武医院常务副院长、神经内科主任医师唐毅介绍说,如果经常出现一转眼就忘事、做完饭忘记关煤气、话到嘴边想不起来、把东西放在不该放的地方、性格变得暴躁或内向等症状时,需要引起重视,警惕并及时排查阿尔茨海默病。

唐毅介绍说,阿尔茨海默病并非只有老年人才会得,研究表明,每5名确诊

阿尔茨海默病的患者中,有1名患者年龄在60岁以下。不良生活方式、生活压力大、慢性病年轻化等因素,正让越来越多的青年人成为阿尔茨海默病的潜在风险群体。

“针对阿尔茨海默病,建议公众开展‘三级预防’。”唐毅说,第一级预防,是在未患病人群中倡导健康的生活方式,如戒烟限酒、坚持体育锻炼、积极参与社交活动;均衡膳食、控制体重、保持充足睡眠;勤于阅读、思考,保持大脑活跃。同时控制高血压、糖尿病、血脂异

常等慢性病,积极治疗心脑血管疾病、听力受损、视觉障碍等疾病,保护头部,避免脑损伤。

第二级预防,又称“三早预防”,即早发现、早诊断、早治疗。研究表明,阿尔茨海默病的病理生理改变,如β-淀粉样蛋白在脑内的沉积,在出现临床症状的15-20年前就已经开始产生,50岁以上的人群建议进行脑认知健康筛查。如果出现疑似阿尔茨海默病的相关症状,应及时前往医院的记忆门诊就诊。轻度认知障碍阶段是阿尔茨海默

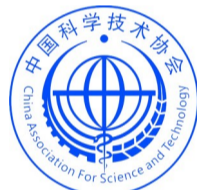
病治疗的“黄金窗口期”,此时患者虽常有记忆减退等表现,但日常生活能力大多不受影响,及时就诊和治疗,包括进行药物及非药物治疗,对于延缓阿尔茨海默病进展具有重要作用。

第三级预防,针对已确诊阿尔茨海默病的患者,预防疾病的进一步发展,包括对症治疗、康复治疗、日常照护等。家属应为患者提供日常生活起居护理、饮食护理、安全护理等,确保照护环境的安全,降低患者跌倒和受伤的可能性,避免出现走失等情况。

中医体质分类与判定 国家标准发布

市场监管总局(国家标准委)近日批准发布《中医体质分类与判定》(GB/T 46939-2025)推荐性国家标准。该标准由国家中医药管理局组织起草,将自4月1日起正式实施。

《中医体质分类与判定》规定了中医9种基本类型的特征、中医体质分类的判定,主要具有三方面特点:一是应用场景全域覆盖。标准适用于医疗、公共卫生、科研、教学及健康产业全领域,为治未病中心、体检机构、基层医疗等提供判定依据。二是体质特征循证革新。根据2009-2024年的最新中医体质研究结果,对平和质、气虚质、阳虚质、阴虚质、痰湿质、湿热质、血瘀质、气郁质和特禀质等中医体质的特征表述,选择了具有较好循证证据的最新结果作为依据,体现了中医体质学最新研究成果。三是确定了体质辨识方法。标准中将复杂专业的体质类别判定通过选取代表不同体质的典型体征问题,并匹配相应的等级计分算法,形成了标准化的判定方法,促进了体质辨识的开展与推广。



平湖市科学技术协会 嘉兴日报社平湖分社 联办

平湖消防慰问救火英雄

近日,市消防救援局、当湖街道等部门相关领导看望慰问了在近期广福园小区的一起火灾中英勇扑救、保护邻里安全的广福园小区居民蒋文其,向其送上鲜花

与慰问品,表达崇高的敬意和诚挚的祝福。

慰问组详细询问了蒋文其的身体恢复情况,高度赞扬了其在危急关头所展现出的无畏勇气与强烈社会责任感,充分发挥了党员的先锋模范作用。在此次救火行动中,蒋文其作为社区党员和小区业委会主任,第一时间敏锐察觉火情,果断报警并有序组织楼内居民疏散,更不顾个人安危,与

物业人员一起挺身而出,手持灭火器冲入火场成功扑灭火源,有效遏制了火势蔓延,保护了整栋楼居民的生命财产安全。

■记者 纪晓岚 通讯员 沈君君

做客广播栏目 宣讲消防知识

近日,市消防救援局相关人员做客FM90.6平湖交通生活广播栏目,与听众共话消防安全。

访谈中,消防人员围绕2025年全市火灾总体形势、春节期间烟花爆竹安全注意事项、民生实事项目推进情况以及冬季火灾防控要点等内容,向广大听众作了详细介绍。其间,栏目组还与部分听众进行了互动,消防人员就群众关心的高层建筑火场逃生要点、家庭防火注意事项、电动自行车充电安全、消防通道治理等问题逐一进行答疑解惑。

此次广播访谈,有效搭建了消防部门与群众的沟通桥梁,进一步普及了消防安全知识,提升了群众的自防自救能力。 ■记者 纪晓岚 通讯员 沈君君

消防安全培训进急救站

为全面加强冬季火灾防控工作,进一步提升辖区医疗机构消防安全管理水平,近日市消防救援局组织人员来到市急救站,开展消防安全培训。

活动期间,宣传人员结合急救站工作环境特殊、设备密集、人员流动频繁等特点,通过典型火灾案例剖析与实操演示相结合的方式,重点讲解了办公区、救护车、医疗设备间等重要

区域的火灾风险隐患及预防措施。同时,现场示范了灭火器、消防栓等常见消防设施的正确使用方法,并组织参训人员进行实操体验。此次培训,有效增强了急救站工

作人员的消防安全意识和自防自救能力,进一步提升了单位应对突发事件的应急处置水平,为筑牢医疗机构消防安全防线奠定了良好基础。 ■记者 纪晓岚 通讯员 沈君君

健康平湖 公益/广告

普及健康卫生知识 倡导健康生活方式

市委市政府健康平湖建设领导小组办公室 宣