



道德讲堂

用嘴说出感谢 用情传递感激 用心表达感动 用行回报感恩

86、父母教，须敬听；父母责，须顺承。

【译文】父母教导我们做人处事的道理，是为了我们好，应该恭敬的聆听。做错了事，父母责备教诫，应当虚心接受。

87、朝起早，夜眠迟；老易至，惜此时。

——《弟子规》

【译文】早上要尽最早起，晚上要晚点睡觉，因为人生的岁月很有限，光阴容易消逝，少年人一转眼就是老年人了，所以我们要珍惜现在宝贵的时光。

88、衣贵洁，不贵华；上循份，下称家。

——《弟子规》

【译文】穿衣服需注重整洁，不必讲究昂贵、名牌、华丽。穿著应考虑自己的身份及场合，更要衡量家中的经济状况，才是持家之道。

89、年方少，勿饮酒；饮酒醉，最为丑。

——《弟子规》

【译文】未成年人不要饮酒，成年人饮酒也不要过量，喝醉酒的人的行为和状态是十分丑陋的。

90、事勿忙，忙多错；勿畏难，勿轻略。

——《弟子规》

【译文】做事不要急急忙忙慌慌张张，因为忙中容易出错，还要畏苦怕难而犹豫退缩，也不可以草率，随便应付了事。

91、用人物，须明求；倘不问，即为偷。

——《弟子规》

【译文】借用别人的物品，一定要事先讲明，请求允许。如果没有事先征求同意，擅自取用就是偷窃的行为。

92、凡出言，信为先；诈与妄，奚可焉。

——《弟子规》

【译文】开口说话，诚信为先，答应他人的事情，一定要遵守承诺，至于欺骗或花言巧语，更不能使用。

93、见未真，勿轻言；知未的，勿轻传。

——《弟子规》

【译文】任何事情在没有看到真相之前，不要轻易发表意见，对事情了解得不够清楚明白时，不可以任意传播，以免造成不良后果。

职工科学素质教育工作

第一节 职工科学素质教育工作的目标任务、主要内容和方法途径

(一) 把职工科学素质教育列入工会参与国家、政府社会政治事务管理的内容

工会通过与政府召开联席会议，利用工会在各级人大、政协的代表提案等渠道，直接反映职工教育中的热点、难点以及具有普遍性的问题。加强与政府有关部门的联系与合作，建立相互发送职工教育的文件资料，加强沟通协调的工作制度，共同研究解决问题的办法和措施。

(二) 把职工科学素质教育纳入企业集体协商、民主管理的内容

主要是通过职工代表大会定期讨论、审议职工教育重大问题，建立集体协商、集

体合同和职工代表监督检查等制度，保证职工教育及有问题的落实和解决。

(三) 办好工会各类职工学校

职工学校坚持为企业发展，为职工学习、为工会建设需要服务的指导思想，以职工和市场需求为导向，大力开展不同层次的文化技术教育，开展各种类型的岗位培训、继续教育和专业技能培训、实践培训。在开班设课、学习安排以及教学方法上，增强适应性，突出实效性，以最大限度地满足不同职工多样化的学习需求。

(四) 开展读书自学、岗位成才、技术创新、岗位练兵、技术比武等群众性学习培训

活动

举办各种类型的技术创新成果比赛。发挥工人技师的作用。组织多种形式的练绝活、传绝招、献技能和技术表演、拜师学技活动。以建设学习型班组为突破口，开展班组达标竞赛活动等。

(五) 配合行政部门开展岗位技能培训活动

职工岗位培训主要由行政业务主管部门负责，工会主要是协助做好组织发动和管理服务等工作。受基层行政委托或在行政力量难以顾及的情况下，工会可采取灵活多样的方法，以短期、业余、自学为

主，组织与企业工作实践有关的现代科学文化知识教育，举办与生产工作实践紧密联系的业务知识培训，开展职业技能、岗位技能和经济技术创新活动，推广应用新技术、新材料、新工艺，提高广大职工的技术技能水平。



工会的工作需要您的参与与支持，如果您有好的建议，请与我们联系。
电话：6523286
邮箱：sxjxsb@126.com

防震抗灾知识专栏 学校人员如何避震



正在上课时，要在教师指挥下迅速抱头、闭眼、躲在各自的课桌下。



震后应当有组织地撤离。



必要时应在室外上课。



在操场或室外时，可原地不动蹲下，双手保护头部。注意避开高大建筑物或危险物。不要回到教室去。

街上行走如何避震



蹲下或趴下，以免摔倒；不要乱跑，避开人多的地方；用书包等保护头部。



避开变压器、电线杆、路灯等。



避开危险物、高耸或悬挂物。



避开高大建筑物或构筑物。



避开其他危险场所，不要随便返回室内。



避开楼房，特别是有玻璃幕墙的建筑。

绛县地震局 宣

政策解读

怀孕前应做哪些检查?

孕前检查应到正规医院进行，如果没有明显的疾病，可以选择下列这些最基本的孕前检查项目：

1、怀孕前三个月进行妇科常规检查(生殖系统)。

此项检查要避开经期，应当在月经刚刚干净的时候检查。

2、TORCH(脱畸全套)

此项检查包括风疹、弓形虫、巨细胞病毒、单纯疱疹病毒、微小病毒五个项目。以防感染这些病毒，引起流产和胎儿畸形。

3、肝、肾功能检查，同时做血糖、胆汁酸等项目，全面了解身体状况。如果女方是肝炎或肾脏病患者，怀孕后易造成胎儿早产，肝炎病毒还可直接传播给孩子。

4、尿常规检查

10个月的孕期对母亲的肾脏系统是一个巨大的考验，身体的代谢增加，会使肾脏的负担加重。

5、口腔检查

孕妇在孕期如果牙齿出现疼痛，盲目用药会对胎儿有所影响。因此，建议有牙病的去医院进行治疗。

6、妇科内分泌、免疫系统检查

内分泌检查包括卵泡促激素、黄体生存激素等6个项目；免疫检查包括抗精子抗体、抗子宫内膜抗体等。

男女都要检查的项目有：

1、ABO溶血。女性血型为O型，丈夫为A型、B型，或者有不明确原因的流产史应做此项检查，判断是否会发生新生儿溶血症。

2、染色体检查。有遗传病家族史的男性或女性、有流产史的女性须做此项检查。

不同年龄段的儿童食用零食该注意什么?

3~5岁儿童吃零食注意要点：

吃零食不影响正餐的食量，睡前半小时避免吃零食；多喝白开水；注意零食的食用安全，避免豆类、坚果类等零食呛入气管。

6~12岁儿童吃零食注意要点：

学习、了解不同零食的营养特点，不要盲目跟随广告选择零食；每天吃零食一般不超过3次；每天吃零食应适量，避免在玩耍时吃；多喝白开水，少吃街头食品。

13~17岁青少年吃零食注意要点：

认识零食的营养特点，学会选择和购买有益健康的零食；根据学习或运动需要，在正餐之间吃适量零食，

但每天食用不要太频繁，在休闲聚会时、电脑电视前，警惕无意识地吃过量零食；不喝含酒精饮料；不要以吃零食的方式来减肥；少吃街头食品。

孩子自控能力差是怎么回事?

1、身心发展不成熟。

孩子神经系统发育不成熟，对于外界的刺激容易兴奋，抵制诱惑的能力差。这就是为什么家长能用一个奇异的玩具或好吃的东西轻易地吸引孩子的注意力。而且孩子认识能力有限，对是非分辨不是特别清楚，所以出现一些冲动、控制能力差的表现是正常的。

2、父母的教育态度。

如果孩子经常出现控制力差的表现，家长就要反思一下自己是否为孩子提供了一个健康的成长环境。很多孩子一出生就成为家庭的“中心”，全家人围着他团团转，要什么给什么，这就让孩子形成了“说一不二”的习惯。孩子做事只凭自己的感觉喜好，不能控制自己的行为。



遗失声明

绛县古绛镇栋梁洁具太阳能超市遗失地税税务登记正、副本，证号：14273119640409481X01，声明作废。

遗失声明

不慎将绛县古绛镇鑫隆通讯城营业执照正本丢失，注册号：1427313004772-1，声明作废。