

# 练兵备战！吕梁消防组织开展地震救援实战拉动演练

本报讯(记者 冯凯治 通讯员 薛文博)近日,吕梁市消防救援支队组织开展地震灾害事故实战拉动演练。此次演练旨在加强和规范地震灾害救援力量体系和能力建设,规范和优化地震救援作战编成,提升全市消防救援队伍“抗大震、抢大险、救大灾”实战能力。

据了解,演练灾情设定为孝义市梧桐镇发生地震,大量建筑因地震导致坍塌,有人员被困。9时30分,支队接到报警后,迅速启动应急预案,调集

轻型地震救援专业队60人奔赴现场实施救援。抵达现场后,演练人员进行科学编组、明确分工,严格落实作战训练安全规程,实行“全实景模拟、全要素指挥、全过程导调、全岗位推演”,共开展了狭小空间地下救援、斜楼搜索、重型支撑套具支撑、木质结构支撑、废墟搜索、绳索斜向下放救援等科目。全体消防救援人员通过应用平时掌握的技能战术,熟练操作装备器材,协同配合、操作精准、分秒必争,科学高效地完

成了各项救援任务。

通过演练,进一步检验了队伍的应急抢险能力和协调作战能力,确保在今后灾害事故救援中,队伍能够第一时间采取正确、快捷、有效的方式方法对被困人员进行施救。

下一步,支队将以此次演练为契机,认真总结经验,深入查找问题短板,完善灾害事故救援方案和处置流程,不断创新练兵新模式,全面提升专业队伍救援能力水平,为维护人民生命财产安全保驾护航。



实战演练现场

## 石楼一中

# 点燃运动激情 展现青春风采

本报讯(记者 王洋 通讯员 李晶晶)金秋送爽,点兵沙场。近日,石楼一中一年一度的秋季运动会迎着飒飒秋风开幕。各年级学生积极参加,驰骋竞技场,挥洒运动汗水,绽放青春风采。

各方阵踏着整齐的步伐,喊着响亮的口号,在激昂的运动员进行曲中,走过主席台,有序入场。裁判员代表、运动员代表先后宣誓,保证大会在公正执裁、公平比赛、文明观赛中赛出友谊,赛出成绩。

赛场上,加油助威声此起彼伏。跑道上挥洒汗水,苍穹下超越自我,选手们紧随发令枪响冲出起跑线,在观众的加油声中奔向终点;乒乓球台前,运动员们使出浑身解数,与对手展开激烈较量;伴随着一次次有力的挥臂,实心球在空中画出一道道美丽的弧线;在

跳大绳和跨栏比赛中,选手们一鼓作气,超越自我,屡创佳绩。志愿者们维护秩序、发令起跑、记录成绩、及时为运动员提供服务。

“虽然站在赛场上很辛苦,但看到运动员们在赛场奋勇争先,我的心里就充满了力量。”闭幕式上,校长郑瑞军勉励全体运动员,把赛场上焕发出的热情、激情与豪情,带到学习与生活中去,披荆斩棘、奋力争先、务实进取、追求卓越。

体育运动是素质教育的一项重要内容。此次秋季运动会的成功举办,集中检验了石楼一中师生体育运动发展水平,让师生在体育运动中享受乐趣,全面推进学校素质教育,发掘储备青少年体育后备人才,丰富全县校园体育文化生活,促进中学生全面健康成长。



开场啦啦操



立定跳远

## 田间地头“走起来” 交通安全“讲起来”

当前正值秋收农忙之际,为切实做好辖区农村道路交通安全管理工作,最大限度地遏制和减少秋收农忙季节道路交通事故的发生,吕梁公安交警结合秋收季节交通安全宣传重点,积极组织警力深入辖区村镇开展交通安全宣传活动,努力营造村村户户话交通、讲安全的浓厚宣传氛围,为秋收时节农村地区筑牢交通安全防线。

冯凯治 摄



## 交口县公安局交警大队

# 开展“小手拉大手·争做文明双池人”主题宣传活动

本报讯(记者 王洋 通讯员 张晓琴)交通安全关系到每一个孩子和家庭的幸福,学生的交通安全离不开学校、家庭、社会的教育和影响,更离不开家长的言传身教。10月18日,交口县公安局交警大队组织民警深入双池第一小学开展“小手拉大手·争做文明双池人”主题宣传活动。

活动中,民警从如何安全走路、骑车、乘车、停车等基本常识入手,向老师、家长、学生进行了讲解分析,让家长明白并认识到在接送孩子过程中,随意横穿马路、不遵守交通信号灯、乱停乱放、超速超员、分心驾驶、酒后驾驶等交通违法行为的危害性。

同时,民警还为学生们展示了常见的交警指挥手势,并通过现场教学带领孩子们学习指挥动作,让他们从小树立小小交通安全员的主人翁意识,在班级、家庭中当起交通安全宣传员,让同学和家长主动杜绝交通违法的发生,发挥“警校家”三方合力,共同营造安全畅通的道路交通环境。希望通过此次的学习,同学们能做好小小交通安全宣传员,带动和监督家长驾车系好安全带,骑行摩托车、电动自行车佩戴好安全头盔,不穿行夹缝,不乱闯马路,不翻越护栏,不酒驾醉驾、更不闯红灯,文明参与交通;不仅是为自己的安全保驾护航,同时也让他人的出行更加顺畅。



民警现场教学

# 「第二课堂」为高校大学生启蒙职业规划

吕梁学院举办首届「生涯体验周」活动

本报讯(记者 康桂芳)“假如生活是一段旅程,你会提前做好攻略吗?假如生活是一场探险,你会探索奋进还是迷失退缩呢?……如果你还没有答案,那不如来参加生涯体验周吧!”10月11日,吕梁学院首届“扬帆起航 指引未来”生涯体验周活动开幕式在逸夫图书馆门口举办,本次生涯体验周活动为期5天,面向全体大一、大二学生。活动现场气氛热烈,同学们参与热情高涨。

“什么是生涯体验周?”“生涯体验周是一项大型的户外式闯关活动,融娱乐与教育为一体,实践性和趣味性较强,希望通过生涯体验活动帮助同学们培养职业生涯规划意识,建立职业生涯规划体系。”学生们第一次听到新颖的词,纷纷积极参与到活动中。在志愿者的耐心引导下,学生们通过一个个关卡。

活动通过设立关卡与完成任务的方式,将职业生涯规划元素分为“自我探索”“外界探索”“生涯决策力”“生涯行动力”四个模块,共设“天生我材”“生涯走马灯”“机会孵化站”等13个关卡,极具开放性、现场性和趣味性。学生从起点活动区领取生涯体验手册,通过直接参与和亲身体验,有针对性地进行自我职业探索和能力拓展。

“本次生涯体验周活动,让我对自身的奋斗目标和职业梦想有了更深入的认识。结合自己的专业,我对未来职业选择有了更明确的方向。”2022级矿业工程系机械电子工程专业王江涛说。

“生涯体验周活动现场体验感很好,之前从未参加过类似的活动,不仅通过游戏环节让我们得到了一定的放松,有一些环节还可以和同学们一起互动,也对我对生涯规划有了一些了解,对我未来职业选择有一些帮助作用。”2023级中文系学生李林东说。

吕梁学院招生就业处负责人表示,生涯体验周是大学生职业生涯规划课程的“第二课堂”,相信通过此次能够帮助同学们尽早树立生涯规划意识,了解生涯规划流程,在大学生涯中做好个人规划,实现人生价值。



体验周活动现场