

夏日游泳安全常识

这些你一定要牢记

炎炎夏日转眼便至

火热的骄阳,蔚蓝的天空,清凉的泳池

又到了游泳的时候! 带上你的行囊

一起去游泳吧

游泳安全要点

1

忌饭前饭后游泳:空腹游泳会影响食欲和消化功能,也会在游泳中发生头昏乏力等意外情况;饱腹游泳亦会影响消化功能,还会产生胃痉挛,甚至呕吐、腹痛现象。

2

忌剧烈运动后游泳:剧烈运动后马上游泳,会使心脏加重负担;体温的急剧下降,会使抵抗力减弱,引起感冒、咽喉炎等。

3

女性忌月经期游泳:月经期间游泳,病菌易进入子宫、输卵管等处,引起感染,导致月经不调、经量过多、经期延长。

4

忌长时间曝晒游泳:长时间曝晒会产生晒斑,或引起急性皮炎,亦称日光灼伤。为防止晒斑的发生,上岸后最好用伞遮阳,或到有树荫的地方休息,或用浴巾在身上保护皮肤,或在身体裸露处涂防晒霜。

5

忌不做准备活动即游泳:水温通常总比体温低,因此,下水前必须做准备活动,否则易导致身体不适感。



溺水自救方略

- 1.对于手脚抽筋者,若是手指抽筋,则可将手握拳,然后用力张开,迅速反复多做几次,直到抽筋消除为止。
- 2.若是小腿或脚趾抽筋,先吸一口气仰浮水上,用抽筋肢体对侧的手握住抽筋肢体的脚趾,并用力向身体方向拉,同时用同侧的手掌压在抽筋肢体的膝盖上,帮助抽筋腿伸直。
- 3.要是大腿抽筋的话,可同样采用拉长抽筋肌肉的办法解决。

溺水急救

溺水是常见的意外,溺水后可引起窒息缺氧,合并心跳停止的称为“溺死”,心跳未停止的则称“近乎溺死”,这一分类以病情和预后估计有重要意义,但救治原则基本相同,因此统称为溺水。急救方法有:

- 1.将伤员抬出水面后,应立即清除其口、鼻腔内的水、泥及污物,用纱布(手帕)裹着手指将伤员舌头拉出口外,解开衣扣、领口,以保持呼吸道通畅,然后抱起伤员的腰腹部,使其背朝上、头下垂进行倒水。或者抱起伤员双腿,将其腹部放在急救者肩上,快步奔跑使积水倒出。或急救者取半跪位,将伤员的腹部放在急救者腿上,使其头部下垂,并用手平压背部进行倒水。
- 2.呼吸停止者应立即进行人工呼吸,心跳停止者应先进行胸外心脏按摩。

耳朵进水处理方法

耳内进水应及时将水排出,最常见的方法是:

- 1.单足跳跃法:患耳向下,借用水的重力作用,使水向下从外耳道流出。
- 2.活动外耳道法:可连续用手掌压迫耳屏或用手指牵拉耳廓;或反复地做张口动作,活动颞颌关节,均可使外耳道皮肤不断上下左右活动或改变水屏障稳定性和压力的平稳,使水向外从外耳道流出。
- 3.外耳道清理法:用干净的细棉签轻轻探入外耳道,一旦接触到水屏障时即可把水吸出。

由于游泳池或河水不干净,污水入耳后引起外耳道皮肤及鼓膜感染,或耳内进水后处理不当,如不洁挖耳等,常可引起以下几种耳病:外耳道炎,外耳道疖肿,耵聍阻塞,鼓膜炎,化脓性中耳炎。如果耳内进水后出现以上症状,应暂时停止游泳,并去医院检查,对症治疗。

拍卖公告

本公司受委托,将于2019年5月28日下午3点在新昌县公共资源交易中心交易厅(2)公开举行拍卖会,现将有关拍卖事项公告如下:

一、拍卖标的概况:(见下表)

二、拍卖方式:

本次拍卖采用无保留价的增价拍卖方式,应价高者得。

三、竞买申请事宜:

1.展示时间:自公告之日起至2019年5月27日止。

2.展示地点:标的物所在地。

3.竞买申请时间:2019年5月27日(上午8:30-11:30,下午2:30-5:00)。

序号	标的物	面积约(m²)	起拍价三年(元)	序号	标的物	面积约(m²)	起拍价三年(元)
1	钟楼南村服务街1号仓库	45.96	21600	9	钟楼南村服务街14号仓库	23.58	12000
2	钟楼南村服务街2、3号仓库	36.79	18000	10	钟楼南村服务街15号仓库	22.66	11000
3	钟楼南村服务街5号仓库	15.96	8000	11	钟楼南村服务街17号仓库	20.54	11000
4	钟楼南村服务街6号仓库	16.11	8500	12	钟楼南村服务街19号仓库	18.5	9000
5	钟楼南村服务街8号仓库	29	14000	13	钟楼南村服务街20号仓库	17.6	9000
6	钟楼南村服务街9号仓库	28.1	14000	14	钟楼南村服务街21号仓库	16.7	8500
7	钟楼南村服务街10号仓库	27.22	13000	15	钟楼南村服务街24号仓库	18.72	9000
8	钟楼南村服务街11号仓库	26.3	13000	16	钟楼南村服务街25号仓库	11.3	8000

备注 1. 权属单位:新昌县市政工程建设管理办公室。2. 拟租赁期限2019年7月1日--2022年6月30日。3. 禁止项目:①博彩;②易燃易爆、有毒气体;③噪声大、污染大;④出售刀、枪等危险性玩具;⑤委托方认为影响周边环境的其他项目;⑥相关部门限制经营的项目(拍卖前竞买人须自行向相关部门咨询)。4. 请竞买人在标的展示期内认真查看房屋,如表述面积有误差的以实际现状为准,不影响本次拍卖结果。

4. 竞买申请地点:新昌县公共资源交易中心(新昌县七星街道江滨西路600号五楼)。

5. 竞买对象及竞买申请手续:具有完全民事行为能力的自然人、独立法人或其他组织。法人或其他组织提出竞买申请时,需携带营业执照复印件、法定代表人有效身份证明原件及身份证复印件(以上资料均加盖公章);自然人提出竞买申请时,需携带有效身份证原件及复印件。如委托他人的,还需提供授权委托书及委托代理人的有效身份证明原件及复印件。竞买申请时须交纳资料会费50元。

6. 竞买人提出竞买申请前须缴纳相应竞买保证金1000元。如需成交多个标的,需缴纳相应的多份保证金。保证金交款人姓名、竞买人姓名必须与拍卖成交人姓名一致。竞买保证金汇入指定账户:

账户名:新昌县公共资源交易中心保证金专户

开户行:浙江新昌农村商业银行股份有限公司(网银转账名称:浙江省农村信用社)

账 号:201000207651188000084

注:竞买保证金必须以银行转账为准,不支持现金缴纳和第三方支付(支付宝、微信等方式)。

公司地址:新昌县三花路2号科技创新服务中心702A室

联系电话:18267550959

绍兴市拍卖商行有限责任公司
二〇一九年五月二十日