

引发森林火灾，须承担刑事责任

全国统一森林火警专用报警电话:12119

警示教育

森林火灾的危害

森林火灾是森林最危险的敌人，也是林业最可怕的灾害，它会给森林带来最有害，具有毁灭性的后果。森林火灾不只是烧毁成片的森林，伤害林内的动物，而且还降低森林的更新能力，引起土壤的贫瘠和破坏森林涵养水源的作用，甚至导致生态环境失去平衡。

森林火灾的种类

根据森林火灾燃烧部位，蔓延速度，受害部位和程度，大致可把森林火灾分为三大类：地表火、树冠火、地下火。

地表火又叫地面火，指沿林地面扩展蔓延，烧毁地被物的火。地表火能烧毁地表1.5米以下的幼苗、幼树、灌木，烧伤乔木树干基部的树皮表层以及靠近地面的根系。林木受害后，能使长势减弱，容易引起病虫害的大量发生，严重影响林木的生长，木材材质变劣，有时甚至造成大片森林枯死。

地表火遇强风或遇针叶幼树群、枯立木或低垂树枝等，火焰烧至树冠上部，并沿着顺风迅速扩展，而成为树冠火。树冠火经常与地表火同时发生，烧遍整个林分的地表的树冠，对森林的破坏性大，扑救比较困难。

地下火一般容易发生在干旱季节的针叶林内，火在林内根系、土壤表层有机质及泥炭层燃烧，蔓延速度慢，温度高，持续时间长，破坏力极强，经过地下火的乔木、灌木的根部烧坏，大量树木枯倒。

引发森林火灾的原因

森林火灾的起因主要有两大类：人为火和自然火。

人为火：生产性火源：农、林、牧业生产用火，林副业生产用火，工矿运输生产用火等；

非生产性火源：如野外吸烟，做饭，烧纸，取暖等。在我市的森林火灾中，因吸烟、烧荒和上坟烧纸引起的火灾占了绝对数量。

自然火：包括雷电火、自燃等。由自然火引起的森林火灾约只占森林火灾总数的1%。

什么是森林防火期

一般把森林容易发生火灾的季节，规定为森林防火期。根据气候特点和森林火灾的发生规律。

森林防火安全常识

全国统一森林火警专用报警电话：12119

注意：报警时要详细说明火灾发生地点，讲清现场火势大小和危险程度，并留下报警人的姓名和联系方式，以便森林消防队员准确找到火场的具体位置。

注意事项

任何一点火种都可能引发不可收拾的森林大火，无论在哪里游玩，不要带火种上山，切不可乱扔烟头，防止引发森林火灾。

1. 烧灰积肥，烧田埂，烧秸秆极易引发火灾造成经济损失和人员伤亡。严禁在林区内上坟烧纸、烧香点烛、燃放鞭炮，请文明祭祀，消除火灾隐患。

2. 车辆进山，要提前检修好车辆，以防车辆漏油引发火灾，为你的自身安全和森林安全负责。

自救措施

1. 发现自己身处森林着火区域，不要惊慌，要判明火势大小、着火时的风向，应当逆风逃生，切不可顺风逃生。

2. 如果被大火包围在半山腰时，要快速向山下跑，切忌往山上跑，通常火势向上蔓延的速度要比人跑得快得多，火头会跑到你的前面。一旦大火扑来的时候，如果你处在下风向，要果断地迎风突破大火包围圈，切忌顺风撤离。如果时间允许，可以主动点火烧掉周围的可燃物，当烧出一片空地后，迅速进入空地卧倒避烟。切不可向山林的危险地形避火，如山谷、鞍部、灌丛等。

3. 在森林火灾中对人身造成的伤害主要来自高温、浓烟和一氧化碳，容易造成热烤中暑、烧伤、窒息或中毒。当烟尘袭来时，用湿毛巾或衣服捂住口鼻迅速躲避。躲避不及时，应选在附近没有可燃物的平地卧地避烟。切不可选择低洼地或坑、洞地带。因为低洼地和坑、洞地带容易沉积烟尘。

4. 在森林火灾中如果衣物不慎着火，要迅速脱下，来不及脱下时，要迅速在地上打滚，防止皮肤烧伤。

刑事责任

引发森林火灾所需担负的刑事责任：犯失火罪，情节较轻的处三年以下有期徒刑；情节严重的处三年以上七年以下有期徒刑。



无待

无所依赖。出自《庄子·逍遥游》。庄子认为，人和事物的存在无法脱离其所处的境遇，因而总会受到各种外在条件的限制和制约，即有所“待”。但人的心灵能够超越其所处的现实境遇，不为外物所束缚、牵累，从而达到一种自由、无碍的境界。这即是心的“无待”状态。

引例：

◎若夫乘天地之正，而御六气之辩，以游无穷者，彼且恶乎待哉！（《庄子·逍遥游》）

如果能顺应天地的法则，驾驭阴阳风雨晦明六气的变化，而悠游于无穷的境域，他还有什么需要依赖的呢！

◎自此以下至于列子，历举年知之大小，各信其一方，未有足以相倾者也。然后统以无待之人，遗彼忘我，冥此群异，异方同得而我无功名。（郭象《庄子注》卷一）

自此以下至于谈到列子之处，依次列举年岁与见识大小不同的角色，他们各自信从自己的认识，不足以相互胜过对方。然后统帅以无待之人，遗忘彼此的分别，暗中统合众多的差异，差异的各方都有所得而不显露功名。

论说

古代文体名称，泛指古代各种论说文体。“论”是就某一理论问题进行深入研讨的文章，“说”指让人接受某一道理、主张的口头或书面说辞。南朝刘勰主张，论说文不要依傍前人成说立论，而应有自己的独立见解，须围绕一种理论、一个主题，依据经典和相关材料，综合概括各家见解，周密、深入地思考分析，得出严谨可靠、圆满通达的结论。而对于以说服人为目的的说辞，则要充满诚意，阐明正理和大义，要善于运用典型事例和美好言辞，增强其说服力与感染力，但不能虚假迎合、欺骗诱导。他还指出，论说者要以独立思考去抵达真理，做到师法自心、有创见，笔锋锐利，持论精密。这些见解成为衡量文章优劣的基本标准和文章写作的重要法则。

引例：

◎凡说之枢要，必使时利而义贞，进有契于成务，退无阻于荣身。自非谲敌，则唯忠与信。（刘勰《文心雕龙·论说》）

对人说理的关键，是一定要抓住有利时机而且道理正当，这样被采纳则有助于成事，不被采纳也无损于自己的声誉。说理不是为了欺骗敌人，因此需要讲求忠实诚信。



惊蛰节气如何养生保健？

惊蛰，是二十四节气中的第三个节气。时间通常为每年的公历3月5日前后。“蛰”就是藏的意思，惊蛰的意思是指天气回暖，春雷始鸣，惊醒了蛰伏于地下冬眠的昆虫，万物复苏。

一、气候特点和人体反应特点

春季的惊蛰时节，是全年气温回升最快的时期。惊蛰分为三候：“一候桃始华，二候仓庚鸣，三候鹰化为鸠。”时至春分，阴阳各半，虽然日照时数明显增加，但是因为冷暖空气交替，天气变化依然频繁，气温波动往往较大，外邪容易入侵人体而致病。

惊蛰时节，人体的阳气尤其肝阳上升，阴血则常偏于不足；同时气血向外运行的过程易引动旧疾，心脑血管疾病、肝病、皮肤病、精神类疾病均易复发。

二、养生原则和方法

根据惊蛰节气自然界气候特点，养生应注意平衡阴阳、益肺健脾疏肝、适度运动。

1. 起居、饮食养生

应坚持“夜卧早起”的起居原则，但作息时间宜大致相当，以顺应自然界的节律变化。防寒保暖，减少出入公共场所，加强室内卫生和通风，尤其应做好呼吸道感染性疾病的预防。运动可选踏青、慢跑、放风筝等较和缓的类型，或可选择易筋经和太极拳等动静结合的传统运动养生法，起到调和阴阳的作用。

调节饮食，保阴潜阳。食物忌偏热偏寒，宜选清淡之品合理搭配，滋阴以固阳，

如春笋、大蒜、大葱、菠菜、芦荟、水萝卜、芹菜、马兰头、荠菜等。若温风过暖，亦可少量食梨。

2. 脏腑、情志养生

惊蛰时节脏腑养生的关键在于平衡阴阳。春阳升发，肝阳易亢，应保持精神愉悦，使肝气顺达。日常生活应时时忌怒，避免肝气太盛，有利于避免高血压、精神疾病、肝病等旧疾复发；肝气旺易克脾土，故须注重健脾助运。此外，尽管此时自然界雨量渐增，但大部分地区气候仍较为干燥，所以调养脏腑还应兼顾润肺。

3. 中药、经络养生

此时可选用健脾润肺、清火解毒功效的中药，比如黄芪、党参、山药、白扁豆、石斛、麦冬、沙参、天冬、野菊花、金银花等，用于烹制药膳或代茶饮。

春季易疲惫困倦，适当的头部按摩可以醒脑、舒缓情绪，按揉合谷、太冲等穴位，可以缓解情绪压力。

生活知识