

济南市国动办将国防知识送进社区 一等功老兵讲述烽火岁月

文/片 记者 张晓燕 史安琪
实习生 张伊然 济南报道

市民如何助力国防？ 学法规、传精神、守岗位

活动伊始，济南市国动办党组成员、正处级领导干部孙慎东致辞，他强调国防动员工作的必要性和重要性。“国防动员工作事关国家安全稳定和发展大局，既是兴国之举，又是强军之策，是国家主权的威慑重器。”孙慎东表示，普及和加强国防教育是全社会的共同责任，参与国防建设是每一个公民的责任和义务。

“当今国际局势复杂多变，我们必须树立危机意识，居安思危。”孙慎东表示，国防动员核心作用在于将国防潜力转化为国防实力。该机制不仅适用于战时应对，更是和平时时代需持续积累的系统工程。

社区是城市治理的“最后一公里”，也是国防动员工作的基础单元。孙慎东表示，面对当今纷繁复杂的国际形势，市民需增强忧患意识，激发奋进力量，共筑国家安全防线，共建和谐美好家园。

孙慎东表示，如今居民们虽不能像军人般直接冲锋陷阵，但可通过多种方式贡献力量，包括积极参与动员建设、学习宣传国防法规和动员知识、传承爱国精神，并在各自岗位上发光发热。



防法规和动员知识、传承爱国精神，并在各自岗位上发光发热。

活动现场设置了互动环节，市民们纷纷参与，共绘“国防长卷”。“我画了一名海军，感谢他们的付出与坚守。”一位女士指着身穿蓝色海军服的画说。其他市民也用绚丽的色彩表达了对国防事业的支持，以及对人民解放军的崇高敬意。

现场还播放了动画科普视频《人防知识小课堂——防空警报和疏散》《人防知识小课堂——人防工程》以及《国防动员知识小课堂——初识国防动员》《国防动员知识小课堂——军事设施保护》等，通过生动的画面和详细的解说，让大家对国防动员知识有了更加深入的了解。

知识小课堂——军事设施保护》等，通过生动的画面和详细的解说，让大家对国防动员知识有了更加深入的了解。

学习识别防空警报 现场体验穿脱防化服

“预先警报，鸣36秒，停24秒，反复3遍为一个周期……”装备演示环节，工作人员运用手摇警报器向市民讲解如何辨别预先警报、空袭警报、解除警报三种防空警报信号。

工作人员向市民演示了防

化服、防毒面具的穿戴方法和技巧。“穿防化服主要有四个步骤——卸、展、穿、戴。卸就是卸下身上携带、佩戴的尖锐物品，以防刺穿、划破防化服……”台下市民听得认真、看得仔细，有人边看边用手机记录。

工作人员讲解结束后，现场一位男士自告奋勇体验穿脱防化服。该市民表示，虽然第一次穿不熟练，但在穿的过程中感受到防化服的重要性，希望大家永远用不到这个技能。

而后，国防动员知识有奖问答环节将现场气氛推向高潮。两轮问答中，市民积极举手抢答，答对的市民不仅获得了精美的小礼品，更在轻松愉快的氛围中加深了对国防动员知识的记忆。

一轮问答中，市民积极举手抢答，答对的市民不仅获得了精美的小礼品，更在轻松愉快的氛围中加深了对国防动员知识的记忆。

“今天我们还邀请到一位特殊的嘉宾，他就是‘退伍不褪色’的一等功获得者张玉宏。”随着主持人话落，张玉宏利落地转身敬礼。这位60岁的老人，声音铿锵有力、目光炯炯有神，为大家讲述了一段他的战斗经历。张玉宏将红色精神传递给在场的每一个人，大家深受触动，仿佛置身于那段峥嵘岁月。

除了国防动员知识，济南市国动办律师赵翼茹还为大家普及了《中华人民共和国民法典》中与人们生活息息相关的法律知识。其讲述的内容涵盖合同纠纷、物权保护、婚姻家庭、遗产继承等方方面面，进一步增强了居民的法治意识和依法维权的能力。

工作人员向现场居民发放了《国防动员知识手册》等宣传材料，并耐心解答大家咨询的问题。

本次活动通过互动体验、知识问答、法律宣讲等形式，为社区居民带来了一场生动的国防教育课和法治课。不仅增强了社区市民的国防意识和法律意识，还营造了关心支持参与国防动员建设的浓厚氛围。“我们要铭记历史，增强忧患意识，珍惜来之不易的幸福生活。”活动现场不少市民发出如此感悟。

选择“亚洲蹲”还是坐马桶，上火车前就能查

如厕并非小事儿，列车上的卫生间蹲坐分布有讲究

记者 李牧青 报道

正值暑期出行高峰，大家在乘坐火车出行时，必不可少的需求就是对身体的“物理放空”。

“永远选择亚洲蹲”“还是坐着舒服”……根据世界厕所组织统计，一个人每天要上6-8次厕所，一年约2500次，算下来人的一生约有3年时间在厕所里度过。如厕可谓“人生大事”，在铁路出行途中，喜欢的姿势加上合适的坑，是再好不过的。

齐鲁晚报·齐鲁壹点记者了解到，随着铁路列车的车型队伍不断壮大，卫生间的“打开方式”也不再单一，蹲便、坐便和无障碍卫生间怎么找，其设置比例如何，有什么设计考量，记者带您一同“探秘”。

布局有规律、车型有差异 蹲便、坐便这样找

有不少旅客如厕时，为了避免皮肤与其接触，常做的事情就是用一卷纸巾在马桶上搭“土木工程”。也有旅客发帖称：“我刚打开了一个坐便卫生间，硬憋回去都不想去。我等了20多分钟后，问了列车员才知道旁边就是蹲便。”

如果您乘坐的是复兴号智



能动车组，便不必“硬憋”。国铁济南局济南客运段列车长董冉介绍，复兴号智能动车组通常每节车厢设有两个卫生间，包括蹲便、坐便和无障碍卫生间（长编8车、短编5车），蹲便、坐便往往挨在一起。

和谐号CRH380BL(B型车)每节车厢同样设有两个卫生间，均为坐便，亦设有无障碍卫生间（长编8车、短编5车）。其中，无障碍卫生间多配备坐便器，设有婴儿护理台和旋转扶手；商务舱卫生间空间较大，相当于两个卫生间合在一起。

普速列车方面，国铁济南局

济南客运段深圳车队党总支书记高大鹏介绍，为了卫生与环保，不少列车也进行了技术升级。普速列车以蹲厕为主，传统直排式厕所暴露在车厢外，仿佛能感觉到“夏天的风”，而集便装置通过密封设计将排泄物与车厢隔离，保持车内清洁。

25G型客车配备的集便装置已实现全密封处理，采用负压吸入技术，污物箱容积有限，需在固定车站安排专人定时吸污。该系统可避免直排式厕所因气流压力不足导致的排泄物外泄问题。其卫生间内亦配有水龙头、衣帽钩、洗面镜、卷纸等，满足旅

客的卫生需求。

设计其实有考量 卫生间类型可提前“研判”

在列车卫生间的设计考量方面，据董冉介绍，有以下三方面：一是卫生习惯。中国乘客普遍偏好蹲厕，因此后期车型（如复兴号）增加了蹲便比例；二是空间利用。蹲厕占用空间较小，适合普通车厢，坐便器则符合商务舱或无障碍需求；三是特殊群体需求。无障碍卫生间兼顾残障人士、母婴群体，采用坐便器并增加辅助设施。

例如，复兴号智能动车组无障碍卫生间多配备坐便器，并设有婴儿护理台和旋转扶手，旅客可以在此为婴儿更换尿不湿（一定要使用固定绑带防止婴儿跌落）。对于旋转扶手，旅客只需轻轻旋转，即可将扶手调高或放下，为自己提供受力支持。

此外，在列车的洗手间内，均配备卫生纸、洗手池、镜子等基础设施。坐便器卫生间则提供一次性坐垫纸，确保卫生，不必再于马桶上搭“土木工程”。铁路部门提示，洗手间内还设有SOS紧急呼叫按钮，用于突发情况求助（注意勿误按）。同时设置烟雾报警器，洗手间内严禁吸烟，否

则会触发报警。

如何提前选择自己所需的卫生间类型？旅客可以在购票时查询车型，部分购票平台或铁路官网会标注列车车型（如CRH380BL、复兴号等），可提前了解该车型的卫生间配置。

旅客也可以查看车厢标识，上车后可通过车厢电子屏或标识确认卫生间类型（如“蹲便”“坐便”“无障碍”）。或是优先选择特定车厢，商务座车厢卫生间空间更大，无障碍卫生间通常位于列车中部。若对卫生间的具体位置或类型不确定，可向列车工作人员询问。

关于销户客户 预收电费清退的公告

尊敬的电力客户：

为保障广大用电客户的合法权益，国网济南供电公司现对销户用户未退款余额进行全面清退。请符合条件的客户持有效身份证明、交费凭证、营业执照等资料前往用电所在辖区内供电营业厅办理退费事宜。

特此公告！
国网济南供电公司
2025年8月1日