



## 多读书, 读好书, 善读书



中天社区推动红色基因、优秀家风家训传承与发展

## 主题党日展示“银发家庭档案”



图为顾祥(右)向居民介绍家庭档案。应婷婷 摄

本报讯(记者 应婷婷)12月25日,罗塘街道中天社区党委开展“‘家庭档案’传家风,汲取力量同奋进”主题党日活动,组织党员参观社区老党员徐佩兰的“家庭档案”,听取其子顾祥协助整理“家庭档案”的经验分享。

据中天社区党委书记王芳介绍,徐佩兰今年90岁,从医生的岗位上退休后,乐当社区志愿者,多次接受社区党组织邀请,分享读书心得、家风家训和努力进取的人生经历。今年,区委老干部局鼓励老干部家庭建家庭档案,这一创新项目带动了首批30户老干部

家庭整理家中的资料。顾祥是机关干部,工作之余喜欢读书写作。自9月份起,他开始协助母亲整理家庭档案。着手整理前,他充分学习规范的家庭档案相关知识和分类方案,了解家庭档案的整理方法。经过3个月整理归案,形成社交、证件、健康、理财、收藏、荣誉等11类42盒卷宗。从自传简历到家庭大事记,从个人文稿到书画作品,从个人体检记录到疫情防控资料……这些家庭档案不仅见证了家庭的变化,也见证了社会变迁。

记者看到,徐佩兰以及家庭成员学习、工作期间获

得的奖励、表彰,还有各自人生关键节点留下的物件,也都被一一搜集在家庭档案中。

“通过建立家庭档案,不仅能记录每一位家庭成员的成长历程,更能时刻提醒我们严格要求自己,为晚辈作表率,传承好家风。”顾祥以《做个生活中的明白人》为题所作的经验分享内容生动、引人入胜。他从整理前遇到的尴尬和惶恐、整理中体会的辛苦与快乐、整理后获得的方便和从容三方面,介绍自己协助母亲整理家庭档案的全过程以及经验和心得,引导大家要做生活中的明白人、让好家风越传越久。

分享结束,顾祥又当起讲解员,为大家详细介绍每盒档案的内容,讲述档案背后的故事。现场的老党员表示:“看到这些档案,听了经验分享,我们也树立了整理家庭档案的信心。”

区委老干部局副局长、离退休干部工委副书记曹春森说,他们将引导“银发家庭档案”走出家庭,到更多的地方展示,带动更多家庭,推动红色基因、优秀家风家训传承与发展。



日前,区水利局妇联开展“传承良好家风,发扬中华民族美德”主题系列宣讲活动,鼓励大家注重家风廉洁传承,汇聚形成崇德向善的精神力量。肖婧 摄



随着年关将近,瓜子、花生、核桃等炒货迎来销售“黄金期”。城区一家炒货店有130多个炒货品种,每天要炒四五十锅,原味、五香、海盐和焦糖等口味深受市民欢迎。丁微 摄

## 患者家属送锦旗 感谢暖心好医生

本报讯(记者 杨雯)“吴主任,代表我爸爸谢谢你啊!”日前,在姜堰中医院十二病区,患者韩友洪家属韩才珍看到外科医生吴鑫彬就迫不及待地将锦旗送给他。韩才珍告诉记者,今年能接父亲回家过个好年,离不开医生的帮助。

患者韩友洪今年82岁,前几天由于高烧腹痛住院,检查发现胆管有一个2厘米左右的结石,但由于患者既

往进行了食管癌手术和胆结石手术,腹腔粘连比较严重,所以要进行胆管结石手术比较棘手。

姜堰中医院胸外科副主任医师吴鑫彬介绍:“这个患者高龄,同时既往腹部有两次手术,胆道损伤可能会多一点。”虽然棘手,但是经过手术团队的精湛操作,成功为老人清除了结石。术后,在医护人员精心照顾下,老人的病情日渐稳

定,恢复良好。

吴鑫彬告诉记者:“患者出院前各项指标检查后已恢复到比较好的状态,因为他长期患有疾病、身体状况比较差,我们准备在门诊给他进行中医特色治疗,使他身体恢复更好的状态。”

在即将出院之际,患者家属特意制作了一面锦旗送给吴鑫彬医生,以表达他们深深的感激之情。

区总工会  
为600名货车司机送御寒物资

本报讯(通讯员 曹昊)日前,区总工会开展2024年新就业形态劳动者温暖服务季——关爱货车司机活动,为全区600名货车司机送上御寒物资。

区总工会相关负责人分别到罗塘街道、开发区、溱潼镇等地开展走访慰问,将御寒物资送到货车司机手中,并与他们亲切交谈。区总工会党组书记、副主席王建宝对货车司机说:“我们工会驿站、司机之家全天候开

放,欢迎各位有空去坐一坐、歇一歇,大家在自身合法权益受到侵害、生活上遇到困难时,可以随时向工会反映,我们第一时间为大家提供帮助。”

据介绍,区总工会将进一步推动货车司机等新就业形态劳动者入会,将更多的新就业形态劳动者吸纳到工会大家庭,持续做好维权服务,常态化开展送温暖、送文化、送法规、送政策等关心关爱活动,全心全意维护他们的合法权益。

姜堰区报刊违规发行举报电话:88109608

## “冬病冬治”正当时 科学选用“三九贴”

本报讯(记者 杨雯)日前,记者在姜堰中医院看到不少市民前来咨询“冬病冬治”相关问题。“冬病冬治”包含许多治疗方式,其中“三九贴”是知名度较高的冬病冬治中药外治法。

进入冬至节气,标志着数九寒天的开始,这段时间寒邪最盛、人体阳气虚弱,是调理身体、预防冬季好发疾病的重要时期。姜堰中医院中医康养科中医师朱引玉说:“所谓三九

贴,是指在进入数九天气时,通过药对人体穴位的温热刺激,温壮元阳,激发经气,促进气血运行,抵御外邪入侵。在冬季最寒冷的这段时间进行‘三九贴’治疗,可以增强机体免疫

功能,减少哮喘、过敏性鼻炎等冬季好发病的发生,也为来年身体健康打下坚实的基础。”

除了“三九贴”外,督脉灸、雷火灸、针灸、拔罐、刮痧、中药熏蒸、中药药浴等外治法也是寒冬季节防病养生的有效手段。朱引玉说:“‘冬病冬治’适宜中

医辨证属阳虚体质的人群,表现为畏寒肢冷、腰膝酸软、冷汗虚喘等。此外,像一些怕冷、冬季反复感冒者,各种遇寒冷则加重的疼痛病症,虚寒体质、免疫力低下的亚健康人群,也适合冬病冬治调理,对增强体质、提高免疫力可起到意想不到的效果。”