

烟火气点亮平原夜经济



本报讯（平原融媒记者 李绪鑫）夜幕降临，华灯初上，龙门楼前的夜市迎来了一天中最热闹的时刻。这边鱿鱼在铁板上翻卷出金黄焦边，那边烤冷面摊主熟练地将一份份烤冷面翻面刷酱，牛羊肉在炭火炙烤中滋滋作响，油脂滴落的瞬间激起阵阵焦香。三五好友围坐在桌前，举杯畅饮，欢笑声和烟火气交织成夜经济的温馨画卷。

夜市经济的繁荣不仅体现在消费端的火热，更体现在夜市经营的规范化升级。平原县根据夜市实际情况，合理调整摊位区域，设置美食区、蔬菜区、百货区等不同功能区域，既保障了食品安全与环境卫生，又提升了商户经营稳定性，形成“商户增收、市民便利”的双赢局面。

随着气温持续攀升，夜间经济活力逐步释放，夜市人流量也大幅增加。目前夜市一条街已有 200 余个摊位，日均客流量达 2000 余人次。为规范夜市经济秩序，平原县综合行政执法局执法大队实行“错时值班”制度，及时解决摊主和群众遇到的各类问题，有效维护夜间市容环境。

平原县第一人民医院——

多彩活动庆祝护士节 向白衣天使致敬

本报讯（平原融媒记者 刘亚飞）5 月 12 日是国际护士节，今年的主题是“关爱护士队伍 守护人民健康”。近日，平原县第一人民医院举行庆祝“5.12”国际护士节表彰大会暨文艺汇演活动，传承南丁格尔精神，树立优秀护士典范。

活动中，医院主要负责人为 2025 年第一季度“优质服务之星”“优秀护士”“优秀带教”“护理专科建设最佳贡献奖”“优秀护士长”等获奖护理人员进行了颁奖，号召全体护理人员立足岗位、对标榜样，用实际行动践行“敬佑生命，救死扶伤，甘于奉献，大爱无疆”的职业精神。

随后，护理同仁们准备了丰富的展演节目，歌伴手语舞《世界赠予我的》、三句半《医院创新发展谱新篇》、诗朗诵《天使之声 生命之光》、情景剧《守护小美满》，以及护士礼仪表演等精彩演出，展现了平原县第一人民医院护理人专业、自信的职业风采。

平原县第一人民医院消化内科护士长张杨表示，“在今后的工作中，我将带领我的护理团队继续以患者为中心、以专业为基石、以创新为动力，在护理质量、人文关怀和学科建设方面不断的进行突破，让每一位来到我们平原县第一人民医院就医的患者感受到有温度的护理。”



穿越千年的生命密码

——读《黄帝内经》有感

加强自身建设 书香润泽平原

“立身以立学为先，立学以读书为本。”——欧阳修。如同世界读书日宣言的那样，无论你是年老还是年轻，无论你是贫穷还是富裕，无论你是患病还是健康，都能享受阅读的乐趣。

在此，平原时报编辑部邀请您，来电来信与我们联系，为大家推介一本好书，分享读书感悟，与我们共同加强自身建设 书香润泽平原。扫描二维码，登陆新华悦购，打开定位为平原新华书店，即可购书。



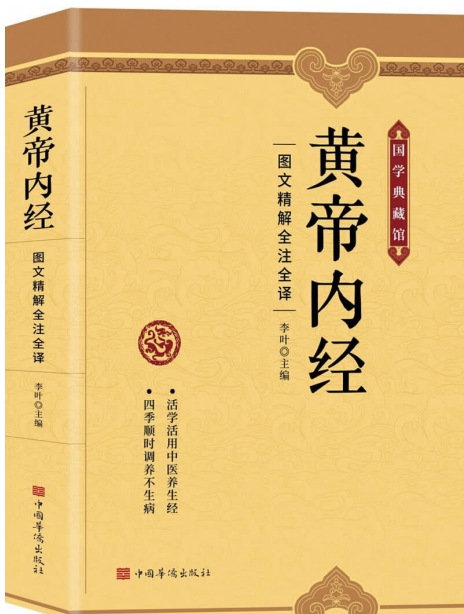
请下载新华悦购 APP
请扫描二维码

自然规律转化为生命指南的思维，恰似一座桥梁，连接着古老智慧与现代生活。

阴阳五行学说在书中并非抽象的哲学概念，而是具象化为诊断治疗的实用工具。“阴静阳躁，阳生阴长，阳杀阴藏”的论述，揭示了生命活动的根本规律；“寒者热之，热者寒之”的治疗原则，展现了刚柔相济的辩证思维。更令人惊叹的是，书中对情志致病的认知——“怒伤肝，喜伤心，思伤脾，忧伤肺，恐伤肾”，将心理状态与生理健康紧密关联，这与现代医学“心身医学”的研究不谋而合。

在“金匱真言論”篇，我读到“夫精者，身之本也”，突然理解古人为何将“保精护神”视为养生核心。现代社会的过度消耗、信息爆炸导致的精神内耗，本质上都是对“精”与“神”的透支。书中“虚邪贼风，避之有时；恬淡虚无，真气从之，精神内守，病安从来”的告诫，犹如一记警钟，提醒我们在物质丰富的时代更要守护内心的宁静。这种对生命本质的洞察，超越了具体的医疗技术，成为指导现代人生活方式的哲学准则。

初读《黄帝内经》，难免会被古奥的文字和陌生的概念阻滞，但随着阅读深入，会发现这部典籍始终在回答一个根本问题：如何做一个完整的人。它教会我们，健康不是指标的达标，而是生命系统的和谐；医学不仅是疾病的对抗，更是对生命的敬畏与呵护。当“中医现代化”成为热



门话题时，书中“谨守病机，各司其属”的精准辨证、“杂合以治，各得其所宜”的综合疗法，依然为现代临床提供着思维启迪。

合上典籍，窗外的月光正应和着“月始生则血气始精，卫气始行”的论述。这部穿越千年的经典，从未真正远离我们的生活——它藏在节气更替时的饮食调整里，蕴含在情绪波动时的自我觉察中，体现在对生命节奏的尊重与顺应上。《黄帝内经》的智慧，犹如中医针灸的银针，刺破时空的迷雾，在现代社会的肌理上找准穴位，让古老的生命智慧重新焕发生机。

读罢此书，我终于明白：中医的魅力不在于包治百病的神话，而在于它构建了一个看待生命、理解健康的独特坐标系。当我们在这个坐标系中找准自己的位置，便能听见身体与自然对话的声音，读懂生命节律的密码。这或许就是《黄帝内经》留给我们最珍贵的遗产——让每个生命都能在天人之道中找到属于自己的平衡与圆满。



新闻资讯

平原县多部门联合开展地震应急演练



本报讯（平原融媒记者 李绪鑫）2025 年 5 月 12 日，在第 17 个全国防灾减灾日到来之际，平原县应急管理局联合平原县商务局、平原德百广场组织开展地震应急演练。活动分为地震应急知识培训、实战疏散演练、模拟营救与伤员救治教学三个环节，超市员工、商户代表共 200 余人参与。

演练前，参与人员通过科普视频和 PPT 讲解的方式，了解了地震成因、预警信号识别及疏散路线规划和次生灾害防范等相关知识。

随着模拟地震警报响起，超市内员工迅速启动应急预案，关闭电源并就近躲避至桌下或承重墙角。随着疏散指令的下达，各区域安全员按预定路线组织人员有序撤离。抵达指定避险场地后，参与演练人员依次报数，发现被困人员后，平原县蓝天救援队进行了模拟营救和伤员救治教学。

平原县应急管理局风险监测和综合减灾股股长蔡连鹏表示，“通过这次商场地震逃生演练，我们充分检验了人员密集场所应急预案的实战性，同时引导广大群众近距离接触应急处置流程，推动群众从‘旁观者’到‘第一响应人’的角色转变。我们将继续完善‘政府主导、社会参与、市场协同’的防灾机制，共同推动商场、学校、企业等重点领域、重点场所建立常态化应急培训制度，‘以练促防、以学赋能’，真正提升全社会防灾减灾救灾能力和水平。”

平原县龙门街道——

打造文化服务体系 丰富居民业余生活

本报讯（平原融媒记者 赵书腾 闫雨晴）文化是一座城市的灵魂，社区则是文化滋养的沃土。平原县莲花池社区积极响应居民对精神文化的多元需求，创新打造“莲心书院”，构建起覆盖全年龄居民的文化服务体系。

走进莲花池社区莲心书院，丰富多彩的文化课程令人目不暇接。社区老年培训课堂上，阅读、书法、剪纸、瑜伽等课程深受老人们喜爱。在温馨的阅读室内，书香弥漫，老人们认真阅读着喜欢的书籍；书法课上，他们手持毛笔，认真临摹，感受着汉字的独特魅力；剪纸课堂上，他们在红纸上挥洒创意，裁剪出形态各异，寓意吉祥的图案，每一幅作品都凝结着老人们的心血和智慧。瑜伽教室里，他们舒展身姿，享受着运动带来的身心愉悦。

正在书院培训的市民安玉静对记者说，“在这里，不仅学到了知识，还陶冶了情操。我还通过学习剪纸和书法，结交了一群志同道合的朋友们，让我们的老年生活更加有意义。”

青年夜校则成为年轻人的“充电站”和“社交圈”。莲花池社区与县团委合作，定期举办各类课程和活动，涵盖职业技能培训、文化艺术鉴赏、创新创业交流等多个领域。大家在这里不仅可以提升自己的综合素质，还能拓展人脉资源，实现自我价值。

夜校学生陈其秀告诉记者，“作为一名职场新人，经过培训，工作效率得到了显著提高。青年夜校为我们提供了一个很好的学习平台，在这里学到了视频拍摄和剪辑技巧，让我能够不断充实自己，更好的适应社会发展的需求。”

社区还通过开展亲子阅读、亲子游戏等活动，让家长和孩子在互动中共同成长。而“阳光花园”服务项目则为孩子们提供了一个安全、舒适的学习托管空间，解决了家长们的后顾之忧。在“阳光花园”里，孩子们在专业老师的指导下，参与各种兴趣活动，度过充实而快乐时光。

学生家长李彦平谈到，“以前最头疼的就是孩子放学后的‘空窗期’。自从社区开了‘阳光花园’托管班，我和爱人肩上的担子轻了一大半。现在孩子写作业效率高了，还交了好几个小区的小伙伴，我们‘阳光花园’既解决了实际困难，又让孩子在阳光里快乐成长。”

为了确保文化服务的高质量和精准性，社区还会定期收集居民的意见和建议，根据居民的需求动态调整课程设置和服务内容。同时，还创新推出了“红色合伙人”制度，积极引入社会力量参与莲心书院的建设和运营，实现了资源共享、优势互补，为居民提供更加丰富多样的文化服务。

为了更好的为群众提供服务，社区还根据每节课堂的主题和需求，精心挑选合适的讲师或阅读分享人担任“主讲人”。这些“主讲人”来自社区、街道、县级文化志愿者队伍等多个领域，他们不仅具备丰富的专业知识和教学经验，还对文化事业充满热情。

莲心书院“主讲人”代表卢国涵对记者说，“我们结合实际案例和居民的生活经验，运用多种教学手段，例如生动讲解、现场演示、互动讨论等，将知识和读书感受深入浅出地传授给社区居民。同时，能够成为社区书院的‘主讲人’，我感到非常荣幸，我希望通过自己的分享，能够让更多的居民爱上阅读，爱上学习，让文化的种子在社区中生根发芽。”

莲心书院负责人邢燕表示，“下一步，我们莲心书院将结合社区居民实际需求，充分调研居民文化兴趣，梳理社区历史民俗等特色，策划主题活动，同时整合各方资源，对内挖掘社区能人，组建文化志愿团队；对外联动博物馆、高校、文化企业，引入优质资源，打造具有特色与活力的文化交流平台，推动社区文化建设高质量发展。”

主办：平原县委宣传部 承办：平原新华书店 平原县融媒体中心