

展示阳光心态 提升生活质量

“阿尔茨海默病日”到来之际我市开展“百人齐做乐动益智操”系列活动

本报讯(记者 李莉雅)9月21日是“世界阿尔茨海默病日”，今年的主题是“立防立治，无问早晚”。为增强公众对阿尔茨海默病的了解，呼吁全社会关爱老年人，9月21日，市卫生健康委、市第八医院、桥西区卫生健康局联合举办了“百人齐做乐动益智操”系列宣传活动。

现场，百名老人齐做乐动益智操，展示健康快乐的阳光心态。老年人代表和医护人员代表还准备了精彩的节目，宣传如何防治阿尔茨海默

病。市第八医院的医生针对相关知识进行了健康科普，帮助老年人进行初步的自我筛查。市第八医院老年科、心理科等多个科室的医护人员为大家提供了义诊和咨询服务，发放了各种科普资料。通过此次活动有效推进了老年情绪与认知障碍的早筛查、早诊治和社区预防宣传，对强化“立防立治，无问早晚”的意识，改善老年人的精神心理健康水平，提高老年群体的心理健康素养起到了积极的促进作用。

随着人口老龄化，阿尔茨海默病患者数量呈上升趋势，病痛影响患者的生活质量，也给社会和家庭带来沉重的经济负担。阿尔茨海默病的早期诊断、治疗与预防越来越受到国家重视和全社会的关注。市卫生健康委有关负责人表示，我市已初步建立起政府主导、部门联动、社会参与的老年心理健康服务网络，组建了“社区—医院”多学科协作团队，开展了一系列老年身心健康促进活动，推进老年情绪与认知障碍的早

筛查、早诊治和社区预防研究，推动老年痴呆防治特色服务工作方案得到有效实施。下一步，他们将进一步加大对老年心理健康的关注程度，引导社会组织、社会工作者、志愿服务工作者等多元主体参与，推动搭建基层治理和社区公共服务平台。同时，积极广泛呼吁社会各界、社区、家庭和个人通力合作，普及老年心理健康知识。通过老年心理健康促进活动的不断推进，不断增强我市老年人的幸福感和获得感。

我市中秋节慰问太行抗战老兵活动启动 上门入户 情暖老兵

本报讯(记者 刘青)9月21日上午，石家庄市2023年中秋节慰问太行抗战老兵活动启动。本次活动由市委文明办、市志愿服务基金会主办，新华区志愿服务联合会、河北992大家帮志愿服务队、新华区新时代文明实践中心、8县(区)志愿服务队组织承办。

据了解，2018年我市启动了“关爱太行抗战老兵”活动，由志愿者组成关爱慰问小组，上门入户看望老兵，详细了解老兵及其家庭实际情况，分类进行一对一

长期帮扶关爱。截至目前，我市组织志愿者走访慰问太行山区8县(区)抗战老英雄8600余人次，开展了重大节日慰问、为老兵过生日、为困难老兵修缮房屋、为老兵捐赠轮椅和其它物资、为老兵留存影像资料等形式多样的公益活动，捐款捐物总价值45万元。参与此活动的爱心单位和公益团队达78个，捐赠和走访慰问的志愿者1100余人，出动爱心车490台，行程近3万公里。

文明教育引导“十大文明行动”

倡导文明养犬 共建宜居家园

本报讯(记者 刘俊科 见习记者 毛宇)为进一步提高广大群众文明养犬意识，树立文明养犬新风尚，营造文明和谐的养犬氛围，9月20日，市公安局新华分局赵陵铺派出所组织民辅警到辖区社区开展文明养犬宣传活动。

活动现场，民辅警通过在社区设置文明养犬宣传标识、发放《养犬管理条例》《文明养犬倡议书》宣传资料等形式，向居民宣传养犬管理条例，普及文明养犬的相关知识。民辅警呼吁大家，在养犬过程中，需要格外注意定期为爱犬进行疫苗

注射和常规体检，对爱犬进行正确的行为训练，避免狂吠等扰民现象。同时，民辅警耐心解答群众如何办理养犬证、注射疫苗等问题，积极引导市民文明养犬、依法养犬。依法养犬、文明养犬，是每一位养犬人的责任和义务。赵陵铺派出所相关负责人表示，通过此次文明养犬宣传活动进一步规范了居民养犬行为，提高了他们的科学养犬意识，引导居民争做文明、自律、有礼的养犬人，有效维护公共秩序，让文明养犬的理念深入人心，共同创造美好和谐宜居的家园。

预防网络沉迷 守护青少年安全

元氏县举办网络安全宣传周校园日活动

本报讯(记者 李莉雅)日前，元氏县多部门联合举办了“2023年国家网络安全宣传周校园日”活动，提升青少年网络安全意识，预防未成年人网络沉迷。

在元氏县第六中学活动现场，志愿者们组织学生们观看了网络安全宣传视频，发放宣传折页200余份，并举办了“网络安全进校园”主题培训，从网络安全的概念到网络安全事件典型案例，从关键信息基础设施认定到常见的网络安全风险和防范技能，从网络安全相关法律法规

到文明上网等，让同学们对网络安全有了全面深刻的理解和认识，提升了网络安全防范意识和预防网络沉迷意识。据了解，网络安全宣传周校园日当天，元氏县各学校开展了形式多样、内容丰富的网络安全宣传教育活动。通过一系列的活动，营造了网络安全人人有责的良好校园氛围，增强了师生文明上网、安全上网、防止网络沉迷等意识，使网络安全教育深入人心，筑牢了校园网络安全屏障。

关爱居民 温暖金秋

荣做家园社区为居民免费维修家电和义诊

本报讯(记者 刘俊科 见习记者 毛宇 通讯员 王聚鑫)中秋佳节前夕，高新区宋营镇荣做家园社区举办“关爱居民 温暖金秋”中秋志愿服务系列活动，为居民开展免费维修家电和医疗义诊活动，用关爱温暖居民，为节日增添幸福。

9月20日，荣做家园社区联合石家庄格力电器志愿服务队在社区开展小家电免费维修活动。卸螺丝、检测、修理、安装……看着一个个原本“罢工”的电器在志愿者手中“重获新生”，居民们脸上露出了满意的笑容。“家里小家电坏了，修的话维修费太贵不划算，毛病不大扔掉又可惜，志愿者能帮我们义务修理，实实在在地解决了我们的困扰。”社区居民王阿姨连连向志愿者点赞。

活动现场，居民们把家里不能正常工作的电热水壶、电饭煲等小家电拿来让志愿者“会诊”，“工匠”们认真查找、仔细分析每一件小家电的故障原因，积极处理检查出的问题。志愿者还耐心地向大家讲解家电使用和保养方法，并针对部分

现场无法修好的电器详细说明损坏原因，提供维修建议。此次活动，让居民家中损坏的小电器重新获得使用价值，受到居民的一致好评。

“阿姨，你这个平时血压怎么样？吃着什么药？”“女士，你身体湿气比较重，平时要多注意锻炼身体。”9月21日，在东湖小区义诊活动现场，石家庄市第四医院妇产医院的医生们亲切温暖地对待每一位前来咨询和问诊的居民。问诊医生们耐心地解答居民关于健康方面的问题，用通俗易懂的语言宣传日常生活中的饮食注意事项和保健知识，引导大家养成良好的健康生活习惯，并结合他们的身体状况给予合理的健康调理建议。“这样的活动真好，在家门口就能简单问诊，不用耗费大力气去医院检查。”前来问诊的曹阿姨高兴地说。

一件件家电维修传递爱心和温暖；一声声“注意身体”表达关切和祝福。荣做家园社区相关负责人表示，将继续用志愿行动，收获居民更多的笑容，描绘幸福美好的画面。

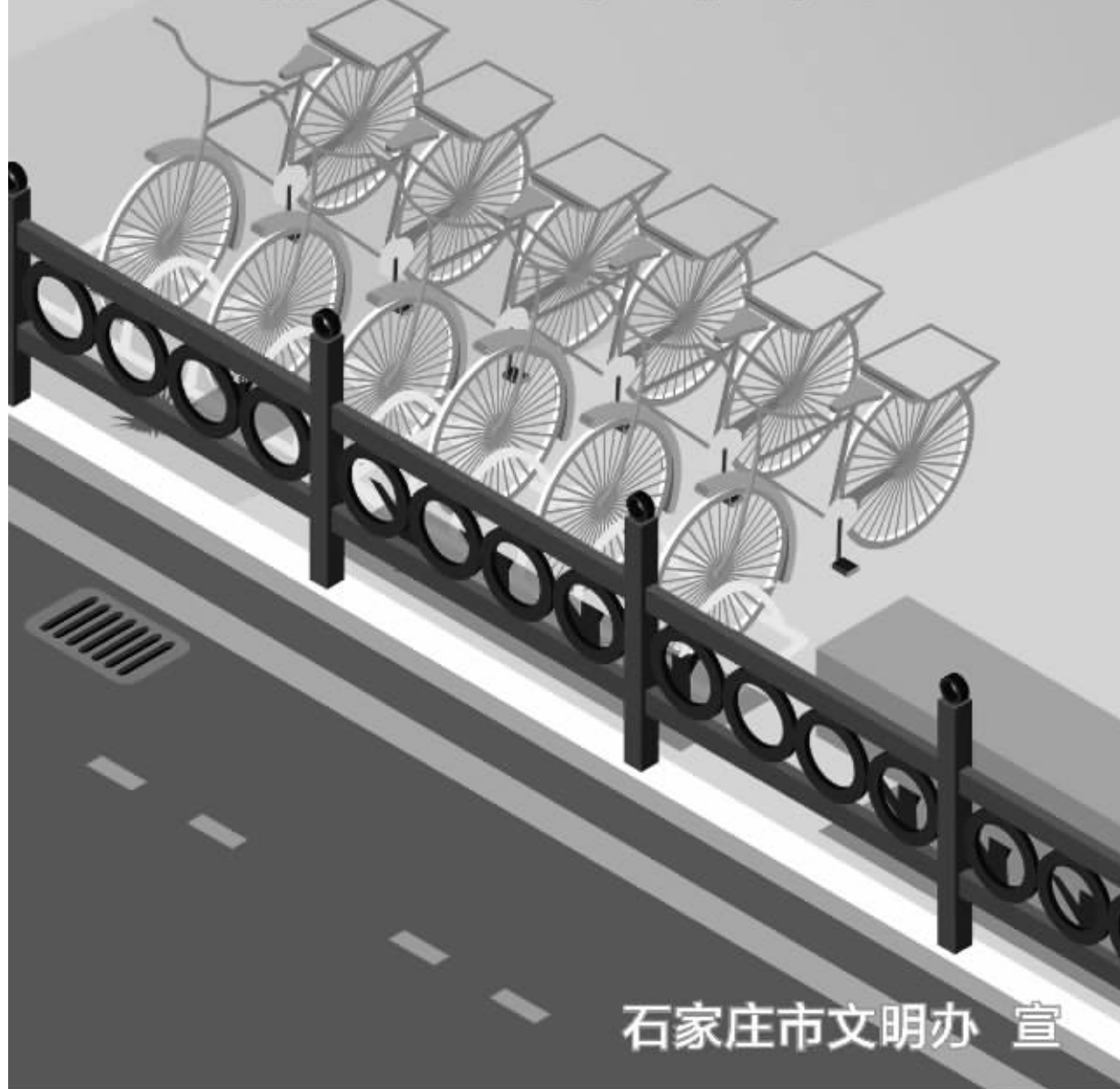
▲图为志愿者维修家电。

▼图为义诊现场。

(荣做家园社区供图)



车辆停放有秩序 出门骑车不着急



石家庄市文明办 宣

减 | 少 | 疾 | 病 | 从 | 小 | 细 | 节 | 开 | 始

宴



席



增强防疫 保护健康

提倡公勺公筷 让宴席更完美

中央文明办 宣