

上饶卫校举行秋季开学典礼暨新生军训启动仪式

本报讯 记者曾萍艳报道:9月6日上午,晴空万里,秋风送爽,上饶卫生学校在新校区操场举行2019年秋季开学典礼暨新生军训启动仪式。区委常委、上饶卫校党委书记许信云出席并讲话,上饶卫校校长汪根发主持,上饶卫校副校长张弛、邱志强、周志刚,纪委书记王青海等出席。来自江西战鹰户外拓展有限公司的43名教官承担了此次新生军训任务。

在雄壮的国歌声中,鲜艳的五星红旗迎着朝阳冉冉升起。全校4200多名学生、360多名教师,胸怀壮志豪情,整齐地集合在学校操场上。站在新起点,面对新征程,全体卫校人在实现梦想的征途上,幸福起航!

许信云在讲话中寄语同学们,要主动适应环境,成为学校的主人;要加强自身学习,争做学习的标兵;要善于互帮互助,争做团结的楷模;要加强体育锻炼,争做身心健康的学生。

教师代表刘丽红作了激情洋溢的发言。她用“放下包袱,积极自信;认准目标,持之以恒;注重当下,付诸行动;百折不挠,柳暗花明”四句话勉励学生。

来自2019级20班的汪姝辰作为新生代表发言。她表达了对军训的渴望,以及战胜困难、敢于拼搏、听从指挥、刻苦训练、团结互助、意志坚强、破茧成蝶的决心和圆满完成军训任务的承诺。

汪根发为本次军训进行授旗并宣布军训启动仪式正式开始,为期一周的新生军训正式拉开帷幕。

区城管委创国卫“大排查”问题交办会议召开

本报讯 饶是禄、记者柯舸报道:9月7日上午,区城管委创国卫“大排查”问题交办会议在市民中心A区6楼多功能会议室召开,区委常委谢华杰主持会议并讲话。

会议通报了近期区城管委办公室、区创国卫工作指挥部办公室组成的联合督查组排查发现的6大类共计407个问题。会议要求问题涉及到的32家责任主体单位、除芦林以外的4个街道,现场交办整改,要求切实加强领导、狠抓责任落实,加大整治工

度,举一反三,确保在9月9日以前把所有问题整改到位。??

会议指出,区城管委在9月10日组织联合督查组进行“回头看”,对推进速度缓慢、问题整改不到位的单位将予以全区通报批评。

会议强调,对于交办的问题必须立立改,不留尾巴,管线单位要加大整改力度,边整改、边排查,防止问题反弹;6大集团公司要进一步压实责任,加大排查力度,加快人行道的修复和提升工作;区教体、城管、公安、

交警、市监等部门要协调配合,联合作战,加强学校及周边环境的整治,同时对上级领导和部门、新闻媒体暗访的问题、本区媒体暗访的问题同步解决,联合督查组在排查过程中也要见事管事、遇事干事,解决动态问题。

永丰、丰溪、下溪、大石街道主要领导,区城管局全体班子成员,二级单位负责人,各街长、各线联络员,区创卫办、住建局、交通局、公安局、市政集团、广投集团、城投集团等单位部门主要负责人参加会议。

我区召开创省级慢性病防控示范区动员会

本报讯 记者张贵华报道:9月6日下午,全区创省级慢性病防控示范区动员会在市民中心五楼会议室召开。副区长王斐出席会议并讲话。

王斐指出,要整合资源,完善组织。建立政府主导、部门协作、专业机构支持、全社会参与的慢性病综合防控工作机制与体制,构建“依托社区平台,面向普通大众,实现综合防控”的全新健康管理模式,营造良好创建氛围;要突出重点,注重实效。要始终坚

持将群众是否满意作为评价标准,规范开展覆盖辖区内的人群慢性病综合监测、干预和评估工作,为群众提供更精准、更高效、更便捷的防控服务,让群众从“创建”中得实惠;要勇于创新,积极探索。要因地制宜、勇于创新,积极探索适合于本地实际的慢性病防控策略、措施和长效管理模式。发挥好中医药在慢性病预防、保健、诊疗、康复中的作用,全面提高居民生活质量和健康水平。

会议还解读了广丰区“三减三健”全面健康生活方式行动实施方案;部署了创省级慢性病防控示范区建设的有关工作。区政府与相关责任单位签订了责任书。



秋季常见疾病预防知识

秋天是寒暑交替的季节,由于气候干燥,冷暖多变,昼夜温差较大,人体一时难以适应,极易发生疾病或诱发旧病复发。为了提高大家的防病意识,增强身体的免疫力,加强人体调节机能,适应多变的气候,确保身体健康,下面给大家介绍几种常见疾病及其防治常识。

一、胃肠道疾病。秋季,人体受到冷空气的刺激,血液中的组胺酸增多,胃酸分泌增加,胃肠发生痉挛性收缩,自身的抵抗力和对气候的适应性下降。此外,由于气候转凉,人们的食欲随之旺盛,使胃肠功能的负担加重,导致胃病的复发。胃病患者除了注意保暖之外,还应当进行适当的体育锻炼,改善胃肠道的血液循环,减少发病机会,并注意膳食合理,要少食多餐,定时定量,戒烟戒酒,以增强胃肠的适应能力。

二、秋燥症。秋季雨少天干,空气中缺乏水分的滋润,人易出现鼻咽干燥、声音嘶哑、干咳少痰、口渴便秘等一系列燥症,俗称“秋燥症”。秋燥不仅使人感觉不舒服,而且还会诱发许多感染性疾病,如感冒、鼻炎等。因此秋天必须养阴防燥,在饮食上宜常喝开水和菜汤,多吃些水果,少吃辣椒、葱、姜、蒜等燥烈之物;起居上要做到早睡早起。早睡以得养阴,早起以得舒肺,呼吸新鲜空气,使机体津液充沛。

三、呼吸道感染。秋天气候多变,早、午、晚及室内外温差较大,呼吸道黏膜不断受到刺激,抵抗力减弱,给病原微生物提供了可乘之机,极易使人伤风感冒。秋季也是慢性气管炎的高发期,它对气候的变化敏感,且适应性差,易因上呼吸道感染而发病。应注意天气变化,及时增减衣服,加强户外活动,增强机体抵抗力。

秋季的饮食调理

按照中医理论与中华养生学,秋季为人体最适宜进补的季节,这既是对夏季损耗的弥补,也是为冬季贮存体能、积蓄能量的需要。秋季进补应选用防燥不腻的平补之品,比如茭白、南瓜、莲子、桂圆、黑芝麻、红枣、核桃、山药、扁豆、银耳、百合等,均可起到滋阴、润肺、养胃、生津的补益作用。

立秋时节的饮食,可少吃姜、葱、辣椒等辛辣食物,多吃酸、咸味食物,如大麦、黑豆、豇豆、鸭子、海带等。

润燥首选莲藕。俗话说:“一夏无病三分虚”,立秋一到,天气虽然早晚凉爽,但白天仍有秋老虎肆虐。这个时候,更要遵循秋季养生八字诀的原则:润燥、补肺、养阴、多酸。荷莲一身宝,秋藕最补人。立秋后空气干燥,人容易烦躁不安。这时要多吃一些清心润燥的食物来消除秋燥,比如梨、甘蔗、银耳、菊花、鸭肉、兔肉等,其中莲藕为首选。莲藕开胃清热、润燥止渴、清心安神。它富含铁、钙等微量元素,植物蛋白质、维生素以及淀粉,有明显益血益气的功效,增加免疫力。莲藕的食用方法“生熟两相宜”,作为水果生吃的,味道甘甜、清凉入肺;和糯米、蜂蜜一起蒸,粉红透明,软糯清润,是秋令美味小菜;和排骨炖汤,健脾开胃、营养丰富,适合脾胃虚弱的人滋补养生。

精神调养方面,应收敛神气,心平气和,忌忧郁恼怒,以适应秋季清肃的气候特征。

(下期刊发《容易引起骨质疏松的八类药物》,敬请关注。)

健康教育



世间不幸断肝肠 公证送爱暖人心

本报讯 周娟报道:近日,杨某(60多岁)在余某(女)陪同下,来到广丰公证处,咨询其子余小某意外死亡赔偿相关公证。

该处工作人员刚接待时,未聊上几句,杨某就泣不成声,母女俩人更是说不清所需办理哪些具体公证事项。经过公证人员耐心劝说、动情地安抚,并与浙江省温州市社保局相关单位进行电话沟通后,才弄清事情原委。

余小某是一名建筑工程师,今年5月,才27岁的他在浙江温州市某工地宿舍内突然死亡。后经当地公安部门调查,排除他杀情况发生。现在,温州市社保局要求他们去办理余小某工伤赔偿相关事宜,并提供亲属关系公证。

在了解到当事人所需办理的公证事项后,决定先受理其申请,同时一次性告知当事人公证时所需提供的相关证明材料,并于第二天派出二名公证员前往杨某

所在的村居,向有关证人调查核实情况后,即为当事人杨某出具用于继承的亲属关系公证书,证明死者的父母、配偶、子女等相关情况。

在公证人员上门核实有关情况时,得知杨某的丈夫在2014年因得癌症去世,为帮其丈夫看病当时就花光了家中所有积蓄。杨某本人也长期生病在家,需长期吃药维持生存,且需要大量医疗费用。其儿子余小某前两年大学毕业后,参加了工作,今年上半年登记结婚,家庭生活可谓刚刚有了起色。苦难的家庭又遭遇飞来横祸,让杨某再次陷入了生活的困境中。

杨某虽不是低保户、贫困户,但生活确实拮据,广丰公证处在充分了解杨某贫困的家庭情况后,报经领导决定,为其提供法律援助,即对公证费用给予了减免。

正所谓世间不幸断肝肠,公证送爱暖人心。

“柚子哥”吴村敬老院走访慰问老人

本报讯 刘仁和报道:秋风送爽,丹桂飘香。中秋前夕,江西光阴名城实业有限公司董事长冯真亮,来到吴村镇敬老院走访慰问老人。

走访当天,冯真亮一行人来到吴村镇敬老院,先后走进老人们的宿舍、餐厅,并同老人们亲切交谈,仔细查看并询问他们的生活情况。走访中,冯真亮为老人们每人送上一份“柚子哥”牌月饼,温暖的笑脸架起了交流的桥梁,敬老院的院子里一片

脉脉温情。老人们一致表示:非常感谢江西光阴名城实业有限公司、广丰区光阴文化促进会为敬老院送来的礼品,我们老人在这个中秋节期间一定过得很幸福,一定会过得很开心。

“为老人献出一点爱心,也是自己的一份孝心”。江西光阴名城实业有限公司、广丰区光阴文化促进会表示会继续开展关爱老人活动,让“尊老、爱老、敬老、助老”的传统美德一代一代传承下去。

江西红源律师事务所全体律师竭诚为您提供优质、高效的法律服务!
主任:陈锡全 手机:13755732888 咨询电话:2619770/2989770

广丰区人民医院
急救电话:96120 2679669
脑外科联系人:林 电话:13979336505
地址:永丰南大道转盘西侧