

南皮县人民医院“医共体”建设出新招——鼓励专家回原籍长期坐诊

本报讯（通讯员刘佳 刘红艳 记者李佳芳）“闺女，给大娘看看，恢复得咋样？”近日，南皮县潞灌镇西唐家务村的王大娘去镇卫生院找医生蔡玮复查。蔡玮是南皮县人民医院心内科专家，潞灌镇人，被派到潞灌卫生院长期坐诊、查房。

鼓励优秀医护人员回乡工作，是南皮县人民医院助力乡村医疗建

设的新探索。为了破解“县级医院一床难求，乡镇卫生院门庭冷落”难题，自2018年起，南皮县人民医院与大浪淀和潞灌卫生院建立紧密型医共体，派县城专家回乡镇坐诊，促进人才下沉、资源下沉。

南皮县人民医院为了让好医护“留下”成为现实，明确了“派驻成员单位执行院长、医师，在平均绩效、奖金基础上提高5%至10%

的比例作为绩效奖励；按照下乡年限给予下乡补助，且职称评定、职级晋升等优先考虑；返聘医护人员，上调返聘工资5%至10%，按照下乡年限给予下乡补助”等政策，充分调动县级医护人员下乡积极性。

不仅如此，南皮县人民医院还先后向两所乡镇卫生院投资520余万元，添置了一系列医疗设备，为

基层首诊和向下转诊提供设备保障。成员单位之间数据共享，结果互认，避免了重复检查，节省了患者就医费用和县内的医保支出。

“医共体”的建设，让百姓得到了实惠。到潞灌卫生院看病的王大娘，儿女都在外地工作，如果到县城医院，她要先骑电动车到凤翔客运站，然后再搭客车，来回得3个多小时。再算上拿号、等号、看

病，得花一天工夫。现在，她到镇卫生院看病只用了十几分钟。“俺拍了片，做了心电图，没有太大毛病，但还需要复查。”王大娘说，如今在镇里就能让专家看病，真是太好了。

截至目前，南皮县人民医院已向乡镇派驻医护人员100余人次，实现多次轮岗，诊治病人9400余人次。

大妈爱时尚 引领制衣潮

胡学敏



“我妈已经不喜欢穿买的衣服了，都自己做，昨天又做了一身。”前些天，邻居张雅琳在朋友圈发了一段视频。视频中，她的母亲穿着一身自己缝制的新衣服——小西装配阔腿裤，芭蕉叶印花的布料垂感和质感都很好。衣服看上去合身又时尚，引来很多人点赞。张雅琳说，这身衣服的布料是母亲在网上买的，才60块钱。

张雅琳的母亲叫孙秀花，今年59岁。孙秀花做得一手好缝纫活儿，人又热情，常帮着邻居们做衣服。渐渐地，她成了运河区嘉禾一方小区“姥姥奶奶圈”的大红人，年轻人也都认识她，亲切地喊她孙姨。在孙秀花的带动下，小区的居民掀起了一波又一波做衣服的潮流。

因为兄弟姐妹多，孙秀花没有上过学，但自学认识了不少字。年轻时，为了补贴家用，她当了裁缝，一做就是几十年。2012年，张雅琳生孩子后，孙秀花就来沧州帮忙带孩子。

“孩子们长得快，你们没必要买那么贵的衣服，不如我给他们做。”孙秀花常对女儿说，自己买好的布料，可着身材做，比买的衣服舒服。

刚开始，缝纫机留在老家南皮。孙秀花抽空就到市区一中前街淘布头。每次回南皮，她都会带回去很多布——给孩子做，给自己做，给老人做，她把自己对家人的爱缝进衣服中。2018年，因为女儿生了二宝，孙秀花干脆让女婿把缝纫机给拉到了沧州。

孙秀花不光手巧，做的活细致，还紧跟时尚潮流。夏天的时候，她常穿着不同花色款式的长裙在小区遛娃儿。大家看着裙子漂亮，都问她在哪里买的。每当这时，孙秀花总是自豪地说：“我自己做的，没花几个钱。”孙秀花还常和小区里几位奶奶姥姥一起跳舞，为了跳起来更好看，她们一起去一中前街买来红丝绒的布料，由孙秀花“操刀”，给每人做了一条长裙。

在电视、抖音、快手上看到新款式，孙秀花总能自己制版做出来。流行插肩卫衣，她就给外孙们一人做了一件。一位邻居看中一条几百块钱的阔腿裤，孙秀花说：“你买块布，我给你做，绝对花不了100块钱。”后来，那位邻居真拿着布料来找她给做了条同款裤子，穿出去后，大家都说跟商场买的一样。

奶奶姥姥们看孙秀花做的衣服好看，也想找她做，但不知道怎么挑布头。孙秀花就带着大家一起去挑选，什么布料做成什么款式、适合什么样的身材，她都给出中肯的意见，回来再帮大家测量制作。

孙秀花还擅长把旧衣物改成新款式。女儿穿的旧牛仔褲，经她一改，就成了一条时尚的儿童背带裤；一件成人大衣，她给剪几刀，再缝一下，就成了孩子的斗篷；孩子用小的被单、小褥子，她裁剪缝制后，就成了马甲、家居服……

没事的时候，孙秀花喜欢看直播，发现好布料就果断下单。“不管是帮别人做衣服还是给自己做，我妈都觉得开心，有成就感。她喜欢就好，我们现在都支持她。”张雅琳说，在母亲的影响下，自己也喜欢淘布料了。小区里一些老人也说，要和孙秀花一起做时髦的姥姥奶奶。



给双胞胎兄弟当“爸爸”

贾世峰

在沧州市区北郊的一个村庄，有一对双胞胎兄弟。小哥儿俩父母早年离婚，母亲离开了他们，父亲精神失常，生活特别困难。是博爱人生志愿者们“蓝颜”像爸爸一样照顾他们，才使得双胞胎兄弟感受到了家的温暖。

事情还得从2016年夏天说起。一次访问中，“蓝颜”看到双胞胎兄弟家里两间房子破败不堪，小哥儿俩与腿有残疾的爷爷生活在村西头的一间小板房里。虽然有低保，但一家人的生活依然非常艰苦。于是，“蓝颜”决定伸出援手，每月定期给孩子生活费，买衣服、鞋子和学习用品。多年如一日，在生活学习上照顾他们。

在“蓝颜”的关爱下，小哥儿俩努力学习，考入了沧州市第二中学。2019年，哥儿俩高考，报考志愿也是“蓝颜”帮孩子决定的；报考河北公安警察职业学院。最终两个孩子都被成功录取。“在学院里，孩子的吃穿不用发愁了，而且毕业后就能找到工作，解决家里的困难，不再过苦日子。”“蓝颜”说。孩子入学后，“蓝颜”增加了对两兄弟的补贴，每个月定期给两孩子打1000元的生活费。

寒暑假期间，哥儿俩在志愿者的帮助下，在市中心医院的餐厅勤工俭学，补贴家用。哥儿俩的礼貌和勤劳同样赢得了餐厅叔叔阿姨和医护人员的喜欢。“蓝颜”说，两个孩子在学院表现也非常出色，都是班干部，都获得了奖学金，而且都是入党积极分子。

“明年他们哥儿俩警校毕业，就能参加工作了。”“蓝颜”说。让“蓝颜”高兴的不只这一件事——兄弟俩的父亲病情已明显好转，两间旧房也列入了拆迁范围，这家人的好日子就要到来了。



曹广欣 13833726801
贾世峰 18633723378
周洋 15373303138
韩学敏 13303177581
胡学敏 13303177569
邢程 18403078228
李佳芳 13315793900
孙杰 18631707181
李智力 18211153012

欢迎提供新闻线索

老年健身队 舞出乐与美

本报记者 孙杰 本报通讯员 孙淑娟

在沧州市名人植物园，活跃着这样一群老人——男士衬衣西裤打领带、女士红黄长裙随风摆，伴着悠扬的旋律快乐舞蹈。他们来自“名人健身队”，平时在那里表演交谊舞。

组建“名人健身队”

发起人张跃奎家住运河区棉纺社区，今年70岁，之前从事教育工作。2011年，退休后的张跃奎想做点健身活动。他从网上找到了适合中老年人的“佳木斯快乐舞步健身操”，每天早晚到名人植物园练习。公园里无法播放视频，张跃奎就让儿女帮他下载下来，然后再把视频转化成音频。

看见张跃奎练得起劲，有感兴趣的老人会停下来看看、聊聊或者跟着活动几下。没几天工夫，就有六七位老人每天固定跟着练。渐渐地，练健身操的人越来越多。

2012年，固定练习的人员达到了100人。“咱组个队儿吧！”大家纷纷提议。教师出身的张跃奎做起事来十分认真，他写了一份报告，

把健身队的成员、活动时间、活动内容等写得清清楚楚。他拿着报告来到相关部门，得到了审批。就这样，2012年5月1日，健身队正式成立，因为每天在名人植物园锻炼，就叫“名人健身队”。

“大家庭”里故事多

“公园附近小李庄、大王庄的村民来锻炼时还给我带菜，我的电动车里常年有他们摘的新鲜菜。”张跃奎说，大家聚在一起锻炼，收获着快乐和健康，相处得就像一家人。健身队成员基本都是老人，经常有得病住院的。张跃奎只要知道了，都会买上东西去看望。

刘大爷和李大爷是邻居，早年闹了点矛盾，平时见面互不理睬。两人凑巧都在健身队锻炼，张跃奎得知此事后，多次给两人说和，还让他们俩合作演出。现在，俩人矛盾化解了，老远见面就打招呼。

还有一次锻炼完后，张跃奎照例收拾东西离开。“那天，我出来就看见道中间有个东西闪闪发光，走



张跃奎（右一）和老伴儿率队参加表演

进一看是个大金镯子。”因为当时天还没大亮，周围没什么人，肯定是健身队成员掉的。张跃奎把捡到金镯子的事儿发到健身群里，让丢的人找他认领。失主是赵庄子北队的赵秀娥，她拿到自己丢失的金镯子，连连向张跃奎致谢。

“健身队可帮了我大忙了。”刘大姐说。原来，她的老伴儿老杨退休后，下午打麻将，晚上喝酒，第二天又睡到中午。刘大姐多次劝说无果。张跃奎了解到，老杨年轻时也跳过交谊舞，就请他跟大家一块跳舞。起初，老杨万般拒绝。

“你来看看上百个同龄人在一块跳是什么样，试一试。”结果，跳了不到一个月，老杨就跳舞上了瘾，主动戒了酒。

携手登上大舞台

2014年，健身队成员超过700人。张跃奎想让健身队得到更规范的管理，让老人们的技能更上一层楼。于是，他找到了棉纺社区党委书记孙淑娟。多次商量后，大家决定把成员按兴趣和特长进行分组，组成几个表演队。棉纺社区特意购置了鼓、锣、镲，服装、头饰等，分出来一支秧歌队，交谊舞队、广场舞队、歌咏队等也陆续建立起来。为了提升表演水平，孙淑娟还经常从运河区文化馆请来老师，给队员们做指导。

“名人健身队”积极参加各地的演出、慰问活动，登上了更广阔的舞台。秧歌队每年春节、元宵节期间，都深入社区、乡村进行慰问演出。2015年8月，“名人健身队”自己举办了800多人参加的“全民健身日活动展演”。2017年9月，他们在沧州市体育局举办的“魅力沧州



张跃奎（右一）和老伴儿率队参加表演

姜容樵：致力于挖掘武术文化遗产

姜容樵(1892—1973年)，原名先杰，字光武，沧州城东八里屯人。姜容樵出身武术世家，曾祖父姜廷举为秘宗拳大师。姜容樵幼时读私塾并从叔父德泰(武进士)、姑夫陈玉山习练“铁腿”，得传行侠暗器等，10多岁便与叔父挟技走天下。1909年，他投师张占魁专习形意、八卦拳术。

1911年，姜容樵在津浦铁路局任职期间，始授武技，后在江苏

省第十中学任教。他在上海与李芳辰、徐静仁诸先生各捐私资创办尚武进德会，他自任会长。在传播武技的同时，还致力于编撰出版尚武丛书，出版《当代武侠奇人传》(12册)。

1928年，中央国术馆成立，姜容樵应聘任编审处处长，主编《国术月刊》《国术旬刊》和《国术统一月刊》，并教授拳械。1937年，姜容樵与徐志一、马步周于沪组建“健康实验社”，主张“国术强身，以技击敌”，深研拳论。

抗日战争全面爆发后，姜容樵离馆赴皖南任教数年，担任文学、历史讲师。同时，他收徒传授武技，并送子参加新四军。后来，他

定居上海，致力于整理旧文、撰述新著。1953年，他应邀任全国民族形式体育表演大会武术总裁判。1955年，姜容樵因病双目失明，仍口述手划授徒传艺，曾应上海市体育宫邀请，由学生搀扶，上场表演八卦掌。

姜容樵研习武术，终日不倦，著作颇丰。著有《八卦掌》《形意母拳》《形意杂式捶八式拳合刊》《太极拳术讲义》《秘宗拳》《太师虎尾鞭》《太师水磨鞭》《鞭枪大战》《昆吾剑》《青萍剑》《少林棍法》《八卦奇门枪》以及《当代武人奇侠传》等28部，为武术文化遗产的发掘、继承和发展作出了贡献。

姜容樵一生热心、从事、倡导



武术，文武兼通，为挖掘整理、继承发扬祖国的民族文化瑰宝而鞠躬尽瘁。他实践了自己的身前诺言：“在提倡武术，发掘整理武术事业上，我要不遗余力，只要一息尚存，努力不已。”

曹广欣 周娜 整理

