

省基层医疗卫生机构特色专科名单公布 我市两家卫生院上榜

本报讯(记者贾世峰 通讯员彭锦帅)日前,河北省卫生健康委公布了全省基层医疗卫生机构特色专科名单,我市献县陈庄中心卫生院中医科和西城中心卫生院精神科两家基层卫生院专科通过验收,榜上有名。

据介绍,陈庄中心卫生院将门诊楼二楼专门用于中医“国医堂”建设,设置了中医诊室、中医理疗室等科室,设备配置齐全,人员配备健全,能够开展中药汤剂、针灸、推拿、电疗、刮痧、熏蒸、拔罐及牵引按摩等基本中医理疗项目,开展常见疾病的诊治与调理,开展脑梗塞后遗症、颈肩腰腿疼等多种疾病的中医康复治疗,受到当地群众的欢迎。

西城中心卫生院精神科成立于1986年,成立30余年,辐射周围河间市、肃宁县、泊头市、沧县等地,因技术专业服务能力强及医疗特色,在当地乃至周边县市有一定影响力。

市总工会开展 职工心理健康知识讲座

本报讯(记者孙杰 通讯员田文举 刘建建)近日,国家二级心理咨询师刘立京来到沧州公交集团,为职工带来了以“情绪管理、放松减压”为主题的心理健康知识讲座。这是市总工会开展的13场“新征程·心健康”职工心理健康知识讲座进基层的首场讲座。

“我的优点是做事可以不厌其烦;他的优点是做事效率高,应对突发事件沉着冷静。”在活动现场,刘立京组织大家发起了一场“互夸”游戏,二人一组说出自己和对方的优点。在老师的鼓励下,职工从无法开口到欣然接受,再到主动赞美,游戏让大家都放松了下来。随后,他用数据向职工讲述了心理健康的重要性,引导大家主动发现自己的心理问题,敢于直面负面情绪并进行有效化解。

“通过游戏,可以帮助大家建立自信,客观全面地评价自己、认识自己。积极的自我认知和向上的生活态度,是战胜压力的一把‘金钥匙’。”刘立京说。职工纷纷表示,这次讲座进一步强化了自身的心理健康意识,增强了自我保健的主动性。

据了解,市总工会请心理健康专家走进企事业单位,为职工有针对性地讲解心理知识,增强了广大职工心理健康素质,提高了心理调适能力。

学生变身环保小卫士 任丘采一小学 两年回收42万个牛奶盒

本报讯(记者胡学敏)“我这次攒了200个。”“我攒了300个呢!”……2月17日上午,任丘市华北油田采一小学大课间,学生们纷纷拿着一兜兜牛奶盒来到操场上,投放到指定位置。

“我们开展牛奶盒回收活动两年多,到现在累计回收了42万个牛奶盒。学校把这些牛奶盒送到专业的处理机构处理,实现资源循环利用。”采一小负责这项活动的老师刘彦英介绍。

采一小学于2020年底加入了“我们集‘盒’保护地球”环保行动,号召学生参与以牛奶盒为主的“纸基复合包装”回收。为了提高学生收集牛奶盒的积极性,学校对学生集“盒”的数量进行统计,每达到100个可以兑换牛奶盒再生的卫生纸,也可以换取参加研学活动的机会。

“同学们参与活动全凭自愿,通过集‘盒’还能参与我们开展的参观气象局、垃圾焚烧发电厂,藕塘生物观察等研学活动,大家积极性非常高。”刘彦英说,孩子们通过牛奶盒回收,有机会参与智能回收设备场景实验,加深了对垃圾回收再利用的认识。

据悉,去年9月,采一小学被中国生物多样性保护与绿色发展基金会授予“低碳工坊”称号。

南皮多肉种植户段秋波—— 直播送技术 寄养送服务

本报记者 李佳芳 本报通讯员 何雪

“大家看看,这是什么花?太阳花?菊花?都不对哦!这是法师奶白多肉,是一位朋友寄养在我这儿的……”日前,在南皮县西环一家多肉植物养护大棚内,段秋波开始了直播。她的周围是一盆盆多肉植物环绕,俨然置身于一个“多肉花园”。

今年42岁的段秋波,家住冯家口镇常庄村。7年前,她多方筹措资金,投资近30万元,盖起了大棚,养起了多肉。段秋波说,养多肉的这些年,她认识了很多人,有“花友”在养多肉植物的过程中遇到了问题,比如,有人长时间出门,没办法照顾多肉;有人回家后不懂怎么养,把多肉养残了。他们就找到段秋波,段秋波免费提供寄养服务,养好后再交还他们。

还有一些“花友”,在其他店买了多肉,自己养不好,段秋波也会伸出援手。“我直播时展示的法师奶白多肉,是流浪浪乡的李女士带来的。她父亲在集市上买

的,养了一段时间,发现叶子脱落、发焉。她知道我这儿,就让我帮忙。经过修根、换土、打药,看,现在长得多好!”段秋波说,植物和人一样,是有生命的,它们也会生病。把它们治好那一刻,心里非常自豪。

每株多肉植物,段秋波都精心照管。她会仔细观察多肉的状态,把温度、湿度、光照、浇水时间等数据详细记录下来。发现有黑腐、烂根、蚜虫、蚧壳虫等病虫害问题,就抓住一切机会给“花友”补知识,在抖音、快手、微博、微信等平台与“花友”探讨种植技术,教他们怎样把多肉养出好的形态、好看的颜色。

今年2月,段秋波搞起了网络直播。直播间里,她热情地给粉丝普及养护多肉植物的专业知识,并对粉丝提出的问题答疑解惑。有外地客户在直播间买了多肉植物,但所在地区比较冷,怕植物途中冻伤。段秋波不会盲目发货,而是主动提出免费寄养。之后,段秋波通过直播、微信视频等方式,让客户了解植物的情况,等到天气暖和时,再把多肉寄过去。

在段秋波的直播间,时不时会弹出“花友”的留言。有人



段秋波网上直播多肉植物管护知识

说,自己生病住院了,没精力照管多肉,看到段秋波把多肉养得这么好,心情好了很多;有人说,“多肉花园”是自己排解孤独的空间,通过和大家学习交流多肉养护知识,缓解了压力……

“在照顾多肉的过程中,我

得到了快乐,也希望买家看到茁壮生长的多肉植物,生活更有力量。”段秋波说,今年,她准备扩大规模,再建3个种植大棚,培育更多的多肉,同时帮助更多“花友”解除后顾之忧。



近年来,我市不断推进书香城市建设,通过各种活动载体鼓励全民阅读,尤其是各级图书馆、书吧,已经成为广大青少年节假日期间的主要活动场所之一。

周洋摄

每个人都是自己健康的第一责任人

目前,我国整体新冠感染疫情已进入低流行水平,但新冠病毒并没有消失,本土仍存在一定数量的散发病例。为了您和家人的健康,还是不能掉以轻心。专家提醒,每个人都是自己健康的第一责任人,坚持戴口罩、勤洗手、常通风的好习惯,日常生活和工作中,注意呼吸道礼仪,保持1米以上社交距离。

如果您和家人正值新冠感染状态请注意:未合并严重基础疾病的无症状感染者、轻型病例可采取居家自我照护,其他病例应及时到医疗机构就诊。居家期

间,尽可能待在通风较好、相对独立的房间,减少与同住人员近距离接触。非必要不外出,避免前往人群密集的公共场所,不参加聚集性活动。要做好居室台面、门把手、电灯开关等接触频繁部位及浴室、卫生间等共用区域的清洁和消毒。自觉收集、消毒、包装、封存和投放生活垃圾。

如果您和家人“阳康”或“未阳”请注意:应根据气温变化适时增减衣物,平时规律作息,保证充足睡眠,合理膳食,保持情绪稳定和身心愉悦,有利

于提高自身免疫力,抵抗多种病毒。家庭环境应以清洁为主,预防性消毒为辅。在天气晴朗、室外温湿度适宜的情况下多开窗通风,每天可通风2至3次,每次20至30分钟。在护理老人、儿童和病人前,触摸口、鼻和眼睛后,外出回家后,护理病人后,咳嗽或打喷嚏后,接触快递后,要注意手部卫生,勤洗手。在乘坐公共交通工具或在人员密集、通风不好的公共场所时,应坚持佩戴口罩。特别是在排队、付款、交谈、

参观、购物等场景下,要规范佩戴口罩。注意咳嗽礼仪。咳嗽打喷嚏时,要用纸巾捂住口鼻,无纸巾时用手肘代替,注意纸巾不要乱丢。两类“未阳”人群需尽快接种疫苗,一是没有进行过序贯疫苗接种的人群,尤其是老年人和有基础性疾病的患者;二是儿童,特别是刚满3周岁尚未接种疫苗的儿童,这类人群务必加紧接种。

韩学敏 整理

疫情防控科普知识

一场特殊的婚礼

邢程 付瑞枝

2月18日,在盐山县常庄乡陈营村新时代文明实践站,举办了一场特殊的婚礼。没有豪华的迎亲车队,在村里秧歌队大秧歌的陪伴下,新娘子身着红装,步行而来。

新郎付海龙是陈营村走出的高材生,硕士毕业后在武汉工作。新娘赵岑是湖北孝感人,硕士毕业后同付海龙一样在武汉工作,两人结识后情投意合。谈婚论嫁时,赵岑了解到常庄乡是盐山县开展移风易俗的试点乡,主动提出“不要彩礼要幸福”,这个想法得到了双方父母的认可。

常庄乡党委、乡政府负责人得知后,认为这是个好典型,提议婚礼就在村实践站举办。为了这场婚礼,村里提前一周就开始制定婚礼方案,盐山县委宣传部还专门为新人提供了大红灯笼,盐山县融媒体中心派出专业主持人,义务为新人提供婚礼主持和摄像服务。

新娘赵岑在婚前一天就来到了陈营村,村里的秧歌队主动提出要为新人的路上挂满了红彤彤的灯笼,锣鼓敲起来,秧歌扭起来。接亲队伍在秧歌队的簇拥下步行去接新娘子。与众不同的接亲方式,让不少村民在路边驻足观看,两位新人脸上洋溢着幸福甜蜜的笑容。

伴随着婚礼进行曲,一对新人缓缓走向结婚礼堂。婚礼过程简单而喜庆。亲朋好友在送上美好祝福的同时,纷纷为新人做法点赞。常庄乡政府为新人送上了移风易俗“零彩礼”的水晶奖杯,并送上了新婚贺礼——被子,谐音“一辈子”,祝愿一对新人能幸福美满一辈子。

这场特殊的婚礼,成为当地村民津津乐道的话题,大家纷纷称赞这一对新人,给未婚男女青年树立了好榜样。



新闻热线: 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

工行沧州车站支行上门服务解难题

近日,工行沧州车站支行大厅里一阵急促的外地口音,突然在大堂经理耳旁响起,大堂经理走近一看是一位焦急的大姨,于是赶紧安抚并递上一杯热水,请她慢慢把事情说清楚。原来,大姨95岁的婆婆意识清醒,口齿伶俐,但最近因腰部疼痛无法下床,老人名下的工行社保卡又因为输错密码被锁住,因为老家在邯郸,最近刚搬到沧州,想咨询一下这种情况该怎么办。

工行沧州车站支行大堂经理了解完基本情况后,留下大姨联系方式,告诉她工行可以提供上门服务,请她先放心回家,工作人员准备好后会联系她。大堂经理随即第一时间将此情况汇报给了网点负责人和主管。网点负责人在掌握基本情况后,迅速给大姨回电话,确定好了上门服务的时间。

当天下午,工行沧州车站支行网点负责人带领员工携带设备为大姨上门服务,大姨一家非常热情,业务办理过程也非常顺利。办理完毕后,大

姨握着工行沧州车站支行员工的手含泪说:“这社保卡里其实就两千多元,今天去网点看到你们这么忙,真的很不想麻烦你们,但是老太太一直挂念,并且以后她的工资还要一直往里面发,所以又不得不麻烦你们,没想到你们服务这么好,办事效率这么高,让我们初来乍到的外地人感受到了沧州的温暖,以后我们全家人都支持你们工作。”

今后,工行沧州分行将继续提升为民服务的意识,用最优质的服务赢得客户的认可。



沧州临港圣兰化工有限公司年产2500吨医药中间体(1000吨对氨基苯乙醚、500吨对乙酰氨基苯酚、1000吨4,4-二氨基苯磺酰胺和对乙酰氨基苯磺酰胺)项目环境影响评价信息公示



沧州市文明办提醒您: 讲好“五句话” 您好、请、谢谢、对不起、没关系 做好“十个不” 不浪费粮食 不乱扔垃圾 不随地吐痰 不车窗抛物 不随意插队 不乱停乱放 不逆行 不闯红灯 不私搭乱建 不占道经营 沧州市文明办 宣