

健康生活 悦动吉林 歌舞鹤乡 放飞梦想 白城市举办绿野艺术团专场演出

城市晚报白城讯 前不久,第六届吉林省市民文化节白城系列文化活动绿野艺术团专场演出在市民广场举行。

演出中,《共产党颂》《我和我的祖国》《血染的风采》《阳光路上》《新时代

的接力人》一首首脍炙人口、历久弥新的红色经典歌曲,表现了中国革命的光辉历程;《琴声悠扬》《草原欢乐在月光下》《吉祥》等赞美家乡歌曲,让人充满着炙热的力量;京歌、配乐朗诵等 10 余个节目精彩呈现,观众连连拍手叫好。

据了解,此次活动由白城市委宣传部、白城市文化广播电视和旅游局主办,白城市群众艺术馆、白城市吉剧团有限责任公司承办。

/ 记者 汪伦 报道

白城市 涉黑涉恶线索 举报方式

举报地址:白城市涉黑涉恶线索核查管理中心,白城市洮北区文化西路 1 号市委党校办公楼后楼北侧 1 楼

举报电话:0436-3366685

举报邮箱:

bcsshb2019@163.com

别让假期因“五彩缤纷”而“不知所措”

城市晚报白城讯 转眼间,全市各中小学的暑假已开始一段时间,一样的暑假,不同的家庭有不同的过法。

走在我市各条大街上,外出旅游刚刚回来的一家三口,领着孩子急急忙忙跑向补习班的家长,游乐场里灿烂的笑脸,书店里成群结队买教辅或者其他用书的孩子们……一个个镜头定格了一个又一个孩子的暑假。

/ 备战 / 各个科目争相充电

“快点出来,快点出来,下个补习班还有半个小时就上课了!”在市区一家补习班门口,市民张丽大声叫着自己的孩子,只见孩子以最快的速度冲到妈妈身边,母子二人快步走上了早已准备好的车,奔向下一个补习班。

现在这样的现象并不少见,家长领着孩子,背着厚厚的书包奔波于各种补习班之间。

对于补习班,不同的家长有不同的看法。市民王强说,孩子学习成绩在班级属于中上水平,不要求他取得多高的分数,只要孩子在努力学习的同时,能够加强体育锻炼,保护好自己的身体就行了,还特别让他参加了一个足球俱乐部,希望他做到劳逸结合,有更好的学习效果。市民王慧敏则持反对意见,她认为,孩子现在的任务就是学习,只有取得了好的成绩,以后的人生才能少走弯路,取得更大的成

就。据了解,王慧敏给孩子报了 4 个辅导班,孩子几乎每时每刻都在学习,目的就是想取得更好的成绩,实现人生更大的价值。

补课因人而异,但所有家长的目标只有一个,就是让孩子拥有更健康的身体,取得更好的成绩,实现自己更远大的目标。

/ 放松 / 劳逸结合乐享假期

放假后,孩子们的放松方式也因人而异,有的选择在假期外出旅游,增长见识;有的选择在家中继续深耕,学习知识;还有的选择锻炼身体,强健体魄……多种多样的放松方式令孩子们的假期生活五彩缤纷。

在市区阳光广场小足球场,周建刚刚在足球场踢了 45 分钟足球,他擦着不断向下流的汗水说,马上就要上初中了,听说初中的课程比较多比较紧张,现在想利用放假的时间来这里放松一下,锻炼身体,

为今后的学习生活做好准备。

在阳光广场健身器材区,市民孟德敏正带着孩子做运动。她说,孩子今年刚刚高考结束,每天她都带孩子来这里锻炼,在家时让她多读读书,在户外时让她多锻炼身体,身体是基础和保障,只有多锻炼,才能更好地学习和生活。

在白城火车站,市民王宽一家刚刚从北京回到白城,一家三口带着晒得黝黑的面庞和满脸的笑容说,孩子今年上高三,这次旅游对孩子来说既是放松,也是鞭策,不仅能够让他放松身心,更重要的是增长见识,为今后的学习生活开阔眼界。一家三口在白城火车站出站口,在灿烂阳光的照耀下,又定格了一个美好的瞬间。

/ 理性 / 假期凡事都需有度

暑假中,学生不仅需要及时充电,还需要放松休息,过度的劳累和过度的放松都不是一件好事,凡事都要适度。

在许多家长看来,孩子的假期是充

电的好时机,但也有家长认为,假期本来就应该属于孩子们,应该让他们好好放松。对于这两种观点,我们应该用辩证的角度去看待,既要让孩子抓紧充电学习知识,又不能让孩子整天束缚在“补课”和“学习”等“压力”中,只有劳逸结合,才能学出最好的效果。一家补习班门前,一个孩子因为连上了一整天的课而中暑;在一家健身房内,一个孩子因为锻炼强度过大而昏厥,由此可见,什么事过度都不好。

家长及社会所做的一切,都是为了孩子美好的明天。但补课不是生活的全部,玩耍也不是生活的全部,只有二者结合到一起,孩子的假期才有意义,千万不要因为追求一时的目的而忽略了假期本身的意义,我们更愿意看到的是孩子们灿烂可爱的笑脸,而不是劳累不堪的疲态,所以,不要因为假期的“五彩缤纷”,让我们变得“不知所措”。

/ 记者 李政孚 报道

不忘初心 大医精诚 ——记市政协委员、白城市第三人民医院院长张悦龙

城市晚报白城讯 “患者的痛苦就是我的痛苦,只要我能做到的,我都会义无反顾地去做;患者是我的朋友,是我的亲人,我不会让他们失望!”

1999 年,张悦龙走出了校门,以饱满的热情进入到了白城市第三人民医院。起初,他在精神科从事护理工作。作为一名专业护士,他始终以救死扶伤为天职,以治病救人为己任,牢固树立专业思想,刻苦钻研护理知识,把解除病人痛苦、维护病人健康视为自己的神圣职责。对照精神科病人特殊的群体,张悦龙更是尽职尽责。

精神科护理工作与其他护理工作不同,很多病人的日常生活料理完全由护士协助完成。在精神科病房,护士除了要有良好的精力、体力、耐力,做好病人的生活护理外,还要有足够的耐心、爱心、精心和责任心,来保障安全护理。张悦龙担任过夜班带班护士、白班责任护士。无论做哪项工作,他都积极主动,任劳任怨,对病人如亲人,钻研精神科业务,对于精神科常见的自杀、自伤、逃跑等病人,他都有成功的护理经验。

他先后在《临床精神医学杂志》《医学信息》《中国保健营养》《实用临床护理学

杂志》发表论文 7 篇。他参与完成的《术中超声引导切除脑胶质瘤临床研究》项目于 2014 年获得白城市科技进步一等奖。2018 年,张悦龙作为完成人将该项目交由白城市科技局申报吉林省科技进步三等奖。2018 年,张悦龙获得洮南市五一劳动奖章。

“每一段历程,都是刻骨铭心的历练,行动证明一切,说,谁都会,但我深知,嘴上的努力永远到不了胜利的彼岸。”

张悦龙无论身居哪个职位都要求自己始终做到仰不愧天、俯不愧心。工作上,他一丝不苟,为了医院的发展,他放弃了无数个休息日,经常“五加二”“白加黑”,早来晚走,保证工作顺利开展。医院各项工作他都跑在最前面。他勤俭节约,细到一张纸、一度电、一滴水……保证有限的经费花在中心工作上。他善于在创新上下功夫,尤其是制度建设创新,能够紧扣工作需要,堵塞管理上的漏洞。在他的积极建议下,完善了单位各项规章制度,规范了各项具体工作,使全体人员有章可循,自觉按照标准、程序办事,使工作走上了制度化、程序化,规范他的轨道。

张悦龙会同院领导一班人坚持打造人文景观与自然景观相结合的花园式医

院。他积极协调多部门,完成医院 4 号病房楼的实施方案、可行性研究报告等 20 余项申报材料,争取中央预算内资金 1600 万元,确保了 4 号楼于 2013 年 10 月顺利投入使用。2017 年新建 5 号病房楼 9400 平方米,现已投入使用,已成为东北三省精神科病房楼标志性建筑,极大改善了病人的诊治环境。

“我的称呼很多,但我更看重的是政协委员这个称呼,作为一名政协常委,我感到光荣和自豪,更多的是责任和义务。”

作为一名政协委员,张悦龙按照《白城市政协委员履职管理办法》积极履行政协委员政治协商、民主监督、参政议政的职责。在全市脱贫攻坚活动中,张悦龙负责包保洮南市聚宝乡长久村。两年来,他协调医院投入资金 13 万元,用于村卫生室建设、购买垃圾桶和米面油。他经常与贫困户同吃同住同劳动,扎实开展扶贫工作,入户调研,开展健康扶贫。为贫困户讲解健康扶贫有关政策,重点讲解怎样住院、转诊、报销,分享重度贫困人口兜底治疗以及“先诊疗、后付费”“三下沉、两提高、一兜底”政策等。在驻村期间,他帮助贫困户发展庭院经济,并亲自到贫困户家

中栽蒜、浇水、除草,秋收后帮助销售咸蒜。他积极推动免费住院,指导医保科开展洮南市中度、重度贫困患者免费住院治疗,开设一站式窗口,设专人管理,现已有 1831 人接受免费治疗。他经常组织医院志愿者到贫困村进行慰问演出,并开展义诊活动 13 次,义诊人数达 1500 余人。积极参加洮南市委宣传部、洮南市慈善会联合发起的志愿扶贫项目“日行一善”活动,并先后三次捐款 2000 元。通过开展调研,撰写了《关于推进医疗健康精准扶贫的建议》等政协提案,并在政协白城市第六届委员会第二次会议上进行了大会发言。

“实践其所信,励行其所知”,20 多年的风霜雪雨,张悦龙把忠诚书写在信仰的旗帜上。参加工作以来,他经历了多个工作岗位的锻炼,从临床一线到管理岗位,从基层到机关,他始终以邓小平理论、“三个代表”重要思想和科学发展观为指导,认真贯彻落实习近平总书记系列重要讲话精神,坚持“以病人为中心,以质量为核心,全心全意为患者服务”的宗旨,踏实做人,勤恳做事,赢得了全院职工的敬重和社会各界的广泛赞誉,为全市医疗卫生事业的发展作出突出贡献。

/ 杨健民 报道