

# 《慢周刊》今起改版为《健康周刊》

## 继续做好您身边的健康顾问

本报讯(杨冷)作为本地主流权威媒体,《京江晚报》创刊25年来,一直关注着我市医疗卫生事业的发展。

《京江晚报》自2013年创办《慢周刊》,每周二由专人采编,以提倡健康的生活方式、普及科学的健身防病知识,为医患之间

搭建交流平台,满足了读者关注健康知识的需求。

为了让版面更加丰富多彩,从今天起,陪伴读者10年的《慢周刊》将改版更名为《健康周刊》,除了增加与全市各医院、各科专家的互动之外,还将做好医疗服务权威专

题报道、应季疾病防治等报道。同时,在“今日镇江”APP开辟“健康”栏目,每天及时推出健康资讯,全方位立体化传播医卫行业新闻,让《健康周刊》成为镇江老百姓身边的健康顾问。

更多内容请见今日13-16版

## 倡导“治未病”理念 中医养生讲座进社区

本报讯(鲍明成 戴白娣 朱秋霞)为进一步弘扬中医药文化,倡导中医“治未病”健康理念,不断提高居民健康素养,近日,丹徒区宜城街道社区教育中心为崇文社区中老年居民举办了一场夏季中医养生讲座。

当日下午1:30,居民们陆续来到丹徒区宜城街道居家养老服务中心,大家一边翻看着刚发放的中医宣传小册子,一边谈论起针灸按摩等中医养生方法。丹徒中医院主治医师周琼围绕中医预防与养生保健概念、中医治未病理念、常见健康问题的处理、运动饮食保健等内容,以通俗易懂的语言讲解了中医健康理念、知识,并介绍了冬病夏治的“三伏贴”“三伏灸”相关知识与注意事项。在现场互动环节中,中医院的几位医生护士还免费为居民把脉、艾灸、解疑。

“我对中医养生一直比较感兴趣,通过活动有了更多的了解。”参加活动的社区志愿者刘迎说,这次活动增进了居民对健康养生知识的了解,增强了自我保健意识。

## 福彩中奖号码

福彩“东方6+1”(第23049期)  
中奖号码:9 0 0 5 6 5+猴  
福彩“3D游戏”(第23113期)  
中奖号码:5 8 6  
福彩“15选5”(第23113期)  
中奖号码:6 7 8 9 14

## 体彩中奖号码

体彩“大乐透”(第23049期)  
中奖号码:3 17 22 26 28+7 12  
体彩“排列3”(第23113期)  
中奖号码:2 2 4  
体彩“排列5”(第23113期)  
中奖号码:2 2 4 2 0

## 凝聚青春力量 践行责任担当

### 奋进新征程“青春京彩”青年说

### 京口:让青春之花在奋斗中绽放

本报讯(王雪 梅永生 徐莹 栾继业)日前,京口区举办了“学习二十大精神、永远跟党走、奋进新征程”纪念五四运动104周年活动。活动设立“青春京彩”青年说议程,3名优秀青年代表分别上台,分享了他们热血奋斗的青春故事。精彩的演讲,赢得台下观众一阵阵热烈的掌声。

江苏吉通电力工程安装有限公司总经理、江苏省第十六次团代会代表沙开宇,首先分享了从彼岸归来、投身故乡发展的青春故事。沙开宇是一名留学生,7年前学成回国,加入到父亲创办的“吉通电力”。沙开宇一方面积极拓展业务,为大型工厂、重点公共建筑等提供优质电力工程服务;一方面着力打造企业研发中心,推动产业转型升级。目前,企业被评为江苏省十佳文明施工企业、省电力工程协会理事单位,年营业额也从创立初期的100多万元增长至超1亿元。沙开宇还积极投身各类公益活动,累计参加志愿服务时间超200个小时,并推动企业向助学、助困、助残等项目捐款70余万元。

江苏大学汽车与交通工程学院团委副书记、正东路街道党工委副书记陈佳楠,则分享了她挂职京口、组织大学生开展好“家门口”社会实践活动的故事。3月中旬,京口团区委与江苏大学团委联合启动“个十百千”挂(兼)职锻炼项目,陈佳

楠挂职街道后,组建了卫生保健、反诈宣传、科普推广等5支志愿者服务团队,以“一老一少”为重点服务对象,深入社区、网格,持续开展关怀高龄老人、关爱留守儿童以及参与基层治理、文明创建等一系列志愿服务,截至目前已累计为“一老一少”做好事、办实事、解难题120余件。陈佳楠还把“早安镇江”公益团队的服务范围,由江大周边拓展到京口路社区,坚持为社区多名孤寡老人送去爱心早餐,受到了老人们的高度赞誉。

新民洲临港产业园社会事业部部长、团工委书记朱姝,分享了她扎根新民洲的奋斗故事。10年前,刚刚大学毕业、年仅22岁的朱姝来到新民洲工作,尽管工作岗位一变再变,但扎根新民洲、奉献新民洲的初心始终如一。由于工作出色,她被评为江苏省优秀团干部。2020年12月,朱姝任新红旗社区党总支副书记时,在人口普查、环境整治、疫情防控等各项工作中,冲锋在一线,展现出新时代青年的新形象,被居民们亲切地称为“小朱书记”。2022年初,在调任园区社会事业部部长后,朱姝积极化解历史遗留问题,妥善处理好职工退休过程中遇到的各种矛盾,积极开展特殊困难群体救助帮扶行动,全年累计帮扶困难群体68人次,及时将党和政府的温暖送到他们身边。

### 青少年志愿者参与 文明城市创建 志愿服务活动

本报讯(孙晨飞 赵洁)为促进更多青少年积极参与志愿服务活动,“五一”假日期间,润州区宝塔路街道广东山庄社区新时代文明实践站组织开展“凝聚青春力量 共创文明家园”文明城市创建志愿服务活动,组织青少年参与文明城市的创建宣传、清洁家园、文明引导,以实际行动影响和带动更多人参与到文明城市的创建中。

假日期间,青少年志愿者们身穿红马甲来到景区,他们三五成群、相互结伴,在自己负责的区域进行卫生清洁。志愿者们认真地清理地面的垃圾,还对景区里不文明行为进行耐心劝导,受到了游客们的好评,一个个劳动的身影也成了景区里一道道风景线。

润州区人大代表、广东山庄社区党委书记黄飞表示,通过此次活动的开展,不仅向社会展现了新时代青少年的责任与担当,同时也让青少年感受到了为社会服务的荣誉与自豪,社区新时代文明实践站将继续为青少年提供志愿服务平台,大力弘扬“奉献、友爱、互助、进步”的志愿者精神,共同助力文明城市创建。

### 民政局主题团日活动“打卡”红色地标

本报讯(朱秋霞 俞镇)红色地名见证着中华民族的百年沧桑,也承载着党领导人民英勇奋斗的光荣历史和感人事迹。在“五四”青年节来临之际,市民政局举办“寻访红色地标 汲取青春奋斗力量”主题团日暨“青年学堂”活动,组织市直民政系统团员青年、局机关“青年学堂”成员寻访杏虎村、总前委旧址,以“打卡”镇江红

色地标的方式进行实境教学。

2021年、2022年全省分别公布两批红色地名,我市共有镇江市烈士陵园、韦岗新四军四县抗敌总会纪念馆、总前委、三野司令部驻地旧址、杏虎村、戴庄村、茅山抗日根据地、嵇直故居、永茂圩、贺甲村、张雅琴先进事迹陈列馆、中共丹阳第一支部旧址和物中渡江文化园13个红色地名入选。

