



在线投稿: <http://tg.gytoday.cn> 新闻热线: 84683100 QQ: 486720458

详情请浏览“今日高邮”网站 <http://www.gytoday.cn>

弹指芳华
复旧如初

邮缘社工健康义诊活动走进车逻镇南苑社区

为提高辖区老年居民对慢性病的认识和掌握预防的正确方法,促进老年居民养成健康的生活方式,弘扬中华民族尊老、敬老、敬老的传统美德,连日来,高邮市邮缘社会工作服务中心邀请高邮市中医医院康复科副主任居永进走进车逻镇南苑社区开展健康义诊活动,通过讲解中医健康知识、教授中医经络操等方式,将健康实实在在地送到老人们身边,获得社区居民一致好评。据了解,高邮市邮缘社会工作服务中心已联合车逻镇南苑社区开展“弹指芳华复旧如初”——邮缘社工健康义诊活动9场,受益群众近200人次。

解艾草锤的作用和功效,一边为大家演示如何制作,现场热闹非凡。据了解,制作好的艾草锤会发出淡淡的艾草药香,有宁神理气,安神助眠,驱蚊驱虫的作用,用它轻敲打身体的各个部位,可以疏通经络,加快人体血液循环,益处多多。

心和技巧,也需要大家充分发挥自己的动手能力和创造力。制作过程中,大家选取了不同的草帽款式和颜色,并进行了各具特色的装饰,一些居民还加入了自己的想法和创意,让制作出来的草帽更加独特。

教授经络操

经络拍打是中医传统养生方法,主要是通过拍打经络和穴位,使身体放轻松,促进血液循环,达到疏通经络、消除疲劳、强身健体的目的。活动中,高邮市好时光娱乐养老服务中心志愿者带领大家一起学习了中医养生经络操,并向社区居民科普了中医养生经络操的功效,深受社区居民喜欢。

制作草帽

为丰富活动内容,工作人员为社区居民准备了制作草帽的材料,现场教授大家制作草帽的流程。制作草帽需要耐心、细心和技巧,也需要大家充分发挥自己的动手能力和创造力。制作过程中,大家选取了不同的草帽款式和颜色,并进行了各具特色的装饰,一些居民还加入了自己的想法和创意,让制作出来的草帽更加独特。

制作艾草锤

活动现场,工作人员热情接待了前来参加活动的社区居民,有序安排签到并为他们介绍了活动流程。为了活跃现场气氛,首先组织大家开展了“一针一艾草,捶捶中医心”手工制作艾草锤活动。工作人员为大家准备了制作艾草锤的各类材料,包括粗布、艾草包、锤柄、麻绳等,并一边讲

一对一义诊

活动中,居永进为社区居民进行了一对一义诊,结合老年人的特点为现场老人普及了中医如何预防疾病和养生保健知识,重点介绍了“中医体质辨识,健康饮食”

等。随后,为前来咨询的居民讲解了针灸常见的适应症如颈椎病、颈椎病、失眠、盗汗等,并现场对有颈椎病、肩周炎、关节炎、腰椎间盘突出等常见疼痛疾病的居民免费提供针灸和按摩治疗,不少居民体验了中医的博大精深,疼痛大大缓解,幸福指数得到提升。

据了解,高邮市邮缘社会工作服务中心和好时光娱乐养老服务中心都属于“好时光”旗下,好时光专注于健康养老、文化养老、餐饮等服务,法人朱健是高邮市第十一届、第十二届、第十三届、第十四届政协委员,高邮市好时光娱乐养老服务中心理事长、扬州市秦邮知识产权有限公司法定代表人、高邮市秦邮劳务服务有限公司法定代表人、高邮市好时光养老服务综合评估中心理事长、高邮市药品流通行业协会第一届秘书长。2023年以来,他带领该中心工作人员组织开展了“乐享健康 为老护航”“弹指芳华 复旧如初”等系列活动几十场,服务群众近4000人次,得到社区居民一致好评。

2023年12月工程运输车辆违法情况通报

2023年12月工程运输车辆违法比例汇总									
序号	工程运输单位名称	车辆数	违法数	违法比例	序号	工程运输单位名称	车辆数	违法数	违法比例
1	高邮市润鑫运输有限公司	8	15	188%	9	高邮市史伟强建材经营部	7	2	29%
2	扬州润沃物流有限公司	34	53	156%	10	高邮市天大建材科技有限公司	17	5	29%
3	高邮市汇聚物流有限公司	35	28	80%	11	扬州诚恩土石方工程有限公司	29	7	24%
4	高邮市天安土石方工程有限公司	11	8	73%	12	高邮市宏基砼业有限公司	17	2	12%
5	扬州浩恒建设工程有限公司	26	13	50%	13	扬州磊力建材有限公司	10	1	10%
6	高邮市荣祥土石方机械化施工工程队	42	20	48%	14	扬州市盛熙新型有限公司	21	2	10%
7	扬州欣茂拆迁服务有限公司	22	10	45%	15	扬州三一建材有限公司	12	1	8%
8	高邮市振宇土石方工程有限公司	18	7	39%	16	高邮市吕氏土石方工程有限公司	22	1	5%

