

# 走进温暖家 欢聚拉家常

## 永康卫校两名理县学生永康 认亲

记者 潘燕佳

本报讯 3日中午,在我市尖峰水泥店内,来自理县的两名学生与他的结对家庭李兴维夫妇,聚在一起热热闹闹地吃了一顿 认亲饭。两名理县籍学生吃得心里热乎乎的,感受到了家的温暖,她们亲切地称李兴维夫妇为李叔叔、李婶婶。

此次结对家庭李兴维夫妇经营一家水泥公司。据李兴维介绍,他们平时基本上都在公司,两位女儿随时都可以过来,如果她们想要利用周末时间勤工俭学,他也可以为她们提供环境。据了解,本次结对除了需要结对家庭给予她们生活上更多的关心与帮助,帮助她们尽快适应永康的生活之外,也能在周末以及小长假时期,确保安全的同时能感受家的温暖,更有助于她们的学习和生活。

永康卫校校长徐向明告诉记者,我市很多市民知晓卫校在为两位理县籍学生寻找结对家庭后,纷纷表示他们的结对意愿,但他明确表示,想结对可以,但结对不能光有钱就行,

学校还要对结对家庭的人品、家庭氛围、时间利用等各方面进行综合考量。两位学生远道而来,既然帮她们寻找结对家庭,那首先要考虑的就是结对家庭成员是否有时间陪伴她们。因为结对的主要目的是让她们觉得我在永康也有一个家,这种亲情般的温暖用金钱是换不来的。徐向明说。

你们平时比较喜欢吃辣还是吃麻?我们这边的气候还能适应吗?

除了学习上的事情,生活的各种事情你们都可以找我们,这里就是你们的第二个家,回家了就不要有约束感。认亲现场,李兴维亲切地询问着学生的生活习惯以及饮食习惯。我还要感谢徐校长给我送来了两个女儿,圆了我儿女双全的愿望呢。李兴维高兴地说。

当记者问起结对的原因时,李兴维告诉记者小时候家里条件不好,家中最困难的时候幸亏有他人相助,现在自己有能力帮助他人,那自然要尽自己一份力量。因此他了解到卫校在寻找结对家庭这一项目后,便立即与该校校长徐向明联

系,提出希望两位学生都能结对到他家庭中来。如果一个学生结对一户家庭,既不利于她们适应环境,也让她们更寂寞,现在两个人一起生活,有事情也可以一起商量。平时她们可能学业比较繁忙,如果小长假我们全家外出游玩,也会选择带上她们,这样才更有家庭的氛围。李兴维说,徐校长寻找结对家庭的初衷是让她们感受家庭的温暖,我们选择结对学生的初衷也是希望她们觉得:我虽离家千里,但在永康我仍有一个温暖的家。此外,记者还了解到,这已不是李兴维第一次帮助贫困学生了,此前他也曾资助学习优异的贫困生完成学业。

得知两位学生来到结对家庭后,市卫健局局长李兴周慰问了结对家庭以及两位学生后表示,首先希望他们能够尽快地适应环境、气候、饮食、生活、学习等各方面条件。其次提醒他们出门在外最重要的是要注意身体以及自身的安全,并希望他们在三年半的学习生涯中,认真努力,学有所获,不辜负对他们抱以厚望的理县政府以及永康市政府。

# 长期阴雨天 谨防抑郁症

医生教你如何调节情绪

通讯员 王中渝

天天下雨,实在是太烦了。眼圈发黑的李女士埋怨道,近段时间,雨天不断,导致她近一个多月没有睡过安稳觉,这让本是抑郁的她心情更加郁闷,白天不开心,莫名心烦,晚上听到外面稀里哗啦地下雨声我更睡不着,总会想着不好的事情,就这样越来越不开心,工作也没了精神。李女士无奈地说,服用常规安眠药无效后,她只能到医院求助。经检查诊断,李女士失眠严重,为抑郁障碍,需住院接受药物和心理的双重治疗。

自去年11月以来,永康出现罕见阴雨寡照天气,受连日阴雨天气影响,导致大批抑郁症患者因心情不佳而失眠。近半个月来,市第三人民医院心身科病房抑郁症患者人数不断上升,目前已占该病区住院病人数的47%,据心身科主任胡洪进介绍:人体吸收的日光不够充裕,会抑制大脑中激素(褪黑素和5-羟色胺)的产生,这些激素与人的情绪有关,所以,在连续阴雨天气里,调节好心情是关键。

胡洪进还表示,如果是抑郁的初期阶段,要适当调节放松,生活中要保持乐观,做一些自己感兴趣的事,有计划地参与能够获得快乐和自信的活动,尤其在周末,可以打扫房间、听音乐、逛街等。经常和朋友保持交往的人,其精神状态比孤僻独处的人好。多吃富含维生素B和氨基酸的食物,如谷类、鱼类、绿色蔬菜、蛋类等,对摆脱抑郁也有帮助。如果仍然不能调节,需及时就医。

# 学雷锋 爱践行 助人乐 暖人心

## 实验幼儿园开展 学雷锋日 活动

记者 章芳敏

本报讯 5日,在第56个学雷锋纪念日到来之际,实验幼儿园组织全体幼儿和老师观看雷锋电影。此次以“学雷锋 爱践行 助人乐 暖人心”为主题的学雷锋日活动,旨在进一步发扬中华民族传统美德、弘扬雷锋精神,让品德教育渗透于幼儿生活每个细微之处。

活动中,老师们通过谈话、教学活动等方式讲述雷锋故事,让幼儿了解雷锋的事迹。观影过程中,幼儿们都被精彩的剧情所深深吸引,也不时因为影片中雷锋不乱花钱,勤俭节约的片段而鼓掌。

据了解,观摩电影是实验幼儿园开展学雷锋系列活动的一部分。4日,该园还开展了幼儿代表国旗下讲话以及全体幼儿学唱歌曲《学习雷锋好榜样》,传诵雷锋精神。前期,该园还向家长发放了《倡议书》,引



小朋友们在观看雷锋电影

导家长一同参与,大手牵小手一起学雷锋。此外,学雷锋日当天,全体幼儿在老师的带领下,开展捡垃圾、整理玩具、扶起倒下的东西、粘贴掉落的物品、照顾安慰弟弟妹妹等好人好事。

实验幼儿园相关负责人介绍,希望通过学雷锋日活动的开展,让雷锋精神的种子埋在幼儿心间,潜移默化于日常生活,最终生根发芽,用实际行动争做当代小雷锋。



公益 心晴 支持热线

13588612320(739320)

每晚6:00-9:30

## 停电预告变更

龙山供电所10KV后宅K316线54#杆原定于3月6日5:00-9:00停电,因天气原因,变更计划停电时间为:3月12日5:00-9:00。停电范围:浙江省金华市永康市龙山镇:菱塘村,下宅口村,张溪头村,龙山路灯,永康市丰和休闲用品有限公司,方仁忠有限公司,永康市双合建材有限公司,永康市四路观赏鱼养殖场有

限公司,朱志勇有限公司。

停电详情可关注微信公众号 国网浙江省电力公司 查询,咨询电话:87202999。

国网浙江永康市供电公司

2019年3月5日

## 停电预告

因线路改造,3月13日9:00-13:00九州K153线10#杆大坟山沿返地7#变分支线分支令克停电,停电范围:大坟山沿返地6#变、大坟山沿返地7#变。雨天顺延。

因线路检修,3月13日9:00-17:00高川451线上山龙451C开闭所一段停电,停电范围:次居新城西区1#变、2#变、5#变。风雨无阻。

因线路改造,3月13日14:00-18:00九州K153线11#杆分支线停电,停电范围:大坟山沿返地4#变、大坟山沿返地2#变、大坟山沿返地3#变、大坟山沿返地1#变。雨天顺延。

因线路改造,3月14日9:00-13:00铁岭K154线学山支线5#杆大坟山沿

10#变分支线停电,停电范围:大坟山沿返地10#变、大坟山沿返地11#变。雨天顺延。

因线路检修,3月14日9:00-17:00上山龙460线上山龙451C开闭所一段停电,停电范围:次居新城西区3#变、4#变、6#变。风雨无阻。

因线路改造,3月14日14:00-18:00铁岭K154线学山支线15#杆大坟山沿9#变支线停电,停电范围:大坟山沿返地9#变、大坟山沿返地8#变。雨天顺延。

停电详情可关注微信公众号 国网浙江省电力公司 查询,咨询电话:87202999。

国网浙江永康市供电公司

2019年3月5日