

# 控糖有我,科学健康生活

## 东昌府区中医院参加“糖尿病日”义诊活动



通讯员 段新歌

第17个“联合国糖尿病日”来临前,为贯彻国家“健康中国”战略,打响“了解风险,了解应对”的宣传口号,11月14日上午,东昌府区疾病预防控制中心携手东昌府区中医院在人民公园举行了糖尿病宣传日大型义诊活动。提高大众对糖尿病等防治工作重要性的认识,传播健康生活理念,倡导科学、健康的生活方式。

活动现场,医务人员认真对待每一位前来就诊的患者,免费为他们测量血糖、血压,现场给予疾病指导。针对患者提出的问

题进行耐心答疑,主要侧重于让患者了解患上2型糖尿病的风险以帮助延迟或预防其发生,强调糖尿病相关并发症的影响,以及获取正确信息和护理以确保及时的治疗和管理。结合全民健康生活方式理念,开展了“糖尿病预防”及糖尿病并发症相关护理专题讲座,提高公众防治糖尿病的意识。

据悉,此次义诊活动共进行血糖监测100余人,免费耳穴压豆30余人次,发放宣传材料50余人。治未病科主任杨忠介绍,本次糖尿病日的主题为“了解风险,了解应对”,旨在强化护理工

作者在糖尿病健康管理中的重要作用。对于有患上糖尿病风险的人来说了解风险和应采取的措施对于支持预防、早期诊断和及时治疗至关重要。对于已经患有糖尿病的人来说,意识到并获取正确信息以及最佳可用药物和工具来支持自我护理,对于推迟或预防并发症至关重要。

通过此次活动,希望唤起公众对糖尿病防治工作的重视,有效干预糖尿病危险因素,促进高危人群和患者的早期发现与干预,提高糖尿病患者自我管理能力,切实降低糖尿病并发症危害,保护人民群众身体健康。

## 东昌府区光明小学:探索课外阅读,潜心立德树人

记者 国晓宁 通讯员 张萌

北大中文系教授钱理群曾说过:教育就是爱读书的校长和爱读书的老师一道带领着学生一起读书。

正是在这样的教育情怀的驱动下,光明小学校长孙殿镔带领光明小学全体教职工努力打通课内外阅读的链接通道,大力实施课外阅读推广工程。

起初,在语文学科开始探索。骨干教师一马当先,突破难关,率先执教课外阅读指导课。同事们积极听课,出谋划策,经过不断调整,总结出课外阅读课

的类型。各学段教师不断研讨,集思广益,制定出符合自己年段的课程。随后,课外阅读课程全面铺开,开展全科阅读,各学科教师纷纷参与其中。为了选择适合学生阅读的书籍,各科教师搜集大量资料,埋头苦读,只有真正读过且感受深刻的书,才可以推荐给学生,和学生一起交流。

为了使学生真正爱上阅读,除了上课外阅读课,光明小学的教师们真正将读书落到实处。教师阅读沙龙和文学社的开展,进一步强化了读书氛围。教师们不仅仅手捧书籍,每学期还会写出自己的教育故事,将读和写融为一体。

各班老师在班级内布置图书角,不断鼓励孩子把自己喜爱的图书带到教室里和同学们共享。为了更好地管理书籍,班主任老师利用休息时间主动为图书角的书籍打造“量身定做”的借阅制度。

课间休息,校园里随处可见教师坐在读书凳上和同学们畅聊书里的故事。书籍是与学生交流的渠道,教师们及时了解学生的情况,关心学生生活,关心学生心理健康。

“爱读书的孩子不会变坏。”光明小学全体教职工始终相信着这句话。

安全取暖 温暖过冬

## 东昌府区广平镇中心幼儿园开展安全教育活动

为确保幼儿园冬季供暖安全运转,保障幼儿在温馨舒适的环境中健康成长,11月14日,广平镇中心幼儿园就取暖设备及线路进行了全面检查、调试,保障冬季取暖工作的安全、顺利进行。

活动中,各班教师结合本班幼儿年龄特点,通过情境画面、案例分享和绘本故事等多种形式,帮助幼儿了解冬季用电取暖方面的安全注意事项,教育幼儿在日常生活中要提高警惕、加强防范,做到冬季安全取暖。同时,引导幼儿争当宣讲员,将所学冬季取暖知识讲给家人听,提醒家长加强用火用电管理,共筑冬季安全防线。

冬季取暖安全至关重要,希望家长和小朋友们能够增强冬



季取暖安全意识,自查家中易出现的安全隐患,防患于未然。让我们一起家园携手,筑起安全、

和谐的防护屏障。  
(记者 李军 通讯员 李丽君)

## 东昌府区郁光小学 举行缅怀张郁光烈士仪式



英烈永垂不朽,民族永续千秋。张郁光烈士牺牲于1938年11月15日,85年前,张郁光为了保卫聊城壮烈牺牲,作为郁光红色基因传承人,两千余名师生齐聚在张郁光烈士展厅前,深刻缅怀张郁光烈士。

仪式上,郁光小学合唱团的少先队员齐唱原创歌曲《郁光之歌》,同学们深情而嘹亮的歌声,表达了对张郁光烈士无比的崇敬和怀念。接着,路晖校长慷慨激昂地给全体师生上了一节张郁光烈士思政课。

活动中,全校师生齐声诵读《郁光颂》,并在队旗下庄严宣誓,铿锵有力的声音久久回荡在整个校园。队员代表在感言中表示,作为郁光学子很骄傲很自豪,一定不会辜负张郁光烈士的期望,传承“担当、作为、拼搏、奉献”的郁光精神,像他一样,做一个热爱祖国,热爱人民,从小树立远大理想,培养优秀品德,听党话跟党走感恩,长大后成为社会主义事业的建设者和接班人。

(记者 李军 通讯员 刘文英)

## 东昌府区张炉集镇中心小学 开展“冬季取暖安全”主题活动



为切实做好学校安全工作,增强师生取暖安全意识,严防各类安全责任事故发生,确保师生生命财产安全,近日,东昌府区张炉集镇中心小学组织开展了“冬季取暖安全”主题活动。

活动期间,各班利用安全主题班会、主题讲话等形式,集中开展用火、用电安全警示教育,提高了师生的自防自救能力。开展校外预防煤气中毒教育活动,将安全教育从学校延伸到家庭和社会,向学生讲解用炉火取暖,预防火灾、一氧化碳中毒的知识,引导家长

增强预防煤气中毒的意识。同时学校开展了“冬季取暖安全隐患排查”活动,对学校的教室、办公室等场所进行逐一检查,并对空调取暖和安全用电情况进行全面排查,确保不留漏洞,不落死角。

通过本次主题活动,东昌府区张炉集镇中心小学广大师生增强了取暖安全意识,掌握了冬季取暖安全知识,有效地预防了冬季取暖安全事故的发生,为构建平安、和谐校园营造了良好氛围。

(记者 国晓宁 通讯员 陈利青 李欣 仙童阳)