



02

当好历史文化传承者

□梁 涛

8月17日，太原市博物馆2024年度小小讲解员活动落幕。小小“红马甲”，大大正能量，小小讲解员团队暑期服务时长共计3901个小时，服务观众达15722人次。（《太原晚报》8月19日）

对于孩子们而言，小小讲解员活动是一次宝贵的人生经历。在这个过程中，孩子们是知识的接受者，更是文化的传播者和守护者。他们用自己的方式，将那些沉睡在博物馆中的历史记忆唤醒，让更多人感受到文化的魅力与温度。这种角色转变，丰富了孩

子们的精神世界，让他们在实践中领悟到责任与担当的重量。

对于博物馆而言，小小讲解员活动为其增添了新的活力与色彩。孩子们天真烂漫的讲解，为观众带来了别样的参观体验，更让博物馆成为连接过去与未来、传统与现代的桥梁。这种创新的教育方式，提升了博物馆的公众吸引力和社会影响力，也促进了历史文化传承与弘扬。

对于城市而言，小小讲解员活动也为讲好太原故事提供了新路径。太原是一座历史悠久、文化底蕴深厚的

城市，孩子们用实际行动证明，文化传承不仅仅是老一辈人的责任，更是年轻一代的使命。他们用自己的声音和行动，讲述着太原的故事，传承着太原的文化，为这座城市的未来发展注入了新的活力与希望。

作为一项社会实践活动，“小小讲解员”的经历，为孩子们的暑期生活增添一抹亮彩，让其与三晋悠久的历史文化结缘，更为讲好太原故事，弘扬优秀传统文化埋下种子。希望小小讲解员能够保持这份热情与纯真，继续在文化传承的道路上坚定前行。

儿声 帮孩子收心

□朱红亮

这几天，一些社区开办了公益“收心课”，部分家长、老师分享“收心锦囊”，一起帮助孩子们从容而自信地迎接新学期。（《并州新闻》客户端8月18日）

暑假即将结束，如何帮助孩子们从“暑假模式”切换到“开学模式”，成为家长和社会关注焦点。收心教育是家长和孩子需要共同面对的课题，不容忽视。

帮着收心，需要提前做好孩子的作息时间调整。家长和孩子应合理规划，共同制订详细可行的作息时间表，将起床、睡觉、学习、运动等精确安排，让学生对每日的时间安排有清晰认知，培养其时间管理能力。应循序渐进，每天让孩子提前一点时间入睡和起床，逐步向开学后的作息靠拢，让身体和大脑有一个适应过程，减少开学初期的疲倦感。另外，增加孩子白天运动量能有效消耗过剩精力，使其在晚上更容易感到困倦，顺利入睡。

复习预习是收心教育的重要

家长多上心

微观 培育急救新力量

□孙达佳

8月12日，小店街道汾东南路社区与小店区红十字会共同开展“安全‘童’行‘救’在身边”暑期急救知识培训活动。（《太原晚报》8月18日）

面临紧急情况，青少年懂得自救与互救，无疑具有重要的意义与价值。小店街道汾东南路社区向辖区青少年普及应急救护知识，值得称赞和推广。

在我们的生活中，意外和突发事件随时可能发生。经过专业的急救知识培训，青少年面对危急时刻不会手足无措，而是能够迅速反应，为专业救援争取宝贵的时间，保护自己和他人，挽救生命。社区组织急救知识培训活动，就是在青少年的心中埋下了一颗关爱生命的种子，帮助青少年知晓生命的脆弱和宝贵，不断练就过硬的心理素质，提升社会责任感。

社区应当将急救知识培训纳入日常工作中，不断巩固和提升青少年急救能力。同时要和学校、家庭紧密合作，形成全方位的教育体系，让每个青少年都能掌握急救技能，形成全民懂急救、能急救的良好社会氛围。

论语 医生进家庭

□薄 鸿

临近中国医师节，杏花岭区坝陵桥社区卫生服务中心收到居民张广明家属的感谢信，让“李娟家医团队”的成员提前感受到节日的温情。（《太原晚报》8月15日）

吃五谷杂粮，免不了有头疼脑热。病了痛了，寻医问药，都想找个依靠——靠子女、靠亲戚、靠朋友，但有的靠得上，有的靠不上。家庭医生有效解决了居民这一痛点。

杏花岭区坝陵桥社区卫生服务中心“李娟家医团队”所服务的张广明老人，96岁高龄，患有多种慢性病。不论是让子女照料，还是托付给亲朋好友，或是保姆看护，都有一定风险。交给家庭医生，从治疗用药到饮食起居，老人的健康无须子女多虑。

健康无小事，专业的人干专业的事。医生进家入户，不仅老人有“医”靠，整个家庭的健康也有了专业指导。

家庭医生预约方便，就诊时间灵活，凭借丰富的医学知识和临床经验，能够精准诊断各类常见疾病，并提供恰当治疗方案。居民也无需去医院排队

居民有“医”靠

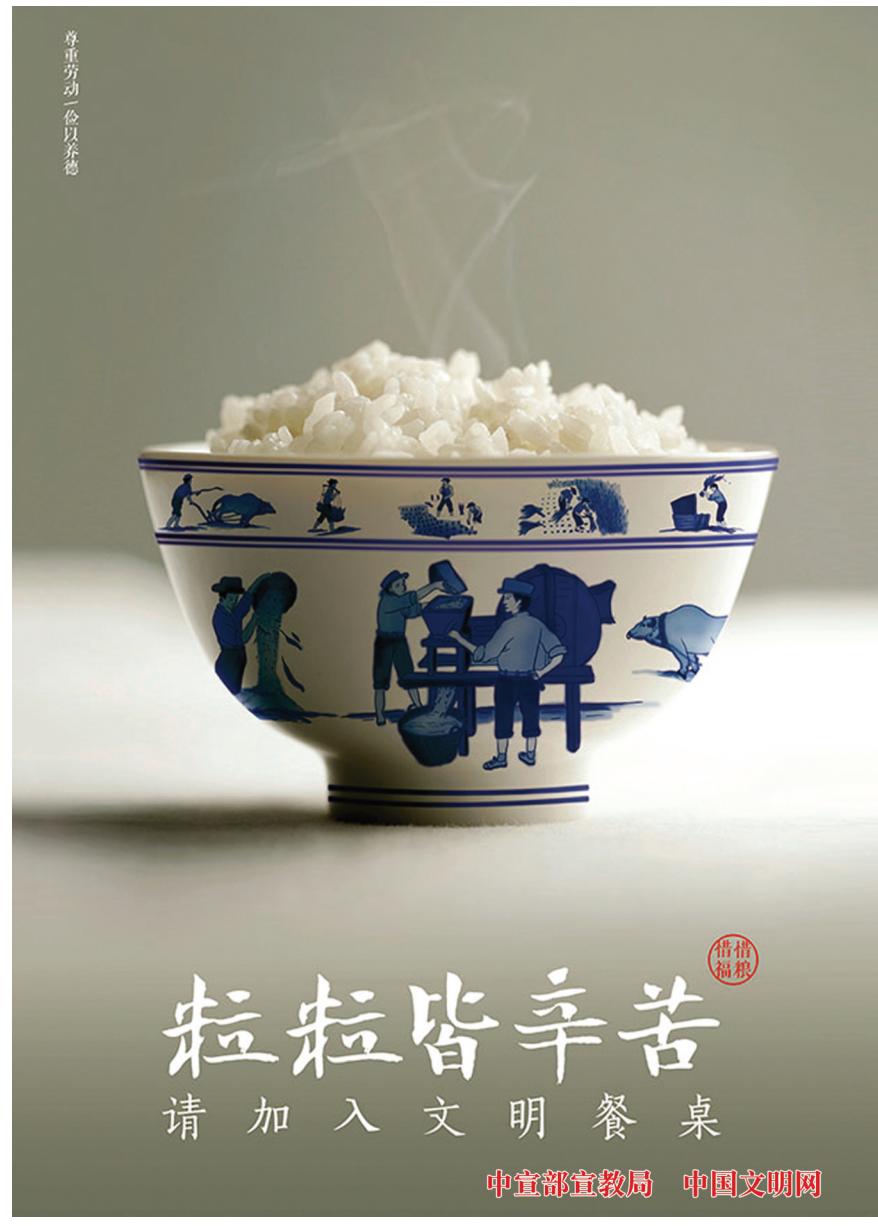
□薄 鸿

挂号，省时又省力。

健康无小事，医患互信是好事。家庭医生与患者一对一、面对面交流沟通，不仅有利于治疗，更能加强医患之间的信任和沟通。家庭医生倾听患者诉求，给予健康建议，不仅关注疾病本身，更注重患者整体健康状况和生活方式，从饮食、运动到心理调适，全方位呵护居民身心健康。他们熟悉每一位患者的健康背景，能够提供个性化的医疗服务，让患者感受到真正的关爱和尊重。

健康无小事，全民健康是大事。家庭医生是居民健康的守门人，也是公共卫生服务的重要力量。他们通过与居民建立长期稳定的服务关系，能够更有效地管理慢性疾病，预防疾病的的发生和发展，减少不必要的住院和急诊访问，从而提高整个社会健康水平。

医生进家庭，是“医”靠也是方向。要吸引更多优秀医生扎根基层医院，成为家庭医生，同时建立相应激励机制，从待遇、思想、工作上关心他们，让他们认认真真、踏踏实实地守护好居民健康。



粒粒皆辛苦
请加入文明餐桌

中宣部宣教局 中国文明网



薄 鸿

新闻：市卫健委8月18日发布消息，截至2023年底，我市共有执业医师27778人，较上一年同期增长5.69%，其中，医院医师人数增加4.25%，基层医疗卫生机构医师人数增加8.56%，现有乡村医生857人。35岁至44岁医师是主力军。（《太原晚报》8月20日）

旁白：培育医之栋梁，传承医学精神。

新闻：为积极应对人口老龄化，培育经济发展新动能，助力稳定和扩大就业，近日，黑龙江省人社厅印发《关于助力银发经济发展壮大若干措施的通知》，提出，要统筹用好人社各项措施，支持银发经济健康发展，提高人民生活品质。（《工人日报》8月19日）

旁白：推动银发经济发展，提升养老服务品质。

新闻：“想高薪入职？先整容”“0利息0首付变美丽”……记者近日采访发现，一些美容机构以低息甚至无息为幌子，诱骗消费者以“美容贷”的方式“为美买单”。一些消费者被低利率吸引申请了贷款，结果被收取各种名目的额外费用。（《法治日报》8月19日）

旁白：美容量力而行，谨防上当受骗。

投稿邮箱:tywbplb@163.com