

社会 广东

健康宣传进社区

本报讯 记者陈希子报道:“原来中老年人每天散步20分钟左右就够了,我以前总以为越多越好,结果膝盖走坏了!”近日,在咸安区永安街道三元社区居民楼,65岁的张阿姨听完健康讲座后恍然大悟。当天,志愿服务工作人员开展健康生活科普活动,吸引了众多居民参与。

“春季昼夜温差大,更要注意防寒。”活动现场,工作人员耐心讲解健康小常识。“每天盐摄入量别超过一啤酒瓶盖”,生动的讲述让居民频频点头。在互动体验区,志愿者手把手教居民自测血压,“袖带要绑在肘窝上两指,松紧能塞进一根手指为宜”。72岁的王爹爹第一次规范测量,发现血压偏高,当场预约了下周的专业门诊。

最热闹的是“健康厨房”演示环节,营养师用手机短视频讲解如何制作低盐版咸宁家常菜。“把白糖换成木糖醇,甜味一半,绿豆汤照常甜。”居民们边品尝边记录,不少人用手机拍下配料比例。

“这种听得懂、用得上的科普,比发传单强多了!”居民纷纷点赞。此次科普宣传活动,不仅提高了居民对春季传染病的防范意识,也让大家掌握了实用的预防知识和健康生活方式。

拾金不昧显美德

本报讯 记者黄柱、通讯员程姣、乔羽报道:3月2日,赤壁市蒲圻街道华舟社区便民服务中心内,居民高廷松将拾获的1100元现金亲手交还给失主王女士,以朴实行动践行拾金不昧美德。

就在一天前,高廷松在社区听普法讲座时,发现一个装有现金的红包。他当即询问周边邻居未果,原地守候一小时仍未等到失主。考虑到钱款可能是孩子遗失的压岁钱,高廷松立即将红包送到社区,委托工作人员帮忙寻找失主。社区工作人员清点后确认内有现金1100元,随即登记并全力寻找。

随后,失主王女士到社区求助,称孩子不慎遗失压岁钱。经核实,其所述信息与高廷松拾获的红包完全一致。在社区工作人员的见证下,高廷松将现金完好归还。拿回钱款的王女士又惊又喜,连连致谢表达感激。

下一步,华舟社区将持续深化新时代文明实践建设,通过“身边人讲身边事”传播正能量,让文明之花处处绽放,共同绘就文明和谐、温暖有爱的社区画卷。

屋场会上听民声

本报讯 记者黄柱、通讯员宋红报道:连日来,赤壁市中伙铺镇长山社区处处可见“红马甲”忙碌的身影。沟渠边、田间地头、村民房前屋后,党员干部、志愿者与村民携手开展环境整治,干净整洁的院落、清爽通畅的村道,绘就出和美乡村的鲜活图景。

为进一步推进“清洁家园”行动常态化长效,探索建立农村环境卫生整治的长效机制,近期,中伙铺镇组织党员干部、村民以及志愿者持续开展村居环境集中整治活动。

屋场会上,长山社区干群围坐一堂、共话发展。“有时看到不明车辆倾倒垃圾,要加强监督执法!”居民田和平建议。“村口杂草该修剪了,街道两侧人行道有破损,该修一修了。”居民田逢强说道。村民们你一言我一语,围绕如何改善人居环境积极建言献策。

民意所向,实干为要。整治现场,党员干部带头,仔细清扫主干道两侧的落叶与积尘;志愿者们俯身绿化带,捡拾塑料瓶、纸屑等零星垃圾;居民们也纷纷行动起来,将房前屋后的杂物摆放整齐,清扫畜禽圈舍,清运积存垃圾……“人人讲卫生,家家爱清洁”的理念深入人心。

截至目前,全镇已累计召开屋场会6场次,收集意见20余条,整治“三堆两垛”200余处。

(上接第一版)

一张“云处方”的“旅行”

日前,市民黄大姐来到赤壁市妇幼保健院就诊,和以往不一样的是,医生给她开具了一张“云处方”,她可以到离家更近的药房取药。

“云处方”省去了纸质处方丢失的烦恼,手机可以随时看,门诊时也不用再次挂号,可以随时查看。”黄大姐说道。

黄大姐就诊的便利,得益于赤壁市实行的医共体“一张处方”模式。

该市以群众需求为导向,通过服务升级让就医更便捷、更舒心。推行“一码通”“诊间支付”“床旁结算”等模式,2025年完成诊间支付10万余人次,门诊平均排队时间减少50%以上,解决“排队三小时,看病三分钟”难题。

创新处方服务。开展电子处方流转,累计流转处方3.7万张,群众可自主选择药店取药;为慢病患者、儿童提供药品拆零服务1万余人次,减少药品浪费。

拓展线上服务。升级“健康赤壁”小程序,推广“云预约”“云支付”“云胶片”等服务,云胶片影像互认,检查检验结果互认累计1.7万人次,让群众“掌上”就能办就医相关事项。

推行双处方制度。为45类慢病患者开出1.2万张“药物+生活方式”个性化处方,慢病规范管理率提升至90.5%,真正实现从“治病”到“防病”的转变。

小电子处方贯穿诊疗、诊中、诊后服务全链条,还催生送药上门服务新业态,有效带动了基层医疗机构门诊量的增长,群众就医获得感实实在在转化为民生“含金量”。

微观 咸宁



得。”在吴浩然心里,回种种瓜、陪伴家人、坚持奔跑,就是他最想要的生活。

为了支持丈夫追梦,吴浩然的妻子贝贝辞去舞蹈老师工作,专职做起生活助理和运营搭档。夫妻俩组成自媒体团队,拍摄、剪辑,将晨跑训练、大棚劳作、赛场瞬间与一家三口温馨日常一一记录。内容真实接地气,打动了众多网友,抖音账号粉丝已突破52万。

“妻子是我坚实的后盾,在我运动生涯低谷期时不离不弃,日常悉心打理生活、对接各类事务,让我能全身心投入到自己喜欢的事情上。”吴浩然坦言。

无论是站上领奖台,还是在短视频里,吴浩然总不忘义务推介通山的山水风光,希望带动更多人关注家乡、爱上运动,也期待在家乡的咸宁马拉松赛道上,跑出更好的自己。

从田埂小道到专业赛道,从农家小伙到国家级运动健将,吴浩然以锄头为械、以跑鞋为翼,把热爱融入人生的每一步中。如今,春耕瓜种已播撒,咸宁马拉松赛即将开启。这位扎根乡土的跑者依旧步履不停,在平凡生活中坚守初心,用坚持与热爱,绽放属于自己的时代光芒。

“去年西瓜因为雨水偏多而甜度不够,今年提前做好棚体防护,精细化管理。想做一件事就想把它做成功,种瓜和跑步一样,要耐得住性子,也要找对方法,既能收获甘甜果实,又能在劳作中打磨体能,一举两

得。”在吴浩然心里,回种种瓜、陪伴家人、坚持奔跑,就是他最想要的生活。

为了支持丈夫追梦,吴浩然的妻子贝贝辞去舞蹈老师工作,专职做起生活助理和运营搭档。夫妻俩组成自媒体团队,拍摄、剪辑,将晨跑训练、大棚劳作、赛场瞬间与一家三口温馨日常一一记录。内容真实接地气,打动了众多网友,抖音账号粉丝已突破52万。

“妻子是我坚实的后盾,在我运动生涯低谷期时不离不弃,日常悉心打理生活、对接各类事务,让我能全身心投入到自己喜欢的事情上。”吴浩然坦言。

无论是站上领奖台,还是在短视频里,吴浩然总不忘义务推介通山的山水风光,希望带动更多人关注家乡、爱上运动,也期待在家乡的咸宁马拉松赛道上,跑出更好的自己。

从田埂小道到专业赛道,从农家小伙到国家级运动健将,吴浩然以锄头为械、以跑鞋为翼,把热爱融入人生的每一步中。如今,春耕瓜种已播撒,咸宁马拉松赛即将开启。这位扎根乡土的跑者依旧步履不停,在平凡生活中坚守初心,用坚持与热爱,绽放属于自己的时代光芒。

“去年西瓜因为雨水偏多而甜度不够,今年提前做好棚体防护,精细化管理。想做一件事就想把它做成功,种瓜和跑步一样,要耐得住性子,也要找对方法,既能收获甘甜果实,又能在劳作中打磨体能,一举两

得。”在吴浩然心里,回种种瓜、陪伴家人、坚持奔跑,就是他最想要的生活。

为了支持丈夫追梦,吴浩然的妻子贝贝辞去舞蹈老师工作,专职做起生活助理和运营搭档。夫妻俩组成自媒体团队,拍摄、剪辑,将晨跑训练、大棚劳作、赛场瞬间与一家三口温馨日常一一记录。内容真实接地气,打动了众多网友,抖音账号粉丝已突破52万。

“妻子是我坚实的后盾,在我运动生涯低谷期时不离不弃,日常悉心打理生活、对接各类事务,让我能全身心投入到自己喜欢的事情上。”吴浩然坦言。

无论是站上领奖台,还是在短视频里,吴浩然总不忘义务推介通山的山水风光,希望带动更多人关注家乡、爱上运动,也期待在家乡的咸宁马拉松赛道上,跑出更好的自己。

从田埂小道到专业赛道,从农家小伙到国家级运动健将,吴浩然以锄头为械、以跑鞋为翼,把热爱融入人生的每一步中。如今,春耕瓜种已播撒,咸宁马拉松赛即将开启。这位扎根乡土的跑者依旧步履不停,在平凡生活中坚守初心,用坚持与热爱,绽放属于自己的时代光芒。



在刚刚结束的湖北省第十七届运动会田径(马拉松)比赛暨2026咸宁马拉松比赛中,咸宁通山籍选手吴浩然,以2小时17分29秒的成绩,一举夺得全程马拉松男子组(省运会组+大众组)冠军,为家乡再添一份体育荣光。

随着2026咸宁马拉松开赛在即,这位从田埂里跑出来的“草根冠军”,又在怎样备战?

3月11日,记者来到通山县南林桥镇罗城村芦坑庄吴浩然的老家。清晨的田埂还带着露水湿气,吴浩然头戴草帽、身着运动装,正和家人一起铺地膜、搭大棚、种西瓜。春光正好,他一边抢抓农时播种育苗,一边默默为即将到来的“咸马”蓄力。

备战咸宁马拉松的日子里,吴浩然除了日常训练,还把田间劳作,变成了自己独一份的“乡土力量训练”:锄地播种,锤炼上肢力量;挑水灌溉,强化腿部肌力;弯腰管护大棚,锻炼核心稳定。没有专业器械,没有豪华场馆,他用最朴素的方式,一点点夯实长跑所需的身体基础。

这位“90后”农家小伙,奔跑之路一步一个脚印:初二1000米长跑时被发现有跑步天赋,后以体育特长生考入鄂高学习;2018年北京马拉松,他完成人生首马,跑出2小时47分;2023年衡水湖马拉松,他以2小时19分达标“国家级运动健将”,成为湖北首位突

破2小时20分的大众马拉松健将;这一次孝感马拉松夺冠,更是刷新个人最好成绩,竞技水平一路稳步攀升。

“一年奔跑里程超6000公里。”乡间小路、凤池山步道、县城街巷、学校操场,都留下吴浩然日复一日的训练足迹。没有专业教练随行,没有稳定商业赞助,吴浩然全靠高度自律咬牙坚持:清晨慢跑热身,黄昏加练间歇跑,酷暑时节远赴云南封闭集训。哪怕在最艰难的日子里,他也始终没有停下脚步,把在田埂里磨出的韧劲,一点点变成站上赛场的底气。

“有很多跑步认识的朋友会从外地到通山来找我玩,我会带他们体验农家采摘,吃通山的美食。以跑交友,也可以以美食会友。”基于这样的想法,赛场之外,吴浩然选择回归乡村,把日子过得很多人向往的模样。

吴浩然把奶奶留下的旧菜地重新盘活,搭起3个西瓜大棚,专心种瓜增收;每天送女儿上学后,便和妻子回到村里翻土、播种、除草。父母操劳半生,如今在家安享清闲,偶尔到棚里搭把手,一家人守着土地,和睦安稳。

“去年西瓜因为雨水偏多而甜度不够,今年提前做好棚体防护,精细化管理。想做一件事就想把它做成功,种瓜和跑步一样,要耐得住性子,也要找对方法,既能收获甘甜果实,又能在劳作中打磨体能,一举两

得。”在吴浩然心里,回种种瓜、陪伴家人、坚持奔跑,就是他最想要的生活。

为了支持丈夫追梦,吴浩然的妻子贝贝辞去舞蹈老师工作,专职做起生活助理和运营搭档。夫妻俩组成自媒体团队,拍摄、剪辑,将晨跑训练、大棚劳作、赛场瞬间与一家三口温馨日常一一记录。内容真实接地气,打动了众多网友,抖音账号粉丝已突破52万。

“妻子是我坚实的后盾,在我运动生涯低谷期时不离不弃,日常悉心打理生活、对接各类事务,让我能全身心投入到自己喜欢的事情上。”吴浩然坦言。

无论是站上领奖台,还是在短视频里,吴浩然总不忘义务推介通山的山水风光,希望带动更多人关注家乡、爱上运动,也期待在家乡的咸宁马拉松赛道上,跑出更好的自己。

从田埂小道到专业赛道,从农家小伙到国家级运动健将,吴浩然以锄头为械、以跑鞋为翼,把热爱融入人生的每一步中。如今,春耕瓜种已播撒,咸宁马拉松赛即将开启。这位扎根乡土的跑者依旧步履不停,在平凡生活中坚守初心,用坚持与热爱,绽放属于自己的时代光芒。

“去年西瓜因为雨水偏多而甜度不够,今年提前做好棚体防护,精细化管理。想做一件事就想把它做成功,种瓜和跑步一样,要耐得住性子,也要找对方法,既能收获甘甜果实,又能在劳作中打磨体能,一举两

得。”在吴浩然心里,回种种瓜、陪伴家人、坚持奔跑,就是他最想要的生活。

为了支持丈夫追梦,吴浩然的妻子贝贝辞去舞蹈老师工作,专职做起生活助理和运营搭档。夫妻俩组成自媒体团队,拍摄、剪辑,将晨跑训练、大棚劳作、赛场瞬间与一家三口温馨日常一一记录。内容真实接地气,打动了众多网友,抖音账号粉丝已突破52万。

“妻子是我坚实的后盾,在我运动生涯低谷期时不离不弃,日常悉心打理生活、对接各类事务,让我能全身心投入到自己喜欢的事情上。”吴浩然坦言。

无论是站上领奖台,还是在短视频里,吴浩然总不忘义务推介通山的山水风光,希望带动更多人关注家乡、爱上运动,也期待在家乡的咸宁马拉松赛道上,跑出更好的自己。

从田埂小道到专业赛道,从农家小伙到国家级运动健将,吴浩然以锄头为械、以跑鞋为翼,把热爱融入人生的每一步中。如今,春耕瓜种已播撒,咸宁马拉松赛即将开启。这位扎根乡土的跑者依旧步履不停,在平凡生活中坚守初心,用坚持与热爱,绽放属于自己的时代光芒。

田埂上跑出的国家级健将

本报记者 朱亚平 通讯员 金珂如 方盈颖 陈建中 文雅



巾帼兴农 筑梦乡村

——记全国三八红旗手、十四届全国人大代表田淑娴

本报记者 见博

3月7日,十四届全国人大代表、赤壁市娟子生态养殖专业合作社理事长田淑娴登上央视《新闻联播》,在《建设健康中国增进民生福祉》报道中畅谈心声。她感慨身处中国式现代化征程,每位妇女都是奋斗主角,站在“十五五”新起点,将坚守扎根乡村、科技兴农的初心,带领乡亲共建和美乡村,让巾帼力量闪耀田野。

在3月2日全国妇联举办的纪念“三八”国际妇女节暨表彰大会上,田淑娴更是作为全国三八红旗手代表上台领奖并作交流发言。她扎根基层、深耕乡土的奋斗故事,以实干笃行诠释初心使命,用担当奉献绽放巾帼芳华,生动展现了我市新时代女性昂扬向上的精神风貌,为广大妇女投身乡村振兴、建功新时代树立了标杆。

“作为一名新农人,我深知不仅要让技术扎根土地,更要把梦想种进稻田。”这是田淑娴在表彰大会上的肺腑之言,也是她十余年来扎根乡土的初心写照。出生于赤壁市中伙铺镇安丰村的她,年少时便目睹父母田

间劳作的艰辛与土地产出的不匹配,一颗改变家乡面貌、让土地焕发更大价值的种子,就在此她心中生根发芽。高中时一场倒春寒过后,被雪压弯的油菜花再度盛放的景象,更让她被土地厚重无私的力量深深折服,坚定了种好地、生产优质农产品的人生方向。

2017年硕士毕业后,田淑娴毅然辞去杭州的高薪工作,带着所学的生物专业知识回到家乡,一头扎进了这片养育她的土地。创业之初,质疑声接踵而至,“女硕士读了多年书,最后还是回来种地”的闲言碎语,曾让她倍感压力。就在此时,镇妇联第一时间送上鼓励与支持,让她感受到了“娘家人”的温暖,也让她扎根农村的信心愈发坚定,后来她还当选了镇妇联执委,与妇女事业结下了更深的缘分。

创业的道路并非一帆风顺。流转百亩农田后,田淑娴在田边搭起简陋实验室,尝试用微生物技术调水养小龙虾,却接连遭遇水草疯长、藻类暴发、鸭群生病等难题,一度

焦虑得整夜无法入睡。关键时刻,党委、政府及妇联组织及时伸出援手,帮她对接专家、拓宽销路、申请贷款、链接资源。带着这份信任与支持,她全身心投入田间与实验室,从育苗、调水到环境监测,反复打磨每一个技术环节,最终成功探索出“菌-藻-稻-虾-鸭”生态循环模式,让成片稻田蜕变为智慧高效的生态系统。

这一模式的落地,彻底改写了传统种田的收益格局。稻田每亩可产小龙虾100公斤、稻谷500公斤、无抗生素鸭子30只,综合收益达6900元,较传统种田效益提升5倍以上;更实现了化肥减量60%、农药渔药减量80%的生态效益,曾经消失的白鹭、野鸭、萤火虫重回田间,农田变成了生机盎然的生态家园。2024年,这一模式被纳入联合国粮农组织生态低碳食物系统项目,中国新农人的生态智慧,登上了国际舞台。

一人兴农不如众人兴村。在市妇联的指导下推动下,她牵头建起“村播妇联”,组织

你,等专业人士来。”她的手掌轻轻搭在戴某的手背上,让因疼痛而颤抖的戴某渐渐平静下来。

与此同时,网格团队同步启动应急响应机制:第一时间拨打凤凰山社区卫生服务中心急救电话,并快速联系上戴某家属。从邻居发现险情到医护人员到场,各环节无缝衔接,救援效率赢得现场群众一致称赞。

当救护车赶到时,现场已完成了伤情评估、情绪安抚、通道清理、家属联络等全部前置工作。急救医生忍不住感叹:“现场处置非常好,为后续治疗争取了宝贵时间!”

“幸亏发现得早,也多亏社区干部就在附近来得快!”事后,匆匆赶来的戴某家属

你,等专业人士来。”她的手掌轻轻搭在戴某的手背上,让因疼痛而颤抖的戴某渐渐平静下来。

与此同时,网格团队同步启动应急响应机制:第一时间拨打凤凰山社区卫生服务中心急救电话,并快速联系上戴某家属。从邻居发现险情到医护人员到场,各环节无缝衔接,救援效率赢得现场群众一致称赞。

当救护车赶到时,现场已完成了伤情评估、情绪安抚、通道清理、家属联络等全部前置工作。急救医生忍不住感叹:“现场处置非常好,为后续治疗争取了宝贵时间!”

“幸亏发现得早,也多亏社区干部就在附近来得快!”事后,匆匆赶来的戴某家属

你,等专业人士来。”她的手掌轻轻搭在戴某的手背上,让因疼痛而颤抖的戴某渐渐平静下来。

与此同时,网格团队同步启动应急响应机制:第一时间拨打凤凰山社区卫生服务中心急救电话,并快速联系上戴某家属。从邻居发现险情到医护人员到场,各环节无缝衔接,救援效率赢得现场群众一致称赞。

当救护车赶到时,现场已完成了伤情评估、情绪安抚、通道清理、家属联络等全部前置工作。急救医生忍不住感叹:“现场处置非常好,为后续治疗争取了宝贵时间!”

“幸亏发现得早,也多亏社区干部就在附近来得快!”事后,匆匆赶来的戴某家属

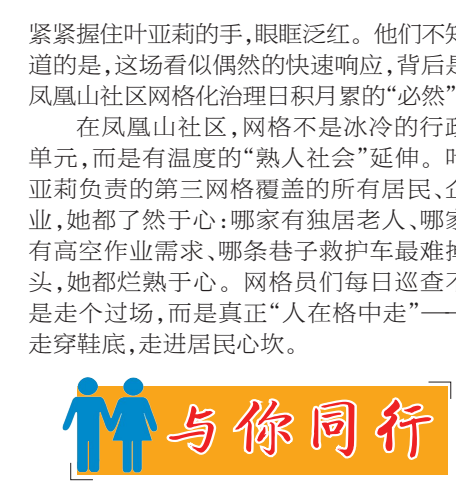
你,等专业人士来。”她的手掌轻轻搭在戴某的手背上,让因疼痛而颤抖的戴某渐渐平静下来。

与此同时,网格团队同步启动应急响应机制:第一时间拨打凤凰山社区卫生服务中心急救电话,并快速联系上戴某家属。从邻居发现险情到医护人员到场,各环节无缝衔接,救援效率赢得现场群众一致称赞。

当救护车赶到时,现场已完成了伤情评估、情绪安抚、通道清理、家属联络等全部前置工作。急救医生忍不住感叹:“现场处置非常好,为后续治疗争取了宝贵时间!”

“幸亏发现得早,也多亏社区干部就在附近来得快!”事后,匆匆赶来的戴某家属

你,等专业人士来。”她的手掌轻轻搭在戴某的手背上,让因疼痛而颤抖的戴某渐渐平静下来。



与你同行