

高考后更应关注考生心理健康

医生建议:积极自我调节,缓解焦虑情绪

健康关注

随着高考结束,高三学子们迎来假期。这段时间里,不少人会选择和朋友聚餐、旅游或者宅家看剧补觉,也有人无法立刻从高压中释放出来,产生焦虑情绪。

心理医生提醒,考生需要在心理上及时调整,警惕高考后出现“情绪过山车”。

随着高考的结束,十余年寒窗苦读终于暂告一个段落,家长和考生都会有一种如释重负的感觉。然而,高考的结束并不意味着心理压力的消失,随之而来的是学生对考试结果的担心与焦虑。

荆州市中医医院治未病科主任医师金瑛说:“高考结束后,意味着考生卸下了肩上的学业重担,进入自由支配时间的生活,学校和家长也相对放松了对孩子的监管。然而,考试成绩和录取学

校牵动着考生的神经,心理预期与现实往往存在较大差距,少数学生因成绩不理想或在等待分数的过程中会焦虑不安甚至产生抑郁情绪。”

金瑛提醒,高考过后考生首先应该补充睡眠,保持规律作息,并进行适度文体活动。除了自身进行心理调节外,父母的陪伴、理解和支持对于孩子的成长十分重要。金瑛建议,家长要多与孩子沟通,无论孩子考得如何,都不要埋

怨和责备,除了关注成绩外,也要关注孩子心理方面的健康成长。

“建议家长在假期带孩子外出旅游放松心情,让孩子多与同学聚会,缓解焦虑情绪。对于留守孩子,有条件的家长可以把孩子接到身边,让他们感受到亲情温暖,没有条件的家长则应经常联系孩子,随时掌握孩子的思想动向。”金瑛说。

(记者 刘洁 特约记者 汪振华 通讯员 黄红艳)

省卫生健康宣教中心调研组来荆调研

深化健康科普宣教 强化为民服务意识

本报讯(通讯员李轩)近日,湖北省卫生健康宣教中心调研组来荆调研卫生健康宣传教育工作。

调研组先后前往荆州区中医医院、荆州市中心医院、荆州市中心血站、荆州市疾病预防控制中心、公安县血吸虫病健康教育馆、公安县人民医院、公安县中医医院、埠河镇卫生

院等地,通过查看现场、听取汇报、交流座谈等形式,全方位了解了我市基层医疗卫生单位健康科普宣教、宣传队伍和阵地建设、新闻宣传工作开展情况,摸清了基层医疗卫生单位对卫生健康宣教工作的实际需求,并对基层提出的宣传人员较少、制作水平不高、经费投入不足、宣传

思维不够开阔等问题给出了针对性建议。

调研组指出,要继续围绕卫生健康重点工作开展健康科普宣教和新闻宣传,强化为民服务意识,将卫生健康知识用群众听得懂、看得见的形式加以宣传,为群众提供权威及时有效的卫生健康知识;要加强宣教队伍建设,引导广

大干部职工参与到卫生健康宣传工作中来,把卫生健康科普知识传递到千家万户。要加大宣教力度,引导群众塑造自主自律的健康行为,牢固树立自己是健康第一责任人的理念。要加强上下联动沟通,打开思路,拓宽宣传渠道,广泛利用国家、省、市平台,借力、借势,发挥叠加效应。

提高结核病防治工作质量

全省结核病防治技术第三期培训班在荆开班

本报讯(记者赵保佳 通讯员朱立辉)为进一步规范结核病诊疗管理,高质量推进全省结核病防治工作,6月12日,湖北省结核病防治技术第三期培训

班在荆州开班。此次培训为期4天,来自全省各地疾控中心和结核病定点医院的主要负责人参训。培训旨在及时更新知

识,更好地指导我省结核病防治工作,规范开展结核病的诊、防、治、管、教。

据介绍,2022年9月,荆州市胸科医院和荆州市第一人民医院进行整合,

在省内率先成立荆州市公共临床中心,进一步夯实结核病防治工作基础,提升结核病防治水平,着力打造江汉平原结核病诊疗中心。

传承红色薪火 凝聚奋进力量

荆州市中医医院举行庆祝中国共产党成立102周年纪念大会

本报讯(记者刘洁 特约记者汪振华 通讯员黄红艳)6月15日下午,荆州市中医医院举行庆祝中国共产党成立102周年大会。

大会宣读了《关于表彰2022—2023年度先进基层党支部、优秀党务工作者、优秀共产党员的决定》,并为获

奖代表颁发荣誉证书。优秀共产党员和先进基层党组织代表作交流发言。

会议指出,过去的一年,医院党委在市委、市政府和市卫健委的正确领导下,把加强党的领导和党的建设贯穿于医院改革发展全过程,为医院持续健康发展高质量发展凝聚不竭动力。下一步,医

院上下要坚持政治统领,以高水平党建引领医院高质量发展;坚持组织驱动,以规范化支部建设助力医院高质量发展;

坚持制度保证,以标准化管理加速医院高质量发展;坚持文化建设,以清廉建设保障医院高质量发展;坚持患者至上理念,关心关爱职工,用医院文化

浸润人塑造人,奋力谱写医院高质量发展新篇章。

近年来,荆州市中医医院先后荣获“湖北省老年友善医疗机构”、荆州市首批“党建共享阵地”、“市市单位先进基层党组织”和“最佳志愿服务组织”称号。

江陵县沙岗镇卫生院:

送医下乡暖人心

本报讯(通讯员郭敏 章清平)近日,江陵县沙岗镇卫生院组织党员干部、医务人员来到方乐寺村,将“清廉医风基层行·健康义诊暖人心”义诊活动送到百姓家门口。

义诊医疗队由呼吸内科、心内科、疼痛康复科等多科专业医生组成。大家按照公共卫生服务规范认真为村民

量血压、测血糖、采血、做心电图、B超等,根据检查结果,“323”攻坚行动小组现场开展健康宣教和筛查,耐心解答村民关于高血压、糖尿病、心脑血管疾病、老年人多发病等慢性病的健康咨询,向他们宣传保健和疾病预防知识、讲解用药方法,有效提高老年人防范疾病意识。

石首市久合垸乡卫生院:

急救知识进校园

本报讯(通讯员周芳)为进一步普及急救知识与技能,近日,石首市久合垸乡卫生院组织专班开展红十字日急救知识进校园宣讲活动。

此次活动采取知识讲解和实践操作相结合的方式,重点讲解触电、溺水、心肺复苏术、海姆立克急救法等内容,指导教师把握黄金时间进行有效应急

救助。为方便师生更直观感受和掌握急救要领,医护人员现场演示心肺复苏和气道异物急救,并指导部分师生模拟实践。师生们热情高涨,受益匪浅。

此次活动让师生进一步了解急救护基本知识,有效掌握了心肺复苏急救等技能,显著提高对突发事件和意外伤害的应变能力,受到大家一致好评。

江汉简讯

我市正式进入梅雨期

本报讯(记者马骁)6月15日,我市发布重大气象信息专报,根据最新气象资料分析,6月16日开始,随着西太平洋副热带高压西伸北抬,华南雨带将北抬至长江中下游一带,标志着我市正式进入梅雨期。

气象专家介绍,梅雨是指初夏时节从中国江淮流域到韩国、日本一带雨期较长的连阴雨天气,期间暴雨、大暴雨天气过程频繁出现,降水连绵不断,多雨闷热易生霉,谓之“霉雨”;由于此时正值江南梅子成熟季节,故又称为“梅

雨”。我市历年平均入梅日为6月15日,出梅日为7月11日,且梅雨期是我市一年中降水最为集中的时段,降水约占主汛期雨量的62%,全年总雨量的27%。

气象部门建议,梅雨期来临,各地应密切监测江河湖库水情,加强防汛安全管理,加强防范由暴雨引发的山洪、地质灾害及城乡内涝等次生灾害,并注意防御短时强降水、雷暴大风等强对流天气对城市运行、交通运输、农业生产等产生的不利影响。

促进劳动力资源有序流动

我市组团赴十堰郧阳开展劳务协作活动

本报讯(记者王子瑶 通讯员王卓威)为深化劳务合作,实现劳动力资源有效共享,6月14日,我市人社部门组织教育专家、企业代表赴十堰市郧阳区开展劳务协作活动。

当日,荆州考察团分组实地考察郧阳区乡村振兴和对口帮扶项目,先后调研湖北鑫能源油橄榄科技有限公司基地、湖北棉伙棉伴智能纺织科技有限公司、杨溪铺镇青龙泉社区香菇产业基地(香菇小镇)等地;湖北美的电冰箱有限

公司等6家企业携1000多个就业岗位,在郧阳区就业人才局零工驿站大厅开展以“荆郧劳务协作 温暖真情相助”为主题的2023年荆郧劳务协作直播招聘活动。

郧阳区是荆州市结对帮扶区域协作地。市人社局主要负责人介绍,两地人社部门将不断加强劳务合作,努力实现就业信息共享,劳务品牌共建,人力资源共属,促进劳动力资源的有序流动,推动两地劳务协作常态化、制度化。

方便高校学生暑期出行

中心城区汽车客运站进校园送服务

本报讯(记者荆文静 通讯员王艳)6月16日上午,荆州先行集团客运事业部到长江大学开展“暑运直通车进校园”宣传活动,为大学生送上荆州长途汽车站、荆州客运枢纽站、红门路客运站的“绿色出行”服务。

近日,中心城区各大专院校陆续放假,大学生出行客流持续增加。为方便在荆大学生便捷出行,荆州先行集团客运事业部组织工作人员持续走进长江

大学东校区、长江大学西校区、长江大学文理学院、长江大学荆州学院、湖北省中医药高等专科学校,为学生发放荆州客运枢纽站、沙市长途汽车站、红门路客运站的班次时刻表、智慧出行公众号,向行动不便、行李过多的大学生提供温馨出行服务。针对学生群体集中出行计划,3家客运站将做好“一对一”直通车服务,以暖心服务保障大学生安全顺畅出行。

《昌少军印象》在荆首发

本报讯 近日,由湖北省书协、书法报社、中流印社主办,荆州市书协、湖北篆刻研究会承办的《昌少军印象》首发式暨昌少军篆刻作品研讨会在荆州市图书馆举行。湖北篆刻研究院院长昌少军及荆州市文化艺术界代表共50余人参加活动。

《昌少军印象》一书以纪事的形式,汇集近40年来昌少军的师长、同道、同事、亲友、学生和各界人士、媒体等对他作为人为艺的评价,也收录昌少军对为人处事、读书、艺术的思考,立

体展现了昌少军的人生价值观和艺术探索路径。

昌少军,湖北仙桃人,在荆州工作、生活16年,现居武汉。先后师从汪新士、吴文蜀、刘纲纪先生,曾受教于美学大家王朝闻先生。首次提出篆刻“中锋滚刀法”“以画入印”“印从画出”“绘画型篆刻(绘画印)”并付诸实践,2002年创办的中流印社获2015年度“中国书法风云榜”书法社团奖,曾获2013—2014年度“中国书法十大双年度人物”提名。

聚焦清廉荆州建设

石首市档案馆:

深挖档案资源 推进清廉建设

本报讯(通讯员张电中)近日,石首市档案馆深挖历史文献、文化经典、档案资料中的廉洁文化,举办“清风廉韵——石首清廉事迹展”。

展览通过杨溥、刘永清、王尚荣等11位石首古代先贤的清廉故事,以图文并茂的形式,生动展示石首档案史料中的廉洁文化,弘扬石首人的清廉品格。清廉事迹展与馆内原有的石首红色文化展和馆藏珍贵档案展一道,形成了集红色文化、革命文化、廉洁文化与

一体的综合性教育阵地。

近年来,石首市档案馆紧紧依托丰富的馆藏档案资源优势,突出特色,坚持创新,拓展功能,致力于档案文化宣传和爱国主义教育。今后,该馆将以现有教育阵地为基础,不断发挥资源优势,通过档案史料、音视频、微党课等形式,常态化为全市各级党员干部加强党性锻炼、开展主题党日等活动等提供服务,助力清廉石首建设向纵深推进。

沙市区解放路街道绿化村社区:

学家风家训 树清廉之风

本报讯(记者周蓉 陈丹 通讯员王培霖)为继续宣扬好中华文明传统美德,树立清廉之风,打造最美家庭,近日,沙市区解放路街道绿化村社区组织辖区部分少年儿童开展“学家风家训树清廉之风”主题教育活动。

家风,是现代家庭教育的渊源与

根基。活动中,社区纪检委员带领大家一起背诵社会主义核心价值观,参观教育宣传栏。参观过程中,大家一起齐声朗读宣传栏中的“树家风、传家训、立家规”“家家家风训”,并学习了“杨振拒金”“陶母退鱼”等廉洁小故事。

发扬传统美德 传递社会关爱

一流浪人员在北湖路社区得到成功救助

培育和践行社会主义核心价值观

本报讯(通讯员贾英丽)6月14日晚,沙市区解放路街道北湖路社区工作人员和志愿者在对辖区内重要路段、小区巡查时,在北湖路公厕内发现一名拾荒的流浪人员。

起初该男子一言不发,工作人员反复询问后才得知其名叫文某某,患有精神疾病,无法提供有效证件并拒绝透露具体居住信息。

社区工作人员鉴于文某某身无分

文且无人照料,一边联系荆州救助中心工作人员开展救助,一边对其进行心理疏导,耐心讲解社会救助政策,周围热心居民也纷纷拿来食物。20分钟后,救助中心工作人员将文某某接往救助站。

近年来,北湖路社区持续开展社会救助工作,让流浪人员切实感受到党和政府的温暖以及社会的关怀,并号召社区居民发扬“一方有难八方支援”的传统美德,献出自己的一片爱心,营造全社会共同参与救助工作的良好氛围。

遗失声明

▲彭徐萍不慎遗失沙市区美利日用品商行营业执照(正本),统一社会信用代码:92421002MA4C88350M,声明作废。

▲荆州市实验花鼓剧院不慎遗失开户许可证,核准号:J5373000428903,开户银行:中国工商银行股份有限公司洪湖新区支行,账号:1813029609100013241,声明作废。

▲湖北优创商业咨询服务有限责任公司不慎遗失法人(李方权)私章一枚,声明作废。

▲刘华卫、张金安;因保管不善,不慎遗失登记坐落为江陵县沙岗镇中岭村六组的不动产权证,证号为:鄂(2018)江陵县不动产第1041977

号。现权利人特此声明并承诺:因该证书遗失所产生的民事纠纷和法律责任,概由权利人自行承担。

城乡规划方案批前公告

建设单位:湖北迅智供应链管理有限公司

申请事项:湖北讯智供应链管理有限公司厂区建设

建设地址:沙市开发区东方大道与玉湖大道交汇处北侧

上述规划申请,我分局已受理。根据《关于城乡规划公示的规定》第十六条的规定,特向社会公告相关规划方案情况。方案详情请见项目所在地现场公示牌或登录荆州市自然资源和规划局网站(zrzyj.jing-zhou.gov.cn)查询。

方案有任何意见和建议,请在本公告发布之日起七个工作日内书面告知我分局政策法规办。请有关单位和个人在提交书面材料时,同时携带单位组织机构代码证或个人身份证明材料(身份证或户籍证明或工作证)。逾期不提出意见或建议的,视为认可该项目规划方案。(联系电话:8101009)

荆州市自然资源和规划局沙市区分局 2023年6月16日

城乡规划方案批前公告

建设单位:国网荆州供电公司营销运营中心

申请事项:国网荆州供电公司营销运营中心办公用房改造

建设地址:江津中路荆州供电公司营销运营中心院内

自我防护要加强 利人利己保健康

勤洗手
用肥皂和流动水洗手

戴口罩
科学佩戴口罩

一米线
与他人保持一米以上距离。

不聚集
非必要不出行,线上贺岁,少串门,少聚集。

常通风
室内经常开窗通风。

荆州日报社 宣