今日观察

中医夜市焕发传统文化新活力

吴征远(高州)

据茂名日报报道,近日,由信宜市卫健局、信宜市中医院主办的“中医文化夜市”活动在信宜窦州里广场举行。这是继1月4日举办的“中医文化夜市”活动后,又一场干货满满的活动。

这场将千年中医与市井烟火相结合的夜市,不仅点亮了城市的夜晚,更让传统文化在当代生活中焕发出新的生命力。

此次中医夜市的活动内容丰富多样,涵盖健康义诊、中医特色适宜技术体验、中医药文化展示、互动体验等。当晚,窦州里文化广场灯火辉煌,信宜市中医院医务人员的“摊位”整齐排列,为市民提供中医义诊等健康服务,各个摊位前都排起了长队。7名专家现场为群众进行一对一会诊,免费为民众测量血压、血糖,开展中医推拿、针灸、拔罐、耳穴压豆、艾灸等中医体验项目。同时,通过中医药文化知识展板展示常见中药材标本等,向市民普及中医药文化。这些贴心、专业的义诊服务,有效地宣传了中医药文化,推广了中医药适宜技术,为广大人民群众带来了实实在在的福利。

在多数人的印象里,中医文化总是与古旧药柜、晦涩典籍紧密相连,但中医夜市的出现打破了这种刻板印象。自2024年9月起,茂名市文化广场举办了多场“潘茂名”中医药健康夜市,活动内容精彩纷呈,设有名老中医专家义诊区、“潘茂名”文化区、传统和现代中医疗法体验区、中医药产品体验区、非遗文创区、中医药科普区和药食同源品鉴区等7大中医药特色区域,场面十分火爆。而在最近的2月21、22日,中医药健康夜市在东荟城开展,设有免费名中医问诊、特色传统中医药体验、春季养生小妙招等项目。化州市也已成功举办了三轮中医药夜市,不仅大力推广了传统医疗保健手法和化橘红系列产品,还吸引了多名外地名老中医前来“摆摊”免费义诊。

这些中医夜市活动,是中医药文化与现代生活的美好邂逅。专家义诊台前的长队、艾灸体验区飘散的药香、八段锦教学场地上跃动的身影,共同构成了一幅传统与现代相互交融的生动画面。这不仅仅是简单的文化展示,更是一项“润物细无声”的民心工程。活动不仅为广大市民带来了独特的健康体验,还加深了公众对中医药文化独特魅力和价值的认识,进一步推动了中医药文化的传承与发展。

从更广泛的意义来看,中医夜市能够产生多重社会效益:免费的基础诊疗,为基层医疗分担压力;构建文化认同,为中医药产业发展奠定基础;传播“治未病”理念,逐渐改变全民的健康观念。因此,政府部门应响应党中央国务院“推动中医药文化进农村、进社区、进家庭、进校园、进景区、进机关”的号召,协调各单位,积极担当资源整合者与服务创新者,探索更多服务模式。例如,卫健系统可联合高校建立中医适宜技术培训基地;文旅部门可将夜市纳入“健康旅游”线路;融媒体中心可运用短视频、直播等新载体扩大传播影响力。通过这些举措,进一步丰富和延伸中医药服务内涵,不断提升中医药服务水平,让群众在家门口就能享受到“简、便、验、廉”的中医药服务,使中医药文化真正走进基层,惠及群众,更好地守护百姓健康。

“积分制+村规民约”培育文明乡风

刘广荣(信宜)

据茂名日报报道,茂南区山阁镇黄杰村委会近年来结合村庄实际,以“积分制”与村规民约为抓手推进移风易俗,探索出一条乡村治理与文明建设的新路径。这种将村民日常行为转化为可量化考评的创新实践,让文明新风浸润民心,为乡村振兴注入持续动力。

实践中发现,孝老爱亲、移风易俗、志愿服务、环境整治等积分越高,村民就越感光彩。为争取高分,大家不仅自觉规范言行,还主动教育家人顾全大局。黄杰村创新的“道德积分制”将村民行为细化为环境卫生、志愿服务、文明家庭评选、红白事简办等四大类多个子项,例如主动清扫公共区域积5分、简办红白事积10分、获评“星级文明户”积20分等具体标准。积分既可在村新时代文明实践站的“文明超市”兑换生活用品或精神奖励,还与“文明家庭”“好婆媳”等评优挂钩,通过“红黑榜”公示形成比学赶超氛围,有效激发了村民参与村庄治理的积极性。

值得关注的是,该村通过积分制将复杂的村民自治行为转化为可量化的考核体系,既细化了村规民约的执行标准,又持续培育着文明乡风、良好家风和淳朴民风。这种创新实践印证了一个现象:越是细化具体的村规民约,越能提升村庄文明程度。针对过去存在的红白喜事铺张浪费、环境卫生脏乱等问题,黄杰村通过村民代表大会、队长扩大会议等民主程序,凝聚共识修订完善《村规民约》,明确“婚事新办、丧事简办、小事不办”原则,对环境卫生、绿化美化、公共事务参与等十余个方面作出具体规范。诸如“房前屋后每日清扫,禽畜集中圈养”“婚丧酒席需提前报备简办”等条款,既减轻了村民经济负担,又显著改善了村容村貌。

为确保制度落地见效,村“两委”建立起党员干部带头示范机制,成立监督小组定期巡查,通过村务公开栏、微信群等渠道宣传典型。如今村民在婚嫁、乔迁时自觉从简办理,摒弃天价彩礼,反对铺张浪费已成新风尚。这种“干部带头、群众跟进”的模式,使文明准则通过喜闻乐见的形式深入人心。村民既把村规民约作为日常行为的“标尺”,又自发形成互相监督的氛围,推动着人居环境持续改善、邻里关系愈加和谐、村民满意度显著提升。

当前,我市众多村庄推行的村规民约正在重塑乡风文明。黄杰村的实践证明,当抽象的文明理念转化为具象的积分指标,当传统的道德约束升级为系统的制度设计,乡村治理就能焕发新活力。这种以量化促转化、以积分换新风的治理智慧,为新时代乡村振兴提供了可借鉴的实践样本。

友议堂

要为青少年面对压力撑起“心理防护伞”

袁佩玲(高州)

据茂名日报 昨日报道,由茂名市未成年人心理健康辅导中心主办,以“让压力成为我们的好朋友”为主题的心理健康教育活动,在茂南区羊角镇实验小学举行。

无论是工作,还是成长学习,每个年龄段都有压力。每个人都需要面对压力,也都要适当地进行排解。尤其是未成年人,对他们的压力给予更多关爱、关注、理解与扶持,这不仅是教育职能部门的责任,更是社会各界义不容辞的责任。

要让未成年人学会直面压力,无所畏惧。既然人人都会遭遇压力,那就应该让孩子们明白,自己并非独自承受压力,自己所面临的压力很多人也同样存在,不会因为压力而被孤立。要知道压力并不可怕,勇敢地承认和接纳压力,勇于倾诉释放才是正确的做法。正如报道中的活动主题所表达的,要让压力成为“好朋友”,而不是将其视为可怕的事物,从而徒增焦虑。

要让未成年人学会应对压力的技巧。及时释放压力、及时应对,是抵御压力的最佳方式。在技巧方法方面,要教导孩子如何化解压力。倘若没有科学的应对方法,孩子陷入看不见尽头的焦虑和恐惧之中,只会让自己处于无法承受的状态。学习应对技巧,能让孩子掌握方法,并善于将其运用到实践中,以方法之“矛”,攻压力之“盾”。

如果压力确实太大,或者无法化解,不妨让孩子学会接纳。就像近年流行的一句话:“遇到烦事不要慌,让我先发个朋友圈”。这种豁达与潇洒,体现的是一种乐观,而非消极。要让孩子们明白,尽力而为、尽心应对后,如果结果仍不尽人意,那或许是另有安排。正如歌中所唱:“不必惊慌,太阳下山了,还有月光”。

画里话外

职业懈怠

图/文 刘志永 杜燕盛

据澎湃新闻报道,针对“医生上班时间在电脑上打游戏,门外有患者排队近一小时”的网络舆论,安徽省天长市人民医院近日通报称,经查,该工作人员是该医院医生,在门诊利用工作电脑打纸牌游戏,医院已对其进行了严肃的批评教育,责令检查并通报全院。

医生群体承受着高强度工作压力,但这不能成为职业懈怠的借口。这名医生忘记了白大褂承载的生命之托,忽视了候诊患者的健康期盼,消耗了公众的信任。医疗系统的公信力建设犹如精密的人体机能,既需要每个细胞的健康活力,也依赖整个机体的协同运转。唯有将职业道德培育融入日常,让管理制度长出牙齿,使社会监督形成常态,才能杜绝“游戏人生”的职业态度,构建温暖可信的医患关系。