



宁德王珂:培养孩子“以书为友”,低碳环保生活

王珂

她和丈夫梁志瑜均在宁德师范学院工作,有两个可爱的孩子。

不仅自身爱岗敬业,热心公益事业,他们的家庭也一直保持着开朗、积极向上的态度。

王珂目前在宁德师范学院生命科学学院担任辅导员,从事学生工作并担任学生党支部书记,获得校2020—2021学年“优秀辅导员”荣誉称号、党支部书记2021年度考核“好”。丈夫梁志瑜自2018年参加工作以来,每年均超额完成教学任务,并入选宁德市科技特派员,服务柘荣县乡村振兴。女儿就读于宁德市机关幼儿园,多次获得“好儿童”称号。

在家庭生活中,夫妻二人提倡清淡饮食,少盐少油多蔬果。讲究



专家评语(省疾控中心爱国卫生工作所副主任医师 洪源浩):

王珂家庭是优秀教师家庭,做好本职工作的同时,积极投身公益事业;有科学的健康观,积极倡导并践行文明健康绿色环保的生活方式;一家人身心健康,有良好的卫生习惯,无不良嗜好;注重家庭教育,以身示范、言传身教,敬老爱老、友善邻居,保持开朗、积极向上的生活态度,形成了健康向上、互相关爱、共享健康的良好家风,是健康家庭的良好示范。



个人卫生,居室内外环境卫生整洁,垃圾定点分类投放。家庭成员均定期进行健康体检,建立健康的生活方式,劳逸结合。

王珂和丈夫相亲相爱,温和耐心地对待子女。在闲暇之余,他们经常带着孩子进行户外运动。

当孩子有问题的时候,他们都会给予帮助和鼓励,并经常和孩子交流沟通,尊重理解孩子,让孩子发表自己的意见,时刻保持家庭健康和谐平等的氛围。空余时间多看书、多充电,有意培养孩子“以书为友”以及节约资源、低碳环保不浪费的生活习惯。

她的家庭是一个平凡的家庭,但每一位成员都有一颗平凡的爱心,形成了健康向上、互相关爱、共享健康的良好家风。

南平张金华:夫妻二人相互扶持,爱岗敬业

张金华

张金华是南平建阳人,夫妻都是基层卫生院医务人员。

二人爱岗敬业,乐于助人,生活积极向上,不论是同事还是患者都对他们赞不绝口。

张金华常说,健康家庭离不开家庭成员的共识和坚持,身体是我们的好朋友,要注意聆听它的声音,才能获得身心健康。

南平市建阳区开始推行居民健康档案建档管理工作时,张金华夫妇立刻建立了健康档案,并积极参加单位组织的健康档案推行工作,下乡走访入户,为辖区内居民建立健康档案,宣传健康理念,进行健康咨询和指导。

夫妻二人注重改善家庭及周围环境,保持环境卫生整



洁。在日常生活中,坚持做好垃圾分类、节约用水、不使用含磷洗涤剂、不使用一次性塑料制品和一次性筷子、不随地吐痰、家用照明电全部使用节能灯、合理膳食、作息规律。

此外,张金华夫妇在工作之余还会合理安排锻炼,每天坚持适量运动,外出优先选择步行、自行车或公共交通等。在生活中遇到不顺心的事情,夫妻俩相互支持、相互开导,不仅是生活中的陪伴者,更是心灵的密友。

疫情暴发以来,二人积极投入到疫情防控工作中,张金华作为医疗组负责人,既要带领科室人员做好防控工作,还需兼顾日常工作,经常忙碌到深夜。即便如此,夫妻二人从未抱怨,以乐观的心态面对难题,出色地完成工作,得到领导和群众的高度认可。



专家评语(省疾控中心爱国卫生工作所副主任医师 洪源浩):

张金华家庭有良好的健康理念,不仅自身十分注意健康,同时也将健康知识和方式传播给更多的人;积极推动居民健康档案的建立和基层推广工作;倡导文明健康绿色环保的生活方式,积极改善居家环境,积极参与垃圾分类和居家美化绿化,家庭健康环境佳。有良好的生活作息习惯,合理膳食,控盐控油,无不良嗜好。一家人身体健康,心理健康,家庭和睦,积极投身卫生健康事业,为身边的群众做表率、做示范。

(来源:福建省计划生育协会)

同心抗疫 众志成城

福州市计生协党员干部持续助力疫情防控志愿服务活动

疫情就是命令,防控就是责任。福州市计生协机关党员干部积极响应号召,奋战在疫情防控第一线。

认真贯彻落实市委市政府疫情防控工作部署要求,组织居家办公的党员干部在居住社区

(小区)积极参与抗“疫”一线——核酸检测点和创建“无疫小区”志愿服务活动,配合社区(小区)做好卡口管理、测温验码、后勤保障及秩序维护等志愿服务工作。

从11月4日至今,市计生协共

19人次党员干部职工,下沉鼓楼区洪山镇兴园社区、温泉街道东湖社区、南街街道小柳社区、洪山镇国光社区、晋安区香开新城社区、新店镇新园社区、新厦社区,仓山区螺洲镇排下社区等社区,协助开展疫情防控工作,服务时长达90余

小时。

机关党员干部纷纷表示,要在党旗的指引下,冲锋在疫情防控一线,当先锋、做表率、勇作为,为打赢这场疫情防控歼灭战贡献自己力量!

(福州市计划生育协会)

