



“宅急帮”走出社区 邀请爱心企业来加盟

居民拨个电话,就可免费享受培训、医疗、养老服务

“孩子在社区学习绘画和书法课呢,虽是免费课程,但老师水平一点不打折。”日前,北塘区北大街街道梨花社区“宅急帮”服务联盟又添新成员,社区干部邀请爱心文化公司加入“宅急帮”,给社区孩子增添课后新去处。据了解,“宅急帮”联盟成立两年不到,已吸纳120多名个人志愿者,并“吆喝”到9家爱心企事业单位加入。

朱鲸润



迎义斋美术馆老师定期到社区免费授课 社区供图

爱心企业带来多样“宅服务”

“本月15日我们打算给孩子们增加国画课。”昨天下午,无锡迎义斋美术馆负责人路巍再次来到梨花社区,与社区干部讨论最近的书画课程。今年3月至今,书画老师们已来社区为残疾孩子和贫困学生上了两次素描、两次硬笔书法课。“社区书记秦娟告诉记者,社区里有不少残疾儿童和贫困学生,如何让这些孩子的潜能得到充分发挥,一直困扰着社区干部。我们有‘宅急帮’服务联盟,但书画课毕竟很专业,一般志愿者很难胜任。”于是,他们便走出社区“吆

喝”,请来爱心企业加盟。

“企业与社区联动,不仅能壮大志愿服务力量,也有利于志愿活动持续开展。”秦娟介绍,除了课程培训方面,社区还“吆喝”来了朗高老年服务公司,公司定期到社区服务,让老年居民在家就可享受到理发、艾灸、中医诊脉等服务。

量身定制9个亲民服务小队

“现在已经有华高物业、北京大学民营经济研究院苏南中心、浙江援手法律事务所等9家企事业单位和组织加入到服务联盟中,另外我们还拥有个人志愿者120多人。”秦

娟说,“宅急帮”队伍越来越壮大,“为了让‘宅急帮’服务更加贴心,我们结合社区情况,整合联盟内的所有资源,为居民量身定制服务项目。”秦娟说,“宅急帮”目前已梳理出针对生活服务的“E网达人无限帮”、帮助青少年的“小荷尖尖守护帮”、维护社区治安的“美好家园平安帮”等9个服务小队。“公益项目‘菜单化’,居民宅在家中拨热线,我们就可按需送服务上门。”秦娟表示,公益服务做不好就会变成一盘散沙,所以“宅急帮”项目是以结成联盟,并合理分配的形式,来散发公益能量。

看准芳香产业前景 海归高工种玫瑰

计划三年建成全球最大大马士革玫瑰产业基地

作为世界上最好的玫瑰品种之一,一年前落户无锡的大马士革玫瑰目前已进入盛花期,这两天在锡山区安镇山河村凤凰山生态园,千亩大马士革玫瑰花田里花香四溢、蜜蜂飞舞,数十名工人正在花田里忙碌地采摘。盛开的玫瑰花不仅芬芳可人,而且将给当地带来可观的经济效益,这个集大马士革玫瑰种苗培育、精油提炼、休闲观光等于一体的玫瑰园,正在为当地打造一个芳香产业。 薛晨文/摄



工人在花田里采摘玫瑰

高工回国创业种玫瑰

53岁的张水荣是高级工程师,此前他长期从事植物无性繁殖方面的研究与实践工作。1983年张水荣从南京林业大学毕业,此后一直在中国林科院工作,2000年他到美国一家从事生物技术方面研究的基金会工作,瞅准了种植大马士革玫瑰带来的芳香产业机遇,2012年张水荣回国种玫瑰。

“国际市场上每年需要15吨大马士革玫瑰花精油,而目前世界总产量只有3吨左右。”张水荣说,由于传统育苗技术的局限性,我国大马士革玫瑰的种植规模一直受到限制,而他自己掌握的喷雾扦插育苗技术正好可以解决这个难题。

“今年我们大概可以提供1000万株大马士革玫瑰花的苗,每株售价在4至6元不等。”张水荣透露,今年初南通一个客户一下子就购买了50万株大马士革玫瑰花苗,而在他的计划里,种苗培育只是其中一部分,提炼精油、休闲观光等将给当地带来更可观的经济效益。

打造玫瑰产业基地

近年来,保加利亚产大马士革系列玫瑰精油、玫瑰花水、玫瑰纯露及相关化妆品等产品供不应求,目前国际市场上大马士革系列玫瑰精油价格已涨到了15万至18万元每公斤。

“我们第一年采花就达470公斤每亩,一般约3吨大马士革玫瑰花能提炼1公斤精油,第一年每亩就可提炼约150克精油,远高于普通品种第一年150公斤左右的亩产量。”张水荣颇为自豪地告诉记者,目前除了无锡,他们在云南、江苏靖江、苏州等地,也有玫瑰园基地,总面积约2000亩。

从明年开始,张水荣在无锡的这个千亩玫瑰园将开园迎客,供无锡及周边城市游客前来赏花、体验精油提炼和制作玫瑰花酱等。

根据规划,张水荣的大马士革玫瑰产业基地将逐年扩大,争取三年后在国内形成9万亩的种植面积,届时将成为世界上最大的大马士革玫瑰产业基地。

画说无锡

爱心义卖助残

“我捐出了几本书和衣服义卖,说不定就能凑够钱。帮助残疾人实现买一台小电风扇的愿望。”昨天,无锡市北塘区黄巷街道龙一社区组织志愿者捐赠书籍、衣服、零食等物品,并在社区开展爱心义卖活动,义卖所得的收入将用来资助社区困难残疾人,帮助他们实现微心愿。活动中,不少爱心人士慷慨解囊,购物的同时又进行了募捐。朱鲸润 文/摄



迎世界微笑日

今天是世界微笑日。用微笑温暖世界,近日,无锡市扬名中心小学开展了“今天你微笑了吗”主题活动。活动中,同学们带着微笑和小伙伴们交往,带着微笑与老师交流学习,感受微笑的力量。 张浩 朱鲸润 文/摄



“文明风尚·科学健身”系列活动将持续至今年年底 周六蠡湖边“快乐跑” 一路上还能看表演

“昨日,无锡市政府召开新闻发布会,由10家单位联合发起的2015年无锡市‘文明风尚·科学健身’系列活动即将登场,系列活动从5月持续至12月,活动分为三大块:全民健身竞赛和活动、公益体育惠民活动和全民健身宣传活动。其中首场趣味跑活动将于5月9日上午在蠡湖之光(百米高喷)正式举行。 匡笠

“文明风尚·科学健身”系列活动包括趣味跑(走)、周末体育健身嘉年华趣味比赛、广场舞系列活动、青少年阳光体育运动(校园足球、啦啦操、棒球等)、职工健身指导系列活动、市属体育社团系列健身活动(广场舞、体育舞蹈、石锁、瑜伽等)、文明风尚科学健身大讲堂、科学健身系列指导活动等。系列活动启动仪式将与趣味跑首场“春季快乐跑”相结合,于5月9日上午9点在蠡湖之光(百米高喷)开幕。

据悉,趣味跑系列活动分春季快乐跑、夏季健康跑、秋季吉祥跑和冬季幸福跑四场,分别在5月、6月、9月和12月举行。

活动沿途将设置多个全民健身项目展示点,届时将有38个队伍进行瑜伽、石锁、广场舞、体育舞蹈、健身气功、武术、太极拳等项目展示,还有江南影视学院的学生带来的旗袍秀等表演。另外,活动当日蠡湖上将会有3条划帆船、20条手摇船、10只皮划艇、10个帆板进行各类表演。



《苏郎中说》系列之二

漫谈荨麻疹

荨麻疹又名风疹块,就是一种特别痒子的过敏。从外形上看,很像蚊子咬过。神奇的是,有些一天甚至更短时间就消失了。正是因为它有如此来去如风的“性格”,所以被叫做风疹块。可对患者来说,全身瘙痒难耐的小疙瘩或皮疹,成为生活起居最严格的限制令。

王小姐20岁得的这个病。一个阳光明媚的早晨,王小姐心情不错,出门时特地浓妆艳抹一回。那天路边梧桐树花絮飘得厉害,下午在办公室里王小姐感觉就不对了,整个胸前手臂像爬满了虫子一样痒,逼得她恨不得撕开手臂上这层皮。稍微挠几下后,皮肤上开始起一块一块的丘疹。当时感到有些恐慌,后来时常发作就习以为常了。到现在已经十多年了,这期间不断复发,一开始吃息斯敏,直到有一天她发现一次性吃5颗药都不管用了。从那以后起,她坚决不吃药了,再难受的时候也是硬抗。王小姐在不断斗争中始终未低头,她发誓要一辈子与荨麻疹死磕到底。

接诊她的时候,我给了她三张处方。一、苏叶、薄荷、苦参、紫草各15g煮水外洗。中药治疗这个病外用药很多,我非常喜欢使用这张方子,它的优点是刺激性小、止痒消疹起效快、价格便宜。二、根据体质使用内服中药。三、放松紧张焦虑情绪。不良的情绪可导致神经内分泌平衡失调,而皮肤组织对

压抑、兴奋等刺激又很敏感,可程度不同地产生应激反应,促使皮肤病的发生。人在急躁、紧张不安的时候,便会出荨麻疹。注意平时多培养各种兴趣爱好,有助于调整大脑中枢神经和神经系统的功能,使得心理趋于平衡。

经过安心调治,王小姐的皮肤再也没出过皮疹,心情也比原先开朗很多。

在中医眼中,皮肤病不只是“皮肤疾病”这么简单。如果说整个人体是一片土地,皮肤就如同草地,虽表浅,但它的好坏,反映了内在很多的问题。所以直到现在荨麻疹的发病原因仍机理难明。有些食物,如海鲜、蛋和牛奶、核桃、食品添加剂、笋、虾等能导致过敏。有些药物,如青霉素、阿司匹林、制酸剂等也能诱导过敏。当然过敏原还包括各种呼吸道、胃肠道病毒等。似乎治疗过敏性荨麻疹的方法很简单,就是避开过敏原。可惜的是,除非是很明显的食物或药物,一般情况下都难以找到过敏原。正因如此,中医更加重视内在全身免疫的调理。不同情况不同处理。如同干裂的土地,要增加水分增加散热;潮湿的土地,要翻土透气增加干燥。这样皮肤病才能治疗彻底。当然,平时少吃辛辣等刺激性食物,及时早睡对免疫调节也十分重要。

(无锡市三院中医科副主任 苏强 新浪微博:@苏强-中医讲堂)