

“重庆市第六届家庭诵读大赛”一等奖获得家庭莫妮家庭—— 一缕书香传承好家风

“好的家风是闻到书香、听得安静、看到从容。”近日，家住拓新红城小区的莫妮一家，老青幼三代人齐上阵诵读，荣获“重庆市第六届家庭诵读大赛”一等奖。谈及参赛初衷，莫妮表示，“我们的家风就是让家充满爱，这是我们一家三代七口人齐上阵的动力。”

对莫妮一家来说，书，是离不开的精神粮食，更是将彼此紧紧串联的金钥匙。

“我外公是一位受人尊敬的老中医，小时候我经常见他在给病人把脉问诊后，利用间隙时间看书写对联。”莫妮坦言，耳濡目染下，自己也渐渐爱上了书籍。

更为难得的是，在这个大家庭里，除了莫妮，她的爸爸、妈妈也在外公的影响下爱上了阅读。后来，莫妮结婚生子，她的丈夫、孩子，甚至自己的公公婆婆也加入了读书的行列，这一缕书香就此在这个家慢慢扩散。

“怀孕的时候，我就和爱人经常给肚子里的宝宝讲故事。孩子大一点后，我们坚持每晚睡前阅读，这是我们最爱的温馨时刻之一。”现在，莫妮的孩子已读小学三年级，爱读书的良好习惯也如种子一般茁壮成长。“每天不用我们提醒，她自己就会拿起书看，甚至有时候因为看得入迷，吃饭都要叫好几次才答应。”每每这个时候，莫妮总是既欣慰又无奈。

不仅孩子废寝忘食，大人有时也看得入迷。“我们家人上厕所时喜欢拿一本书，有时候一进去就是半个小时，最后家人在外面催促了才反应过来。”说起家里因看书发生的趣事，莫妮忍不住哈哈大笑起来。

莫妮介绍，在家里，大多数的时候是每人各捧一本书，沉浸其中，自娱自乐。但到了周末或假期，便是一家人的读书分享时刻。

这个时候，一家人便会围在一起，或讲讲自己最近喜欢的一本书，有什么感悟，或谈一谈最近的热点话题，发表个人的看法。“因为大家的年龄阶段、思维方式都不一样，聚在一起讨论，肯定免不了‘腥风血



莫妮一家的阅读时光

雨’。”莫妮笑着说，每个人都会抢着发言，说出自己的想法，有时候会争得面红耳赤，但有时候又会被某一个故事感动得泪流满面。但无论如何，家里的每个人都会在读书分享时刻里获益匪浅，家庭成员的感情也更加深厚。

一个月至少逛三四次书店，感受浓浓书香；外出郊游时，总会带几本书出去，换个环境享受阅读的乐趣；一家人围在一起看《诗词大会》节目，比一比谁会的古诗更多；把书籍里看到的好故事分享

出来，传递正确的价值观……除了周末分享，莫妮家庭的娱乐活动大多跟书籍脱不开关系，父母以身作则，孩子有样学样，读书给他们的生活增添了无尽的快乐和趣味，也让他们在共同成长与进步。

“书籍里有无限的知识，它让我们看到人生百态，学会了体谅和包容别人，教会我们从容面对人生中的挫折，给予我们力量……”说起读书的好处，莫妮娓娓道来。

因为爱读书，莫妮在从事文字工作时

更加游刃有余；丈夫参加职称考试时，更能静下心来看书备考；孩子在做作业时，精力更加集中不被外界打扰；父母的晚年生活也因为读书更加丰富多彩。

提及未来的工作和生活，莫妮显得十分从容，她说：“品一本好书，传一缕书香。我们全家都将继续以书为伴，在书海中遨游，做更好的自己，让好读书、读好书的氛围，在这个大家庭里代代相传。”

融媒体中心记者 张 丹

中医药文化进机关

本报讯(融媒体中心记者 张 雪)近日,“中医药文化进机关”主题活动走进区城市管理局,为职工普及中医药文化知识,推广中医药特色疗法。

活动中,来自区中医院的中医护理门诊、针灸科、康复医学科、治未病科的中医师们,通过把脉问诊、体质辨识、针灸推拿、火龙罐等中医特色疗法,为职工进行中医诊治,宣传普及中医药健康保健知识。当天,医护人员还教授职工八段锦,让大家“零距离”感受中医药魅力,提醒大家在日常生活工作中加强自我健康管理、提高疾病防控主动性。

接下来,区中医院将深入各企业、镇街,持续开展中医药文化宣传活动,充分发挥“简、便、验、廉”等特色中医技术,为群众提供专业、适宜、优质医疗服务,进一步推动“三级”中医医院创建工作。

“医”路守护无“陷”未来

本报讯(融媒体中心记者 张 雪)近日,市妇幼保健院联合荣昌区妇幼保健院,在我区开展“‘医’路守护 构建无‘陷’未来”公益义诊活动,为群众普及优生优育知识,减少出生缺陷。

医护人员围绕婚前、孕前、孕期、新生儿等关键阶段,向大家宣传预防出生缺陷健康知识,并免费发放叶酸、避孕药具等医药用品,提高育龄夫妇自我保健意识和技能。同时,还为部分新生儿提供免费遗传病基因筛查,为部分孕妇提供免费三代地贫基因检测。

接下来,区妇幼保健院将深入各镇街村(社区)开展义诊活动,着力搭建妇幼健康综合宣教平台,全面落实“早筛查、早干预、早诊断、早治疗”的出生缺陷闭环管理模式,将儿童健康工作落到实处,全力降低出生缺陷发生率,促进优生优育。

口腔健康从“齿”开始

本报讯(融媒体中心记者 张 雪)近日,区卫生健康委组织区人民医院、区疾控中心等,在昌元街道南门桥开展“口腔健康 全身健康”宣传活动,加大口腔健康科普宣传力度,提高群众健康素养。

活动现场,工作人员通过摆放展板、设立咨询台、发放宣传品和提供免费健康检查等方式,向来往群众普及如何正确刷牙、正确使用牙线、日常护理牙齿的小窍门等口腔健康知识,受到群众欢迎。

区卫生健康委相关负责人表示,接下来还将组织医护人员深入各镇街,持续通过义诊、发放宣传手册等方式,引导群众养成良好的健康习惯,营造人人关注口腔健康的氛围。

健康专栏

传承红色文化 弘扬革命精神

本报讯(融媒体中心记者 吴 梦)在第10个国家烈士纪念日到来之际,团区委联合铜鼓镇,组织学生前往铜鼓山英烈园,开展“缅怀革命先烈·传承红色基因”教育活动。

在解说员的带领下,学生们沿着99级

石梯拾级而上,了解铜鼓山剿匪战斗历史,在红色故事中感悟革命烈士无私奉献的伟大精神。在庄严的革命烈士纪念碑前,大家肃立默哀,表达对革命先烈深切的悼念和崇高敬意。

在铜鼓镇中心小学里,志愿者们还为学生们讲解了“九一八”事变历史及烈士纪念日的由来,组织观看爱国主义教育纪录片《同上一堂思政大课,勿忘“九一八”》,让孩子们铭记历史,厚植爱国主义情怀。

集体协商竞赛 赛出职企同心

本报讯(融媒体中心记者 郑光慧 通讯员 欧永琦)9月26日,2023年荣昌区第二届集体协商竞赛在重庆永健生物技术有限公司举行,全区基层工会的12支代表队的48名队员参赛。

竞赛现场,职工方和企业方队员围绕员工薪资、福利待遇等内容进行协商谈判。职

工方代表引用实际案例、法律法规,有理有据提出涨薪诉求,企业方代表陈述如何更好地实现企业发展和职工诉求双赢和平衡。双方运用谈判技巧,展开了一场生动、高效的集体协商。

此次竞赛由区总工会、区人力社保局、区工商联联合主办,以“学思想·构和谐·促

发展·建新功”为主题,全面检验集体协商成果。

区总工会有关负责人表示,此次竞赛旨在进一步推进我区集体协商工作,加强集体协商人才队伍建设,引导企事业单位通过集体协商方式处理各类劳动关系问题,提高协调劳动关系能力,促进劳资关系和谐发展。

我区在第七届市社区艺术节中获佳绩

本报讯(融媒体中心记者 郑光慧 通讯员 王雨晨)区文化馆近日传来消息,在第七届重庆市社区艺术节活动中,我区社区团队文艺秀节目《最美家乡河》获二等奖、手机摄影

作品《幸福晚年》获三等奖。

“获奖节目《最美家乡河》,主要通过大学生回乡创业的故事,展现荣昌夏布时尚美、荣峰河生态环境美、荣昌人民生活美。”

区文化馆有关负责人介绍,接下来,他们将以此为契机,继续以群众喜闻乐见的文艺作品展现城乡社区居民在新时代的获得感和幸福感。

普法教育促成长

近日,区司法局盘龙司法所“小威送法”志愿者来到盘龙镇第二中心小学,开展未成年人保护法进校园活动,为该校五六年级的150余名学生送去一堂精彩的“法治大餐”。

志愿者结合《民法典进校园》宣传册,通过典型案例讲解、有奖问答等形式,向孩子们普及如何预防和应对校园欺凌、如何防范电信诈骗等知识,教育引导学生们树立正确的人生观和价值观,做遵纪守法的好少年。

融媒体中心记者 王新莲 通讯员 张 怡 摄



重庆市荣昌区市场监督管理局宣