

健康服务阵地“搬入”宁德村(居)

■ 通讯员/郑巧星

“好长时间了,总是感觉嘴里苦,还流虚汗……”近日,在福建省宁德市福安市阳头街道阳春社区家庭健康服务中心,居民陈阿姨在向前来义诊的医生说明身体情况后,医生为其开出了诊断处方。近年来,宁德市计生协围绕家庭健康,创新打造“护宁健康”工作品牌,让群众在家门口就能享受健康服务。

■ 打造健康促进风景线

对阳春社区居民而言,家庭健康服务中心是个便利的健康生活打卡点。该中心以服务“全生命周期”为核心,打造全覆盖、多层次、社会化的健康服务基地,为居民提供助老、心理咨询、健康生活方式指导等健康服务,成为家庭健康促进的一道亮丽风景。

据了解,自2022年以来,宁德市计生协积极打造家庭健康促进服务阵地,将一个个阵地“搬入”村(居),逐步形成具有计生协特色的助力家庭健康服务体系。截至目前,该市已建有家庭健康中心(驿站)37个。其中,家庭健康服务

中心7个、乡村健康驿站30个。

此外,依托孝老互助食堂、社区养老服务中心等服务平台,该市还建成健康孝老食堂12个,为困难家庭老人提供助餐服务。

■ 构筑家庭健康服务圈

围绕家庭健康促进,宁德市计生协还通过“多项目”健康服务助力家庭健康,有力提升群众生活幸福感。今年初,宁德市计生协与福建省妇幼保健院、宁德市妇幼保健院合作,成立“生育关怀助宁优育”不孕不育诊疗中心,开展生殖健康服务项目,引进省级权威医疗团队每周来宁德开展诊疗一次,建立双向转诊绿色通道,现已为598余名患者提供了门诊服务,转诊56人次。

为让育龄群众“生得出、养得好”,宁德市计生协继续巩固“助宁优育”服务品牌,全市116个“向日葵亲子小屋”已覆盖81.1%的乡镇(街道)。这些小屋定期办公益课堂、育儿讲座、亲子活动等,成为城乡居民“带好娃”的好去处。蕉城区、屏南县、福安市、福鼎市等地项目点工作人员进社区开展亲子课堂等活动,让育龄群众在家门口就

能享受科学育儿服务。

针对青春期健康成长困惑,宁德市计生协还开展青春健康“成长之道”、“沟通之道”家长培训、“同伴教育”等青春健康教育活动,为青少年健康成长护航。

随着生活压力增大,群众对心理健康服务需求也随之增长。对此,宁德市计生协每周邀请专家在宁德市家庭健康服务中心为市民提供健康讲座和心理咨询。“您好!听说这里可以免费提供心理健康咨询服务,是吗?”中心的公益心理健康咨询预约热线时常接到群众服务需求的电话。从去年10月至今,已开展健康讲座和心理咨询140多场次。

同时,宁德市计生协还邀请市医院、市中医院、市妇幼保健院等医生和青春健康老师为群众现场直播优生优育、家庭健康、青春健康等知识,受惠群众达百万人。为扩大健康知识宣传推广,宁德市计生协不仅在宁德广播电视台开设“生育关怀 健康同频”专栏,还结合健康知识进万家“百村行”活动,以“线上+线下”的宣传服务方式扩大宣传成效。

■ 当好家庭健康守护者

在家庭健康促进行动中,宁德市

计生协通过培育家庭健康指导员、建设优生优育专家库、组建特色宣传志愿服务队等方式提升服务能力,当好家庭健康守门员。宁德市计生协举办了家庭健康指导员能力培训,培育了市级家庭健康指导员师资62名、健康指导员6852人,动员健康指导员“走村入户”,累计指导85.05万户家庭绑定健康小程序;主动与卫生健康、教育等部门沟通协调吸收专业人才,成立了由医学、婴幼儿教育、儿童保健等领域40多位专家组成的婴幼儿照护服务暨儿童早期发展专家库,为亲子活动开展专业示范、为家长提供个性化咨询等服务;联合教育部门培训青春健康师资553人,青春健康主持人120人,青春健康工作服务能力水平不断提升;结合闽东特色,依托“畬族双音”传承人雷美凤团队,组建以“畬家美”新时代婚育文化宣传队为代表的志愿宣传队伍,用群众喜闻乐见的方式传播健康知识。

家庭健康促进行动事关千家万户。当前,广大家庭对健康生活方式需求日益强烈,宁德市计生协将持续做好家庭健康促进工作,当好家庭健康守护者,为健康宁德助力。

石家庄鹿泉

600名学生参加知识讲座

为提升大学生健康素养,助力青年人树立健康、安全、负责任的生活态度,缓解压力以更好地适应大学生活,10月16日,河北省石家庄市鹿泉区计生协在石家庄工程职业学院举办青春健康知识讲座,600多名学生踊跃参与。

石家庄市妇幼保健院临床心理科张立新医生以《如何成为更好的自己?——实现心理健康的秘籍》为题,通过生动的案例、有趣的心理游戏和深入浅出的讲解,引导学生们正确认识自我、树立积极的人

生目标。在讲座过程中,学生们跟着医生指令积极互动,现场气氛热烈活跃,为大学生拥有积极向上的大学生生活提供了简单又实用的心理技巧。

本次讲座有效帮助学生如何正确认识自我、学会掌握情绪管理和心理调节的方法,有助于他们以更加积极乐观的心态去面对学习与生活中的挑战。据了解,鹿泉区计生协将继续开展相关主题讲座,为学生的身心健康保驾护航。

聂薇

烟台蓬莱

500名师生欢聚主题晚会

10月15日,山东省烟台市蓬莱区计生协联合烟台幼儿师范高等专科学校举办“青春绽放 健康护航”青春健康主题晚会,约有500名烟幼师生欢喜相聚。

“青春是一段绚烂的时光,凝聚着我们的梦想和热情,激励着我们勇往直前……”活动现场,主持人用真挚热烈的开场白拉开晚会的帷幕。南浔舞蹈社团的舞蹈《青春的起点》动感十足,瞬间点燃观众的热情。歌曲《强国一代有我在》等充分展现了新时代大学生的精神风貌。戏曲串烧《悠悠戏曲贯古今》等节目令人耳目一新,把当代

大学生乐观豁达的人生态度和才艺的多面性展现得淋漓尽致。

“这场青春健康主题晚会有效提升在校大学生的凝聚力和向心力,有助于他们树立积极向上的价值观。”烟台幼儿师范高等专科学校老师王蔚表示。

下一步,蓬莱区计生协将继续推进区域联动,通过开展青春健康知识宣传进校园、进课堂等活动,切实提高在校大学生性与生殖健康、心理生理健康等方面的知识水平,积极营造有利于青少年身心健康发展的社会环境和氛围。

滕涛

滨州无棣

助青少年掌握心理健康知识

10月17日,山东省滨州市无棣县计生协联合余店镇计生协在余店镇中学举办青春期健康教育进校园科普活动。

活动伊始,伴随着轻松愉悦的音乐旋律,410余名现场人员进行了韵律操热身互动活动。互动活动后,青春期健康教育受聘主讲、无棣县妇幼保健服务中心副主任医师张华爱,以“青春期保健及心理健康”为主题,围绕青春期青少年在身体、生理和心理方面的变化特点,从青春期的生理卫生保健、青春期的困惑与烦恼、异性交往的方式与行为等方面进行了授课。

无棣县计生协秘书长、办公室主任范存晓表示,青春健康进校园活动旨在帮助青少年掌握必要的心理健康知识,逐步培养他们健康阳光的生活态度和

负责任的价值观念,提高青少年心理健康水平和适应能力;在性与生殖健康行为上,积极引导青少年学生自主作出健康、安全、负责任的决定,有效促进青少年健康快乐成长。

据悉,无棣县计生协青春健康教育进校园活动,是贯彻落实《“健康中国2030”规划纲要》和《中国计划生育协会青春健康工作第三个五年规划(2020-2024年)》的重要内容,是促进青少年健康成长与家庭社会和谐的重要举措。为扎实推进活动的深入开展,无棣县卫生健康局、县计生协还出台《无棣县青春期健康教育进校园知识讲座实施方案》,确保青春健康教育活动的顺利开展。

韩文茂 卢树利 门玉娜

榆林靖边

青春健康教育“关爱女孩”

自10月14日开始,陕西省榆林市靖边县计生协有关工作人员陆续深入学校开展“关爱女孩”暨青春健康教育进校园主题系列活动。目前,该系列活动已完成了对3所学校76名女孩的慰问。

活动中,县计生协与3所学校的负责人员就青春期健康教育、女孩健康发展等内容进行了深入交流,并对各学校在建立完善有利于女孩的学习、成长环境等方面提出意见建议。

同时,县计生协还向王渠则镇九年制学校、乔沟湾中心小学、镇靖中心小学的在校女学生发放了包含书包、床品三件套的“关爱礼包”。

县计生协还安排青春健康教育专家为王渠则镇九年制学校部分学生上了一堂精彩纷呈的青春健康知识课。课堂上,老师从诠释青春、理解青春、书写青春三个方面引导学生们树立正确的人生观,以积极阳光的心态迎接学习和生活。

姬腾飞