

# 爱心款、爱心物资、公益服务时间都可存进 银行 ,也能 取出 获得他人帮助

## 西河爱心银行 温暖你我他

记者 金邦寅

“你如果做了好事,可以像在银行存钱一样,将爱心存起来,当自己需要帮助时,可以像取钱一样将爱心取回来,获得别人的帮助。”1月6日晚,玉海街道西门河头社区“西河爱心银行”正式揭牌,公益组织、个人或者爱心商家,可以通过“西河爱心银行”存爱心款、物资、公益服务时间,在存取爱心的同时,温暖他人。



昨日上午8时,西门河头社区志愿者杨飞妹先到社区签到,然后开始走街串巷宣传公益活动。11时许,她回到社区再次签字,存下了自己的爱心公益时间。给爱心计分,大到爱心捐款,小到为社区空巢老人提供义务服务,或者帮邻里通一下水管,只要你参与了爱心活动,就能将爱心存在“西河爱心银行”。

“做好事是一件光荣的事情,我已经存了23个小时的爱心。”今年60岁的杨飞妹说,“存下的爱心还可以‘取’出来。比如,我要是哪天生病了,可以向社区申请派人来,帮忙打扫家务,陪我聊天等等,感觉蛮好的。”

“西河爱心银行”管理人员陈晖晖介绍,志愿者可获得一份“爱心存折”和电子账户。所谓的“爱心存折”跟大家平时用的银行存折很像,打开后里面有时间、服务内容、被服务者签字等

内容,并通过电子账户登记每一份爱心的存取。

日前,华夏之家社会工作服务站服务中心举办一次“暖暖空巢”文艺汇演,期间向“西河爱心银行”寻求帮助。“西河爱心银行”派出6名志愿者提供了共30个小时的公益服务时间,并支出了“艾米团购”存在“西河爱心银行”的部分实物,协助“华夏之家”开展活动。为了回馈帮助,在前晚的启动仪式上,“华夏之家”承诺,存下2500小时公益时

间到“西河爱心银行”账户上。

存下爱心的人也是受益人。比如,社区开展慰问、公益宣传活动、文明家庭评选等工作,都会以“爱心存折”作为一项重要的参考依据。

“今后,会设计丰富多彩的普惠性活动,吸引更多的爱心居民参与进来,大家可以一起分享爱心,传播爱心,提升自己的同时也影响身边的家人与朋友,促进社区共融。”西门河头社区党委书记高美英说。



## 临近农历年底 食用油降价促销多

### 食用油保质期多为18个月不要过度囤积

记者 陈成成/文  
见习记者 王鹏洲/图

“最近食用油很便宜,可以多买点留着送人或是自己用。”近段时间,有关食用油降价促销的消息在家庭主妇的圈子里流传。昨天,记者走访市区多家超市了解到,早在两个月前,食用油价格就有下降趋势,其中调和油、大豆油的降价幅度最高,在部分超市降价幅度超过了10%。反观往年农历年底,油米多涨价,今年的情况有点特殊。超市方面提醒,市民不必过度囤积,因为食用油的保质期大多只有18个月。



### 多款食用油大力促销

在银城超市,记者看到,多力、西王、盛洲等几款常见品牌的食用油正大打价格战。5升装多力玉米胚芽油原价87元,促销价62.9元;4升装西王葵花籽油原价69元,促销价59.9元;5升装多力

橄榄葵花油原价139.9元,促销价102.9元;4升装盛洲调和油原价39.9元,促销价35.9元……多数食用油价格降幅达10%以上。

据银城超市工作人员介绍,以往年惯例,随着新春餐饮旺季的到

来,人们购买大量食用油或作为走亲访友的赠礼,或作为家用储备,食用油价格或多或少会有所上涨,但今年的情况有点特殊,早在两个月前,食用油的价格就开始下调,临近农历年底,促销力度反而更大了。

### 大豆丰收致食用油价跌

业内人士普遍认为,此次食用油价格持续下跌,主要受到国际国内市场原料价格变化影响。

“大豆油降价主要是受到全球大豆价格走势的影响。国内大豆对外依存度大,而随着近年来

美国、巴西等地大豆大丰收,使得食用油价格下降。”据银城超市相关负责人介绍,2014年11月初超市对金龙鱼、福临门的调和油和菜籽油这两种油品进行了一次调价,下降幅度大致在10%至

12%。其他油品虽然没有调价,不过促销活动不少。

虽然食用油促销力度大,但超市方面建议,目前市场上的食用油保质期大多在18个月左右,消费者不要过分囤积食用油,以免过期。

## 肩膀疼就是肩周炎? 不一定!

运动损伤导致的肩部疼痛多为肩袖损伤  
瑞医 肩痛学校 本周日开课

记者 蔡玲玲 通讯员 黄敏

记者昨从市人民医院获悉,该院骨科关节外科将成立“肩痛学校”,首次授课时间为本周日上午9时,主题为“肩膀痛不等于肩周炎”。据悉,“肩痛学校”主要以健康讲座的形式,向公众免费开放。

### 肩痛不一定是肩周炎

市人民医院关节外科主任医师蔡春元告诉记者,前段时间,他接诊了一位60多岁的女患者。约在半年前,这位患者出现肩关节疼痛和无力、夜间睡觉不能侧卧的症状,被一些医院、诊所当成肩周炎治疗,不见好转,甚至每次运动后病情都会加重,后来才被诊断为肩袖损伤。

“把肩袖损伤当成肩周炎来治疗的病人不少,60岁以上的老人中,肩袖损伤的发病率达到20%,主要是由于急性撕裂损伤和慢性劳损导致。”蔡春元介绍说,肩袖损伤和肩周炎虽然症状很相似,但治疗方

法完全相反。肩周炎一般有自限性,需要在医生的指导下进行肩部关节活动来加速血液的供应,以改善炎症症状;而肩袖损伤则为肌腱纤维撕裂,甚至断裂,需要保持肩部的绝对休息,不能活动,需要手术缝合修补。如果将肩袖损伤误诊为肩周炎,反而会造成肩袖裂口继续扩大,越“治”越严重。

据了解,肩周炎好发于五六十岁的中老年人,而三四十岁的中年人是肩袖损伤的常发人群,特别是一些长期从事羽毛球、网球、游泳等过肩运动的人及长期单肩背重包的人。

### 肩痛学校 主要普及肩关节疼痛科普知识

据了解,在所有运动损伤疾病中,最容易受伤的是肩关节。蔡春元解释说,这是因为在全身所有关节中,只有肩关节可以进行360度大幅度的动作。如果运动之前没有经过充分的热身动作,让关节和肌肉活动开,在打球挥拍、游泳、做高难度的瑜伽动作时,肩关节是很容易受伤

的。“在临床上肩周炎只占肩关节疾病的5%左右。”

据悉,“肩痛学校”首次授课,主题为“肩膀痛不等于肩周炎”,将讲述肩关节疼痛的诊治误区及新进展,由该院关节外科主任医师蔡春元、主任医师林瑞新、副主任医师李琪等主讲。

## 2014年入冬以来我省确诊6名H7N9病例,我市目前无病例

### 注意个人卫生 尽量避免接触活禽

本报讯(记者 蔡玲玲)省H7N9联防联控办公室发布消息,2014年入冬以来至12月30日,我省确诊的H7N9病例已有6例,包括金华永康市3例,嘉兴、义乌、绍兴各1例,其中永康1人抢救无效死亡。昨日,记者从市疾控中心了解到,我市未发现H7N9病例。相关部门正在进一步加强H7N9防控工作。市疾控中心提醒,眼下天气寒冷,人体免疫力下降,又是呼吸道疾病高发季节,自我防范H7N9不可忽视。

据了解,去年7月份省政府制定实施《浙江省活禽交易管理办法》,推进家禽“定点屠宰、杀白上市”,规范活禽市场交易管理,严禁主城区内活禽交易。不过,市疾控中心防制科工作人员表示,《办法》只是

针对市级以上的城市实施,县级城市不执行。

“尽管目前我市并无出现H7N9病例,在平常生活中,市民还是尽量不要去接触活禽,一旦接触,一定要及时清洗、消毒。”市疾控中心工作人员提醒,流感高发季节,大家要有防范呼吸道传染病的意识,注意个人卫生,勤洗手,室内勤通风换气,注意营养,保证充足的睡眠和休息,加强体育锻炼。

据了解,H7N9早期治疗效果较好,如果公众接触禽类后,出现发热、咳嗽、咽痛、全身不适等感冒症状时,应戴上口罩及时去发热门诊就医,并告知医生最近有无接触禽类。目前我市各市级医院、镇街社区卫生服务中心设有发热门诊。