

## 温暖进社区

第五站  
富贵园小区

第六站  
聚贤佳苑小区

### 一天俩活动 忙着送服务

23日上午,本报“温暖进社区”活动走进第五站富贵园小区和第六站聚贤佳苑小区,受到居民的欢迎。

在富贵园小区中心广场,律师、心理咨询师、医生齐上阵,答疑解惑,免费服务,忙得不亦乐乎。

聚贤佳苑小区内,也有四十余位居民接受测血压、测血糖和常规尿检免费服务。不少居民都期待着本报“温暖进社区”还能再来小区“温暖”大家。

图为本报“温暖进社区”富贵园活动现场。 本报记者 许妍 摄影报道



## 本报“温暖进社区”走进第五站富贵园小区

# 介绍吸烟危害,老烟民听得挺认真

本报11月24日讯(记者 赵发宁 许妍 实习生 张启云 王玉玉) 23日上午9点,本报“温暖进社区”带着“福利”走进了活动第五站,兴业富贵园小区。虽然天气有点冷,但热情的富贵园小区居民们早早地在小区中心广场等待了。

### 想辞职公司不同意 向律师吐露心声

“昨天看到《齐鲁晚报》报道和物业贴出的通知,说今天上午在小区有活动,我看了一下,活动内容还挺丰富的,在家没事就抱着孩子过来凑个热闹。”该小区一位居民说。

来自山东律苑律师事务所的律师杨昆,接受本报的邀请,担任本次进社区的法律顾问,来到富贵园小区为居民解答法律问题。小区居民们也纷纷吐露心事向杨昆律师询问法律问题。

“前段时间因为工作的事情,我正好有个法律问题要咨询。为了能早点解决问题,我

早上很早就过来了。”小区居民李先生第一个向杨昆律师咨询。李先生在一家公司工作了很多年,因为想有更好的发展,他便辞职跳槽到另外一家公司。公司觉得他做事比较认真,不同意他辞职,虽然他他已经交接工作,但公司还没和他解除劳动合同关系。

“这给我造成了两个困扰,新公司那边要看我和以前公司是否解除了劳动合同关系。以前公司不仅没解除劳动合同,还压了一个月的工资,如果我走了,我还担心他们会扣我工资。”

对此,杨律师也作出了解答。“工资和你辞不辞职没关系,那是你的劳动所得,所以公司没权扣压你工资。再等一个月后他们还是没有跟你解除关系,那你可以到所属的人社局去申请解决这个问题。”

### 医生除了测血压 还讲解起吸烟危害

受本报邀请,日照市结核

病防治所也派出了医生参加本报的活动。

在医疗咨询展台前,居民们自觉地排队测量血压,纪铜镇医生表示年龄大于65岁以上的老年人,血压稍微偏高也算正常,否则要是偏低就会头晕。

在测量血压的同时,纪铜镇医生还向“烟民”介绍吸烟的危害。“烟草中的尼古丁能使心跳加快,血压升高,大量吸烟还对呼吸道有伤害。”纪铜镇说,尤其是老年人,应该尽早戒烟。不少老年烟民听得非常认真。

寒冷的天气,没能阻挡居民的热情,为了感谢居民对本报活动的支持,在活动临近结束时,本报工作人员向居民赠送了100余个印有“齐鲁晚报”LOGO的水杯。

“《齐鲁晚报》进社区的活动不但给我们带来律师、医生、心理咨询师,还有礼物赠送给我们,我们大家都非常喜欢,欢迎你们再来。”小区居民张阿姨说。



一市民向律师咨询法律问题。 本报记者 许妍 摄



居民们排队等待测量血压。 本报记者 许妍 摄

## 聚贤佳苑小区几十位居民接受免费体检

# 75岁老人期待下次“温暖”

文/片 本报记者 刘伟

11月23日上午,本报“温暖进社区”来到了第六站,济南南路社区聚贤佳苑小区。记者上午9点赶到了聚贤佳苑,刚进小区门口,就看到济南南路社区和小区物业共同发布的活动预告通知,“我们提前三天就通知居民23日有免费查体活动了。”济南南路社区副主任郑芳说。

记者到活动现场时,发现

日照华方医院内二科的三名医生,已经在为居民们免费服务了。“我们医院对这次活动也很重视,所以早上8点我们就到了。现在已经给十多位居民做过免费体检了。”内二科医生盛娜说。

记者看到,本次华方医院总共为居民提供三项免费体检项目,分别是测量血压,测量血糖以及常规尿检。

上午10点左右,一位老人来到活动现场。老人落座后,

医生帮老人挽起了右衣袖,边帮老人绑好臂带,边询问老人的日常生活习惯,经过测量,老人的血压在正常值内。“高血压在老年人中比较常见,而且最近还有年轻化趋势。”盛娜说,她曾经见过一个16岁的孩子,就患有中度高血压。

“血压上升之后,就很难再恢复正常,必须依靠药物控制,同时还要注意养成健康的生活习惯。”盛娜说。

“通过一上午的检查,我们发现聚贤佳苑小区的居民健康状况还比较理想,尤其是老年人在血压、血糖和常规尿检各方面,都比较好,对于老年人来说安享晚年,身体健康才是最重要的。”盛娜说。

记者粗略统计,一上午时间,聚贤佳苑内,共有四十多位市民接受了免费体检。一位75岁的白发老人体检完之后说:“什么时候再搞这样的活动?真希望能经常有这样的温暖惠民活动。”

“温暖进社区”活动受到聚贤佳苑小区居民的欢迎。

## 本报“温暖进社区”心理咨询台前又挤满了人 分析得有道理,居民频频点头

本报记者 赵发宁 实习生 王玉玉

在富贵园小区活动现场的心理咨询服务台前,前去咨询的市民络绎不绝。来自日照青少年素质教育研究会的二级心理咨询师薛紫若让小朋友、成年人自由作画,通过聊天的方式来帮助父母了解孩子的内心世界,解决成年人内心矛盾复杂的心理问题。

### 孩子缺乏信心

### 家长多提供平台锻炼

心理咨询师薛紫若通过与孩子的简单沟通后,拿起一位小女孩画的画对孩子的父亲说:“你的孩子主要是缺乏自信,不敢在人面前表现自己,总有一种害怕做错了的想法,这种想法让他不敢放开自己去做一些事。”

“确实,这孩子到了人前就不爱说话,想让她表演一下,我们在还行,一有外人就不愿意。”孩子的父亲王先生感到很无奈。

薛紫若告诉记者,像王先生孩子的情况,她遇到过不

少。“孩子自信心以及自我认知的发展非常重要,家长应尽量提供宽松、自由的环境,引导孩子通过多种途径表达自己的情感、想法、想象等,帮助孩子形成良好的自我评价,比如多说多参加一些活动,给孩子提供展示的平台,多建立孩子和孩子的相处场所和机会。”薛紫若说,此外,家长也要及时对孩子进行肯定和赞扬,逐步建立孩子的自信心。

### 工作出现问题

### 学会放松自己

在现场,一位成年男子也拿起水彩笔画画,咨询过后,薛紫若将问题锁在了工作方面,“是不是最近工作方面出现了一些问题?”薛紫若问道。张先生点点头,最近工作确实不如意,问题频频出现。“不要给自己太大的心理压力,有的时候可以出去走走,暂时放空一下自己也是一种不错的放松方式。”

