

上期话题：
你对世界杯是个啥感觉？

2014年巴西世界杯开播10多天了。无论你是否喜欢足球,你都不能否认,世界杯成了当下最火热的话题。您有什么样的世界杯情节呢?有何趣事与大家分享?

市民李大龙:年过五旬,世界杯开幕以来,每次都信誓旦旦要看,但看了没一半就困了,最后还是得看“集锦”。这是“老球迷”们的通病吗?什么时候在中国举行世界杯就好了,至少不用熬夜了,还能跑去看现场,好好过把瘾。

市民郭田田:内行看门道,外行看热闹。内行看足球,外行看世界杯。我是个“伪球迷”,但也看得很快乐。在看帅哥球星的同时,还能押宝赛事,如今凭着“赌球”赢得钱,已经足够半个月的饭钱了。

市民周先生:我第一次看世界杯是98年的法国世界杯,之后每届都看,场场不落。我最喜欢的是德国队。今年的世界杯都在半夜里,但这不会阻止我看球。下班回家后先提前睡一觉,到点起床看球。该上班时上班,该看球看球,上班看球两不误。



好消息：
图书借阅期限延长30日

26日,记者从市图书馆获悉,根据读者的借阅需求与反馈,日前所有读者证的图书借阅期限从30天延长至60天,网络续借1次从30天延长至60天(最多续借2次不变)。

同时,为进一步加大读者服

务力度,方便读者更好地利用图书馆,继图书馆一楼、二楼开放后,自24日起,图书馆三楼电子阅览室、读者自修区、文献查阅室、四楼地方文献查阅室面向读者开放。欢迎广大读者到馆阅读电子文献、自修学习、查阅专题资料。

本期话题：
高考回忆录

又一年的高考结束了,不知不觉中,高考已走到了第37个年头。从1977年恢复高考开始,“定向分配”、“并轨招生”、“大规模扩招”、“自主招生”……高考经历了翻天覆地的变化,折射了中国改革开放30多年来的沧桑巨变。回首过往,一年年高考改变了一代代人的命运。在奔腾的时代洪流中,裹挟的是一个鲜活的人和他们的故事。欢迎通过“大妈圈”三种方式参与交流,说出您的高考故事。

资 讯>>

今年敬老月办“敬老文化论坛”
论文征集已启动

2014年是我国“敬老月”活动开展五周年,为弘扬孝亲敬老的传统美德,全国老龄办决定在今年“敬老月”期间举办“敬老文化论坛”,日前面向社会开展论文征集活动。

据悉,论文主题为“传承中华美德,创新敬老文

化”,主要内容有敬老文化的历史演变及时代意义、敬老文化与传统文化传承、敬老文化与社会主义核心价值观、敬老文化与代际关系、敬老文化与完善养老保障制度、敬老文化与老年群体社会管理、敬老文化与特殊老年群体社会保护、敬老文化

与老年人社会参与、敬老文化与老年人心理需求、敬老文化的中外对比及启示。

所提交论文应未公开发表,字数在8000字以内,征文截止日期为9月15日。有意愿的市民可发送至crcakywsc@126.com,来稿请注明“敬老文化论文”字样。

“身边的故事”

周磊：
我眼中的美国老人

在我还没有真正生活在美国之前,我总以为美国的老人会很孤独,我以前对我的朋友说,就算将来我移民美国了,退休后还是要回中国过晚年的,不然那么孤独的日子怎么过啊?现在我和老人打交道多了,我才发现,美国的老人活得很有意义。

如果你想看到老人最集中的地方,第一反应当然是老人院。不错,老人院会有很多老人,但除了老人院,你还可以在义工组织中看到老人们活跃的身影。

美国有很多非盈利组织或各种各样的组织,有些是专门为社会提供服务的,有些也会进行学术研究。它们会组织一些义务服务。我经常参加义工活动。例如为低收入者义务报税、为选举作义工,为老人服务等。我参加这些活动多了,我发现,做义工的要么是老年人,要么是高中生。如果不是假期的话,也就多数是老年人参加。

美国的老人令我最感动的就是他们的精神特别好,服务精神特别高涨。我从来就没听到过他们提过半句“我已经老了”这类的话。那些老人也很容易组织。因为我在他们当中算是最年轻的一个,所以领导经常让我来通知他们参加活动。他们很酷,都是六十岁以上的人了,人人都有电子邮箱。我发邮件给他们,他们都会回邮告诉我来还是不来。答应来的那些老人,总能准时现身。

美国的全国与社区服务社团也有一个专门为老年人而制定的义工项目。该社团的义工项目主要有三类:1、临时领养孩子,为一些无能力照顾孩子的特殊家庭提供服务;2、老年人如果独自一人在家的话,会有孤独感,所以这个社团提倡老年人给老年人做个伴,彼此提供力所能及的服务;3、“一站式”服务。就是让老年人辅导小孩学习英语和数学;种花;修补房子;老企业家为年轻的企业提供顾问服务等等。这个社团提出的口号是:在帮助别人的同时,也是帮助了自己。

本版组稿 韩杰杰

长见识>>

御医给皇帝皇太后都开啥方？

清御医著《崇陵病案》曝光，记载慈禧光绪药方

清宫剧里常有太医“请脉”的剧情，皇帝的“病历”上究竟写了什么？近日，南京中医药大学图书馆首次举办珍贵古籍开放日，一批平时密不示人的“宝贝”级中医古籍展露真容，令人大开眼界。《崇陵病案》是当时的御医力钧为慈禧、光绪、庆亲王等王公大臣诊治后，将病历集结成册的，光绪病例45例，慈禧病例4例，其他王公大臣14例。

皇帝用的方子也就几十元

“七月十九日臣力钧请得：皇上脉息左郁右濡滑，病由运动少而消化缓，消化

缓故行血不畅……”即“光绪运动量很少，消化不良，血行不畅，还有咳嗽、胸背疼。”力钧根据上述病情开出药方：川贝母三钱，天花粉二钱，生麦芽二钱，当归尾三钱。

专家表示，光绪皇帝用的这则方子很“平民化”，“除了川贝母略贵外，其他药材很常见，现在抓这样一服药只要几十元”。

求稳妥，所开药方药性温和

《崇陵病案》记载，光绪三十二年五月十七日，力钧给慈禧看病后，发现“皇太后脉息左关弦急，右关濡滑，肝旺由于胆热，胃实由

于脾湿，胃气稍开，拟用疏肝和胃之法调理。”慈禧与光绪病情相似，例如肚子胀，胃口不好，容易动怒。

力钧开出的药方是：“杭白芍一钱(生枰)，生枳壳一钱，南柴胡八分，粉甘草八分。”

从这部医典中还能看出，为稳妥起见，御医给皇帝用的药，药性温和，稍微刚烈些的药都不会使用。

注：据《中国历代衡制演变简表》，明清时的1斤约合现在的590克，而1斤=16两，1两=10钱，1钱=10分，即1两=36.9克，1钱=3.69克，1分=0.369克，文中四舍五入，保留小数点后一位。

