

打本报热线,和专家聊聊烦心事

今天9:40—11:00,心理专家赵树玲做客本报解惑,市民可拨6610123咨询

本报9月9日讯(记者 王永军 李大鹏)从2003年开始,9月10日被定为世界预防自杀日。随着生活节奏的加快,越来越多的市民感觉生活压力大,精神紧张。进而可能产生焦虑症、抑郁症等,更有甚者,会选择自杀。10日上午,烟台毓璜顶医院康复医学科心理专家赵树玲将做客本报,现场接听热线,解答市民关于心理方面的问题咨询。如果您有什么烦心事,可拨打本报热线6610123,和专家一起聊一聊。

据烟台市疾控公布的2012年烟台市民死亡档案显示,自杀位列第五大死因。专家分析,自杀集中的年龄段可分为年轻群体和中年群体,年轻群体自杀多因学业压力、情感伤害等,中年群体自杀则多因生活、事业上的压力。

“人不可能不遇到问题,关键是怎么看待。”赵树玲说,人从出生起,就需要面对生活中的各种问题,不停地选择。遇到问题很正常,关键是要是把积累的负面情绪及时宣

泄出去。人在不同阶段遇到的心理问题肯定不同,但也有相通性。市民一定要学会敞开心扉,把一些想法和朋友交流沟通,这在很大程度上能够对遇到的各种烦恼进行有效纾解。

赵树玲告诉记者,现在很多市民对于心理咨询还是存在误区,认为找心理医生就是有病,怕别人知道了,面子上过不去。“有问题还真得找心理医生进行干预。”赵树玲说,普通的心理焦虑可以自行纾解,但严重者必须借助心理干

预。“期待我们每个市民都能拥有一个健康心态,从容面对生活。”赵树玲介绍说,如果我们能用一颗阳光心来看待生活,世界或许就是一个崭新的模样。

10日上午,赵树玲会做客本报,接受市民现场问询。想和心理专家近距离沟通的市民朋友们可以在10日上午9:40—11:00,拨打本报热线6610123,向专家倾诉烦恼,寻求心理指导。

聊城市党政企考察团来烟考察

本报9月9日讯 8日—9日,聊城市委书记林峰海,市长王忠林率聊城市党政企考察团来烟台,就企业重点项目建设、转型升级、品牌培育等工作进行考察。市领导张江汀、孟凡利等分别陪同活动。

张江汀说,聊城与烟台同为山东省重要城市。当前,两地的发展都面临千载难逢的历史机遇,聊城是中原经济区这一国家战略的重要城市,是省里提出的“一圈一带”战略的重要组成部分;烟台集山东半岛蓝色经济区、黄河三角洲高效生态经济区两大国家战略于一体,两地有许多领域可以合作,许多经验可以交流。

林峰海表示,烟台作为全国首批14个沿海开放城市,经济社会发展走在了全省前列,许多经验和做法值得学习借鉴。希望通过此次考察,进一步推动两市加强交流、深化合作。 本报记者

相关新闻

12355青少年服务热线专家走进烟台十二中

10日下午1点半,团市委12355青少年服务热线专家于敬东走进烟台十二中,为初二学生答疑解惑,帮助同学们走出学习、生活中遇到的各种困惑。

烟台市12355青少年服务平台是共青团烟台市委为疏导青少年心理困惑、提供

法律服务、维护其合法权益搭建的以“12355”服务热线、网站等信息服务手段为依托的服务平台。10日下午1点半,12355热线心理专家于敬东将走进烟台十二中,为初二学生们现场答疑解惑。

“青少年占据了心理咨

询服务的65%。”于敬东告诉记者,向他寻求心理咨询的,很多是青少年。青少年容易遭遇困惑,产生厌学、注意力不集中、逆反、适应能力差等情况。尤其是初二学生,经历了小升初的磨合期,已开始逐渐找到学习的感觉。这个时候要学会和父

母沟通,克服学习中遇到的困难,多交朋友,寻找到自己的定位。

于敬东说,他会根据初二学生的特点讲解一些注意事项,最重要的还是和学生现场交流互动,帮他们走出心理困惑。

本报记者 王永军 宋佳

白石片区选房,20层以下房源受欢迎

建议居民准备多套选房方案

本报9月9日讯(记者 李园园) 经过搬家、交房、抽取选房顺序号等一系列程序后,9日,白石片区选房顺序号在前50号的居民开始选房。从9日上午25位选房人的选房情况看,多数选房者喜欢选择20层以下的房源。

记者在在现场了解到,不少近日选房的居民,还没有确定所选的房源,主要是没确定选择的楼层。“24号、25号、22号楼都行,就是还没确定选哪层。”一位居民说,以前住多层住习惯了,不想选楼层太高的,但选择楼层低了也不好,准备在10—20层之间选一个。和这位居民一样,还有很多选房者都选择了20层以下的房源。

9日上午,首批25位选房人选房完毕,平均5分钟就选一户,一天共有49户居民选到了心仪的房源,暂有1个号码未抽取,封存在公证处,待尚未参加现场抽取顺序的首批交房人到公证处抽号后,再按



9日上午,前25户选房完毕后,工作人员把所选房源做上红色标识。 本报记者 李园园 摄

规定选房。

记者看到,指挥部院内,专门设立了已选房源公示栏,工作人员会把已被选走的房

源标上红色标识。方便居民根据公示结果提前调整选房方案,避免因选择的安置房不合适而影响选房速度。指挥部提

醒居民,在选房之前,居民需预备数套选房方案,如果心仪的安置房被别人挑走,可采用第二、第三套等选房方案。

机动车维修师傅们,开始换上岗证啦

换证涉及5000余人,换证时间截至12月31日

本报9月9日讯(记者 孙健) 9日,记者从烟台市交通运输管理处了解到,烟台市机动车维修检测人员从业资格证换发工作已于本周正式启动。

“此次换证工作是在交通运输部和省交通厅的统一部署下进行的,将统一换发由交通运输部印制、全国通用的《中华人民共和国道路运输从业人员从业资格证》。”市运管处从业人员管理科的工作人员告诉记者,此次换证的对象

是持有烟台市运管处核发的《山东省汽车维修从业人员上岗证》的人员。据了解,自2014年1月1日起,旧版维修从业人员上岗证自行作废,同时运管处将不再受理旧证换发申请,各位持旧证的维修工师傅务必在今年12月31日前申请换发新证。

另外,据介绍,此次维修从业人员上岗证的换发共涉及5000余人,时间紧、任务重,为保证换证工作顺利进行,此次换发工作采取企业集中

报送、统一培训考试、集中换发的方式进行。即日起凡持有市运管处核发的《山东省汽车维修从业人员上岗证》的维修工作人员,应如实填写《机动车维修检测人员从业资格证件换发、补发、变更登记表》,并携带1寸个人近期彩色免冠照片4张,身份证、旧版上岗证、毕业证书、驾驶证等有效证件的原件与复印件向发证地道路运输管理机构提交换证申请材料,由企业统一报送换发的还需

提交企业法人授权的委托书。对于持证但不在岗的维修工师傅,可直接备齐换证材料到当地运管部门直接办理换证事宜。

经审核合格后,换证人员还需统一参加市运管处组织的培训考试,考试合格的方可换发新证并同时收回旧证。目前,市运管处从业人员管理科已开通咨询电话,即日起广大维修工师傅可拨打6692532对换证工作及其他相关问题进行咨询。

海阳供电

政企联动除隐患

近日,海阳市供电公司与安监、经信等部门成立高危客户供用电安全隐患督查组,开展专项普查,全力保证高危客户用电安全。 (王天波 董波)

明查暗访提服务

近日,海阳市供电公司实行“一月一查一通报”,明察暗访,督促各营业窗口改进服务薄弱环节,查找服务短板,确保客户满意度不断提升。 (王天波 董波)