

馨香一束 晓峰

## 寄语春风

立春了,春风暖暖的;春节要来临了,年味浓浓的。

红红的对联承载着深情的祝福,轻盈的步履踏出新春喜庆的音符。

人们脸上的笑容,是这个早到来的春天最美丽的花朵。但春节厚重的文化氛围,和醇厚朴的人情味让春风弥漫温馨的气息。关于春节的话题带着新的题材新的含义,在春风中被提起。

又是一年春天来,又是一年春意好。迎春花还在略显寒冷的风中摇曳着春天到来的消息,杨柳枝头已经绽出点点芽苞,春天已经在沉默中萌发出生命的绿色。

醇香的美酒已经备好,丰盛的年夜饭正在筹划中。春节相聚的时候,细细品味生活的甜美,多少话语都带着春天的温暖。

春天来了,春节要到了。冬天最寒冷的日子已经过去,满眼新绿还要等些时候,浓浓的年味,淡淡的春色中,谁在细数满心的希冀满心的期待?

曾经盼望这个冬天有一场大雪,雪中去看梅花。冬天在期盼中悄悄过去,冰晶莹剔透着温暖,这是在寒冷的日子里对春天最早的问候,这是冰封雪中绽放

的东风第一枝,梅花枝头的幽香带着期盼在心中留下温馨的美丽。谁在严寒之中看到的还是严寒?最寒冷的时候感受最多期盼最多的还是春风寄语,是春光灿烂。岁末的诗句虽然清冷了,却在寒冷中描绘着春天。

春天来了,春节要到了。红红火火的是春节,热热闹闹的是春节的舞台,旺旺盛盛的是春节的生机,和和美美的幸福和团圆,回味悠悠长长的是祝福和祝愿。

春节一天天临近,春意一天比一天浓。在周围祥和的氛围中感受春天,在正走着的路上的风景中感受季节的变换,欣喜让感慨带着感动。平淡的日子被春风中的期盼染上了绚丽的色彩,风雨彩虹不是梦,酸甜苦辣都是歌。

谁在春日阳光下晒心情?谁把春风寄语题在新年的扉页上?绿色的春风暖暖地吹在脸上告诉人们,生机勃勃的春天已经到来。

感受新年,感受春天。有人说,在这个世界上,总有一些东西,流沙一样不知不觉地堆积在眼前。生活中有许多积累让日月闪烁着晶莹的光泽,使人生凝聚着智慧的力量。风雨从容笑看过,低眉凝思的瞬间,心中

有溪流潺潺,绿意漫漫。在这弥漫着浓浓的喜庆氛围的春节将要来临的时刻,把点点滴滴的希望,写在春风里,将幸运、感恩和期待,留在心里,这是新年的开端,这是春风的寄语。

亲朋好友春节相聚的时候,也许很多人会盘点去年秋天的收获。辛勤的劳动,让过去的日子滋滋润润,让未来的时光丰丰盈盈。

相约在新春,燕子裁剪春风来,谁在春天的路上依然执着地追寻着心中的梦?没有什么比春天的花儿更芬芳,没有什么比春天的劳动更愉快。

春节过后,春天的色彩就会渐渐地浓起来。春天缤纷的色彩,承载着愉快和欣喜,也交织着梦想与希望。

与春天同行,把许多冬天的故事写进诗行,让许多春天的憧憬不再是梦想。

春风暖暖的,年味浓浓的。在这暖暖的春风浓浓的年味中,贴上鲜红的对联道一声美好的祝福;新年好,愉快,顺利,幸福,美满,和谐,富足……



## 千名昂立少年同唱英文歌

郑州新概念外语学校上街分校参与大型公益活动

本报讯 (通讯员 邓广顺)

2007年2月11日上午10点,在全国开设有上海交大教育集团昂立分校的上海、北京、广州、大连、郑州、乌鲁木齐等二百多个城市的五百多所分校将同时发起“百座城市,百万市民,喜迎新春,唱响中国”大型公益活动。昂立郑州新概念外语学校上街分校也将同时在上街区文化“广场”举行“千名学生唱英文歌,挑战吉尼斯记录”为主题的公益活动。

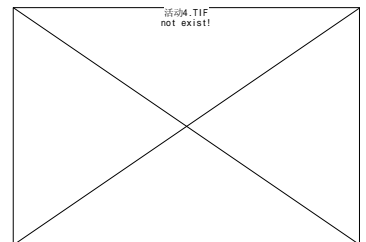
据这次活动的主办方之一的上街新概念外语学校校长胡小香介绍:

举办这次大型公益活动首先是想给孩子们一个实践的机会,与昂立国际教育集团在全国其他分校培训学校的“一百多万小朋友在同一时间、同一地点同唱‘HAPPY NEW YEAR’,共迎新年,一起高喊‘更快、更高、更强’,为中国奥运会加油,向吉尼斯记录发起冲击和挑战!



金猪携财贺岁来

关岫作



1月26日,碾砣厂举办了迎春联欢会。图为小品表演。 刘大海 摄影



为迎接新年的到来,近日,水电厂供电车间举行了迎春趣味活动。瞧,参与活动的员工多开心! 蔡飞 摄影



近日,氧化铝一厂管道车间以一场拔河比赛迎接新年的到来。看,他们拼得多带劲! 吴芳 摄影

世界卫生组织(who)对健康的新定义是在躯体上、精神上和社会上的完满状态。这不仅仅是指没有疾病和虚弱状态,而且是指躯体健康,精神饱满,勇于承担个人责任和家庭责任,并有很好的社会融入性和适应性,勇于承担社会责任,为社会的进步和发展积极进取。这样的人即为健康人。

健康行为包括:  
一、人与动物不能“混居”。  
目前已发现 200 多种疾病是人类共患,这也是我国与发达国家在卫生与健康方面最主要的差距。在我国农村,或在像“上街区”这样的城乡结合部多见,必须限制或消除犬、禽、类的家养,杜绝人与禽畜的生活环境相混杂。

二、养成良好的生活习惯。  
1.吃东西前及便后用清水洗手。  
2.不吃生水,不吃生和半生的鱼蟹、毛蚶、牡蛎、蛭子等。  
3.不宰杀、加工和食用病

死的禽畜肉,不捕杀、烹饪、食用野生动物。  
4.加工、储存食物时应做到刀、砧板及储存容器生熟分开。  
5.居室、工作、学习环境保持良好的通风。  
6.不随地吐痰,打喷嚏、咳嗽时应用手帕或纸巾捂住口、鼻。  
7.不吸烟,不酗酒,不沾染毒品,遵守道德。

纠正了不良生活习惯,可避免许多疾病。  
三、锻炼身体持之以恒。  
随着生活条件的改善,许多慢性病(如冠心病、糖尿病、呼吸道感染等)发病率上升,缺乏持之以恒地科学锻炼身体是一重要因素。现有研究认为,体育锻炼大致有以下几方面的健身作用:1. 预防冠心病。锻炼可防止动脉硬化,能减少加重动脉硬化度的低密度脂蛋白(ldl),而增加防止

动脉硬化度的高密度脂蛋白(hdl)。适当的科学锻炼还可减轻脂肪肝和动脉硬化程度。  
2.预防和减轻糖尿病。锻炼能增加胰岛素的效力,减少胰岛素抵抗,有效降低血糖。  
3.锻炼身体可防止骨质疏松。调节钙平衡。  
4.改善和加强心肺功能。  
5.提高整个身体的平衡能力。  
6.调整和增强免疫力系

统功能,降低某些肿瘤发病率。  
7.使脑内内啡肽分泌增加。内啡肽不仅镇痛作用比吗啡强 200 倍,还有改善情绪,抗抑郁抗焦虑作用。  
四、养成良好的饮食习惯。  
合理膳食要做到八字方针:  
调整;改变进食程序,把水果放到饭前吃。  
维持;维持中国传统膳食高纤维和食物多样化的特点。

控制;减少食盐、肉类、油脂的摄入量。  
增加;加大水果、奶、谷物和薯类的摄入量。

五、拒绝危险行为。  
艾滋病是一种对人类健康和生命有严重威胁的传染病,目前尚无彻底治愈的办法。联合国秘书长安南把艾滋病和恐怖主义并提为人类当前面对的两大威胁。多性伴,无防护措施性行为,共用针具静脉吸毒是主要的危险传播行为。每个公民都应该完全拒绝这些对生命和健康有高度危险的危险行为。

六、卫生工作者当先锋。  
医院和医务人员要在加强健康教育、实施健康促进中当先锋,作贡献。带头戒烟、戒酒,积极锻炼身体,对病人加强健康宣教,并加强卫生执法监督,依法控制不健康的习惯和行为。

健康是一系列健康行为、健康习惯的总和,疾病是错误行为和坏习惯的积淀。让我们行动起来,掌握科学,促进健康。(1) (职工总医院供稿)

## 健康新概念与健康行为

健康课堂

**金好来购物广场**

春节特别营业时间

2007年2月12日(正月初二)	08:30 - 22:00
2007年2月13日(正月初三)	08:30 - 22:00
2007年2月14日(正月初四)	08:30 - 22:00
2007年2月15日(正月初五)	08:30 - 22:00
2007年2月16日(正月初六)	08:30 - 22:00
2007年2月17日(正月初七)	08:30 - 22:00

金好来春节大宗团购活动开始了,承接各企事业单位的福利发放,可提前订购商品并为您提供优惠政策

**团购电话:13526409791**

**情人节 浪漫 红色恋人 甜蜜过新年**

288g 瑞典嘉善米 原价40.5元/包 <b>42.80</b> 元/包	160g 瑞典精心之选 黑巧克力 原价18.5元/包 <b>54.50</b> 元/包	480g 露之那水晶 之黑巧克力 原价18.5元/包 <b>16.80</b> 元/包	132g 金益糖酥巧克力 原价11.5元/包 <b>13.50</b> 元/包	500g 阿尔卑斯礼盒 原价27.5元/盒 <b>24.00</b> 元/盒
248g 露之那水晶 之黑巧克力 原价18.5元/包 <b>6.80</b> 元/包	168g 金益 黑巧克力 原价18.5元/包 <b>24.80</b> 元/包	500g 露之那 黑巧克力 原价18.5元/包 <b>10.80</b> 元/包	90g 露之那 黑巧克力 原价18.5元/包 <b>9.20</b> 元/包	特制牛奶巧克力 原价18.5元/盒 <b>16.80</b> 元/盒
118g 露之那 黑巧克力 原价18.5元/包 <b>16.80</b> 元/包	375ml 白洋河玫瑰露 原价18.5元/瓶 <b>7.80</b> 元/瓶	375ml 露之那 黑巧克力 原价18.5元/包 <b>7.80</b> 元/包	2号糖酥巧克力 原价18.5元/包 <b>28.00</b> 元/包	老公、老婆情信对对 原价18.5元/盒 <b>10.50</b> 元/盒

