

# 公益讲座进机关 未病先防促健康

□记者 田亚楠 段九君 文/图

本报讯 2025年6月是第二个全民健康素养宣传月。为积极响应《“健康中国2030”规划纲要》号召,6月11日,周口市健康管理协会联合周口至上健康产业集团走进周口市农业技术推广中心,举办“慢性病管理与糖尿病防治”主题健康公益讲座,向60余名农技工作者普及实用健康知识。

讲座中,专业讲师通过生动案例和通俗语言,深入浅出地讲解了糖尿病等慢性病的成因、风险因素及科学防控策略,并结合农技工作者的工作特点,提出了日常预防和健康管理的专业建议,强调糖尿病早筛早诊的重要性。

“科普的核心在于将专业知识转化为行动指南。”周口至上健康产业集团健康科普专员詹子农表示,“举办此次讲座,旨在为农技工作者筑牢未病先防的防线。”

周口市农业技术推广中心综合科科长赵振海表示:“此次讲座精准回应了农技工作者的健康关切,有效提升了大家的自我保健能力,为农业技术推广人才队伍建设提供了健康保障。”

据了解,周口市健康管理协会近期已组建“健康周口专家讲师团”,全面启动健康公益讲座进社区、进机关、进企业“三进”行动。此次行动以“提升全民健康素养·共建健康幸福周口”为主题,重点宣传“健康素养66条”、慢病防控、应急救护等实用健康知识,帮助公众掌握健康技能,养成健康生活方式。



活动现场。

## “警”防养老诈骗 守护老年人“钱袋子”

□通讯员 刘林阳

本报讯 为增强广大老干部学员的防诈骗意识,近日,西华县老干部大学邀请西华县公安局娼城派出所副所长张婕开展防诈骗专题讲座。张婕以保健品诈骗和网络诈骗为重点,结合典型案例进行讲解,旨在帮助老干部学员认清诈骗手段,守护好自己的“钱袋子”。

讲座中,张婕结合典型案例,详细揭露保健品诈骗的常见套路。她指出,不法分子往往以“免费体检”“专家讲座”为诱饵,先获取老年人的信任,再夸大保健品功效,诱导他们高价购买名不副实的保健品。张婕现场还原了诈骗分子常用的话术,提醒老干部学员购买保健品应认准正规医院、药店或官方认证电商平台,切勿轻信陌生人推销。

针对日益猖獗的网络诈骗,张婕重点讲解了网络交友诈骗、投资理财诈骗、冒充公检法诈骗等诈骗手段。她还通过播放诈骗短视频,向老干部学员展示骗子是如何利用老年人的心理弱点实施诈骗的。张婕强调,网络世界真假难辨,老年人在面对陌生人的转账、投资等要求时,一定要保持警惕,多与子女或警方沟通。

老干部学员纷纷表示,通过此次防诈骗专题讲座,他们对各种诈骗手段有了更清晰的认识,今后一定会提高警惕,不轻易相信陌生人的花言巧语。

## 赵学信:银发生辉献余热

□通讯员 陈璐

赵学信,周口市鹿邑县人,中共党员,2012年退休,现任鹿邑县纪委监委离退休干部党支部书记、鹿邑县老干部大学副校长等。

退休后,赵学信退而不休,积极发挥余热。担任鹿邑县老干部大学副校长以来,赵学信创新办学模式,先后开设艺术班、养生班、时事政治班等,并带头讲授“国学与人生智慧”“老子思想与当代价值”等课程,用通俗易懂的语言传播中华优秀传统文化,深受老干部学员的欢迎。

作为鹿邑县太极拳培养中心理事会副会长兼秘书长,赵学信积极推广太极拳运动。他牵头组建鹿邑县老年太极拳队,定期组织培训、展演活动,为弘扬太极文化、促进全民健身作出积极贡献。

赵学信充分发挥专业特长,参与《鹿邑县志》《鹿邑县地名志》等地方志编纂工作,系统梳理地方历史脉络。他致力于鹿邑县红色革命史的整理研究,为保存地方党史资料作出重要贡献。担任鹿邑县政协常委期间,他聚焦民生需求撰写提案,推动老年健康服务站、社区文化书屋等惠民项目落地。

作为中华诗词学会会员、河南省诗词学会会员,赵学信以传播诗词文化为己任,积极参加“文化下乡”活动,多次义务举办古诗词赏析讲座。

退休后,赵学信始终保持共产党人的政治本色,牢记党的宗旨,用实际行动赢得社会各界人士的广泛赞誉。他先后荣获周口市社科联先进工作者、周口市优秀文史委员等称号。



赵学信向老干部学员讲解国学知识。资料图片

赵学信以高度的文化自觉和责任担当诠释了共产党员的初心和使命,展现了新时代退休干部的良好精神风貌。