

写下烦恼会收到暖心回信 武汉一大学现“解忧杂货店”

本报讯 用匿名信件写下烦恼,密封好后,投递到专门信箱,最后会收到暖心回信……长江日报记者获悉,10月17日,在湖北武汉华夏理工学院的校园里,出现了一家“解忧杂货店”。

“我前天投递了一封信,到现在已经收到两封回信了!我只是简单询问了下学校社团情况,但学长学姐给我的两封回信足足四页纸,上面详细解释了学校的各社团,还给我提了很多建议,我太感动了!”在新生居住的七号宿舍楼四楼的信箱前,新生陈淮阳从信箱里拿到了最

新回信。据悉,武汉华夏理工学院商学院心理健康协会上周开展了“见字如面”的活动,试图以匿名通信的方式给刚入校的新生答疑解惑,让学生直呼“暖心”!

“大学四年我怎样规划?”“离家千里,如何排解思乡之苦?”“大学里学会人际交往重要吗?”在该校商学院综合楼814办公室,新生辅导员和学长学姐们正一一写信回复这些匿名信件上的问题。据了解,考虑到新生都有些害羞,每次写信都用笔名,而回信也会针对笔名一一回

复,写信人可以自行去信箱取信。

该校商学院新生辅导员张帆介绍,大一新生初来乍到,为了让他们能更快地融入大学环境,学院特别策划了这场活动。活动创意来自于畅销小说《解忧杂货店》的暖心情节,新生们只需将自己的困惑以匿名的方式写出来,投进该校七号宿舍楼四楼的信箱,老师和学长学姐们收到后就一一拆开回复,通过这种方式让更多大一新生感受到学校的温暖。

商学院心理健康指导老师

郭定芳认为,文字是情感的寄托,在如今信息化时代里,写信的过程是珍贵的,收信是喜悦的,肯投入时间精力静下心来思考和书写更容易让人感动和珍惜。这样的活动可以帮助新生消除对大学新生活的迷茫和无助感,让校园的氛围更为阳光。

据悉,这个信箱设置了3天,已收到来信37封,共回信54封。随着活动的推进,来信和回信数量将会越来越多,学院也会将这个“解忧杂货店”一直经营下去。

(明凌翔 梁鹤腾 聂丹妮)

郑州一饭店设“敬老日” 每月请老人免费吃饭

本报讯 10月17日上午11时许,尽管郑州市区下起了小雨,但在郑州市工人路与汝河路交叉口东南角一家饭店内,老人们排起了长队,他们在该店工作人员和辖区巡防队员的引导下有序进入二楼餐厅。原来每月的17日,凡是70岁以上老人可凭身份证到该饭店免费享用中、晚自助餐。

11时20分许,东方今报记者接到热心的中原区巡防队员朱先生打来的电话后,冒雨赶到了现场。

进入该饭店,记者看到,楼梯上老人们排着长队有序进入二楼餐厅,他们在工作人员的引导下,到收银台出示身份证,领取餐具。餐厅里热闹非凡,几乎座无虚席。老人们品尝着鲜香可口的饭菜,脸上洋溢着灿烂的笑容。在两根柱子之间悬挂着一条红色的条幅,上写:每月17日,本店请70岁以上老人免费享用自助餐!

在食品架上,美食可谓琳琅满目,丰富多彩,有凉菜,有炒菜,也有蒸菜,而主食有炒米,也有面条,甚至还有自助小火锅,而汤类也非常丰富,水果盘里有各种水果和点心。

由于就餐的人非常多,一些办公区域也向老人开放。就餐人当中绝大部分都是老人。

该饭店负责人介绍:“平日里,素食餐厅面向社会开放,70岁以下的市民每位收费16元,而70岁以上老人每位只收费10元,每月17日,全市四个店内,只要在在规定时间内,不限人数,70岁以上老人只需要出示身份证就可免费享用,家里有行动不便的老人跟工作人员沟通后也可打包带走。“我们可以保证来此就餐的市民吃饱,吃好,但不允许浪费粮食。”(路治欧 萌友 李四信)

网传“眼保健操” 可逆转近视? 医生:不可能!

本报讯 据北京晨报报道,近日,一个标题为“恢复视力的最佳运动”的视频在网上引发热议,视频中介绍的是通过转换焦点、上下左右转动眼球、眯眼眨眼、搓热双手热敷眼睛等方法来缓解疲劳、保护眼睛。据眼科医生介绍,这种方法对于缓解眼睛疲劳以及假性近视人群有一定作用,但无法逆转真性近视。

热传的视频中共包含7节“眼保健操”,分别为转换焦点、上下左右转动眼球、眯眼睛、用目光画正方形、眨眼睛、用目光画圆形、搓热双手热敷眼睛。根据其动作特征,可归纳为四点,分别为:转换焦点、眼球转动、眯眼眨眼、热敷双眼。

上海市中山医院青浦分院眼科主治医师周黎纹介绍表示,这种“眼保健操”对于缓解眼睛疲劳有一定作用,适用于长期近距离用眼的人群,但需要经常性反复地练习。需要特别注意的是,近期眼睛有外伤或是疾病的人,不适宜进行这样的“眼球运动”,例如玻璃体出血等。

高度近视的人使用视频中的方法,是否能缓解近视?专家指出,高度近视的人需要预防的是视网膜剥离等,尽量不要剧烈运动。在没有新近疾病和外伤的情况下,是可以运用视频中的方法来缓解疲劳的,但是并不能逆转近视。同样地,即使不是高度近视,但只要是真性近视,都无法通过这些缓解疲劳的方法来逆转近视。(潘文)

最感人的凝视

近日,一位大学新生和爷爷奶奶的合影爆红网络。

当天,云南警官学院举行2017级新生军训演练和校园开放日活动。千余名云南警官学院2017级研究生和本科生组成的12个方阵迈着雄健的步伐,依次通过检阅台。一位大一新生刚刚结束40多天的入学军训,他的爷爷奶奶专程从老家赶到学校看望他。

这个瞬间被警官学院的老师拍了下来。照片中,老人家关爱的眼神和这位学警灿烂的笑容都被定格。这张照片迅速在云南警官学院的朋友圈走红,当晚,云南警方的新浪微博推广这张照片。次日该条微博阅读量达50余万。网友被这幸福的瞬间感动,称这是“最感人的凝视”。

(何瑾)



初中生勇救落水儿童 获万元奖励转赠被救者

本报讯 近日,一则视频在网上引起广泛关注,两名小孩不慎落入水中,一名穿白色衣服的少年来不及脱光衣服,不顾自身安危,一头扎进了冰冷刺骨的湖水中,用尽力气将2名溺水儿童抱到岸边。另外几名男子见状后,也立即跑到岸边伸出援手,帮忙施救。网友纷纷为这位跳入水中救人的初三学生点赞。

据成都晚报记者了解,该事件发生在10月14日下午,江西省抚州市资溪县泰伯湖边,视频中穿白色衣服的少年正是资溪一中初三年级学生朱宇俊,事发当时,朱宇俊正在附近游玩。湖边吹着风,气温只有十几摄氏度,其他参与救人的

分别是尧熙、黄金海、杨建等人。现场救援后,大家及时把落水儿童送往当地医院救治。目前,两名儿童已无大碍,出院回家。

回忆起当天下午救人的情形,朱宇俊说,自己从小爱运动,喜欢游泳,也经常去泰伯湖附近玩,比较熟悉这一片区域,但是现在想想当天自己曾几次想爬上岸却总是滑下去的场景,确实有点后怕,“不过,如果以后再遇到这样的事,只要在保证自身安全的前提下,我依然会挺身而出。”

朱宇俊的父母对他也有很深的影响。朱宇俊的爸妈是做生意的,街坊邻里口碑不错,“做人不行的话,生意也肯定做不大。”朱

宇俊的母亲张女士告诉成都晚报记者,他们始终坚持用自己的言行来影响儿子做个诚实、守信、向善的人。

张女士告诉记者,当天下午救完人,朱宇俊自己回家偷偷换好衣服,一个人待在院子里,也没跟家人说自己救人的行为,“还是别人告诉我们,才知道这个事情,当时确实心里一揪心,很害怕担心,他没觉得自己很英雄,他认为这是很自然的,但是我们都骄傲。”

据了解,朱宇俊救人的事迹获得全城点赞,江西省商会为救人英雄们送上奖金,朱宇俊获得了一万元的奖励。

拿到奖金的朱宇俊等人在获

悉其中一名落水儿童吴鹏浴一家生活十分贫困时,大家简单商议后,马上来到其家中,将万元奖金送到吴鹏浴父亲吴转平手中。接过慰问金,吴转平与朱宇俊等人紧紧相拥以此表达自己的感谢之情。

网友纷纷点赞。@网友青春不在:建议为下水救人者颁发见义勇为奖。向他学习为他点赞,祝愿小孩平安无事。@小月月:看看当时的温度就知道,这个天其实很冷了,他还能义无反顾地跳下去救人,敬佩。@我是网友:好人一生平安。@友斌:为救人英雄点赞!@星星:满满的正能量。(柴畅 高琴)