



道德讲堂

用嘴说出感谢 用情传递感激 用心表达感动 用行回报感恩

40、子曰：“吾十有五而志于学，三十而立，四十而不惑，五十而知天命，六十而耳顺，七十而从心所欲，不逾矩。”

——《论语》

【译文】孔子说：“我十五岁立志学习，三十岁立足于社会，四十岁掌握了知识而不致迷惑，五十岁了解并顺应了自然规律，六十岁听到别人说话就能明辨是非真假，七十岁可以随心所欲，又不超出规矩。”

41、子曰：“君子周而不比，小人比而不周。”

——《论语》

【译文】孔子说：“君子普遍能团结人而

不相互勾结；小人相互勾结而不能普遍地团结人。”

42、子曰：“德不孤，必有邻。”

——《论语》

【译文】孔子说：“有道德的人不会孤单，一定会有志同道合的人和他做伙伴。”

43、子曰：“见贤思齐焉，见不贤而内自省也。”

——《论语》

【译文】孔子说：“看见贤德的人就要想着向他看齐，看见不贤德的人就要反省自己。”

44、子曰：“知者乐水，仁者乐山。知者动，仁者静，知者乐，仁者寿。”

——《论语》

【译文】孔子说：“智慧的人喜欢水，仁德的人喜欢山。智慧的人好动，仁德的人好静，智慧的人快乐，仁德的人长寿。”

45、子曰：“质胜文则野，文胜质则史。文质彬彬，然后君子。”

——《论语》

【译文】孔子说：“质朴多于文采就会显得粗野，文采多于质朴就会流于浮华。文采与质朴搭配适中，才能成为君子。”

46、子曰：“知之者不如好之者，好之者

不如乐之者。”

——《论语》

【译文】孔子说：“对于任何事情了解它的人不如喜爱它的人，喜爱它的人不如以它为乐的人。”

47、子曰：“默而识之，学而不厌，诲人不倦，何有于我哉？”

——《论语》

【译文】孔子说：“把所学的东西默默地记下来，不断学习而不厌烦，教导别人而不感到疲倦，这些我做得怎么样呢？”

工会职工思想政治教育工作

第三节 工会开展职工思想政治教育工作的方法和途径

1. 典型示范教育。

注重运用先进典型影响带动职工群众。改革开放和现代化建设中涌现出来的先进集体和先进人物，体现了时代精神，是职工群众的楷模。要采取多种形式，大力宣传他们的感人事迹和高尚品质。要改进宣传方式，让职工群众感到他们可亲可敬可信可学。各行各业要注意发现和总结推广自己的先进典型，使职工学有榜样、赶有目标，在全社会形成崇尚先进、学习先进、争当先进的好风气。

2. 现场经验交流会。

紧紧把握时代脉搏和职工思想状况，围绕企业生产实际，不断总结和探索职工思想规律和特点，树立职工主题教育活动的企业典型，适时召开有针对性的职工主题教育经验总结现场交流会，推广先进经验和做法，为取得更广泛的职工主题教育成果营造良好氛围，促进职工主题教育活动创造新水平，上新台阶。

3. 系列活动。

紧密结合党和政府出台的政策法规

和重大工作部署，进行大规模、集中性、自上而下的系列宣传教育，使党的方针政策和目标任务深入人心。各级工会结合企业生产实际，创造了许多简单易行、行之有效的教育方式方法，比如演讲比赛、知识竞赛、辩论赛、征文活动等形式，为开展职工主题教育积累了宝贵经验。多年来，各级工会结合贯彻落实《公民道德建设实施纲要》，在全国职工中广泛深入地开展了以弘扬和培育民族精神为主题的“共铸诚信”系列活动，全国职工学习党的十八大

大精神，学习邓小平理论、“三个代表”重要思想、科学发展观，为全面建成小康社会献计出力等主题教育系列活动，都收到了较好的效果。



工会
专栏

工会的工作需要您的参与与支持，如果您有好的建议，请与我们联系。
电话：6523286
邮箱：sxjxsb@126.com

防震抗灾知识专栏

为什么要宣传普及地震知识

地震是一种破坏性很大的自然灾害。我国处于环太平洋和欧亚两大地震带之间，是一个多震国家，因此，经常宣传地震知识，增强大家的防灾意识，提高人民群众对灾害的承受能力和抗御能力，使广大群众掌握一定的防震知识和预防措施，正确识别各种异常现象，使地震预报有更多的耳目，在当前地震预报没过关的情况下尤为重要。

山西是个地震经常发生的地区，近几年来地震活动较为频繁，并列为国家重点监视区，在这样的形势下，宣传和普及地震知识更为重要。



绛县地震局 宣

政策解读

家庭用药十大误区

时间错位：不少人服药都安排在白天而忽视夜间。按照要求，有的药一日服两次，应每隔12小时1次，有的每隔8小时1次。可是病人往往在就餐时服用，这样就导致白天血液中药物浓度过高，而夜间很低，影响疗效。

药量过大：通常治疗量可获得良好效果，若超量服用可引起中毒，尤其是老人和儿童。随意加大剂量会十分危险。

药量偏小：有人为了预防疾病或害怕药物毒副作用，认为小剂量比较安全。其实这样非但无效，反而贻误病情，甚至可能产生耐药性。

时断时续：药物发挥疗效主要取决于它在血液中恒定的浓度。如不按时服药，达不到有效浓度，就无法控制疾病发展。

疗程不足：药物治疗需要一定的时间，如尿路感染需要7~10天才可治愈。若用药两三天，症状有所缓解就含蕴，可能引发慢性感染。

当停不停：一般药物达到预期疗效后就应停药，否则会引发毒副作用如二重感染、依赖性，甚至会蓄积中毒。

突然停药：许多慢性疾病需长期坚持用药控制病情，巩固疗效，如精神病、抑郁症、高血压、冠心病等。如停药应在工程师指导下逐步进行，不要擅自停药，否则会导致旧病复发甚至危及生命。

随意换药：药物显示疗效需要一定时间，如伤寒用药需3~7日，结核病需半年。如随意换药，将使治疗复杂化，出了问题也难以找出原因。

多多益善：两种药物联合使用常可增强疗效，但配合不当会产生抵抗作用，以致降效、失效，甚至招致毒性反应。

以病试药：有人患疑难杂症久治不愈，屡找偏方、验方使用。这样会使不少人病情加重，失去手术时机，病情恶化，难心救治。

服药时要注意使用剂量

不少病人有个坏惯，服药时不看剂量，咳嗽了就喝口药水，感冒了就吞几粒药片。这种习惯很不好。要知道，每种的最适宜剂量范围，是经过许多专家的反复实践和研究才最后确定的。剂量过大会引起中毒，剂量过小就发挥不了治疗作用。

通常，我们按照剂量的大

小把出现疗效的最小剂量称为“最小有效量”。把人体能够耐受而不致中毒的最大剂量称为“极量”，极量是安全用药的极限。超过极量而引起质变、导致病人中毒或死亡的剂量，分别称为“中毒量”和“致死量”。“常用量”则是对大多数人最适宜的治疗剂量，它在最小有效量和极量之间。人的个体差异很大，常用量并非对每个人都是最适宜的剂量。有的人对某种药物特别敏感，而有的人对某种药物不敏感。这种现象与喝酒时各人对乙醇的耐受程度不一样相似。所以在家庭用药时，应根据病人以往的表现，在医生指导下适当调整剂量。

药物常用量是指16~60岁的病人一次平均用药量，老人、孕妇、儿童及肝肾功能不全者的用药量要适当减少。在家庭用药时，必须注意观察病人服下药物后的反应，如血压的高低、心率的快慢以及脸色、表情等，以作为判断用药剂量是否安全的依据。



遗失声明

不慎将绛县育仁养殖专业合作社营业执照正、副本丢失，注册号：140826NA100118X，现声明作废。