

上海市委书记对一位普通市民的博客诉求,立即作出回应并及时采取措施给予具体帮助,令人感动。回应之坦诚、务实,关心之落实到位,爱民亲民之情跃然眼前。

我也曾经给领导写过信,不过,我的信是写给一位管辖我们地区的镇长的。我不认识他,也不知道他尊姓大名,当时只是一时情绪所致,就写下了这封信。现把原信抄录如下:

尊敬的XX镇镇长先生:

您好!此信不长,请读完。

大概是去年年底,地区的拆迁办人员来调查情况(居住面积、人口、户主等等),说:我们居住的这一地区要动迁了。这个消息引起

的反应自然不小。原本要装修的不进行了,要添置家具的推迟了,要购买家电的暂缓了,要出租、出售房屋的停止了……总之,原本的计划打乱了,

我也给领导写过信

家有

大家生活在不确定的等待之中。一等就是大半年过去了。自从您的下属们蜻蜓点水式地下来了解情况之后,黄鹤一去不复返,石沉大海无消息。拆耶?迁耶?不拆不迁耶……

我今年已74岁了,年老体弱,来日无多,真想有一个安定的环境渡过余生。为此我想知道:还拆迁吗?还要等多久?敬请您亲自给我一个回应吧!这个要求不算高呀!



边看边聊

中国女子冰壶队曾获2008年女子冰壶世锦赛亚军、2009年女子冰壶世锦赛冠军。人们把“一片冰心在玉壶”的横幅挂在比赛场馆,是在赞美队长王冰玉和她的团队耐苦寒、甘寂寞、酷展巾帼英姿的精神——在她们的努力下,使起步很晚的中国女子冰壶运动直跃而上。

冰壶在我国旧称冰上溜石,起源于14世纪的苏格兰,至今在苏格兰仍保留着一只1511年的壶石,石上刻有St. Js B Stir-ling字样,故称斯特林(苏格兰城市)石。1716年在英国的基尔塞斯成立了第一个冰壶俱乐部,当时比赛用的壶石较为粗糙,通常是在河里很容易找到的扁石,也不经加工。掷石者很

难控制壶石,多数凭运气取胜,无技术、战术可言。今天的冰壶均由不含云母的苏格兰花岗岩制成,形状如扁壶,上有手把。

如今冰壶运动最普及的地方已经是苏格兰,而是加拿大,1807年成立的蒙特利尔皇家冰壶俱乐部是北美现存的最老体育组织。冰壶运动在美国、瑞典、瑞士、丹麦、苏格兰、德国、捷克、澳大利亚、新西兰、韩国、日本都很受欢迎。1966年在温哥华成立了国际冰壶联合会(ICF),1991年改称世界冰壶联合会(WCF)。1998年的冬奥会正式将冰壶列入比赛项目;2006年,轮椅冰壶也被列入冬季残奥会比赛项目。

冰壶运动虽然起源于和发展在欧洲,但其实非

常适合于东部亚洲人(如

我是一名中学教师,退休后患上了神经衰弱,容易疲劳,睡眠质量不好,常有头痛等躯体不适感。我从报刊上看到放风筝是一项融健身与娱乐为一体的活动,春季人们放风筝能够尽情地呼吸新鲜空气,吐故纳新、舒展筋骨、畅通气血、健脑益智,近年来国内外不少医院采用“风筝疗法”治疗抑郁症、神经衰弱、腰椎病、食欲不振、眼部疲劳等病症,收到了神奇的功效,于是我也来放风筝健身。

为了放好风筝,我先找来有关风筝的书籍阅读,开始学习风筝的制作方法和放飞技术。风筝制作第一步要扎架子,然后糊纸面、绘图案等,我先后做了彩蝶风筝、雄鹰风筝、燕子风筝等得意作品。现在走进我的书房就仿佛到了一个迷人的风筝世界,墙上挂的、桌上的摆的、柜子里装的全是各具特色的风筝,令人目不暇接。

春暖花开,风速缓慢均匀,风力柔和,这是放风筝的绝好季节。每天早上只要天气晴朗,我就会在我家附近的公园里,带上三到五个不同类别的风筝,根据风力情况挑选最适合放飞的。虽然放风筝只有拉线、放线、压线几个基本动作,看似简单,其实里边学问很大呢!同样一个风筝,遇到会放风筝的人,它可以自由地在蓝天翱翔,如果遇到不会放风筝的人,风筝即使上了天,免不了也要栽跟头。放风筝需要手、腕、肘、臂、腰、腿等各个部位协调运动,一会儿来回奔跑,一会儿收线放线,一会儿仰起身子,一会儿俯下身躯,它让我忘记了自己是一个老人,心随着风筝飞翔。

屈指算来我放风筝已经八年了,现在我耳不聋眼不花,精神矍铄面色红润,神经衰弱也基本痊愈了,这全得益于放风筝的健身疗法。等活到一百岁,我要亲自把自己做的仙鹤风筝送上蓝天。



运动休闲

我这封信是去年8月14日寄出的,到现在已有半年多了,一直没有得到回应。

最初我很期待能得到回应。甚至幻想:有一天,门铃响了,开门一看,原来是镇长风尘仆仆来访了。到后来,希望变成了失望。其实,给我回一封信是没有难度的——只要如实说明情况不就行了吗?

曾有媒体曾披露过一位官员的雷人话语,大意是:我的电话还配你们这些人打的吗?我想,我的信得不到回应,是不是这位领导对民众冷漠、藐视的心理作怪呢?

我想对这位本镇主事公务员说的是:您是我们选举产生的呀!为包括我在内的居民中每一个人服务,应该是您的本职吧。

继续期待您的回应。

笔架山

符纯云

春天里,是笔架山最美的时候。绿树,红花,一茬一茬地攀升,层出不穷地蔓延。到后来,哪是衣着艳丽的游人,哪是心事缤纷的草木,皆已分不清了。山中,高树挺拔,灌木和草丛低矮,叶脉间滚动的春意明澈,石头的心思笃定。山中间鸿雁,似是故人来。借舟而过,偶尔去一回山中,能短暂忘记今夕何夕。枝叶间奔波的虫鸟、缓步的蜗牛,山巅闹腾着的红杜鹃,暗中沉入思考的浮尘,都曾有过共同的锦书,被那些嘹亮的鸟鸣寄来。

那一刻,鸿雁掠过。——缓慢、安静的山野,因此有了心跳般的速度与亮光。

中国、韩国和日本人)。冰壶不是一种运动量很大的体育项目,不是比体力、比耐力、比速度;而是在一定的身体素质基础上比技巧、比战术、比智慧、比经验、比谋略、比配合、比团队精神;冰壶因此在欧洲有个别名叫“冰上象棋”。

冰壶比赛的场地是一个表面铺制了冰层的冰道,两端各有一个相同的营垒(或称圆垒、全垒),营垒在每一局后(按掷壶区和标的区)交替使用。每一队上场四名队员——一垒、二垒、三垒和四垒(通常为队长)。每局比赛两队队员交替掷壶,每名队员可掷两个壶,共比10局。在圆垒中,位置比对方队所有冰壶更靠近圆心的壶可计一分,比赛结束后,总分多的一队获胜。

在两垒圆心线之间的冰道上,掷壶后己方两名队员可在滑行的冰壶前两旁刷冰,以控制壶的运行



知闻新语

方向、速度和距离。这种刷冰动作配上队员的喊叫声,构成冰壶比赛的一个看点。但壶过标的区的圆心线后,只准一名队员刷冰,此时对方的队长也可以来刷冰,旨在将冰壶引出垒圈,使其出局。

冰壶有一些独特的规则,如“最后一壶权”——上一局落后的一队享有此权,还能再掷一壶。再如有些犯规可由对方队提出处理意见(视为有效或出局)。

冰壶比赛一直被公认为“君子的比赛”,比赛中必须体现“冰壶精神”(或称“比赛文化”):不能因对方的失误而幸灾乐祸;不贬低对手;不干扰对手发挥水平;发生非故意的违规后应主动告知对方队长;如比分相差太大,落后方应主动放弃比赛认输。还有一个友好传统:比赛结束后,赢队向输队敬酒。观看一场高水平的冰壶比赛,是一种赏心悦目的享受。

引起儿童脑积水的原因有很多,通常分为交通性脑积水和非交通性脑积水,前者多由脑脊液吸收障碍所致,表现为整个脑室系统的扩张,常见病因有中枢感染、脑室内出血等;后者以前也叫做梗阻性脑积水,多因脑脊液循环的解剖结构中存在障碍,导致脑脊液循环通路被阻断,表现为特定脑室结构的扩张,常见病因有颅内占位(肿瘤)、导水管狭窄等。由于脑积水的患儿都有不同程度的颅高压,随着颅内压力的持续增高,脑组织会受到挤压产生相应症状,甚至会挤压幼儿相对柔软菲薄的颅骨,使

各就各位,预备,跑!

叶良骏

当年在母校行知中学,我们叫老师“大哥、大姐”,不知从何时起,对新老师,我们改称“先生”。后来,从上海体专毕业的宋尧来当体育老师时,我们叫年轻的他“宋先生”。他有点不习惯,说那些老师都比我大,倒是“大哥、大姐”,我怎么成了“先生”?叫“宋大哥”!但没人理他,他还是“宋先生”,这一叫,几十年过去了。

别看宋先生是教体育的,他可是全校最威风的人。每天早晨太阳刚升起,广播喇叭就响起“托儿所的早晨”,全校师生跑步去早锻炼,没一个敢迟到。如慢了一步,领操台上的宋先生便目光如炬地盯着。最下人的是他正喊口令时会突然停下:“全体立……”那个“正”字要等迟到者进了队伍才喊出来,引得全场都朝那人行注目礼。这样的“礼遇”没人受得了,再没人敢慢半拍。冬天,他带我们跑步,一面跑一面吹哨子,喊口令:“一二三四!”他在队伍中,一会前一会后,见到跑不动的男生会问:“休息下?”对女生,他只是善解人意地劝:“你可以请假。”但没人会从队伍里出来。寒风中,跟着宋先生在煤屑路上跑步,成为我们青春岁月最温暖的记忆。

上初二时,宋先生教跳高。他说,跳高有剪刀式、跨越式、滚式等,目的只有一个,看到挡住你的沟坎,想办法跳过去。他认为“滚式”(即“背跃式”)最好,但我们学不会,不是先抬腿,就是头碰竿,一根小小的竹竿把我们弄得毫无办法。他一次次示范,看我们灰心丧气的样子,

他提高声音说了一句至理名言:“臀部团拢翻过去!做任何事,要顾头更要顾尾。跳高时,不但头、背、手要协调,臀部同时要使劲,全身才能过去。”我们屡战屡败,宋先生一次次为我们加油:“勿来三(不行),再来!”终于个个成了跳高能手。这句话,何止是说跳高,它成了许多人的座右铭。

上高一时,我参加学校体操队。因为想通过劳卫制考试,除了规定动作外,我加练腾空翻。宋先生劝阻我:“这很危险,自己不能练。”我初生牛犊不怕虎,非要练。他没办法,每周六下午来当陪练。前滚翻、后滚翻、侧手翻、打虎跳……练得滚瓜烂熟了,终于可练腾空翻了。当时学校没体操房,更没体操垫,我们在饭厅里铺两只草垫,放块



北极涛动

“北极涛动”惹的祸

王乃仙

处于正位相,限制了极地冷空气向南扩展。但是今年2月份以来,北极地区大气环流现象——“北极涛动”处于负位相,即欧洲北部西伯利亚大陆及北冰洋出现高气压区,而其南部地中海东部及其北部的意大利却存在一个强烈的低压区(风暴),高压区的空气就呈顺时针方向旋转,风暴(低压)区的空气则呈反时针方向旋转,气旋就会在欧洲上空形成一条通道,把来自俄罗斯北部的大陆冷气团往前推送,导致北方西伯利亚寒潮向欧洲的入侵,暖空气则北上,形成“南寒北暖”的局面。受此影响,欧洲地区近期出现持续低温,拉脱维亚、白俄罗斯、波兰等国出现-30℃的低温;俄罗斯部分地区地区气温一度降至-37℃;德国不少地区降至-20℃以下;西欧一些地区则出现-10℃至-15℃的低温。此外,东亚的中国、日本、韩国的部分地区和中亚的大部分地区气温也较常年为低。



将身钻在巽宫位下

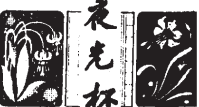
(牛博士对马姐说)

戴逸如文并图

我也说不出,就你舅一语中的?他独具只眼呢。

好有一比:妖怪眉如翠羽,肌似羊脂,脸衬桃花瓣,鬓堆金凤丝。八戒沙僧看不透倒也罢了,居然连唐三藏都人妖不辨,唯独让孙猴头给识破了。为什么?因为孙猴头有火眼金睛呀。火眼金睛的炼成岂是易事?换了张猴头李猴头,早被太上老君兜率宫八卦炉的文武火给烧成了灰烬。这猴头却聪明,“将身钻在巽宫位下。巽乃风也,有风则无火。只是搅得烟来,把一双眼焰红了”,成就了火眼金睛。

你舅不易呵,多少人在蹉跎中浑噩了,你舅却生心,“将身钻在巽宫位下”,借得社会、经典两股风烟,熏陶其眼,焰红其睛,且看欲火燎得铜锅热,且看一条条好汉争先恐后蹦上去划醉拳秀辣舞。



夜光杯

才笑着说:“天天磨,月月磨,你看,总会成功!”那枚劳卫制二级运动员章是我最珍贵的纪念品之一,摩挲着它,耳畔常响起宋先生的话,从此再不敢偷懒。

在春寒料峭的日子,宋先生悄悄地走了。望着照片上熟悉的笑容,忽然觉得这么多年,他从未老过。真的,他总是健步如飞,再远也是骑自行车,到80岁才从岗位退下。这样的人怎么会死?他一定是到天堂去吹哨子了:“各就各位,预备,跑!”但这回,队伍永远解散了。许许多多人来送他,我们喊“宋先生”,他笑咪咪的,一定听到了。

今宵打诨

周松林

面对白发人

(《水浒传》诨号)

昨日谜面:劫

(成语)

谜底:一举一动(注:“劫”字中一竖上举去掉,为一“动”字)

健康成长。目前常用的脑积水治疗方法包括分流管置入(针对因中枢感染或颅内出血所致脑脊液吸收障碍的脑积水患儿)、脑室镜下三脑室造口(针对导水管狭窄的脑积水患儿)、脑脊液引流(对急性脑积水的患儿采用临时外引流使其能够逐渐耐受相对增多的脑脊液)、占位切除(肿瘤所致脑积水患儿)等。

经过治疗,现在2岁的婷婷已经是一个会走路、会说笑的漂亮小女孩了。所以,大头娃娃的烦恼,需要家长的早期发现和医师的及时正确处理来解决。(作者为上海交通大学医学院附属新华医院小儿神经外科主任,主任医师)



杏林夜谈

头围增大。因此低龄患儿会有呕吐、哭吵、嗜睡、头围增大、双眼下视(日落征)等表现,大龄患儿则会主诉持续加重的头痛,对患儿脑组织造成损伤,最终导致预后不良。如果婷婷的父母

在她10月时去医院就诊,医师就很可能通过发现头围的异常增大,进行进一步检查并提前明确诊断和治疗,改善预后。

虽然脑积水病因复杂,但早期发现和早期治疗能够大大提高患儿的预后,尤其是导水管狭窄等原因引起的脑积水患儿,治疗后可以和正常的孩子一样健

话说“大头娃娃”

马杰 韩一芄