

# 多彩活动邀孩子“艺”起过暑假

明天起,无锡中小学幼儿园开始放暑假。如何给孩子们安排一个安全有益又快乐的假期?今年暑期正值无锡市首届文化场馆月举办,无锡各大文化场馆准备了丰富的活动,把孩子“请进来”,也带他们“走出去”,陪孩子“艺”起过暑假,让孩子增长见识,领略城市、生活之美,感受多彩的文明。

## 无锡博物院里欢乐多

无锡博物院利用馆藏文物和新技术推出了吴地文明AR系列课程,每周二至五开课,互动、参与性更强。7月21日起,每周二为孩子全方位解读锡博镇馆之宝元倪瓒苍痕树影图,将文物与AR结合,领会中国画的艺术魅力;7月22日起,每周三带孩子走近唐青玉人鹿图佩饰,帮助了解玉与德之间的微妙联系;7月23日起,每周四为孩子揭秘春秋吴王僚剑,借助AR技术,让孩子们了解文物知识,一睹从未展出的藏品;7月24

日起,每周五以“互联网+”的形式讲述传奇文物清光绪泥塑蟠桃会。

今年暑期,无锡博物院的“行走”系列研学游报名火爆。第一期泥塑雅韵研学之旅安排在7月18日,带领孩子们走访无锡博物院、惠山泥人厂、中国泥人博物馆,学习惠山泥人的历史,学做泥人,让孩子们不仅是非遗文化的见证者,更要做非遗文化的传播者。8月5日是“大运河上的课堂”研学活动,带领孩子们通过行走、乘船了解运河畔的历史文化古迹,以沉浸式体验让孩子们有所收获。

## 开启“书适”的假期

你和学霸,只差了一个暑假,暑假是读书长知识、拓眼界的好时候。无锡市图书馆推出了“知识的海洋”无锡市图书馆新馆开放20周年诗歌朗诵会、“援琴听幽”古琴音乐会、“穿越二十年 发现新锡图”青少年夏令营、红领巾读书征文、“我听·我读”少

儿读者主题朗诵作品征集、少儿创意读书笔记征集、“彩虹桥”青少年拓展阅读、“傣侏书房”读书会等活动,均可免费参与,引导孩子养成好读书、会读书的习惯和能力,度过“书”适一夏!

下周,备受欢迎的无锡市文化馆“西水公益学堂”暑期青少年艺术体验营启动报名,开设儿童画、电钢琴、街舞、乐感训练、亲子泥人等15门课程免费学,约300个名额,拼手速。无锡美术馆将举办“文化场馆 伴我成长”无锡少儿绘画比赛,8月15日前面向全市6至16周岁的孩子征集画作,让孩子们画出眼中、心目中的文化场馆以及在场馆中度过的美好时光。这也是无锡市首届文化场馆活动月的主活动之一,将于8月下旬起举办成果展。

## 赴书院生活体验之旅

身着汉服在古书院里诵读国学,抄写经书是怎样一番感受?7

月29日,东林书院推出“书院生活体验之旅”活动,参与者需是7至12岁的未成年人,限15人。活动时长半天,通过参观东林书院、国学经典诵读体验、国学经典抄录、活字印刷体验等环节,让青少年及其家长深入体会书院生活,了解书院文化,感受东林先贤讲学风、讲正气、为官清廉及热忱的爱国思想。有意者可在东林书院微信号上报名。

无锡文脉绵延,俊彦如林,为使锡城青少年熟知无锡名人事迹,激发其爱国爱乡情怀,即日起至7月底,无锡市名人故居文物管理中心携手梁溪区教育局,联合开展“名人故事我来讲 先辈精神我传承”——梁溪名人视频故事会大赛。活动围绕无锡名人特别是梁溪区的名人展开,让孩子们用自己的视角挖掘名人故事,感受名人风采,弘扬名人精神。获奖者颁发获奖证书并给予适当的金额奖励。大家可关注无锡名人故居微信公众号报名。

(张月)

# 告别毒品,开启未来 众人伸出援手 给她崭新的人生

本报讯 昨天,手握廉租房实物配租抽房通知书的张云秀(化名)进入选房程序,选到了属于她的一个遮风避雨的新家。这对于曾经年收入百万元,却因吸毒丢失了亲情、健康和住所的她而言,将是一个全新的开始。她向周围人保证,下半场的人生,不会再碰毒品,不愿再辜负生命的重启。

在五星家园一社区的会议室里,静静坐着的张云秀脸色略略显黑,然而她已比之前好很多。因为红斑狼疮的困扰,她的脸部、肚子、手部等多处溃烂,有好心人提供了免费的药物,才慢慢地调理过来。除此以外,她还患有丙型肝炎。“我们家族里都没有这样的毛病”,张云秀很无奈,医生告诉她,这些病和她吸毒有关。

说起染毒史,张云秀充满了后悔。20多岁时,她与前夫离异,女儿由前夫抚养。她开始做服装生意,也重新开始了一段新的感情,认识了新男友。常年做生意,饮食不规律,加上家庭遗传,胃一直不太好。有一次,她因胃病发作,呕吐得天昏地暗,男友给了她一些粉末,告诉她能止痛,对胃病效果很好。果然吃下去一点,就大大缓解了痛感。后来,她习惯了胃痛就伸手向男友要一点“药”。直到有一天,邻居告诉她,那个是海洛因,而且可能有人早有预谋,知道她有钱,通过男友想拉她下水。“那时有了依赖性,想停也停不了”,张云秀说,为此她来来回回戒毒、吸毒,总无法停止。

2016年,她从外地看守所再次回到无锡,父母都已去世,原本的许多亲友也不愿再搭理她。她名下的一套经济适用房也被人骗走,没有拿到一分钱。“无家可归,感觉人生到了尽头”,张云秀说,那时她想到

出狱时,有人给了她一张纸,上面有一家新途后续照管服务社,她试着想去求助一下。在那里,她遇到了潘红娣、李钰和吴曦等人,他们都是为戒毒人员提供后续照管服务的工作人员,帮助这类特殊人群重回社会。

得知张云秀没有收入来源,他们帮张云秀介绍工作。谁知做了没多久,张云秀身上出现多处溃烂的状况,身体状况也很不好,后来医院确诊她是红斑狼疮,免疫能力出了大问题。“我们家没人得过这样的病,感觉自己这辈子要完了”,张云秀说,她知道治病要花不少钱,而且也治不好,一度想死的心都有了。这时,她又因为经济问题,和五星家园一社区的党总支书记刘蓓蓓结成了阳光扶贫对子。“她一直在说,相信我,不会再吸毒了”,刘蓓蓓表示,面对一个想回头的浪子,或许应该伸一把援手,大家帮着她跑下了低保,针对她的疾病又申请到了救助。现在她一个月要吃五六种药,通过医疗救助,将原本五六百元的门诊费用降到了五六十元。

一个月的低保要维持租房、看病和生活,根本入不敷出。各方又再次帮她申请廉租房,由于她拆迁享受过一次经济适用房,难度很大。梁溪区住建部门了解到她的特殊情况,最终也打开了绿色通道,作为特殊救助,让她进入申请程序。

“以前是有困难,找粉友;现在是有困难,找政府”,张云秀说,这么多人给了她生命重生的希望,不能再辜负大家。“她是我们照管服务社遇到的唯一一个主动上门寻求帮助的人”,潘红娣表示,她遵守了自己的承诺,坚持不碰毒品,远离毒友,意志坚强,让人觉得值得相帮。

(黄孝萍)



## “冬病夏治”正当时

7月16日,无锡市中医医院的医护人员为小朋友贴“三伏贴”。当日是夏季入伏第一天,人们来到医院接受传统“冬病夏治”,通过穴位艾灸、贴敷、拔罐等方式防病治病。(还月亮 摄)

# 帕金森老人坚强抗帕13年 如今不抖不僵当义工

王老伯患帕金森13年,口水滴滴答答止不住,身体僵硬,背驼成90度。担心摔倒加上怕口水弄脏地板,这几年都“不敢”去儿女家了。

十几年来,天天吃药病情不见好转反而愈发严重。去医院开药时听病友介绍三个上海名医开的易可中医医院“魏氏脑病中心”治疗帕金森讲究中西医结合,还能治流口水、便秘等常见的“非运动症状”。中华中医药学会脑病分会副主任、上海曙光医院神经内科原主任、“魏氏脑病中心”创始人魏江磊教授,为其脏腑辨证后实施了FIX系统疗法。1个月

后,口水止住了,身体能直起来了。

如今,开心的王老伯每次到易可中医医院复诊的间歇,当起“义工”,帮其他病人铺垫子,递物品,鼓励大家努力治病,保持信心。

魏江磊称,帕金森三期之后,病人普遍“无药可吃”,但不等于“无医可治”。独创的FIX系统疗法讲究中西医结合,内外治兼顾,辅以食疗、导引、康复训练等,通过全程管控,让病人病情停止恶化,改善流口水、夜尿多、失眠等“非运动症状”。

(江南)