



# 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

7、大道废,有仁义;智能出,有大伪;六亲不和,有孝慈;国家昏乱,有忠臣。

——《道德经》

【译文】有失必有得也是自然界的对立法则;废弃了自然法则的研究,就会有仁义的产生;一旦弘扬了人类的智能,虚伪狡诈也会随之产生;正由于存在六亲之间关系不融洽的现象,才产生了尊老爱幼的孝道,才崇尚其慈悲心;正是因为有国家的混乱,才产生了忠贞守

节之臣。

8、知人者智,自知者明;胜人者有力,自胜者强。知足者富,强行者有志。不失其所者久,死而不亡者寿。

——《道德经》

【译文】能了解别人的行为和心理的人,是一个具有洞察力的智者;能正确认识自己的长处和短处,是明智的表现;能战胜别人,他必然有大力气;永不

满足已有的业绩,能战胜自己的自满、畏惧心态,必然是一个好强的人;能知足人,他总觉眼下的生活已经心满意足了;对事业追求不止,是具有远大理想的表现;具备赖以安身立命的长处,他的寿命也必然长久;那些死了还不会被别人忘怀的人,才是真正的长寿。

9、天下之至柔,驰骋天下之至坚。无有入无间。吾是以知无为之有益,不言之教。无

为之益,天下希及之。

——《道德经》

【译文】运用天下最柔弱的自然法则,可以驰骋于极强大的国家,凭借这一点,可以无处不达,无孔不入。所以我明白了研究无为之道有多么大的益处。(懂得了道这一自然法则),不用教育也可达到教化的功效。无为之道的益处,天下任何一种方式都不能达到这种境界。

## 工会职工思想政治教育工作

### 第二节 工会职工思想政治教育工作的主要内容

#### 4. 服务群众。

每一个职工,无论从事什么职业,都要自觉地听取群众意见,了解群众需求,为群众排忧解难;端正服务态度,改进服务措施,提高服务质量,为群众工作和生活提供便利,积极培养良好的行业作风。

#### 5. 奉献社会。

每一个职工都要树立强烈的社会责任感,为国家发展多尽一份心,多出一份力;承担社会义务,扶贫济困,致富不忘国家和集体;艰苦奋斗,多做工作,顾全大局,必要时牺牲局部和个人利益;反对只讲索取,不尽义务。

#### (三)开展职工职业道德建设活动

1994年,为认真贯彻落实党的十四大和十四届三中全会精神,把职工思想政治工作与经济工作紧密结合起来,进一步推动职工职业道德建设,全国总工会和国家经贸委联合下发了《关于加强社会主义职业道德建设的意见》(总工字[1994]14号)。此后成立了由中宣部、中央文明办、国家经贸委、国务院纠风办、全国总工会五部委共同组成的全国职工职业道德建设领导小组。2001年国务院机构调整后,全国职工职业道德建设领导小

组调整为由中宣部、中央文明办、国家发改委、商务部、国务院纠风办、全国总工会六家单位组成,名称也调整为全国职工职业道德建设指导协调小组。目前,全国职工职业道德建设指导协调小组成员单位包括:中宣部、中央文明办、国资委、工信部、商务部、全国总工会,小组办公室设在全国总工会宣传教育部。

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

## 生殖健康宣传

### 乳腺癌的预防:

有数据显示:乳腺癌已成为我国女性最常见的恶性肿瘤之一,居女性恶性肿瘤死变率的首位,且绝大多数患者被诊断时已处于中晚期。第一个层面是减少致癌因素。养成良好的饮食习惯,少吃高脂肪、高蛋白食物,多运动,避免肥胖。尤其是绝经后的妇女,体重胖的人,患乳腺癌的几率较大。妇女绝经以后,卵巢功能没有了,月经没有了,但身体内还是有雌激素的,这是由肾上腺分泌的雄性激素转化而来的。肥胖的人之所以发病率高,是因为雄激素转化成雌激素,在脂肪组织里进行。胖人脂肪多,转化的就多,因而得病的机会就会。再者,有些女性保健品含有雌激素,盲目服用后,也会增加患乳腺癌的几率。因此,保健品不能随便吃。第二个层面是加强高危人群的预防。35岁以上仍未婚未育,母亲或姐妹在绝经前患了乳腺癌,家属中有两个以上的人患过乳腺癌、乳房有非典型增生等都是高危因素。医院可以通过拍摄乳腺X光片,将乳腺分为各种类型,其中导管型、混合型等被认为是具有癌变危险的。但是各种类型之间是可以相互转变的,因此,特别建议有乳腺增生的女性要定期到医院进行检查。第三个层面是重视肿瘤筛查。I期乳腺癌90%可以治愈,II、III期的患者5年生存率只有70%和45%,IV期乳腺癌则不可能治愈。患者需要采用哪种治疗手段,也要由肿瘤分期来决定。35岁以上的女性每一年半就应做一次专门针对乳腺癌的筛查。

### 宫颈癌的预防:

宫颈癌不但在女性生殖器官癌中占首位,而且是女性各种恶性肿瘤中最常见的癌瘤。宫颈癌预防是防治发生宫颈癌最主要的手段,女性朋友及时进行妇科检查,便可做到宫颈癌预防效果,及时发现宫颈癌变情况。

1、宫颈癌预防应先因病预防做起。宫颈癌的病因虽不完全清楚,但已知许多因素和其密切相关,可以针对这些因素加以控制,如提倡晚婚、禁止早婚和性生活紊乱、实行计划生育、加强性道德及性卫生教育、积极防治与宫颈癌发生有关的疾病等。另外要加强环境保护、适宜饮食、适宜体育,以增进身心健康,提高免疫力。

2、临床前宫颈癌预防即“三早”预防,所谓的三早即早发现、早诊断、早治疗。因此在人群中应对已婚妇女进行定期普查,发现癌前病变及早期癌及时给与诊断和治疗,会有效预防宫颈癌的发生并降低其死亡率。

3、根据自身健康情况做好宫颈癌预防措施。宫颈癌的早期信号:(1)白带增多,初期可无异常气味。(2)白带异常,可以混有血性,伴有恶腥臭味。(3)阴道不规则出血,多见于性交出血,下腹用力后出血,绝经后出血。(4)子宫癌发展后,可能发生小便刺激尿频尿急及大便带血,也可引起盆腔和下肢疼痛,下肢肿胀。下列人群每隔2年应作一次妇科防癌检查:18岁以下性交、结婚者;性生活紊乱,性交频繁以及性病患者;早婚多次生育者;有宫颈炎和糜烂者;性交后阴道出血,绝经以后阴道有分泌物,尤其是血性分泌物者;35岁以上,没有任何症状者,也应定期作常规检查。必要时行TCT、阴道镜及宫颈活检等。治疗癌前病变:如发现宫颈糜烂、CIN等癌前病变要及时治疗。



# 迎新春

# 联通送福到万家

## iPhone6免费得 20M宽带免费用

一部到位

- 双4G双百兆手机免费得
- 20M高速宽带免费用
- 6000分钟通话免费送
- 150Mbps网络畅快用



999元:送4M高速宽带一年+4G大屏手机(含999元话费)



1379元:送10M高速宽带一年+4G 5寸大屏手机(含799元话费)+IPTV网络电视



1519元:送4M宽带两年+4G 5寸大屏手机(含799元话费)

用联通4G

高速宽带免费用 网络电视免费看



咨询电话:6521114

## 遗失声明

不慎将绛县城镇兴达通讯部营业执照正副本丢失,证号140826610002234,现声明作废。