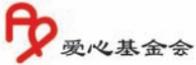


**编者按:**2013年8月,河南新县政府与以“北京绿十字”为首的60多家民间组织合作,开展“英雄梦·新县梦”大型公益活动,爱心基金会承接了其中的“健康”子项目。同年12月,爱心基金会牵头协调十家政府、学界和NGO机构,组成联合专家组赴新县调研,为健康新县筹建立项。2014年9月项目正式启动,新县成为国家首个健康促进示范县。北京益创乡村女性(北京农家女)为其中一家公益组织,在健康促进中负责农村妇女组织动员和能力建设。她们通过各类健康主题活动的开展,号召妇女们行动起来,带动家庭成员树立健康意识,践行健康生活方式,做好家庭健康的指导员、管理员和监督员。在这个过程中妇女的能力和视野得到了提高和拓宽,以下是她们写下的朴实真挚的心里话。



## 我参与 我骄傲

作者:新县陈店乡梅花村 耿长叶 编辑:爱心志愿者

为打造“山水新城,健康新县”,在新县卫健委、北京益创(北京农家女)和县、乡、村各级政府机构的引导和推动下,培养了一批又一批的健康妇女骨干。这些姐妹在各个不同的家庭、社区为健康促进工作付出了很多,取得了了不起的成绩。我也想骄傲的显摆一下,因为我也是其中的一员。

### 健康教育带来的变化

先说我自己家吧,我婆婆是一位勤劳善良的老太太。随着国民生活水平的日益提高,我们家的小日子也越过越红火,婆婆鸡鸭鱼肉变着法做给我们吃。公爹爱抽烟,她也要抽,一边咳嗽还一边在抽,我看着就着急。

自从我参加健康教育促进活动后,一有时间就把“健康四大基石”作为“尚方宝剑”拿出来讲给家人听,还耐心和婆婆讲健康素养66条。原来还怕婆婆不爱听影响婆媳关系,没想到婆婆是一位潮老太太,说我讲的有道理,主动把烟戒了,还劝公爹也戒了。公爹可是有着五十多年烟龄的老烟民啊!之前一日三餐都要喝酒的公爹现在一天只喝一小杯,名曰:“活血”。更让我想不到的是,在公爹和婆婆的带动下,自家的伯伯叔叔们把烟都戒掉啦。原先爱咳嗽的几位老人现在气色都好了很多。现在婆婆和她的老姐妹们一起聊得最多的话题就是如何做到荤素搭配,如何做到营养健康,如何让家人生活得更健康。在一次

健康家庭评选活动中我家得了二等奖,老太太高兴得合不拢嘴,悄悄对我说:“我们要加油,别落后啦!”我在心中暗暗地为婆婆点了一个大大的赞。

随着健康教育的普及,上至八十岁老下到学龄前儿童,都熟知了热门的健康话题。在我们梅花村每年都要组织几次健康教育活动的,有健康厨艺大赛、家庭卫生评比、安全教育知识、五好家庭评选、最美媳妇评选、最美婆婆评选、健康故事分享等等。在健康教育的促进下,在政府、公益人的努力下,梅花村群众的思想意识在逐步提高,人居环境也变得更美,“全国文明村镇”等荣誉称号更是一个接着一个。这既是对我们梅花人努力付出的认可,也体现出乡村建设的文明进步。这正是:人改变了环境,环境也在改变着人。

如今在我们梅花村基本上见不到打架斗殴、吵嘴骂街、污水横流、垃圾乱倾乱倒等不文明现象,到处呈现出一片鸟语花香、祥和安宁的景象。在这样的环境中过日子,你的嘴巴能合得拢吗?

### 踏上了健康公益宣讲之旅

天性喜爱热闹的我,每次都会参加村里组织的健康活动,从中学到了一些健康的理念和知识,并运用到自己的日常生活。没想到因为自己在健康教育促进方面做的一点微不足道的工作而被幸运地入选到宣传小分队。

2018年5月,在新县卫健委和

北京益创女性(农家女)老师的带领下,我和另外4个姐妹一起深入到9个新县健康教育促进村,开启了我的健康教育宣讲公益之旅。我非常珍惜这次机会,“予人玫瑰,手有余香”,我在给别人宣讲健康的同时,也收获更多。

虽然时值五月天,骄阳似火,气温逼近35度左右,每一次活动下来都要汗流浹背,但看到现场的群众,尤其是那些七、八十岁的老人都坐在台下认真地听我们宣传,姐妹们都不觉得有什么苦和累。

得知我们在余河村宣讲,德高望重的翁永凯教授和县妇联兰主席也来到了活动现场,她们对我们这样的活动非常认可。翁教授鼓励我们,要把学到的健康知识传递给更多的人,让更多人受益。并对我们用群众喜闻乐见的文艺形式来宣传健康,表示赞许。兰主席也对我们的农家女志愿小分队能够下乡宣传健康表示欢迎,希望在更多的领域能发挥我们巾帼志愿者的作用,为“山水新城,健康新县”做出我们应有的贡献。

我们这是第一次跟随新县卫健委和北京益创(北京农家女)的老师下乡参与健康公益宣传活动。看着我们几个人顶着烈日、放下家里的事情,起早贪黑地奔波,有人就问给报酬吗?能出名吗?我只是微微一笑,默不作声。因为公益就跟我们这儿乡里俗语的“做好事”一样。如果跟名利一起谈论,就有点污染视听了。公益不



大美新县

是三分的热度,一时半会儿的参与,而是要求人们绵绵不断的给力。我虽参与的公益活动不多,但已体会到了“帮助他人,快乐自己”的成就感。

古人云“不以恶小而为之,不以善小而不为”。这次健康教育促进宣传让我踏上了公益之路,我将以自己的微薄之力砥砺前行,坚守公益初心,做一个快乐的行者!

在今年疫情期间,我们农家女骨干姐妹,在社区各个微信群里,告诉大家怎样做好个人、家庭、社

区的卫生,不恐慌、不串门,在群里给大家讲故事、唱歌、分享健康和美食,让许多人紧张的心都能平稳放松下来,和全国人民齐心协力,共同度过抗疫难关,最终守得云开雾散现彩霞的美好时光。

回首这几年,健康教育促进从一开始群众的不理解、不配合到越来越多的人接受、践行并取得效果,项目村也从一个村、到四个村、再到十五个村,几十个村,一股清爽健康的和风在温暖地吹拂着新县这片英雄的土地……

### 后记:

爱心基金会衷心感谢来自美、中爱心人士与志愿者的无私捐助和奉献支持。爱心基金会享有美国联邦政府501(c)(3)免税和美国联邦政府联合捐款(CFC # 10769)待遇,如您有意支持中国农村的爱心助学和健康教育,中美文化交流和生态环保,以及可持续发展项目等,爱心基金会将全力助您达成心愿。

如欲了解爱心基金会,

请浏览爱心网页: [www.aixinfund.org](http://www.aixinfund.org)

如欲联系爱心基金会,可Email: [aixinfund@gmail.com](mailto:aixinfund@gmail.com)

或Tel: (202)-321-8558, (301)-309-9421,

or (301)-762-5345,

您的善款支票可寄往:

AiXin Foundation, Inc.,

13621Valley Oak Circle,

Rockville, MD 20850

## UR 嘉盟地产 UnionPlus Realty



### 王志浩

Owner/Principal Broker

公司: (301)309-8859

手机: (202)276-6928

传真: (301)738-8158

免费: 1-800-908-5188

email: [hallwang1688@yahoo.com](mailto:hallwang1688@yahoo.com)

维州: (703)688-3298

- \* ABR 认证买方代理人
- \* CBR 注册买方代理人
- \* CIPS 注册境外资产专家
- \* CRB 注册住房经理
- \* CRS 注册住房买卖专家
- \* CRI 房地产经纪人学院毕业
- \* e-Pro 房地产网络专家

● 二十年以上房地产买卖经验

● 在全部买卖过程亲自把关

● 多项优惠购屋计划

● 客户换房时卖房本人只收1%佣金

● 第一次买房者将获免费赠送本人执笔的买房必读宝典《购屋指南》

### 服务特点

本公司诚征经纪人, 全职、半职均可



### 叶黎

Li Ye

Broker/Owner

202-271-8066 (C)

301-292-1000 (公司)

E-mail: [liye@remax.net](mailto:liye@remax.net)

Licensed in MD, VA and DC

## RE/MAX Universal

华府首家华人创办的RE/MAX房地产公司诚聘新经纪人

● 诚邀房产经纪加盟 ● 全国联网, 环球客源 ● 免费定制个人网页

● 定期业务培训 ● 交流成功案例 ● 一流办公设施 ● 专业规范管理



Samantha He 何青  
240-686-5588  
[samantha.q.he@gmail.com](mailto:samantha.q.he@gmail.com)



Jay Yu 余海豪  
301-529-3985  
[Yujayhomes@gmail.com](mailto:Yujayhomes@gmail.com)



Ana Maria Carretero  
301-740-5488  
[amcarr07@yahoo.com](mailto:amcarr07@yahoo.com)



Betty Tang  
240-988-6110  
[chengbettytang@gmail.com](mailto:chengbettytang@gmail.com)



Elaine Wu  
240-704-2008  
[elainewu.realty@gmail.com](mailto:elainewu.realty@gmail.com)



Jing Liu 刘景  
301-215-0629  
[jingliuhomes@gmail.com](mailto:jingliuhomes@gmail.com)



地址: 17B Firstfield Rd., Ste 208, Gaithersburg, MD 20878

5-035

### 鸿运贷款公司

FORTUNE MORTGAGAE CO. (NMLS# 201418)

PRESIDENT 王立明 (NMLS# 206213)

JOE WANG TEL: 301-309-1818

### 各类房屋贷款

信用第一 文件保密 快捷通过  
最新推出适合医生职业的贷款项目

5% down, no MI, no Point,

3.125% for 5yr Arm

另有 80/20 100% LTV 产品, \$0 首付, no MI