退役军人李金桥的“十二”分“医”心

过去身披戎装，如今手握艾条，在军营里淬炼意志，在经络中寻找答案。一位98年出生的年轻中医师，用“艾灸+点穴”的创新疗法，将部队磨砺的刚毅化作指尖的精准力道，他就是李金桥。

“现在我给你取穴的是肺经上的一个穴位，叫尺泽穴，尺泽穴它的定位是在这个肘横纹上。”灸十二堂负责人李金桥说。

眼前这位正在专注取穴的年轻小伙子名叫李金桥，这间飘着艾草清香的“灸十二堂”是他毕业返乡创办的艾灸工作室。

“一方面就是主要亲友都在这边，另一方面就是我其实还是有乡土情怀，我走到外面，还是会惦记枣庄，也希望我的所学能够为家乡发挥它的作用和价值。”李金桥说。

李金桥和中医的缘分，要从他小时候说起，当时母亲患了一种比较罕见的颈椎病，四处求医，效果都不太理想，机缘巧合下遇到了他的中医师傅，通过中医治疗手法治好了母亲的颈椎病，也在李金桥心里埋下了一颗学习中医的种子。

“从15岁的时候就开始看相关的中医书籍，高考报志愿的时候，我全都报的中医学。”李金桥说。

凭借着对中医的热爱，李金桥顺利进入理想的大学学习中医知识，可就在入学前，他又做了一个重要决定——参军入伍。

“有两个想法，第一个就是我有这个情怀，因为家里父辈有参军的经历，我也想要保家卫国，另外一个就是我想去锻炼自己，然后也学习一下部队里的有关医学的知识。”李金桥说。

部队两年的历练让李金桥收获颇丰，不仅磨练了他的意志，练就了吃苦耐劳的精神，更通过接触部队特有的医疗体系，使医术得到系统性提升。

“我的技术是师从北京的名中医金壹飞先生，然后从我师傅这，我得到了经穴点穴的手法，还有就是疏通经络的手法、经络和艾灸结合的理念，我们通过这样的搭配组合和这种创新形式，能够达到更好地疏通经络的效果。”李金桥说。

艾灸手法要求比较高，既要有力量又要柔和，为练就“柔中带刚”的灸疗手法，李金桥有自己的特殊训练方法。

“那个时候我就去买叉车轮胎，用叉车轮胎的内胎，把它打上气，上面再垫一个枕头去练，练力度，还有剥和揉这几种手法。”李金桥说。

经过多年的学习和实践，李金桥练就了一身过硬的艾灸本领。大学毕业后，他回到家乡枣庄，成立了自己的艾灸工作室，使用湖北蕲春最好的艾灸材料，加上点穴与艾灸结合的独特疗法，吸引了不少市民前来体验，也收获了很多忠实“粉丝”。

“肩胛骨这块不僵硬了，很舒服，寒气给推出来的那种感觉，这种这手法非常独特，而且非常神奇，立竿见影，很舒服。”市民郑宪松说。

如今，李金桥并没有满足现状，今年他成功考上了硕士研究生，继续在中医领域深造，提升自己的专业水平。

“中医它最吸引我的地方就是它能达到神奇的疗效，另外一个就是它的内容真的非常的深奥，值得用一生的时间去探索，每次不断的探索都能得到新的东西，探索不完，这样它既能给我带来这种兴趣的吸引，又有足够的社会意义。”李金桥说。

从迷彩绿到艾草香，从握钢枪到点经络。李金桥用十二分专注践行着中医传承，正如他工作室的名字——灸十二堂，在十二经络中寻找传统智慧的当代答案，将艾火的温度化为守护健康的青春力量。

（李婷婷　于宁　牛茂国　王慧）

24小时响应！市中供电织密乡村安全网

入夏以来，气温普遍偏高，城乡居民生产生活用电需求持续攀升。国网枣庄供电公司市中供电中心积极组织骨干力量，主动为边远乡村尤其是农村独居老人义务检修线路，提高灌溉机井、泵房的巡检频次，确保农村地区夏季用电安全。

“随时来，一打电话就来，不问晚上，不问清早，人再忙也来，真好，咱说的良心话。”孟庄镇侯庄村村民魏增英说。

张文国和李伟是市中供电中心孟庄供电所的工作人员，在他们负责的供电台区里，有许多子女在城市工作生活的独居老人。今天，他们俩来到孟庄镇侯庄村独居老人魏增英家里，检查空调供电线路。

“这个是漏电保护器，你掰上去就有电了，可以开空调了，你可以试试管吧。”孟庄供电所用电技术主管李伟说。

“咱们这个村有百多户，有年纪的人就占了一半，子女虽然给老人家都安了空调，可是有年纪人不舍得用，使用时间和平常不一样，最容易出现故障，供电这块不能掉以轻心，到每家每户巡视检查。”孟庄供电所网格经理张文国说。

忙完农户家的生活用电问题，张文国和李伟又马不停蹄地赶到田间地头。现在正是灌溉的高峰期，用电需求比平时高一些，他们的任务就是检查机井的用电情况是否正常，防患于未然。

“目前管理22个台区，现在浇地的机井、泵房有十三四个，天气炎热，老百姓浇地次数也比较多。原先我都是一个月巡视一遍，现在天气旱，责任心更要强点，一星期我要巡视一遍，咱既然去了，必须给供好电，让老百姓浇好地。”孟庄供电所网格经理张文国说。

近年来，市中供电中心扎实做好农村地区供电安全保障工作，不仅积极升级供电设施设备，更是主动把优质服务延伸到农民家中和田间地头。特别是针对农村地区的特殊情况和需求，始终遵循“就近响应、协同跟进、应办必办、办就办好”的原则，变被动服务为主动服务，变单一服务为综合服务，确保农民朋友用电诉求响应更快、用电问题解决更优、电力服务效率更高，为市中乡村振兴贡献“一电之力”。

（刘正航）

文体盛宴！社区运动会点燃邻里情

枣庄市市中区永安镇湖西社区以新时代文明实践站为载体，积极搭建邻里交流平台，持续丰富居民文体生活，不断增强社区凝聚力。

近日，以“文韬武略”为主题的湖西社区第二届文体运动会热辣举行。数百名社区居民齐聚一堂，各种精彩节目轮番上演，从热情歌唱到欢快舞蹈，从丝竹管弦到歌声嘹亮，湖西社区用运动点燃热情、以文化传递真情，每一个节目都展现出社区居民热爱生活、积极向上的精神风貌。

据了解，本次运动会充分考虑到不同年龄段居民的需求和特点，项目设置丰富多样、贴近生活、趣味性强。不仅有篮球、足球、电子竞技等吸引年轻人的竞技项目，还专门设置了速算、象棋、够级等适合老年人和儿童参与的益智休闲项目。现场加油声、欢笑声此起彼伏，邻里情谊在互动中升温。

“很高兴参加湖西社区的运动会，我参加了跳绳比赛，取得了很好的成绩，希望今后在这个温暖的大家庭里还能参加这样的比赛。”社区居民贾若贤说。

据了解，湖西社区始终坚持“烟火气与文化味共生共融”的理念，依托新时代文明实践站，常态化组织开展面向不同年龄段居民的特色活动，精准对接居民多元化需求，不断丰富社区文化生活内涵，提升居民的归属感和幸福感，获得了社区居民的广泛赞誉。

“举办社区运动会是我们深化新时代文明实践、推进文化社区建设的一项重要举措。我们希望通过这类活动激发居民的参与热情，共同营造文明和谐活力的社区文化氛围，凝聚社区认同感、归属感。下一步，永安镇湖西社区将以新时代文明实践站为依托，常态化开展更加多元的活动，并融入更多的文化元素，如传统体育、文艺展示等，挖掘更多的社区人才，壮大志愿者服务队伍，鼓励居民从参与者变为组织者、贡献者，共同擦亮我们的社区文化底色，共建共享幸福家园。”永安镇湖西社区党委书记郑勇说。

（王乐平）