

小美南翔

编者按：深入贯彻中央八项规定精神学习教育开展以来，南翔镇党委紧扣学习教育主线，坚持抓好“谋、精、融”，以“谋”蓄力强部署、向“精”发力抓实效、以“融”聚力促长效，推动学习教育入脑入心见行见效。

牢牢把握“三个坚持”，吹响学习教育“动员令”

南翔镇党委全面部署启动深入贯彻中央八项规定精神学习教育，加强研究谋划、精心组织实施，牢牢把握“三个坚持”，吹响学习教育“动员令”，切实推动学习教育有力有序开展。

坚持高站位谋划 激活思想领航“强引擎”

镇党委研究制定本镇深入贯彻中央八项规定精神学习教育实施方案，对全镇开展学习教育进行全面动员部署，形成由镇党委书记亲自抓、工作专班负责落实的工作格局。各基层党组织闻令而动，坚持聚焦主题、紧盯关键时刻，第一时间全面铺开动员，抓细抓实学习教育各项工作。通过召开党员大会、支部(扩大)会议，结合“三会一课”和主题党日等形式，传达会议精神，凝聚共识。引导党员提高政治站位，准确把握总体目标与要求，切实把思想和行动统一到上级决策部署上来。

坚持高质量推进 实现作风建设“全覆盖”

各基层党组织锚定目标任务，结合自身实际，制定学习教育工作计划，精准发力、分类施策，切实抓好新兴领域、流动党员、离退休干部等各类群体，全力推动作风建设向纵深发展，做到全覆盖、无遗漏。比如，永乐村党总支针对年老体弱、行动不便的党员，分片包干，开展“送学上门”等；银翔社区党总支策划“以廉为镜，照亮初心之路”党务干部监督执纪故事分享会；华丰社区党支部推出“中央八项规定精神在身边”党员践行行动；小微经济组织党委鼓励在职党员、流动党员等利用各类线上资源库进行个人自学；老街公司党支部将年轻干部

廉政教育专题培训纳入学习教育计划。

坚持高效能整合 驱动资源矩阵“盘活力”

创新学习教育载体，完善南翔镇学习教育专项资源库，充实师资库、阵地库、课程库等内容，各基层党组织可按需学习；组建“小美廉声”宣讲团，镇优秀年轻干部担任廉政教育主题馆宣讲团成员，以青年力量赋能廉政教育新实践，传播廉洁理念；用好“人在南翔”、“南翔智慧党建”等微信公众号平台，发挥社区党校、党员干部培训基地等作用，拓宽学习渠道，提升学习效果；用好警示教育资源，把南翔积淀的红色廉洁基因融入学习教育，通过陈君起纪念馆、上海古猗园、“第一粒扣子”嘉定区年轻干部廉政教育主题馆等廉洁文化阵地，织密资源矩阵“保障网”。

南翔镇党群工作办公室

生活一得

包容若光 点亮和谐星河

“海纳百川，有容乃大。”包容，是一种豁达的胸怀，是一种高尚的品德，它如同一束温暖而明亮的光，照亮了人与人之间关系的道路，展现出独特而迷人的美。

在生活中，人与人之间难免会产生摩擦和冲突。如果双方都能以包容的心态去对待，各退一步，那么矛盾就会如同春日的冰雪，在温暖的阳光下渐渐消融。相反，若针锋相对，互不相让，只会让矛盾升级，如同火上浇油，最终伤害彼此的感情。一个家庭，成员之间相互包容，家庭就会充满温馨与幸福；一个社会，人们包容不同的观点、文化和习俗，社会就会更加多元、包容、进步。

当我们包容他人的缺点和错误时，也是在反思自己，提升自己的境界。它让我们学会换位思考，站在他人的角度去看问题，从而拥有更广阔的视野和更丰富的人生体验。在包容他人的过程中，我们能看到自己的优点和不足，不断完善自己，成为更好的人。

让我们学会包容，用包容之心去对待身边的人和事，这样我们能感受到人性的温暖与美好，创造一个更加和谐、美好的世界，让包容之光点亮和谐星河，领略其带来的无尽魅力。

林悦澄

为什么影像检查时需要去除身上金属类物品？

在医院进行影像检查前，医生总会特意提醒患者去除身上金属类物品，这背后有着重要原因。

进行X线检查时，金属扣、拉链、项链等物会同被清晰成像，若与病灶重叠，会干扰医生对病情的判断，换上检查专用衣物能确保图像清晰，助力精准诊断。CT检查如同“切片扫描”，金属

物品会产生放射状伪影，遮盖邻近组织，影响图像质量。而MR检查要求最为严格，磁共振机房存在强磁场，带磁性或金属的物品严禁带入，否则金属物品可能在磁场作用下移位，直接对患者造成身体伤害。

此外，头饰、眼镜、假牙、戒指等众多物品都可能影响检查结果。

为获得高质量图像，来院检查建议穿无装饰的宽松衣物，提前摘下所有饰物。对于需要脱去衣物检查的患者，医院会提供单独的隐私空间和备用衣物，充分保障患者的舒适与尊严。

来源：南翔医院



※1961年8月4日，美国第44任总统和第一位非裔美国总统——贝拉克·侯赛因·奥巴马出生。



※1971年8月4日，中国与土耳其建交。

“小小消防员”的探秘之旅

为增强学生安全意识，让孩子们近距离感受消防员的职业魅力，近日，上海市嘉定区苏民学校一年级学生走进嘉定区南翔消防救援站，开启了一场寓教于乐的消防安全参观体验活动。

活动包含“水枪大作战”和消防器材探秘两大精彩环节。在“水枪大作战”环节，孩子们秒变“小小消防员”。在消防员悉心指导下，他们手持轻便型消防水枪，当清水喷涌而出，兴奋之情溢于言表。有的孩子尝试画出灵动弧形水线，有的比拼谁的水花溅得更远。消防员还耐心讲解水枪操作原理，现场演示高压水枪不同水柱的喷射转换技巧，并模拟火灾场景，引导孩子们用正确姿势“扑救”。

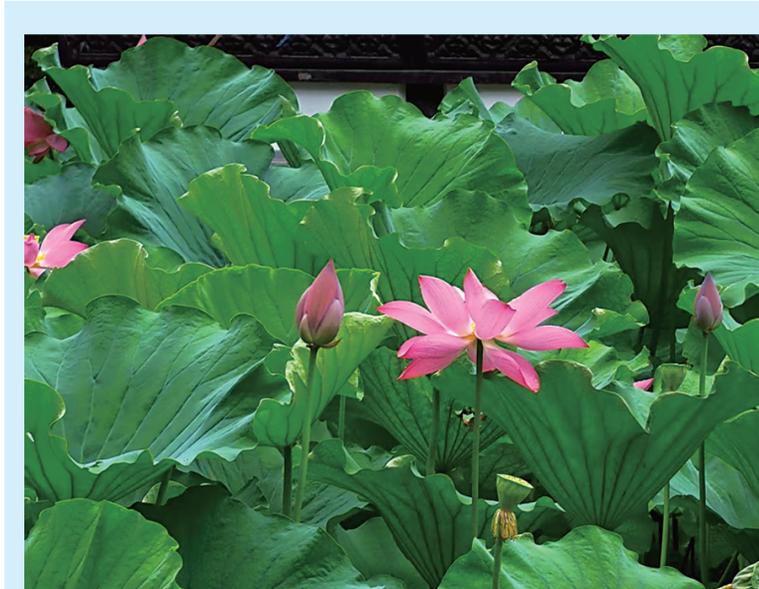
走进消防器材展示区，孩子们的好奇心被彻底点燃。“这支灭火枪头有多重？”“云梯车能升到几楼？”面对孩子们的连环提问，消防员用浅显易懂的语言，介绍了灭火枪头、防护服、液压钳等装备的用途，还现场演示消防液压剪的使用注意事项，让孩子们亲手触摸能切割金属的液压钳，零距离感受科技为消防带来的助力。

活动临近尾声时，孩子们幸运地见证了消防员出警全过程。随着警铃响起，消防员们迅速穿戴好防护装备，敏捷地跨上消防车，车辆呼啸而去。有细心孩子立刻问道：“叔叔，这是哪里着火了吗？”“不是哦，这是抢险消防车，刚才的也不是火灾警铃。你看，这里停着四辆车，分别是……”消防员笑着解答，为孩子们科普了不同车型的功能。

通过本次亲身体验，孩子们不仅掌握了基础消防知识，更深刻体会到消防员的艰辛与担当。活动最后，全体学生向消防员敬礼致谢，并与这群可爱的叔叔合影留念。此次参观，在孩子们心中悄悄播下了安全的种子，更让他们明白：每一次警铃响起，都是消防员们用生命守护生命的逆行。南翔消防救援站负责人也表示，未来将开放更多互动项目，持续助力青少年安全教育。

上海市嘉定区苏民学校

校园在我心中



池畔荷影

淡君 摄

百姓天地

专家谈家庭教育

不想孩子被欺负孤立，一定要告诉他这5条社交“潜规则”(下)

4. 不要习惯性否定别人 狂妄的人很难被人喜欢

“良言一句三冬暖，恶语伤人六月寒”，这句话明确表达了语言的力量。一个情商低、嘴巴不饶人的孩子，在与人交往中很容易伤害他人，从而失去他人的信任和友谊。有些家长可能觉得孩子这样说话很有趣，甚至引以为傲，但这种看似无害的行为，实际上已经在悄悄地损害着孩子的人际关系。电影《心灵捕手》中，威尔是一个天才少年，但他总是习惯性地反驳别人。无论是在课堂上与教授争论，还是和朋友相处时，他都言辞尖锐，毫不退让。这使得他身边的人对他敬而远之，他渐渐被大家孤立。在心理医生的帮助下，威尔逐渐认识到自己的问题。他开始学会倾听他人的意见，控制自己的情绪，不再盲目地反驳。慢慢地，他的朋友们又回到了他的身边，他也收获了真正深厚的友谊。

家长应该教会孩子：和

以处众，宽以待人，恕以待人，君子人也。当孩子出现习惯性反驳别人的情况时，家长不能置之不理，而要及时纠正。可以让孩子换位思考，体会被反驳时的感受，从而认识到自己的错误。同时，鼓励孩子多倾听他人的想法，用恰当的方式表达自己的不同观点。语言是沟通的桥梁，不是逞一时之快的工具，也不是赢得胜利的法宝。用友善和尊重的方式与他人交流，才能收获更多的友谊和尊重。

5. 朋友之间和而不同 学会换位思考

曾看过一段视频：妈妈问6岁的女儿：“小朋友背后说你坏话，你还热情地打招呼，你不觉得别扭么？”女儿坦然地回答：“不能因为她的错误，改变我的格局啊！”妈妈又提议：“那你干脆不要和她玩了！”小女孩摇摇头说：“海是不做选择的，它不会在意一条溪流的加入，也不会在乎一滴水的离去，她伤害

不了我，我们就可以一起玩啊！”她还补充道：“人不能像氢气那样易燃，容易把自己耗尽；人要像氦气，不要因为别人而发生反应，这叫‘惰性情绪’，是个超棒的能力。”在评论区里，小女孩受到很多网友称赞：小小年纪就有这样的格局，确实让人刮目相看。

正如康德所说：“我尊重任何一个独立的灵魂，虽然有些我并不认可，但我可以尽可能地去理解。”朋友之间和而不同，不去计较别人的过失，懂得换位思考，才能让关系越来越好。父母应该引导孩子：以责人之心责己，以恕己之心恕人。你替别人考虑，别人也自然会为你着想。毕竟，人心都是相互的，将心比心，才能收获更多的真心，理解他人的难处，包容他人的过失，才能收获真正的友谊和幸福。

杨澜曾说过：“父母最大的成功，是让孩子成功地离开自己。”深以为然，在成长

新书架



书名：《山茶的情书》
作者：(日本)小川糸
出版社：湖南文艺出版社
内容简介：在镰仓一座小山的山麓，鸽子经营着代笔屋。最近，忙于家务与育儿的她，终于重开店铺。出人意料的时代委托接连出现在她面前，这其中，有遭受不公正待遇、被逼辞职的职员，有不久于人世、母亲给即将出嫁的女儿的书信，有给不肯归还驾驶证的年迈父亲的信件……桩桩件件，皆是无法当面直说、在邮件中会变得乏味、只能通过书信传达之事。这时，她意外发现了前任代笔人隐藏的秘密情书……

的路上，家长是助力，孩子才是主角。孩子的成长如同一场精彩的舞台剧，家长不能一直占据舞台中央，而应适时退居幕后，成为默默支持的灯光师与音效师。当家长学会放手，让孩子去经历风雨、探索未知，孩子才能在属于自己的舞台上绽放光芒。在社交方面，作为父母唯一要做的，就是教会他与人交往的规则和界限，并提升他们的社交能力。如此，他们才能在以后的生活中，找到与自己同频共振的朋友。

新东方家庭教育