

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。

分类推进,多措并举,抓好“三类”党员学习“大计”

自第二批主题教育开展以来,南翔镇党委围绕“学思想、强党性、重实践、建新功”的总要求,谋早抓实、周密安排,针对流动党员、“三新”党员(新经济组织、新社会组织、新业态和新就业群体党员)、离退休党员等群体,多措并举、分类指导开展学习教育,切实抓好“三类”党员学习“大计”。

学堂导学“双模式”,流动党员“灵活学”

依托流动党员学堂,通过线上与线下相结合的形式,为流动党员定制学习计划,实现“流动不流失”“务工不误学”。线上依托“慧享聚”小程序、“红润南翔好滋味”视频号等资源开展理论学习,结合打卡、积分排行建立正向激励,营造比学赶超氛围。线下借助区域化共建、赵宪珍书记工

作室等平台,将线上教育与线下活动结合。如赵宪珍以“坚守初心葆本色,不辱使命展作为”为题授课,引导党员立足岗位发挥先锋模范作用;组织党员参与“小善汇大爱”活动,为老人和困难学子送温暖,践行服务宗旨。

阵地践学“多载体”,“三新”党员“随地学”

依托“滋味党建”品牌,结合“三新”党员特点与需求,发挥园区、楼宇、商圈等阵地作用,助力学习全覆盖。“两新”组织党员可在楼宇书吧、园区理想湾党群服务阵地的专题书架、红色阅读角等就近学习,如南翔智地党总支组织青年党员和白领在“青年党员课堂·白领学习驿站”集中学习党的二十大报告与党章,激发干事热情。针对新业态、新就业群体,以流动

暖“新”驿站为平台,在快递外卖网点建立“竞学一刻钟”制度,通过领学、研学、问答等形式,实现“工作学习两不误”。

传经送学“零距离”,离退休党员“便利学”

结合离退休党员年龄、身体、居住等实际,发挥基层党组织作用,确保学习“不打烊”。依托村居小微网格服务点,开展“小班化”交流,老党员化身宣讲员,用家乡话传播党的创新理论。针对年老体弱党员,以“楼组党建”为切入点,结合网格走访,让党员骨干、在职党员将“理论课”变为“敲门课”,保障老党员“不缺课”“不掉队”。如红翔村党总支组建“传经送学”小分队,以“结对送学”“上门讲学”等形式服务腿脚不便的老党员。 南翔镇党群工作办公室

欢迎来稿 参加讨论



生活一得

慢品生活,方得真味

人生不是一场与时间的赛跑,而是一次需要细嚼慢咽的盛宴。在这个被效率绑架的时代,我们总在追赶截止日期、刷新进度条,却常常在气喘吁吁中弄丢了生活的本味。真正的生活智慧,恰恰藏在“慢”字里。

快节奏的奔波如同囫囵吞枣,看似吞下了整个人生,实则尝不出半点滋味。通勤时盯着手机刷资讯,用餐时对着屏幕赶报表。这样的生活,就像被按了快进键的电影,画面模糊成一片,只剩下空洞的剧情。正如木心所说:“从前的日色变得慢,车、马、邮件都慢,一生只够爱一个人。”慢,不是懒惰的借口,而是让灵魂跟上脚步的智慧。

慢下来,才能看见被忽略的风景。春日清晨的露珠在草叶上滚动,午后阳光透过窗棂在书页上投下斑驳光影,深夜归家时楼道里那盏为你留的灯——这些细碎的美好,唯有驻足才能察觉。就像茶需慢泡才能出味,生活也要慢品才能体会其中甘醇。

当然,慢并非拖沓懈怠,而是张弛有度的从容。在该专注时全情投入,在该休憩时安心沉淀,让生活节奏与生命节律相契合。如此,方能在岁月流转中,既不错过远方的风景,也不辜负眼前的诗意。

林悦澄

新书架



书名:《愿你可以在张杨》

作者:刘开心

出版社:北京联合出版有限公司

内容简介:本书是刘开心的作品集,收录了她的诗歌、随笔、艺术创作。全书包括五大部分,分别以“个人介绍”“童年”“成长”“生活”“思考”为主题,汇集了她多年来的各类创作。尽管自出生以来就经受着病痛,她依然在思考,在感受,在创作。这些充满灵气的诗文与画,给读者展现一个多元的她;不止是罕见病患者,更是创作者,是和你我一样热爱生活,努力活着的普通人。愿你也能从她的故事中找到属于自己的温暖与力量。



锦鲤戏波

青溪 摄

百姓天地

专家谈家庭教育

多跟孩子说这6句话 让孩子的运气越来越好磁场越来越强(下)

可能出“奇迹”。太想要结果,往往不快乐;做到尽力尽心,不悔不惧最是难得。

6.“真正的成功不是多少人认可你,而是你能发自内心地快乐。”

听过这样一个童话故事。小狗问妈妈:“快乐是什么?”妈妈说:“快乐就是你的尾巴呀!”于是,小狗就一直追着自己的尾巴转圈,可总是没法抓到,十分沮丧。这时,妈妈又告诉它:“不用追,你就往前跑,它会一直跟在你身后。”初看还会觉得童话都是骗人的,可越长越大越体悟到:能够拥有简单的快乐,是很奢侈的一件事。而当下的孩子,学业繁重。不仅在校内分秒必争地学习,平时坐地铁还能看到他们背书、写作业。

当我们发问“为什么好好的孩子就抑郁了”时,其实

5.“尽力就好,不要太钻牛角尖;尽心就好,不要太在意。”

我一向对自家儿子玩游戏这件事,并不反对。因为有青少年模式,他也懂得克制。可有一天,我发现他玩游戏时,一会儿唉声叹气,一会儿兴致很高。问孩子怎么了,结果他说:“这个游戏要抽卡,太难抽了。”听完后,我便给了儿子两个选择:要么卸载别玩了,要么减少抽卡的次数,甚至不抽。他问我为什么,我告诉他:抽卡偶然性太大,如果想要更好的装备或者稀有卡,可以靠升级,打怪获得,但不能总想着走捷径。听完,他果断选择不参加抽卡活动。为此我感到欣慰,同时也相信,往后他会懂得这件小事所蕴含的生活哲理。即便意外之喜让人难以拒绝,可脚踏实地才更

“针”情相伴 “药”趣童行

中医学是中国古代科学的瑰宝,也是打开中华文明宝库的钥匙。近日,上师大嘉定附小的家长与学生亲子组合,应南翔镇社区卫生服务中心邀请,走进全国中医药文化宣传教育基地——“陆氏针灸”文博馆,参与由国家中医药管理局等单位主办的2025年中医药文化服务月暨非遗亲子之旅活动。

“陆氏针灸”第五代传人迪燕医生通过PPT、实物展示及视频,详细讲述了上海市名中医吴耀持教授筹建文博馆的艰辛历程,还原了“陆氏针灸”百年发展脉络,并深入解读其针法理论与传承故事,让亲子家庭对中医文化有了初步认知。

随后的定向打卡体验趣味十足:穴位抢答中,孩子们在人体模型上精准指认曲池、足三里等穴位;三伏天里,大家亲手搓制“三伏贴”药丸,了解“冬病夏治”原理;

功法模仿环节,小朋友跟着动作学习强身健体之法;百草园寻药让孩子们认识了身边中药的药用价值;制作驱蚊香囊时,大家通过闻嗅陈皮、艾叶等药材增强感官认知;串合香珠手串环节,亲子共同体验传统香道工艺;文博馆寻宝中,孩子们寻找陆瘦燕老先生用过的“金针”,感受文物背后的历史重量。

完成七项闯关后,亲子家庭收获了“陆氏针灸”文创纪念品,并通过朋友圈分享活动瞬间,助力中医非遗传播。此次活动不仅让孩子们学到中医知识、锻炼动手能力,更在幼小的心灵中播下传承中华优秀传统文化的种子,意义深远。

上师大嘉定附小



关于基孔肯雅热,一文掌握关键要点

基孔肯雅热主要通过埃及伊蚊和白纹伊蚊传播,发病早期患者及隐性感染者是传染源,发病后7天内有传染性。

该病在热带、亚热带地区高发,雨季风险上升,输入病例易引发本地传播,人群普遍易感,感染后可获持久免疫力。

其潜伏期通常2-4天,最长12天。典型表现为突发高热(39℃以上,持续2-5天)、剧烈关节痛(双侧对称,常见于手腕等小关节,严重时影响行动,部分持续数周至数月)、发热后2-5天出现斑疹等皮疹,还常伴肌肉痛等症状。需警惕严重关节痛不退、出血倾向等少

见警示信号。

基孔肯雅热目前无特效药物和疫苗,防蚊灭蚊是关键。要清除积水等蚊虫孳生地,定期给水生植物换水;个人外出时用含避蚊胺等的驱蚊剂,穿浅色长袖衣裤,安装纱门纱窗,使用蚊帐。

伊蚊白天活跃,防护不

可仅在夜间。若出现相关症状且有蚊虫叮咬史或旅居史,需立即就医并告知情况,确诊或疑似患者发热期要严格防蚊隔离。

来源:南翔医院

