

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。

“三味工作法”推动“三新”党员教育全覆盖

南翔镇党委针对辖区“两新”党组织分布广、“三新”党员类型多的特点,以“三味工作法”为抓手,从聚焦主题主线、创新教学形式、引领作用发挥三方面发力,推动“三新”党员教育提质增效,筑牢其思想根基,激发干事创业与服务基层活力。

聚焦主题浓“党味”,拓展学习“深度”

镇党委将强化理论武装、厚植党性根基作为核心,通过“原汁原味”学理论与“量身定制”学套餐,让教育“党味”更浓。一方面,紧扣党的二十大精神、习近平总书记重要讲话精神,创新“点单送课”模式,把《建设什么样的上海、怎样建设上海》等专题党课融入“三会一课”、

创新形式提“鲜味”,提升学习“精度”

主题党日,目前已开展近50场学习活动,覆盖“三新”党员1802余人。另一方面,针对“两新”组织党员、流动党员等不同对象,开展“两新”慧享课堂:“红课堂”夯实党建基础,“悟讲堂”拓宽工作思路,“艺学堂”开设“3分钟微党课”,实现理论与企业经营融合。



欢迎来稿 参加讨论

模式,借“青年党员课堂·白领学习驿站”推动企业联组共学。此外,打造社会“大课堂”,挖掘镇域内小美科技园等资源,组织实地研学,还拓展市内红色资源开展“行走的党课”。

学思践悟有“回味”,强化学习“力度”

镇党委推动“三新”党员学用结合,实现“学”“做”闭环。做强“服务链”,深化“党员先锋行动”,如时达党委组建党员“宣讲队”,开展青少年实践宣讲与居民用梯安全公益宣讲。融入“新力量”,探索“小哥金点子献策”等做法,举办2024年小哥议事会,定制活动菜单,建立“新就业群体一家亲”微信群,增强其归属感与基层治理参与度。 南翔镇党群工作办公室

当科学遇上魔术:实验秀点燃探索热情

为丰富暑期生活,近日,上海大学附属嘉定留云小学组织部分学生参与隽翔社区举办的“海派魔术与科学实验”活动。活动将传统魔术与科学原理深度融合,以趣味实验和互动体验为载体,为孩子们打造了一场寓教于乐的“奇幻科学之旅”。

活动现场,魔术师凭借

精湛技艺与诙谐风格,带孩子们走进神秘魔术世界。近景魔术的近距离惊艳、互动魔术的趣味十足,轮番上演的精彩表演,不仅让孩子们感受到了魔术魅力,更激发了他们的探索欲与想象力。

随后,科学导师以经典海派魔术为切入点,揭开神秘现象背后的科学密码。“火

焰掌”实验中,丁烷气泡点燃后手掌无伤,瞬间点燃全场热情;“空气大炮”实验结合伯努利原理,环形烟雾弹随气流喷射,直观展现空气动力学魅力;干冰块投入热水生成的“云海漩涡”,引得同学们踮脚惊呼。

这场活动最神奇的“魔术”,是让满是尖叫的娱乐现场,变成专注的科学课堂。同学们不仅懂得“魔术是科学的巧妙应用”,更培养了“透过现象看本质”的科学思维。当传统文化遇上科学探究,教育也有了更生动的模样。

上海师范大学附属嘉定留云小学



夜宵后不适?警惕糖尿病性酮症酸中毒

小伙夜宵后恶心、呕吐且中上腹疼痛,次日未缓解,经查确诊为糖尿病性酮症酸中毒(DKA)。DKA是糖尿病严重急性并发症,因胰岛素严重缺乏,身体无法用葡萄糖转而分解脂肪产酮,过量酮体致血液变酸,可能引发器官衰竭甚至致命。I型糖尿病患者最常见,II型患

者在感染、手术时也可能发生,感染、胰岛素使用不当等是常见诱因。

识别上,出现“三多一少”、呼吸有“烂苹果味”、脱水、深大呼吸等信号需及时就医。急救要立即送医,通过补液、胰岛素治疗、纠正电解质应对。预防需规律监测血糖、遵循治疗方案、均衡饮

食、适度运动、避免感染和压力。南翔医院提醒,DKA凶险,可能致昏迷,需重视预防,患者及家属要掌握识别方法。

来源:南翔医院



专家谈家庭教育

为什么多数家庭逃不过,子女成年后跟父母不亲?背后的真相是……(上)

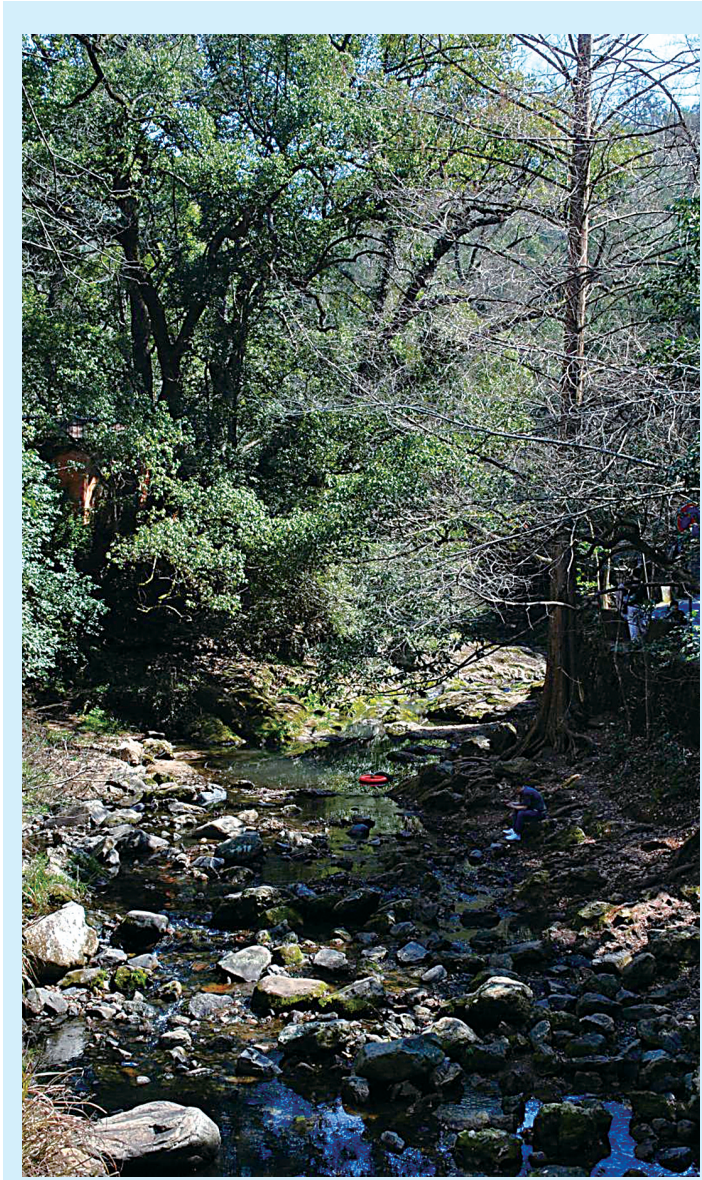
种别扭的关系,那又如何预防和避免?学会“松紧带法则”,亲子关系就能更加张弛有度,我们和孩子之间的自然和融洽,也会一直延续到未来的人生中。

1.别让冷漠松开了亲情的密度

心理学上有个词叫“情绪负债”,指那些没被及时接纳、处理的情绪,会像债务一样越积越多,最终变成亲子间难以弥补的隔阂。现在的孩子,活在内卷时代,遇到的事情、出现的情绪,往往更复杂、更汹涌。

作为父母,如果我们总觉得这是小题大做,把孩子的情绪推到一边,那么你的冷漠可能会给孩子的心灵蒙上一层阴影。电视剧《以家

人之名》里的凌霄,就是带着这样的情绪负债长大的。妹妹意外去世后,母亲把所有的痛苦和怨恨都发泄在他身上。不准他留着妹妹的遗物,不许他提起妹妹的名字,那些本该被理解的思念、被允许的悲伤,全被母亲的情绪暴力死死捂住。成年后的凌霄,成了大人眼中冷漠的孩子。即使母亲后来想修复关系,小心翼翼讨好,他却始终无法接受。他也渴望母爱,可每次试图亲近,那些被压抑的情绪就会像刺一样扎出来。他只能用疏远来保护自己,就像一只受伤的刺猬,将自己蜷缩起来,害怕再次受伤。生活中,这样的场景其实很常见。孩子考试失利哭



溪石林语

青溪 摄

百姓天地

一起,有时候想说点贴心话,可话到嘴边就变成了敷衍的回应。好像心里有个情绪开关,一靠近妈妈就自动关上了。那些被弱化的情绪,从来不会真的消失,它们会藏在记忆里,变成亲子间看不见的隔阂。你以为孩子长大了就会懂你的不易,可他们却记得的,可能是当年你没看见的眼泪、没接住的委屈、没听懂的呐喊。

(未完待续)
新东方家庭教育



※1939年9月1日,德国国防军进攻波兰,第二次世界大战正式爆发。



※1965年9月1日,西藏自治区成立。

生活一得

倾听,是无声的温暖

前几日与朋友在咖啡馆小聚,她捧着冷掉的拿铁,指尖摩挲杯壁,眉头紧锁。细问得知,她负责的项目遇阻,同事不配合、领导催进度,还总怀疑自己能力不足。

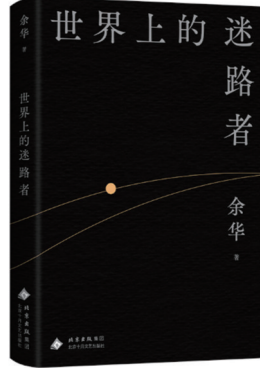
起初我像往常一样,帮她梳理解决方案,提议开沟通会或找领导说明困难,可她只是默默点头,泛红的眼眶毫无光彩。见此情形,我收起纸笔,把刚点的热可可推到她面前,轻声说:“别急,你慢慢说,我听着呢。”

接下来半小时,我全程未插话,只在她停顿时报以纸巾,声音发颤时轻拍她手背。她从项目阻碍讲到与同事争执的委屈,再到自我怀疑,积压的情绪尽数倾诉。未了,她舒了口气,喝口热可可笑着说:“其实那些办法我也想过,就是心里堵得慌,现在说出来,难题好像没那么难了。”

暖光落在她舒展的眉头上,我忽然想起去年自己失恋时,也是这样趴在她肩头哭了一下午,她同样安静陪伴。原来,人陷入困境时往往已有解决方案,真正需要的是情绪出口和愿意倾听的人。

我们总习惯用建议彰显关心,却忘了倾听的治愈力。它不是被动沉默,而是主动交出话语权,用眼神和耐心承接脆弱。这份无声的共情,比千言万语更能熨贴人心,让烦恼在温柔倾听中慢慢化解。 林悦澄

新书架



书名:《世界上的迷路者》

作者:余华

出版社:北京十月文艺出版社

内容简介:本书收录了余华亲自编选的四十余篇文章,涵盖作者不同时期对写作、阅读和人生的思考,一方面为读者理解他的作品提供一把宝贵的钥匙,另一方面也勾勒出作家从迷茫到找寻出路、走向成熟的人生历程。“写作和人生其实一模一样,我们都是这个世界上的迷路者,我们都是按照自己认定的道路寻找方向。”“世界上没有一条道路是重复的,也没有一个人生是可以替代的。”