

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。

做好三个“结合” 抓实“四史”学习教育

习近平总书记曾指出,只有坚持思想建党、理论强党,不忘初心才能更加自觉,担当使命才能更加坚定。历史是最好的教科书,也是最好的清醒剂。深入开展党史、新中国史、改革开放史、社会主义发展史学习教育,正是牢记党的初心和使命的重要途径。明确任务,把握重点,着力推动“四史”学习教育,要做到以下三个“结合”。

将“四史”学习教育和本土特色相结合,做到广泛参与、生动有效

上海是党的诞生地和初心始发地,党成立后党中央机关长期驻扎于此。上海也是改革开放的前沿阵地,具有丰富的“四史”资源和文化沉淀。要将党史、新中国史、改革开放以来的大事件与本土发展史相结合,充分发掘“连接点”,作为“四史”学习教育重点内容,凸显地方特色,传承红色基因。其次,应用好身边资源,讲好百姓故事,充分挖掘民间“四史”素材,

在全社会加强宣传,营造良好氛围,引导广大群众知史爱党、知史爱国,让“四史”学习教育不断走向广泛与深入。

将“四史”学习教育和时代特征相结合,做到有声有色、入脑入心

开展“四史”学习教育,首先要高质量组织开展好读原著、学原文、悟原理的严肃学习活动,通过专题党课、研讨辩论这些传统形式,在深学细研中感悟初心。要让学习教育成功走入青年人的生活与内心,就需要在完成“规定动作”的同时,创造性地开展各式“自选动作”。积极运用各种新型平台载体,采用当下年轻人喜闻乐见的形式,放大新社交媒体传播效应,把历史讲得有声有色,让红色精神入脑入心。在“B站”上全程直播的情景党课、在旧址陈列馆里的“角色扮演”活动、抖音等平台上的“四史”微课堂,就是让学习教育方式充分拥抱时代的有益尝试,有利于引导当代青年尤其

是青年党员主动发挥作用,不断掀起学习热潮。

将“四史”学习教育和实际工作相结合,做到活学活用、知行合一

中国取得的不凡成就,与党领导全国人民解放思想、实事求是、立足国情、勇闯敢试是分不开的。“四史”中包含的经验和智慧,有助于我们更好地应对处理今天的风险与挑战。从党员个人的角度出发,在“四史”学习中主动勤学多思,注重把学习与做好各项实际工作相结合,让自己在提升百姓获得感、幸福感和安全感方面拿出具体行动与有效举措,这才是检验学习成果的“试金石”。与之对应的,通过亲身实践,才能更好地学习与理解“四史”,总结历史经验、把握历史规律。学思践悟互相促进,进一步帮助我们感悟与塑造信仰之坚、使命之重、担当之要。

南翔镇人才综合服务中心

欢迎来稿 参加讨论



关注“脑海中的橡皮擦”——阿尔茨海默病

生活中偶尔忘事很常见,但频繁“迷糊”影响生活需警惕。它是不可逆的神经退行性疾病,属最常见痴呆症,会导致大脑神经元渐死、功能衰退,影响记忆、思维与日常活动。

若把大脑比作“总部办公室”,该病有两大“反派”:β-淀粉样蛋白堆积成“斑块”阻碍交流运输,Tau蛋白扭曲打结致信息传递中断,记忆相关神经元先受损。其与年龄、遗传、头部外伤等有关,并非是“老糊涂”。早期

症状为“近事遗忘”,比如刚吃饭说没吃、熟处迷路、乱放东西且记不起。它与普通健忘不同,后者偶尔忘事后能想起,前者遗忘彻底且恶化,后期还会性格大变、语言下降、失去自理能力。虽无法百分百预防,但可多吃蔬果坚果等、每周有氧运动、学新技能、积极社交,让大脑更坚固。

来源:南翔医院



弘扬抗战精神 共筑国防长城

为深入贯彻习近平强军思想和习近平总书记考察上海重要讲话精神,落实关于国防教育、国防动员及人民防空工作的重要论述与指示精神,坚定不移贯彻总体国家安全观,上海大学附属嘉定留云中学以“弘扬抗战精神 共筑国防长城”为主题,组织云安路校区与古猗校区同步开展国防动员集中宣传教育系列活动,通过“学、练、践”相结合的方式,让国防观念深植师生心中。

在“学”方面,学校将人防教育融入校园生活。利用升旗仪式开展国旗下讲话,重温抗战岁月;依托社团活动举办知识竞赛、演讲比赛;还发动学生创作国防主题海报、漫画,优秀作品在校园宣传栏展示。同时,开展“人防教育进课堂”活动,教师运用相关讲义及配套资源,为学生普及人防基础知识,还组织了国防教育征文活动。

在“练”方面,两校区同

步开展“辨识防空警报信号”专题课,通过多种形式讲解警报信号特征与行动要求,并通过互动游戏让学生掌握辨识方法。此外,两校区还严格按照要求开展防空袭疏散演练,从精密筹备到实战演练,整个过程衔接顺畅,演练结束后,校区负责人进行总结,指出问题并现场纠正。在“践”方面,学校布置“寻找身边人防工程”实践作业,引导学生通过“随申办”市民云 APP等三种方式查询人防工程位置,更直观地感受人防工程的作用。

此次国防教育系列活动,是学校落实总体国家安全观的生动实践。未来,学校将持续把国防教育融入日常教学,创新教育形式,传承抗战精神,共筑国防长城。

上海大学附属嘉定留云中学



雾锁莲亭

淡君摄

百姓天地

专家谈家庭教育

当孩子不尊重你、和你顶嘴时,不要发脾气,不要讲道理,记住这4句话就够了(中)

2.少一点唠叨、指责,多一点尊重和共情

“作业写完了吗?”“这次考试考了多少分?”“你看人家XX多优秀!”这些话有没有感觉特别熟悉?父母以为是在关心,孩子听到的却是不信任和控制。

神经科学研究发现:当人受到指责时,大脑中负责情绪处理的杏仁核会异常活跃,几乎无法进行理性思考。下次遇到类似场合,他的大脑就会自动启动防御模式。这也是为什么很多时候,父母越批评,孩子越叛逆。

教育就是这样,有时候你说得越多,孩子反而越听不进去。所以,当儿女不尊重你甚至无视你时,请先管住自己的嘴,收起说教的心。作家梅拾樱的儿子,在初三下学期喜欢上一种流行音乐。虽然梅拾樱觉得儿子应该以学习为重,但仍旧忍住不批评孩子,不做任何评论和建议,而是给儿子足够的空间探索。那段时间,儿子俨然成了一个小音乐专家,各种流派说得头头是道。中考前两个月的一个晚上,儿子突然风风火火跑进她的房间,分享自己新弄的音乐片段。梅拾樱表

达对儿子的称赞,并趁机给儿子承诺:“儿子,快到中考了,你要在学习上多付出点时间。等考完之后,我可以帮你买一套设备,到时候你可以尽兴地玩。”被家人充分支持的儿子自然满口答应,迅速投入到了紧张的课业学习当中。父母少一点唠叨、指责,多一点尊重和共情,才能赢得孩子的心。

3.不要想着打败孩子,而是“看到”孩子

家庭教育中最危险的念头就是:“我必须赢过孩子。”如果孩子赢了,是喜剧;如果父母赢了,是悲剧。作为父母,不要总是想着打败孩子,而是积极看待孩子成长过程中的问题。复旦大学历史系教授钱文忠的儿子,曾经有一段时间沉迷电子游戏。钱教授知道这样下去不行,但若是采用断网、砸电脑这种极端手段,很容易把亲子关系彻底搞砸。某天晚上,他问孩子说:“我知道你很喜欢玩游戏,但我想知道,是什么让你如此着迷?”儿子想了一下实话实说:“在那里,我感觉我能成为任何我想成为的人。”钱教授听罢,表示理解:“我明白你的感受,但生活中还有很多美好的事物

等着你去探索。”从那之后,他特意托朋友找了一些制作精良的历史题材类游戏,推荐给儿子玩。慢慢地,儿子开始和他讨论一些游戏中的历史问题,有些甚至连他自己也答不上来。而这,为他儿子后来去日本留学学习历史专业,打下了坚实的基础。

当父母能看到孩子身上的“问题”,并且积极通过调整行为模式来改变问题。那些潜藏在孩子体内的热情、灵感、勇气等美好力量才有可能被唤醒,亲子关系才能更趋和谐。

(未完待续)
新东方家庭教育

生活一得

在需求阶梯上寻找生命的回响

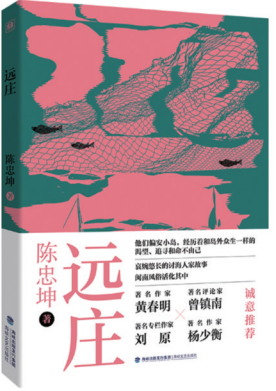
人类对快乐的追寻如同追逐地平线上的晨光,永远向前却永不抵达。从原始部落围坐篝火旁的简单欢愉,到数字时代虚拟世界里的即时满足,快乐的形态随着文明演进不断蜕变。当马斯洛的需求层次理论为我们搭建起理解人性的阶梯,我们方知快乐并非虚无缥缈的幻影,而是深植于人类需求土壤中的生命之花。

当代社会正经历着前所未有的快乐悖论:社交媒体制造着虚幻的认同感,消费主义兜售着转瞬即逝的满足感。就像普罗米修斯盗来的火种,现代科技在满足需求的同时,也在灼烧着快乐的本质。这警示我们:当需求被异化为永无止境的欲望,快乐就会沦为资本逻辑下的快消品。真正的快乐不应是需求满足的机械叠加,而应是生命节律的自然和鸣。

站在人工智能时代的门槛回望,从甲骨文中“乐”字的古老写法,到量子计算机模拟的快乐神经回路,人类对快乐的探索始终与需求认知相伴相生。当我们以更清醒的认知审视需求层次,以更从容的姿态攀登生命阶梯,或许终将在某个晨光熹微的时刻,听见快乐在心灵深处绽放的清响——那既是需求满足的回响,更是生命本真的共鸣。

苏 芋

新书架



书名:《远庄》
作者:陈忠坤
出版社:海峡文艺出版社
内容简介:《远庄》以孩子的视角,讲述了闽南小岛渔村几代人的奋斗、抗争的故事。闽南渔村的风土人情和时代变迁融入故事里。我们看到充满趣味的闽南民谣,看到极具闽南特色的节日饮食、生活习俗,生动的人间烟火在故事里升腾。诗意的语言,对生命的感悟,对梦想的执着以及氤不散的乡愁,刻在骨肉间的故事,真情浸透,令人动容。



※ 1972年9月29日,中日正式建立外交关系。



※ 2013年9月29日,中国(上海)自由贸易试验区正式挂牌。

