

坐游轮“一站式”打卡六大文化名城

300多名游客登上“世纪传奇”号,8天7晚游览多个长江沿线城市

又一豪华游轮从上海启航!上周末,300多名游客在上海北外滩国家中心登上了豪华游轮“世纪传奇”号。在8天时间里,他们从上海出发,经过并停靠扬州、南京、池州、九江等城市,最终抵达武汉。

65岁的上海爷叔最中意游轮上的悠闲,“年纪大了想悠闲一点。早年还坐游轮去过日本、韩国等地,这次是第一次坐游轮在国内旅游,还是很期待的。”



每个城市都会停靠

4月8日下午2点,阳光明媚,记者来到了上海北外滩滨江,远远就看到了“世纪传奇”这个大块头!

游客们满怀期待,陆续安检、登船,据观察,其中大部分都是中老年游客。

一名打扮精致的阿姨和丈夫一起报名参加了“江海赋”首航,她告诉记者,此前经常坐游轮旅游,最看重的就是“方便省心”：“我们上了年纪不想太劳累,坐游轮不用天天收行李到处赶,上了游轮就可以把衣服挂起来,每天都能换衣服拍照,一路上欣赏美景,有非常好吃的自助餐……”

据悉,“江海赋”航线是上海至武汉“8天7晚”的人文之旅,从上海出发,经过扬州、南京、池州、九江等城市,每个城市都会停靠,游轮将组织游客乘坐大巴进行游览,最终抵达武汉。

行程中,游客可游览6大文化名城,领略赣鄱文化、徽州文化、金陵文化与淮扬文化;另外,每天餐饮有不同主题,并在每个到岸地点可品尝当地美食;游轮上还引入淮扬名家讲坛、扬州曲艺晚会、非遗传承、黄梅戏等文化讲座。

被称为“行走的超五星大饭店”

长江游的游轮也可以很豪华:“世纪传奇”号总吨位超过1.2万吨,是长江上首次采用“舵桨合一、电力推进”技术的游轮,船体长141.8米,高24.6米……旅客区扩展至7层甲板,包括总统套房、行政套房在内的近200间豪华客房,可载客398人。船上设有餐厅、酒吧、影院、商店、游泳池、儿童乐园、SPA及按摩服务等配套设施,被称为“长江中行走的超五星大饭店”!

进入游轮时所在的位置就是2层,这层包含了前台和环球餐厅以及部分客房,每天会提供不同主题的自助餐。

往下走,1层配备了麻将房、医务室;负1层则是影院和恒温游泳池;要想购物可以到3层的商店和超市;5层有

酒吧;6层还有行政套房专用的餐厅、健身房、儿童娱乐空间等。

总统套房位于3层,面积在106平方米左右,一进门就是超大的客厅连带书房,往里走是卧室,窗外阳台视野开阔。

如果爱看书,船上还设置了“揽江阁”和“江上书屋”等阅读空间。据介绍,这是由重庆图书馆和世纪游轮共同打造的世纪游轮分馆。听滔滔江水,徜徉在阅读之中……也是旅行中的一桩美事。

除了和重庆图书馆合作,世纪游轮还与浦东图书馆“牵手”,浦图以“YUE享·YUE游三峡行走的阅读”为契机,结合所需已送期刊杂志200册,后续也将有更多的联动。

未来将更多发展长江中下游内河游轮

长江游轮一直在升级换代中,越来越规范、舒适。

长江可用于旅游客运航线的主要是重庆以下到上海的2330公里航道,目前长江游轮旅游主要集中在三峡库区重庆-宜昌的长江上游航道,仅仅为660公里。

世纪游轮相关负责人介绍,正在逐步打造长江中下游游轮旅游。

2018年,启动长江中下游航线常态运营,全年运营“上海-南京”“上海-武汉”“上海-重庆”航线54航次;

2021年,再次推动长江游轮旅游从“三峡旅游”向“长江全域旅游”转变,打造了重庆到上海15天全揽长江游;

2023年,再次启动重庆到上海15天全揽长江产品,3月20日开启重庆到上海的行业首个航次,受到追捧。

“江海赋”8天7晚从武汉到上海的荆楚吴越人文之旅航线将在4月29日启航,12800元/人起;还有一条上海到重庆“江山如此多娇·山河颂”全览长江15日航线,则会在5月6日出发,价格在19800元/人起。

晨报记者 杨婷婷 摄影报道



缅怀追思 接续前行

——黄浦区委老干部局第33年祭英烈、悼英雄

松柏苍翠映龙华,丰碑矗立忆英雄。为进一步引导党员干部继承革命传统、赓续精神血脉,让革命薪火代代相传,在一年一度的清明节到来之际,黄浦区委老干部局延续三十余载清明祭扫烈士的传统,前往龙华烈士陵园开展清明祭扫活动,追忆烈士、寄托哀思,在追忆历史、缅怀先烈中接受思想洗礼,砥砺初心使命,凝聚奋进力量。

忆·追思

4月3日上午,日暖风清,翠柏凝春。在巍然耸立的龙华烈士纪念碑前,黄浦区四套班子领导和区委老干部局全体党员整齐列队,神情凝重,向长眠于此的烈士默哀,告慰烈士忠魂。仪式在庄严的国歌声中开始,全场肃立,瞻仰“丹心碧血为人民”烈士纪念碑。

中共黄浦区委书记杲云怀着崇敬、肃穆的心情,向长眠在陵园的革命烈士敬献花篮,整理挽联。全体人员行三鞠躬礼,怀着无比崇敬的心情向长眠在这片热土的革命英烈鞠躬致哀,深刻缅怀为争取民族独立和民族解放、实现国家富强和人民幸福矢志奋斗、无私奉献的革命先烈。

随后,区委老干部局全体党员分成4组,分别向黄浦区已故109位老干部敬献鲜花、鞠躬致哀,缅怀老干部为区域经济社会发展作出的丰功伟绩,感悟今天幸福生活的来之不易。

续·感悟

知所从来,方明所去,欲知大道,必先为史。每一次对历史的回望,都是为了新的出发。每年清明节



前,区领导都专门安排时间前往龙华烈士陵园祭扫革命烈士和已故离休干部,饮水思源、慎终追远,营造出“关注英烈、缅怀英烈、学习英烈、守护英烈”的浓厚氛围,并将其作为加强爱国主义教育和革命传统教育的一项重要内容。

区委老干部局连续33年开展清明祭扫活动,目的也在于以“行走的党课”这样一个特殊的形式,重温共产党人初心不改、矢志不渝的峥嵘岁月,感受革命先烈满腔赤忱、英勇无畏的英雄气概,引导党员干部在抚今追昔中进一步牢记初心使命,在学思践悟中进一步坚定理想信念,带着先烈荣光,以永不懈怠的精神状态和勇往直前的奋斗姿态砥砺前行。

行·奋进

传承是最好的纪念,奋进是最好的告慰。参加祭扫活动的党员纷纷表示,将继续和发扬先烈们信念坚定、忠诚不渝、无私奉献的革命精神,让红色基因融入血脉,让英烈精神薪火相传,把爱党之情、报国之志转化为振奋精神、提振士气、推动工作的强大动力,更好担负起历史和时代赋予的重任,坚定勇担重任在肩的决心,凝聚奋进新征程、奋进新时代的强大力量,努力在平凡的岗位上创造出不平凡的业绩。

全体老干工作者牢记嘱托,认真践行党的精神,结合老干部工作系列重要指示精神,以更加饱满的热情、更加昂扬的斗志,在政治上尊重、思想上关心、生活上照顾、精神上关怀老干部,用心用情做好老干部工作,创新推进老干部工作高质量发展,把党和政府的关怀与温暖送到老干部的心坎上。

退休5年 他用镜头陪伴金海成长

沈卫平,是金海街道“星海追梦计划”成员之一,奉贤区检察院退休干部,中国摄影著作权协会会员、中国老摄影家协会会员、中国民俗摄影协会会员、上海市检察院文联摄影协会会员、奉贤区摄影协会会员。

退休后的沈卫平一直为金海街道屠家村提供摄影服务,用镜头记录下屠家村的重大活动,他也拍摄了不少金海街道的美丽风景,投稿的作品常被报刊和新闻网站录用刊登。他时常到金海湖畔,用相机拍下了《花海晨曦》《风筝放飞》《旗袍秀女》等作品,并多次荣获各类摄影奖项,2022年10月28日,作品《晨色朦胧》入选了“2022年首届中国老年摄影展”。

沈卫平是一名摄影爱好者,退休前他主要负责各类活动的新闻照拍摄。如今,退休五年的他作为多个摄影协会的会员,同时也是出于自身兴趣爱好,经常会用镜头记录身边的一些人事物,也常受到邀请拍摄一些金海街道和区级层面的重大活动,既能发挥业余爱好,丰富业余生活,又能陶冶情操。

沈卫平介绍道,《荷花盛开舞》取景地在金海街道中央公园的荷花池,当时正值夏天,荷花绽放,接天莲叶,池中几只天鹅在嬉戏划水。他立马架好三脚架,调整镜头准备记录这一美景。此时恰有一只天鹅昂首挺立,挥动翅膀,似从水面飞跃而起,于



是立马按下快门,记录下这跃然而起之姿。

结缘星海追梦 沈卫平的妻子是金海街道屠家村的村民,每每村里举办活动,村书记就邀请他前来拍摄。他说:“一方面是给村委当志愿者,其实也是兴趣使然。”退休后,他以一名摄影师的身份,继续参与着街镇及区级层面的一些活动。“此次区里召开两会,区人大、政协也邀请我全程拍摄,对此我感到非常荣幸。”

“金海街道近几年发展非常迅速,奉贤近年也在创建国家生态园林城市,上海之鱼生态环境优美,是奉贤的中心地带,活动也相当多,非常适合摄影拍照。”沈卫平希望能利用自己业余爱好,见证金海的发展过程,用镜头记录下金海街道的成长。

作为“星海追梦计划”的一员,沈卫平希望金海在打造“世界级城市会客厅”的同时,用“生态+”的业态,服务金海人民,迎接更多八方来客。

虹口区精神卫生中心

——“心有彩虹”心理健康科普品牌实力“出圈”

近日,上海市卫生健康委员会、上海市健康促进委员会办公室公布第二轮“上海市健康科普品牌征集活动”结果,虹口区精神卫生中心的健康科普品牌“心有彩虹”被评为“上海市健康科普培育品牌”。

据悉,“心有彩虹”是由虹口区精神卫生中心运维的心理健康科普品牌,拥有一支涵盖精神科医生、护士、心理治疗师、社会工作者、康复治疗师、全科医师等多学科于一体的专业团队,通过分类干预、精准输出的方式,力求达成生活问题“科学化”、科学问题“生活化”的愿望,传递科学,守护大众心理健康。

针对普通大众,利用每年的“世界卫生日”“世界预防自杀日”“世界精神卫生日”等主题日,开展心理健康知识宣传活动;依托“上海市虹口区精神卫生中心”微信公众号、海上名医直播等平台,为市民提供“空中心理健康科普”,至今已举办各类直播20余场,点击量累计近万次。同时打造众多优质品牌宣传作品,扩大品牌影响力,拓展品牌宣传广度。

针对学生、老人、职业人群以及孕产妇等心理健康高危人群,开展“四进”服务(进学校、进社区、进企事业单位、进医疗机构),以科普讲座、心理咨询、疾病筛查等丰富的科普形式,提供给市民大众所需



所盼的心理健康服务,打造品牌宣传精度。通过“同心路上”健康科普讲座平台、“同心圆”三大俱乐部(“抑”起走俱乐部、“梦起点”社区康复俱乐部、“益家人”家属互助俱乐部)开展针对患者及家属的心理健康科普活动,帮助患者做好居家康复,提升品牌宣传专业度。

近年来,“心有彩虹”心理健康科普品牌已先后获得了10余项国家级、市级荣誉,包括2019年度上海市卫生健康系统“最佳志愿服务项目”、中华医学学会精神医学分会2020年度优秀科普单位(全国仅六家获评)等。2020年,“心有彩虹”健康科普文化基地入选第三批“上海市健康科普文化基地”。

(王贤 下丽敏)