2023.11.27 星期一
编辑 章逸清
新闻晨报 SHANGHAI MORNING POST

闵行区七宝镇“中国红十字会城市社区博爱家园示范点”揭牌

近日，中国红十字会总会党组成员、副会长尹德明，总会组织宣传部部长邵锋一行到七宝考察调研并为七宝镇“中国红十字会城市社区博爱家园示范点”揭牌。这也是闵行首个中国红十字会城市社区博爱家园示范点。

市红十字会党组书记、常务副会长李江英，党组成员、副会长万兴旺，区委副书记唐劲松，副区长、区红十字会会长刘艳陪同调研。

近年来，七宝红十字会工作注重精准发力，打造特色亮点，取得了良好社会效应。2022年2月，上海市首家红十字主题便利店——七宝罗森博爱驿站揭牌，以“百台AED进罗森”为契机，邀请市级救护师资对博爱驿站站员、周边企业、居村志愿者进行救护知识培训。

2021年至今，七宝镇红十字会协同相关部门、社区、园区开展救护演练、健康教育2200余场次，受益人次达67556人次，针对全镇所有七年级学生开展全覆盖救护培训8700余人次。

依托现有的社区红十字服务站点及七宝老街等著名景点，七宝镇先后打造了“博爱家园”健康文化一条街、健康文化图书角、文化小屋、“老街红十字文化墙”等。今年，七宝还重点推出红娃一体化建设，在重点路段布设了以红娃、古镇导游、运动员、救生员、白领、兵哥哥、学生为原型，具有七宝特色的七个红娃卡通形象，现已全面上线。

值得一提的是，作为全市唯一有两个献血屋的街镇，七宝爱心献血屋和七宝老街爱心献血屋先后被中国输血协会评为“全国最智献血点”和“全国最美献血点”。两个献血屋自成立以来，献血总量约占全区总量的60%。七宝爱心献血屋除承载常规的采血功能外，还可采集造血干细胞。为此，七宝专门成立一支50人左右的志愿服务团队。

足够精彩 筑梦未来

——闵行区浦江第二中学校园足球嘉年华

为着力营造“爱足球、踢足球、练足球、赛足球”的校园文化氛围，培养学生团结协作的互助精神和勇于拼搏的意志品质，近日，闵行区浦江第二中学举办了主题为“足够精彩 筑梦未来”校园足球嘉年华。

区人大常委会城建环保工委原主任康正石，浦锦街道办事处原副主任孙健康，浦江镇社事办主任郁梅，区教育局普教科体育专干王长平，五星体育评论员、国际足联A级教练员马延峰，前上海申花队员、嘉定汇龙球员兼教练王寿挺，上海正义足球俱乐部总经理马玉国，浦江二中校长肖明华、全体行政，周边兄弟学校足球分管领导、家长代表出席活动。

肖明华作致辞。他对来宾们表示感谢。随后杰出校友赠球衣，领导嘉宾共同启动足球嘉年华。活动中，主持人熊冰杰结合自身经历分享了“如何成为一名好的解说员”。现场还与学生一起解说了一段足球比赛，会场所有人亲身感受到解说比赛的魅力。马延峰介绍了《当今足球技战术发展主要潮流》。王寿挺谈到自己走上职业足球道路，得益于小学时参加校园足球的经历。他对学生提的问题进行一一解答，每个提问者都得到了满意的答复。

王长平对浦江二中校园足球的发展给予了极大肯定，并对浦江二中作为“全国青少年校园足球特色学校”在浦江镇所发挥的辐射引领寄予厚望。

本次校园足球嘉年华内容丰富多彩，既有团体活动，又有个人活动。同学们在操场上亲身感受足球带来的激情与快乐。经过半个学期的努力拼搏，学校中预年级的校园足球班级联赛圆满落幕。康正石、孙健康和王长平为获奖班级和学生颁奖。

最激动人心的当属师生友谊对抗赛。由浦江二中教工代表队对浦江二中校队，比赛在康正石、孙健康和肖明华开球后拉开序幕。学校师生在赛场上积极跑动、奋勇拼搏，淋漓尽致地展现了学校师生的足球精神。2023年浦江二中校园足球嘉年华圆满成功。

黄浦区聚焦四个“创新” 正式发布居民虚拟电厂2.0版

推动经济社会发展绿色化、低碳化是实现高质量发展的关键环节。黄浦区践行“绿水青山就是金山银山”的发展理念，以引导居民参与绿色消费、践行低碳生活为工作方向，采用“精调研、软改造、智平台、深分析、建机制”的工作方法为居民用户提供全过程智慧用电技术支持，通过数智赋能助推居民“智慧用能，绿色用电”，发布居民虚拟电厂2.0版。

该项目对黄浦区打浦桥街道汇龙新城社区、外滩街道山北小区等四个社区开展居民智慧低碳用电提升工作，聚焦空调、热水器等高耗能家用电器，搭建针对居民用能的智慧管理平台，利用“前沿技术+先进模式”开展用能监测、低碳积分、谷电补贴及需求响应等，激发居民节约用电、绿色用电意识。目前，累计接入用户超300户，接入用电设备超过600个，总接入容量超600千瓦，在夏季高温天需求响应试验中累计成功调节电力负荷超过100千瓦。

■创新实现能耗数据全方位监控助力居民智慧绿色用电 对居民空调、热水器等用电设备进行智能化改造，安装带红外遥控部件的智能控制器，通过这一创新方案，不仅实现远程遥控、人体感应等智能应用，还能全方位监控家电能耗情况。

智能控制器与上级智慧管理平台通过无线网络实现数据联通，居民可通过手机APP及时了解家庭耗电记录，并定制生成专属能效账单，为居民提供用电诊断分析、用电趋势预测、节能优化建议等，有效促进居民提高自身电能精细化管理，养成节约用电的良好习惯，帮助居民提高智慧绿色用电水平。

■创新发布社区碳排放排名推动低碳社区建设 完成居民虚拟电厂2.0版平台建设。在居民智慧管理平台进行低碳社区应用，增加社区低碳内容的展示与管理，展示居民与社区的碳排放排名，增加社区公共能耗的监控与管理模块；支持社区账号专属功能，协助居委物业管理社区用能、掌握用电碳排放情况，助力打造国内领先的绿色低碳智慧社区。

■创新低碳激励机制激发居民低碳生活意识 通过公益集市设摊、工作微信群、社区公众号等多种方式，向社区居民宣传绿色低碳智慧用电概念。居民通过app签到、节能用电行为、参与需求响应试验等可获得低碳积分，累积低碳积分可通过手机app兑换餐饮券、智能设备等奖品，并支持与黄浦区碳普惠平台对接，让居民在节能减排中获得为城市降碳出力的参与感、荣誉感。开展谷电补贴活动，引导社区居民在电价较低的谷电时期用电，助力电网削峰填谷，促进清洁能源消纳，提高供电可靠性。

小场地中的“草·木运动”

——2023上海学前教育年会金山区松隐幼儿园展示专场

近日，上海市金山区松隐幼儿园作为2023上海学前教育年会60家展示园所之一，以“小场地中的‘草·木运动’”为主题，向幼教同行们开放了园所环境、户外游戏、户外运动、专题汇报、运动故事交流等，进行了全方位展示。上海市教育学会幼教专业委员会理事骆云霞莅临观摩指导，来自全市各区近100位幼教同仁参与活动。

松隐幼儿园遵循“乐探善思，自由成长”的理念，将“万物可探，万事可玩”融入课程设计中。园所环境经过精心规划，设有艺术博物馆、田野主题廊道和动植物展览，为幼儿提供了丰富的探索和参与空间。

活动当天，孩子们在农田里体验自然之美，在艺术长廊中激发创造力，在沙水泥池中创造出丰富多彩的游戏情境。这些活动不仅带给孩子们快乐，更有助于他们的社交和身心发展。同时，利用稻草等自然材料，幼儿园开展了一系列户外运动活动，幼儿们与这些制品互动，体验了“草木运动”的乐趣。孩子们在此过程中锻炼了身体，也培养了动手能力和创造力，对促进创造性思维发展大有裨益。

园长陆军以“亲自然，达自在，助成长”为主题，从“盘活资源，亲自然”“唤醒天性，达自在”“激发潜能，助成长”三个方面介绍了松隐幼儿园利用有限的空间，开发并利用资源，创造了无限可能，助力幼儿成长。副园长金艳讲述了“一起来‘跑酷’”的运动故事，强调了在运动中使用“草木”材料激发幼儿兴趣的重要性。骆云霞就本次展示活动作了精彩点评。她代表组委会对参与的幼教同仁们表示感谢。她用“成长”一词，充分肯定了松隐幼儿园在创建高质量路上所做出的努力，并给予了高度评价。

今后，松隐幼儿园将继续在“儿童发展优先”的理念下，落实办园理念，深化课程实施。齐聚一心，共同努力，扎实做好每一件小事，让每一个孩子得到发展，惠及城市的每一个家庭。

一养二防护健康 秋冬进补有“膏”招

膏方，又叫膏剂，以其剂型为名，属于中医里丸、散、膏、丹、酒、露、汤、锭八种剂型之一。膏的含义较广：如指物，以油脂为膏；如指形态，以凝而不固称膏；如指口味，以甘美滑腴为膏。《山海经》曾中说：“言味好皆滑为膏”，如指内容，以为物之精粹，如指作用，以滋养膏润为长。膏剂有外敷和内服两种，外敷膏剂是中医外治法中常用药物剂型，内服膏剂，后来又称为膏方，因其起到滋补作用，也有人称其为滋补药。

中医膏方是中医药学中汤、丸、散、膏、丹五大主要剂型之一，早在长沙马王堆西汉古墓出土的《五十二病方》中即有膏方应用的记载。“膏”，《正韵》绎为“泽”，含滋润、补养之意。故老百姓俗称膏滋药。然而，近代名医秦伯未先生说：“膏方非单纯补剂，乃包含救偏却病之义”。

俗话说：“冬令进补，上山打虎”，古今许多医家认为每年冬至到来年开春之前这段时间是进行膏方调理的合适时期。按照中医理论，冬季是封藏的季节，这段时间人体精气藏而不泄，营养物质能被充分吸收、利用和储藏，从而能最大限度地发挥其改善体质，防病治病的作用。

膏方固然有像十全大补膏等通用的膏方，但更多意义上的膏方是指因人而异，由医生依据不同人们的体质、病证而“量体裁衣”一人一方开具的膏方。服用膏方一定要在医生指导下辨证施方，切不可乱投滋补，造成不良后果。如果中老年朋友准备进补，那么在进补前，一定要调理好脾胃。因为膏滋药是补益为主，兼顾治病之品，如果脾胃虚弱、或者患有其它疾病者，其受纳、消化、吸收功能都比较差，对进补可能有不适应现象，甚至因补而影响脾胃功能，更影响消化吸收，所谓“虚不受补”。

杨浦区中医医院膏方团队由上海市名中医、杨浦区名中医、上海市中医药大学知名教授等多位名老中医、资深专家组成。选用优质细料、炮制考究的道地药材，并请沪上知名药厂加工，保证膏方品质。通过个人体质辨识，定制个性化膏方，让人们在秋冬季进补的好时节中调理身体，防病治病。

立足规范练内功 躬耕教坛创未来

——浦东新区教育学院附属实验中学开展2023级基地学校见习教师规范化培训启动仪式

近日，浦东新区教育学院附属实验中学举行“立足规范练内功，躬耕教坛创未来”——2023级基地学校见习教师规范化培训启动仪式。以学校校长徐颖和党支部书记王伟杰领衔的基地导师和来自上海市清流中学、上海市三林中学东校和上海市上南中学北校的10位见习教师参加活动。

引航，方案解读：为了帮助带教导师明确带教职责，会前召开见习教师规范化培训带教导师预备会。会议围绕见习教师规范化培训的四大模块，即职业感悟与师德修养、课堂经历与教学实践、班级工作与育德体验、教学研究与专业发展进行解读，明确导师的职责。

扬帆，师徒结对：为了帮助见习教师正确认识和适应教师角色、树立职业荣誉感、提高专业水平，更好地胜任教育教学工作，学校为见习教师选择了学科素养深厚、班主任带教经验丰富的教师分别承担学科带教和班主任带教工作。

言志，代表发言：在变化中精进，在成长中坚守。三林中学东校教师秦正作为见习教师代表，表达了自己的心声。育人者先育己，是为智；正人者先正己，是为德；智德兼备者，方为师。带教导师周翠娥结合自身经验进行了精彩发言。

筑梦，校长寄语：徐颖以《在成全你的过程中成就自己——漫谈教师的成长之路》为主题，殷切寄语见习教师。在讲座中，她谈到了优秀教师的十大标准和优秀教师的四项核心素养，以及专业教师的核心素养与技能等方面。徐颖勉励在座所有教师，推进基于标准的教学，回归学生发展规律。

启智，赠书仪式：为提升见习教师素养，培养见习教师阅读习惯，基地为所有见习教师准备了相关书籍。见习教师代表上台，接受导师赠书。“路虽弥，不行不至；事虽小，不做不成”，愿见习教师在导师的带领下坚持不懈，脚踏实地，在追逐梦想的征途上收获累累硕果。

华新镇开展深入开展禁毒宣传活动

前期，随着“双十一”购物季的到来，物流快递行业迎来收寄包裹高峰。为了加强华新镇寄递物流行业的管控工作，提高寄递物流从业人员识毒、拒毒、防毒意识，从源头斩断毒品流通渠道，筑牢禁毒防线。11月10日，华新镇禁毒办联合平安办、华新派出所、反恐、反邪教等部门来到中通快递公司对物流寄递从业人员开展“宣传进快递?禁毒暖人心”为主题的禁毒宣传活动。

活动中，禁毒工作人员向寄递从业人员发放禁毒宣传小册子、禁毒小礼品，组织他们集中观看禁毒展板。禁毒民警向寄递从业人员介绍了各种毒品的危害，并对辨识毒品及杜绝毒品通过物流寄递行业向外流通进行重点讲解，提醒一线从业人员，要提高自身禁毒意识，加强对毒品的辨识能力，若发现涉毒可疑物品和邮件要立即报“110”，确实筑牢寄递物流渠道第一道防线。

通过此次宣传活动，进一步加强了物流寄递从业人员对毒品危害的认识，提高了寄递物流从业人员识毒、拒毒、防毒的意识，为辖区快递物流行业营造了浓厚的禁毒氛围。

近期，为进一步加强华新镇娱乐场所禁毒宣传力度，加大涉毒重大人群，重点场所的宣传力度，最大限度遏制毒品在娱乐场所的存在和蔓延，11月14日晚上，华新镇禁毒办会同华新联防队对辖区内娱乐场所开展重点行业场所禁毒宣传活动。

活动中，禁毒工作人员走进网吧、KTV、宾旅馆等重点场所开展宣传，通过发放禁毒宣传手册、宣传资料、在各场所内张贴禁毒宣传标语，同时通过现场讲解毒品预防知识等方式，向从业人员开展禁毒知识讲解，引导他们学习拒毒、防毒知识，要求他们严格遵守娱乐场所禁毒相关规定，杜绝毒品在娱乐场所中非法流通。

通过此次活动的开展，加强了娱乐场所的禁毒宣传力度，进一步营造了全民参与禁毒的浓厚氛围，增强了对娱乐场所的管理力度、提高了从业人员的识毒、防毒、拒毒意识。

掌握运动航向 走进排球篇章

——上海市黄浦区排球协会成立大会在黄浦少体校召开

近日，上海市黄浦区排球协会成立大会暨第一届会员大会在黄浦区黄浦少体校顺利召开。上海市排球协会会长张大钟，黄浦区体育局副局长潘敏虹、竞训科科长刘忠亚，上海市引维申体育文化有限公司总经理李鹏，黄浦区各排球特色学校代表、黄浦区黄浦少体校排球教练员及相关成员单位代表出席活动。会议由黄浦少体校校长陈辉主持。

会议以集体表决的形式，决定了《上海市黄浦区排球协会章程》《上海市黄浦区排球协会会费标准和管理办法》，选举出《上海市黄浦区排球协会第一届监事会名单》和《上海市黄浦区排球协会第一届理事会名单》。同时召开了《上海市黄浦区排球协会第一届理事会第一次会议》，选举出黄浦区排球协会第一届会长、副会长和秘书长。陈辉经全票通过，当选上海市黄浦区排球协会第一届会长。副会长由陈颖、李浩、水凌担任；李鹏担任秘书长。

选举通过后，陈辉作为黄浦区排协首届会长在致辞中表示，未来，黄浦排协将致力于推广排球运动，培养更多的青少年排球人才，为国家输送更多顶尖选手、提高竞技水平，丰富群众业余生活。同时，积极组织各种活动，包括各类比赛、训练营、培训活动和社区活动等，让更多的人了解和参与排球运动。此外，排球协会不仅仅是一个运动的平台，它更是一个大家庭的象征，是黄浦区所有排球爱好者、从业者团结一致、积极向上的精神体现。以排球为纽带，共同创造一个更加美好的黄浦区。

会上，潘敏虹表示，黄浦区排球协会的成立，是一个重要里程碑。张大钟对黄浦区排球协会的成立表示充分肯定，并对协会的未来发展寄予厚望，同时提出了建议和规划。

继往开来，黄浦区排球事业进入了新的征程，黄浦区排球协会将与更多成员单位和协会成员携手共进，以排球为纽带，以协会为平台，为黄浦、上海乃至中国排球事业的发展注入更多活力，创造更多可能。