



文明新风满巴渝

4版 淄中報
编辑:张力 美编:吕燕
2023年3月8日 星期三

雷锋精神进万家 志愿服务遍地开花

我区各街道社区广泛开展学雷锋志愿服务活动

三月春风暖人心，雷锋精神代代传。连日来，我区各街道社区广泛开展学雷锋志愿服务活动，把暖心服务送到居民身边，积极营造和谐、友爱、互助的社会氛围。



志愿者沿街擦拭护栏。

美化环境，志愿者栽种绿植。

志愿者为养老院老人理发。

尊老敬老送爱心

大溪沟街道罗家院社区新时代文明实践站开展学雷锋志愿服务活动，联合部分社区党建联席会成员单位，为辖区老人送上“定制知识大礼包”。

健康长寿是老人们的美好希冀。活动中，执业中医师志愿者结合春季易发多发疾病预防和治疗，分享了春季健康养生知识，提醒老年人不要过早脱去冬衣，要少卧多动，荤素搭配、均衡营养、平和心态，保持良好的健康状态。英大人寿重庆分公司党员志愿服务队来到社区，为守护老年人“钱袋子”支招，他们从常见的非法公众集资案、网络电信诈骗案入手，为老人们进行反诈金融知识宣传，提醒老人们着重提防高回报字画、古董收藏品投资、

网络刷单返现、冒用熟人借贷等诈骗陷阱，遇事多和子女、亲戚沟通商量，不给骗子可乘之机。

解放碑街道邹容路社区新时代文明实践站开展了“学习雷锋 你我参与”活动，辖区标榜造型义剪团队在建华养老院为老年人爱心理发，社区志愿者还为老人们整理房间，打扫清洁。社区志愿者陈文告诉记者：“学习雷锋在当下仍然是很有意义的一件事，要把雷锋精神传承下去，让雷锋精神感染更多的人。”

便民服务暖人心

石油路街道团工委、煤建新村社区新时代文明实践站联合石油路街道社区卫生服务中心、重庆移动城一公司商客中心、新世纪百货大坪商都等志愿服务单位在龙湖

时代汇开展“3·5学雷锋”志愿服务系列活动，弘扬雷锋精神，倡导新时代文明新风尚。

“婆婆，你这个血压稍微有点高，平日有没有把降压药吃起？”“这个皮衣在我们这里重新护理一下又变得崭新了！”记者在现场看到，辖区志愿服务单位的志愿者们正认真地为居民提供服务，现场设置有法律咨询、义诊、健康宣传、消防安全宣传、手机贴膜、首饰清洗、皮具护理等各类型服务平台，送健康、送服务、送爱心，满足居民生活方方面面的需要，吸引了不少居民前来参与。石油路街道团工委工作人员表示，希望借此次学雷锋志愿服务活动，为辖区居民送温暖、送服务，满足大家的实际生活需要，继承和发扬雷锋精神。

朝天门街道新时代文明实践所、朝千路社区新时代文明实践站开展“雷锋精神进万家”主题志愿服务活动。通过家门口的志愿服务，为居民的生活添彩，让爱心在社区传递。

活动现场，辖区企业员工、社区居民变身“志愿红”，分展位、分专区“摆摊设点”，开展义诊、理发、磨刀等志愿服务，吸引众多居民参与。不少居民还主动走到志愿者招募专区，向社区工作人员提出加入意愿。此外，志愿者们还把服务送到空巢老人、独居老人、残疾人家中，开展电路维护、移动通信信号调整、燃气安全宣传检测等，切实让居民感受到来自社会的温暖。

美化环境心连心

“我人高，给我绑个抹布，我来擦门头。”“我检查花台垃圾！”“我负责栏杆清洗。”在大溪沟街道人和街社区“区域共建携手 学习雷锋树新风”活动现场，来自市不动产登记中心、重庆市设计院、东福物业等社区协

调理事会成员单位的志愿者，纷纷踊跃投入志愿服务。本次志愿服务以“动手治脏治乱 环境卫生大扫除”为主要内容。志愿者携带抹布、水桶、长扫帚等清洁工具，沿着人和街58号出发，往人和街192号、华福巷30号、华福巷29号一路前行，对沿途的门楣店招、人行道护栏、路面、花台、休闲座椅等进行清洁，以实际行动为美化辖区环境作出贡献，并以此弘扬雷锋精神，树立文明新风。完成清洁志愿服务后，志愿者们还前往保利万和电影院观看电影《毒舌律师》，学习律师林凉水发扬志愿服务精神，利用自己专长，坚决维护深陷虐女冤案的单亲妈妈权益的感人品质，进一步净化心灵，不断把新时代学雷锋志愿服务引向深入。

两路口街道中山二路社区联合区环卫三所开展“扬雷锋精神 树文明新风”志愿服务活动。志愿者分工明确、相互配合、干劲十足，将社区院坝里、居民楼栋下花台的杂草一一进行了清理，对需要补栽的地方进行了翻土、施肥，并根据植物的特性，将植物栽种到不同的花台里。短短几个小时的劳作，社区花台全部“装点”完毕，小雏菊、吊兰等鲜花、绿植相互呼应，为社区居民营造出绿色、舒适、美观的生活环境。

菜园坝街道珊瑚湾社区则开展“学习雷锋·共创蓝天”志愿服务活动，组织辖区志愿者前往长江岸线，开展清扫保洁，共同维护美丽江岸。

记者 黄清娴 李弋 娄艳辉
李一 姚延洋 李传芳 文/图

关注“3·5”学雷锋日



扫码关注重庆渝中APP 图文报道

爱耳护耳科普及社区

新影村社区举办“爱耳日”宣传活动

本报讯（记者 娄艳辉 通讯员 刘言）日前，石油路街道新影村社区举办“爱耳日”宣传活动，邀请仁品耳鼻喉医院的专家讲解听力预防保健知识，增强居民安全用耳意识，弘扬扶残助残的良好社会风尚。

活动现场，耳鼻喉专家为居民详细地讲解了耳朵的构造、老年性耳聋特征、耳背防治、耳部保健等知识，指导居民自觉养成科学用耳行为，主动预防噪声污染、耳毒性药物等有害因素对听力造成伤害，引导居民主动学习听力健康知识，在家庭、公共场所等自觉减少噪声排放，形成良好的生活习惯。

“平时我唱歌、看电视声音都习惯性开很大声，觉得这样听得清楚，没想到这是十分伤害听力的，社区开展爱耳护耳讲座让我收获很多知识，以后会更加注意安全用耳，保护听力。”居民吴女士说。

分享幼儿园文化建设实践经验 共谋学前教育新发展

渝中区第二届园长论坛举行

本报讯（记者 刘侃）日前，以“高质量发展背景下幼儿园办园理念与文化——践行党的二十大精神，渝中学前在行动”为主题的渝中区第二届园长论坛，在区教师进修学院举行，18位幼儿园“掌门人”齐聚一堂，分享各园文化建设实践经验，展示文化建设成果，共谋新时代学前教育新发展。

本次论坛由区教委主办，区教师进修学院、区教育学会幼儿教育专委会承办，旨在展示我区幼儿园的办园理念及办园文化，搭建园际交流和思维碰撞的平台，推动全区学前教育高品质发展。

论坛由发言及现场答辩两部分构成，特邀西南大学教育学部学前教育学院、重庆第二师范学院学前教育学院、重庆市教育科学研究院学前教育中心、重庆师范大学教育科学学院等单位的专家担任评委。

记者看到，18位园长逐一亮相，生动解读各园在办园理念的指引下，在队伍建设、课程建构、环境打造、家园共育等方面的新举措、新思路，精彩答辩赢得评委的肯定，全方位、多角度展现了我区近年来在学前教育领域发展取得的成绩。

与会园长表示，论坛不仅拓宽了视野，引发了大家对文化内涵与外延的深度思考，也激发了他们为渝中学前教育高质量发展奋楫笃行的动力。

近年来，我区聚焦“幼有优育”，以专业化、集团化、品牌化，推进学前教育普及普惠安全优质发展。去年，我区努力扩大公办幼儿园教育资源，增加园舍面积2300余平方米，增加公办学额近180个。全区公办幼儿园在园幼儿占比达55.5%，普惠性幼儿园覆盖率达90.8%。

今年，我区将加快推进多个公办园建设，预计全年新增学位900个，创建重庆市首批“保教质量保障体系研究试点园”8所，持续提升学前教育普及普惠水平，加快推进全国学前教育普及普惠区建设。

巴蜀中学成立10个博士工作室

发挥高层次人才示范引领作用 助推“双新”国家级示范校实施

本报讯（记者 刘侃）日前，重庆市巴蜀中学校首批10个博士工作室正式挂牌成立。此举旨在加快巴蜀中学“人才强校”战略的实施，发挥高层次人才的示范引领作用，推动学校更高质量发展。

据悉，巴蜀中学首批博士工作室涵盖数学、物理、化学、生物等学科，将以“带一支队伍，搞一项研究，出一批成果”为目标，继续带动学校教师整体素质的

提高，持续推进巴蜀中学的教师队伍建设以及高质量发展。

巴蜀中学相关负责人表示，希望各位博士教师将专业同学校发展紧密联系，聚焦真问题、实问题，以科研态度和科研精神从课题、社团、课程等各个领域进行特色化科研，以深厚的理论研究功底带领全体教师走好专业发展路。未来学校也将为教师搭建更多平台，提供更多学习机会，不断赋能教师专业成长。

“我和学员团队的共同努力下建成高端物理教研交流平台和研究基地，并成为引领物理竞赛培训的辐射中心。”博士工作室负责人就未来的研究方向说道。

鉴于中学的特殊性，各位负责人的研究方向将聚焦学科教研、跨学科课程改革以及学生培养，提升学生科学素养，增强学生逻辑思维，为培养面向未来的高素质人才贡献力量。

2020年，巴蜀中学以丰富多样、特色

鲜明的课程建设成果被评为新课程新教材实施国家级示范校。未来，博士教师将以推进学校高质量发展为出发点，以提高学校人才培养质量为着力点，以课程建设为突破口，以教学改革为载体，以提高教育教学质量为核心，以项目驱动为引领，从教育、教学、科研及社会服务等方面进行示范引领，发挥其学术攻坚作用，助推全校乃至区域教师素质的整体提高。

（四）适量运动，均衡饮食，保证充足睡眠及避免过度疲劳，保持身体良好的免疫力和抵抗力。

（五）高发季节，尽量减少到人群密集场所活动。

（六）若出现发热、咳嗽、咽痛等流感症状时，应戴上口罩，及早前往正规医疗机构诊治，并在医生的指导下用药。

（来源：渝中疾控）



甲型流感防治知识

儿、心肺疾病患者、免疫功能低下者是高危人群。

三、甲型H1N1流感的预后

甲型H1N1流感为自限性疾病，若无并发症多于发病3~4天后体温恢复正常、全身症状好转。

四、面对流感“防”大于“治”

（一）预防甲流，最有效的方式是接种流感疫苗。

国家流感中心对流感病毒抗原性和基因特性分析结果显示，近期我国流行

的甲型H1N1、A(H3N2)亚型和B型流感病毒株与WHO推荐的2022~2023北半球流感疫苗株抗原性匹配良好。

（二）保持个人卫生习惯

1.勤洗手，注意使用肥皂或洗手液用流动的水洗手。

2.打喷嚏或咳嗽时应用手帕、纸巾或衣袖内侧掩住口鼻，避免飞沫污染他人。

（三）注意每日开窗通风，保持室内空气流通。

一、什么是甲型H1N1流感？

甲型H1N1流感是由甲型流感病毒中的H1N1亚型引起的一种急性呼吸道传染病，是季节性流感的一种，为我国法定报告的丙类传染病之一，2013年12月国家卫计委将其纳入流行性感冒进行管理。

临床常表现为急起高热、头痛、全身肌肉酸痛、乏力等症状。

二、甲型H1N1流感的特点

甲型H1N1流感患者和隐性感染者主要是主要传染源；主要通过空气中的飞沫、人与人之间的接触或与被污染物品的接触而传播；人群普遍易感，老年人、婴幼儿