

在“精神清补之风”中静候秋凉

编者按

热散由心静,凉生为室空。从中医角度出发,精神调摄在夏季养生中占据了重要地位。“心静自然凉”,一语道出消暑之道。

为了吃透行业相关政策,企业负责人抢着“补课”;将“党建”“书香”与“手作”等元素结合,为女同胞建立汲取“红色能量”的新阵地;社区、中小学积极推出“微课堂”,服务社区老人及青少年儿童;体育项目“我教你学”,打造“云端健身房”……

大暑是夏天的最后一个节气,就让我们在“习习扑面”的“精神清补之风”中静候秋凉。



■记者 毛信慧 戚佳佳

“没想到这么快就解决了”——“送课到店”,帮助企业吃透政策

上海枢源节能科技有限公司(以下简称“枢源公司”)作为同济大学大学生创业企业,先后获得高新技术企业、杨浦区科技小巨人企业认定,公司整合同济大学软件信息、人工智能及建筑规划领域优势学科资源,自主研发多项智能管控云平台,广泛应用于工厂、商业建筑等各类场景,从而提高运营效率、降低能源消耗、提升环境品质。

今年初,为进一步扩展业务,企业需办理电子与智能化工程专业承包二级资质。企业负责人找到了中介代办,但被告知该项审批难度大、代理服务费用高昂,建议企业去外区办理,获批周期短,且费用低。这需要企业把注册地和税管地整体迁出杨浦,“来回折腾”令企业有些犹豫。

为了让企业吃透政策,切实解决痛点堵点问题,“送课到店”成为“店小二”的规定动作。

得知企业面临的实际困难后,同

济科技园与区科委安排专员及时跟进,对接了区建管委等部门,并指导企业补全相关人员和材料,最终顺利完成资质办理。“作为一家创业企业,我们对资质办理这一块的政策不了解,以为很难办下来,没想到这么快就解决了。”枢源公司总经理吴会来告诉记者。

近日,一场“建筑行业资质及施工许可专题网课”又在同济科技园举行。本次活动由区建管委联合区科委、区投促办、定海路街道、殷行街道开展,同济科技园、铭大创意园、复旦软件园等重点园区内企业代表近100人参与。

据介绍,枢源公司的情况在环同济知识经济圈内并非孤例。同济科技园有注册企业2300余家,其中,现代设计、土木工程、节能环保等领域企业占比超五成。对于此类企业,相关建筑业企业资质认定直接关系到企业的存续及发展。但区建管委、区科委与同济科技园近期联合开展的一个调研显示,“圈”内企业在办理市政工程总承包一级(二级、三级)资质、建筑装饰装修工程专业承包、钢结构工程专业承包、电子与智能化工程专业承包二级等建筑业企业资质证书过程中,或

多或少存在在本区办理难度大、周期长等情况,甚至有企业为经营需要不得不采取迁至外区办理的“迂回战术”。

针对这一情况,主办方精心策划,围绕资质审批、施工许可办理中易错事项、常见问题等为企业进行政策“补课”,并就企业遇到的实际问题进行答疑解惑,助力重点区域企业和重点项目加快手续办理。

据悉,下阶段,同济科技园将积极对接区建管委、区科委等部门,主动了解和掌握最新的资质改革动态,做好宣传,搭好平台,推动环同济现代设计产业高质量发展。同时,重点关注区重大工程、重点项目行政审批,为区域经济恢复和重振作出积极贡献。

她很期待每周五的中午时光——“红色能量”延伸至基层末梢、拓展到网络空间

最近,百联又一城党员邵海燕很期待每周五中午的这段时光,因为她可以和志同道合的书友们,分享自己关于阅读的思考。这个月,她们相约读了《长征》《苦难辉煌》《向前一步》《理性的抉择》《杨绛:淡定从容,便是优雅》5本书籍。在领读人的带领下,白领女性一起进行共读,传承“首创、

奋斗、奉献”的精神血脉,汲取信仰的力量和奋斗的动力。“这次的活动内容很丰富,读书会挑选的书籍种类繁多,涉及知识面广,还学习到了快速阅读等实用方法,收获颇丰。”邵海燕表示。

近日,“品香识女人”杨浦区白领女性成长服务项目之一——“巾帼心向党·书香绽芳华”主题沙龙系列活动以线上线下相结合的方式举行。杨浦区五角场百联又一城、上海依科绿色工程有限公司、天域生态环境股份有限公司3家企业逾60位党员白领女性参与。

读书会结束后,企业员工在线上进行了党建知识竞赛。竞赛过程中,各企业党支部展现了默契的团队协作精神,掀起了学习党史的热潮。“我从革命先辈追求真理、义无反顾的奋斗精神中汲取了前进的动力,进一步坚定信念,我会在自身岗位上更加努力奋斗,为社会发展作出应有贡献。”依科绿色工程的党支部书记吕海琳说。

除了线上活动,线下以企业为单位的手作活动也是丰富多彩——以党建文创为主题,学习制作一大会议模型;以戴安娜玫瑰、多丁康乃馨、太阳花、相思梅和喷泉草为材,制作出鲜花花篮,生机盎然,为夏日带来一抹凉意……

据悉,“品香识女人”杨浦区白领女性成长服务项目是区妇联在深入调研园区、企业等职场女性需求的基础上打造的品牌项目,以“花香”“禅香”“茶香”“芳香”“书香”等主题,在园区、校区、商区打造“美心舍”活动阵地,开展系列文化讲座及体验活动,受到白领女性的欢迎和好评。

今年,该项目以“巾帼心向党,书香绽芳华”主题活动为开端,将“党建”“书香”与“手作”等元素相结合,力求将妇女之家打造成“党建引领妇建”“妇建服务党建”的新阵地,把思想引领的触角延伸至基层末梢、拓展到网络空间。

周三“中老年专场”,周末“孩子专场”——精彩微课堂,云端乐趣多

夏季炎热,该如何养生?每周三上午,延吉新村街道第二睦邻中心都会开展“健康生活——中医养生直播课”,让中老年人群足不出户即可获取优质学习资源。

“以手为例,大家在闲暇之余,可利用筷子等常见的生活用具,对经络穴位进行刺激,合理养生……”最近的一课从“认知症预防科普”着手,主讲老师以生动有趣的言语将知识形象化、立体化,由浅入深,详细讲解了认知症的概念、病因病机、临床表现以及中医经络穴位知识。

每个周末,则是孩子们的“专场”。周日上午10点,通过手机屏幕,社区里的小朋友如约参加“童年智育——绘本阅读”系列活动。“很多时候,对于孩子来说,生活经历是最好的课堂,家里、超市、公园等都是他们可以学到知识、技能的地方。”在阅读绘本故事《幸福小鸡逛超市》的过程中,老师细心地融入生活场景,寓教于

乐,寓学于趣,带领小朋友们在云端一起读书、做游戏,领略“生活课堂”。

除了社区里的“生活课堂”,中小学校的“校外课堂”同样丰富。

今年暑假,打一小学教育集团通过挖掘各校特色内容,立足德、智、体、美、劳五个方面,推出“‘摇篮’课程大风车,快乐暑期‘转’起来”共享课程。

打一小学主办的第一期共享课程——“快乐运动,健康一夏”受到师生热捧。学生在教师的指导下进行热身运动、体能练习,并且自己动手用环保材料制作健拍,参与拍摄活动等,争做“体锻小达人”。接下来,凤城新村小学的YOYO“邮”乐园——集邮课堂、同济小学的红十字健康教育课程《鼻出血的处理方法》、民办打一国语小学的“接接小苹果”——编程课程、许昌路第五小学的“笑笑纸乐园”——衍纸制作“轮番上阵”,丰富孩子们的暑期生活。

全民健身打开了更广阔的空间——“我教你学”,打造“云端健身房”

在疫情防控常态化的背景下,体育并没有离开人们的生活,反而变成一种生活方式,居家运动、线上展示的形式越来越受欢迎,随着社会体育指导员、项目达人的纷纷加入,全民健身也打开了更加广阔的空间。

日前,2022年杨浦区“我教你学”体育项目推广活动暨杨浦区社会体育指导员展示交流活动正式上线。比赛项目包括:第九套广播体操、无极球、健身瑜伽、街舞、易筋经。社会体育指导员及有志于成为社会体育指导员的市民均可参赛。

据悉,这是全市首次将体育项目推广与指导员技能再培训相结合,以体育在线服务的方式,更好满足市民多元化体育健身需求,通过线上方式为市民提供科学指导、比赛参与和交流推广平台,通过指导员专业示范带领更多市民开展科学健身。

近年来,杨浦高度重视社会体育指导员工作,指导员(健身)队伍也不断建设发展壮大。本次活动也是杨浦在市指导员改革试点工作中的又一次创新探索。全市首次试点全程线上开展二、三级指导员技能再培训,所有培训学员以线上方式参加技能展示,学员的参赛视频将作为再培训的考核结果。同时,活动的所有线上技能专业教学视频也将作为教学视频免费分享给所有区县学习使用。

区体育总会相关负责人表示,希望通过本次培训和展示活动的举办,进一步推进杨浦区社会体育指导员队伍专业化、年轻化试点改革工作,夯实指导员(健身)队伍的深入培养,弘扬体育行业的“工匠”精神,传播“我运动、我健康、我快乐”的理念,逐步推动全民健身专业人才培养,培育更多优秀的社会体育指导员推动线上线下群众体育蓬勃发展,构建更高质量的全民健身公共服务体系和全民健身志愿服务体系。

本版部分图片由相关单位提供

