

让居民享受幸福“食”光

漕河泾社区食堂被授予市级“健康食堂”称号

□ 记者 姚丽敏

漕河泾社区食堂近日被授予2023年上海市“健康食堂”市级称号,这不仅是对漕河泾社区食堂过去工作的肯定,更是对未来发展的激励。

漕河泾社区食堂位于漕东支路81号漕河泾实业大厦1楼,自2019年6月1日开业以来,一直致力于为社区居民提供营养均衡、健康美味的餐食。食堂

每日供应的菜品种类繁多,涵盖普通餐、糖尿病餐和过敏体质餐等特殊需求。每道菜品的营养成分都进行详细标注,方便居民选择适合自己的健康饮食。食堂严格遵循“三减”原则(减盐、减油、减糖),并通过智能小屏清晰显示每道菜品的营养成分,帮助居民更好地规划健康饮食。

社区食堂不仅提供堂吃和外送服务,还承担了饮食文化传播、健康生活指导和社区公益活动的职责。食堂设有健康科普角,涵盖膳食营养、疾病预防、养生保健等多方面内容,图文并茂的科普材料帮助居民了解不同食物的营养成分和合理搭配方法。餐桌上的膳食宝塔桌贴生动展示各类食物的合理摄入量

比例,进一步引导居民养成健康饮食习惯。食堂还提供相关健康指导手册,帮助有兴趣的居民深入了解营养知识。

漕河泾社区食堂定期举办以营养健康为主题的活动,形式多样、趣味十足。比如组织居民制作营养便当,学习如何搭配食材实现营养均衡;在中秋节制作鲜肉月饼,传递传统美食与健康

理念的结合;在端午节包粽子,选用优质食材宣传健康饮食观念;在特殊节日里制作长寿面,关注饮食的营养与品质。这些活动不仅丰富了居民的生活,也让健康饮食的理念更加深入人心。

漕河泾社区食堂负责人表示,食堂一直致力于为社区居民提供优质的餐饮服务,未来也将不遗余力地开发新菜品、加强食品安全管理,并根据居民的反馈和需求,优化食堂的布局和环境,提升就餐的舒适度。同时,食堂还计划积极开展与饮食健康相关的活动,传播科学的饮食理念,为社区居民的健康生活添砖加瓦,推动社区居民的健康生活水平不断提升。

凌云街道学生走进消防站

消防生活零距离

□ 记者 王薇



日前,凌云街道组织了一场特别的活动,辖区内梅园中学六年级的20名优秀学生,走进梅陇消防救援站,零距离体验了消防员的工作日常。

消防员们热情接待了这批年轻访客,不仅为同学们展示了消防车内的各种装备,还介绍了他们的工作日常,小到帮助居民取戒指、清除马蜂窝,大到防汛抢险、救灾灭火,消防员们生动的讲

解让大家意犹未尽。

随后,同学们分批登上消防车,近距离观察消防员的装备。一位消防员演示了火警时的快速装备过程,其速度之快令人惊叹,更让学生们深刻体会到消防工作的紧迫性与专业性。体验环节,四名同学被邀请穿上消防服,体验消防员的装备重量。“有你们在,真好!”一位同学在体验后由衷地感叹道。

最后,消防员还向学生们介绍了消防水带的使用方法,并解释了不同水流形态在灭火中的应用。通过互动体验,学生们不仅学习了消防安全知识,也增强了自我保护意识。

全民反诈在行动

各金融机构开展集中宣传活动

□ 记者 曹香玉

徐汇区近期积极响应全市号召,投入“全民反诈在行动”集中宣传月活动,各金融机构纷纷行动,以创新多元的方式强化金融知识普及,着力提升民众尤其是重点群体的反诈意识与辨识能力,共同织密社会防骗网。

立足厅堂,警银医联袂出击

交通银行上海徐汇支行旗下八家网点不仅坚守厅堂阵地,对每位客户耐心讲解电信诈骗及网络跨境赌博的防范知识,还深入社区、高校和企业,共举办反诈讲座15场,惠及逾500人次。该行与徐汇区反诈中心、上海市第六人民医院合作,针对退休医生群体展开精准宣传。活动现场,不仅有生动的案例剖析,还有专业人士分享“闲钱理财”智慧,引导参与者科学规划财务,增强自我保护能力。

金融潮市,创新宣教模式

上海银行漕河泾支行在人流密集的徐汇中心区域打造了一场“金融知识万里行”活动。通过设立潮流集市,巧妙融入反诈、反洗钱知识问答,吸引市民参与互动,寓教于乐。摊位上的特色商品如折扇(寓意“冷静思考”)、帆布袋(象征“守护财产”)及宣传折页,均以创意方式传递金融安全信息。

阵地深耕,关注“一老一小”

工商银行徐汇支行充分利用网点资源,布置反诈宣传材料,开展“微沙龙”,面对面传授防范策略。尤其重视“一老一小”两大易受侵害群体,与徐汇区内40个邻里汇·党群服务中心紧密合作,举办各类公益活动近200场。无论是深入企业讲解防骗技巧,还是结合传统节日向社区居民传授实用的金融知识,或是面向青少年开展“小小银行家”教育活动,构建全方位的金融安全防线。

代表风采

“听说读写”勤履职 “大小内外”重实效

区人大代表、上海开放大学上海老年大学副校长 吴新林

作为区人大代表,我们肩负着人民的重托期望,结合实际工作中的体会,把践行代表职责的基本要求,归纳为“听说读写”四个方面。

“读”即学习,是依法履职的保障

作为区人大代表,必须了解人民代表大会制度的发展历程、性质、地位与作用,深刻认识人民代表大会制度是历史和人民的选择。同时,要不断学习新知识、新技能,提高自身素质和能力,了解国家大政方针和地方实际情况,为履职提供有力支持。

“听”即倾听,是为民履职的基础

深入基层,倾听群众的声音,了解他们的需求和诉求。通过座谈会、调研、走访等方式,广泛收集社情民意,为制定政策、推动工作提供有力依据。

“说”即沟通,是有效履职的方法。敢于为群众说话,勇于为群众争取权益;还要加强宣传引导,提高广大群众对党和国家各方面工作的理解和支持,增强群众的获得感、幸福感和安全感。

“写”即建言,是充分履职的关键

认真记录履职过程中的所见所闻、所思所感,形成书面材料。通过撰写调研报告、议案、建议、批评和意见等,向有关部门反映问题、提出对策,推动工作落实。

要履行人大代表的职责,还需以“大小内外”为工作导向,扎实发挥代表应有的作用。

“大”即着眼大局。认清方向、找准定位,用习近平新时代中国特色社会主义思想统揽和指导工作,确保履职尽责向着正确的方向前进。



“小”即关注细节。关注“小事”,通过深入调研、实地考察等方式,了解问题症结所在,提出切实可行的解决方案。

“内”即立足本职。将专业知识运用到履职过程中,注重发挥自身特长,为制定科学合理的政策提供智力支持,从而提升人大工作的专业性。

“外”即拓展外联。注重社会参与,加强拓展外部联系,促进不同部门之间的沟通与协作,推动跨部门协同。

我将始终牢记人民的重托和期望,以实际行动践行“人民选我当代表,我当代表为人民”的庄严承诺,为推动经济社会发展和民主法治建设作出积极贡献。