残健融合 共享美好

区残联举办第十八次全国特奥日主题活动

□ 记者 解景昇

7月20日是第十八次全国特奥日，今年的特奥日主题为“促进特奥融合，共享美好生活”。7月17日上午，徐汇区残联在徐家汇体育公园举办了2024年徐汇区第十八次全国特奥日主题活动。

活动现场，来自13个街镇的近80名特奥运动员和融合伙伴参与足球活动，体验运动乐趣。在专业教练的指导下，特奥运动员们先后参与颠球、带球、绕桩、射门等趣味项目，并与融合伙伴们合作开展“四对四”融合足球赛。在现场观众们的加油助威声中，特奥运动员们充分感受到足球这项团体运动的独特魅力，在收获快乐的同时，增强了健康体魄。

中国国家男子足球队前主教练朱广沪，前国脚、现著名足球解说李彦等嘉宾也来到活动现场，为徐汇区特奥足球运动员加油鼓劲，呼吁全社会共同关心关注特殊群体，合力促进特奥运动发展，展现残健融合、共享美好的特奥运动精神。

记者获悉，近年来，徐汇区在持续完善工作机制的基础上，依托残健融合，整合各方资源，培育形成特奥运动特色项目，特奥运动在徐汇区呈现出蓬勃发展态势。区残联党组书记李岩告诉记者：“特殊奥林匹克运动是一项为智力残疾人提供平等机会参与体育训练和竞赛的活动，帮助智力残疾人增强身体机能、提高自信心和社交能力，促进他们的身心健康和全面发展。”

据悉，区残联将聚焦智力残疾人的实际需求，着力打造特殊人群运动康复平台，切实提升生活质量。未来，区残联将继续开展更多包括特奥运动在内的形式多样的残疾人群众体育活动，不断丰富我区残疾人体育活动内涵，持续满足残疾人对美好生活的向往。

37处解暑驿站 为户外工作者送上清凉“福利”

□ 记者 解景昇

申城目前已是炎热的“三伏天”，为给新就业群体带来工作中的“清凉”，近日，斜土街道召开了一次专题座谈会，邀请辖区内快递、外卖、电商平台等配送站点负责人、骑手代表参加，现场倾听一线骑手们的需求与想法。

记者获悉，作为“15分钟社区生活圈”重要阵地之一，斜土街道党群服务中心结合快递外卖的群体需求，开设了24小时“骑心协力”驿站和沿街“爱心加油站”。在提供解暑服务的“驿站”中，骑手们可以歇歇脚、喝喝水、热热饭。

运送的准时与否是外卖、快递骑手们最为关心的“工作指标”之一，24小时“骑心协力”驿站的开设对于“来去如风”的骑手们来说，是否起到了便利的功效？

外卖骑手王先生告诉记者：“平时我们吃饭都是在车上快速吃完，有了驿站我们就有了专门的地方休息吃饭，甚至可以带自己家里准备好的饭来加热。在路过的时候也可以喝到冰凉解暑的水，缓解夏天送外卖的‘痛苦’。”

除了街道已建成的37处驿站，斜土街道还联合绿地缤纷城等3个商业综合体内的50余家店铺，对接银行、通讯、邮政等沿街区域单位，为外卖、快递骑手等新就业群体提供饮水供给、避暑取暖、手机充电等服务，让大家在工作中感受社区的温度。

斜土街道相关负责人表示，接下来，斜土街道将继续保持与新就业群体的常态化联系，不断加大党群服务力度，心连心、手拉手共建“亲邻斜土”。

“汇”悦读 在行动 亲子家庭共成长

□ 记者 王薇

暑期来临，一场由徐汇区图书馆精心策划的“汇悦读 在行动”阅读推广活动，近日来到凌云街道图书馆，在炎炎夏日里为社区亲子家庭带来一股清新的文化气息。

活动伊始，趣味横生的《童话中的奥运会》课程瞬间吸引了众多小朋友的目光。在专业儿童戏剧课指导老师的带领下，小朋友们初步学习了戏剧的基本训练——肢体动作。通过模拟各种动作，大家将日常的体育运动与小动物的特性相结合，充分发挥想象力，不仅锻炼了身体协调性，更激发了他们对戏剧艺术的兴趣。

在红色经典剧本诵读环节，孩子们则在老师的带领下，通过诵读精选经典剧目，体验角色的情感世界，深入了解那段激情燃烧的岁月，体会先辈们的崇高精神。这不仅是一次文学素养的提升，更是一次心灵的洗礼，激励着新一代珍惜当下，展望未来。

阅读分享会尾声，凌云街道图书馆通过一场亲子绘本阅读进阶课程分享会，邀请现场家长们分享育儿心得，共同探讨如何打造一个充满爱与智慧的家庭环境。

除各类有趣好玩的“沉浸式”体验活动外，凌云街道图书馆还携手凌云街道社区文化活动中心，将“二十四节气”融入绘本阅读，以通俗易懂的方式向孩子们讲解了二十四节气的由来及对应特点。老师们生动的语言，让孩子们领略到自然界的神奇变化。“现在很多孩子不知道农耕文化是什么、二十四节气是什么，这样的课程让孩子们长知识、开眼界，真的太有意义了。”一位家长表示。

爱心送凉 助居民平安度夏

近日，虹梅街道发起了“防暑降温，爱心送凉”系列暖心行动，帮助居民们健康且安全地度过酷暑。

清凉物资入户 防暑知识入心

“阿姨、爷叔，我们来给您送清凉啦！”随着一声声亲切的问候，志愿者们为65岁及以上户籍老人，送上了精心准备的龙虎人丹、风油精等多种防暑必备品，展开了一场贴心的“清凉送达”行动。老人们也表达了感谢，纷纷表示：“都是很实用的东西”“这下防蚊虫、防中暑的都有了，太贴心了”。志愿者们还为居民讲解高温天气下自我保护的注意事项，强调夏季用水用电安全与燃气规范使用的重要性。

个性化服务 精准对接特殊需求

“子女不在身边，有的电器不太会用，但居委很关心我，耐心解答我的问题，不是亲人胜似亲人呐。”在志愿者们入户教授如何操作空调遥控器后，家住桂林苑的季蕴辉奶奶感慨道。对于老年人、残疾人等特殊群体，社区居委给予了更多的关注和支持。志愿者通过定期上门走访的方式，深入了解他们的实际需求和困难，并为他们量身定制个性化的服务方案，有针对性地提供帮助。

无微不至地关注 送上及时雨般的关怀。

得知垃圾库房保洁员阿姨在中暑情况下仍坚持工作，志愿者们第一时间带着降暑药品和清凉饮品前去慰问，并联系了社区中医理疗师为其进行刮痧治疗，缓解中暑症状。接受理疗后，阿姨的面容明显轻松了许多，她笑着说道：“我现在感觉好多了。”但居委工作人员并没有完全放心，第二天又专门到垃圾库房看望了阿姨，一再叮咛其要注意防暑降温，劳逸结合。

降体感温度不降人心温暖，虹梅街道相关负责人表示，将继续秉承“以人为本”的治理理念，不断创新服务模式、拓展服务内容、提升服务质量，努力为居民们营造一个更加和谐、宜居、幸福的社区环境。（来源：虹梅街道）

爱心暑托班 绘就社区童心乐园

□ 记者 吴会雄

康健街道2024年爱心暑托班正在如火如荼地进行中，内容精彩纷呈，在这里，可以探索神秘太空，可以学习七彩电力知识，还可以养吾浩然正气……让我们走进暑托班，看看暑假里小朋友们是如何健康快乐成长的。

来自中国科学院上海天文台的老师结合动画模型和趣味视频，为孩子们介绍了宇宙的演化和其物质的构成，并重点讲解了宇宙中的“神秘居民”——暗物质，通俗易懂、深入浅出。

来自上海市南供电公司的老师化身“七彩南南”，结合实际生活的生动事例，为孩子们介绍了电的来源、节约用电和安全用电的知识，并科普了碳中和和碳达峰的含义。

来自上海师范大学环境与地理科学学院的大学生志愿者团队，从水的不同形态、地球上水的分布、水循环、河流和海洋中的水四个方面为小朋友们细致讲解了一滴水的前世今生与环球之旅。

身如桅杆，神藏一气，孩子们在老师的带领下扎马步、正踢腿，同时调整呼吸。内外兼修，在武术中开发少年的智慧与勇气。

挥动双手，旋转飞舞，孩子们化身小小啦啦操队员，脚步跃起，优美舞姿谱写少年的朝气与张扬。行走弹跳，伸展平衡，体适能教会孩子们科学的运动方法，动静结合，打好体能“地基”。屈肘纵跳，生命律动焕发少年的自信与能量。