

我区开展“中华慈善日”系列主题活动

本报讯(记者朱林飞 通讯员吕金红)9月5日是第8个“中华慈善日”。萧山区慈善总会提前启动慈善文化宣传活动,各镇街分会积极响应,广泛开展慈善义工服务、慈善义卖、慈善救助送清凉、广场宣传、慈善一日捐等形式多样的慈善活动,在萧然大地营造出全民“知善、向善、行善、乐善”的慈善氛围。

党湾分会在村社、机关单位、农贸市场等处投放公益海报,开展便民服务、暖心慰问、慈善一日捐等“中华慈善日”主题宣传活动,呼吁社会各界积极参与慈善捐助活动。

益农分会开展“中华慈善日”广场宣传服务活动。慈善义工们到现场设摊,向市民群众提供慈善法律法规宣传、义诊、免费理发等服务,通过宣传让更多人了解慈善、热爱慈善、参与慈善。楼塔分会也开展了广场宣传服务活动,累计发放宣传资料120余份,现场接受咨询60余人,受到广大群众的好评。

衙前分会、衙前镇总工会启动2023“一杯水”公益行动周,为在酷暑高温下坚守岗位环卫工人、交警、城管队员、快递小哥、外卖小哥等户外工作者免费提供矿泉水、避暑纳凉场所等防暑降温服务。现场不仅有显眼的“随用随取”宣传海报和慈善小知识宣传单页、宣传清凉扇等物资,还有志愿者热情引导大家免费领取矿泉水。

城厢分会、新塘分会等组织开展《慈善法》宣传活动,为市民讲解相关慈善知识,进一步提升市民的慈善意识。

“希望通过开展形式多样的活动,发动社会力量,普及慈善知识,传播慈善文化,让更多群众了解慈善,参与到慈善活动中来。”区慈善总会相关负责人表示。

我区培训防汛防台“1833”联合指挥业务

本报讯(首席记者黄婷 通讯员盛振刚)为进一步提升我区防汛防台指挥调度水平,增强各类责任人的履职尽责能力,日前,萧山区防指办开展防汛防台“1833”联合指挥体系业务培训,培训会在视频会议形式召开,各镇街、村社防汛责任人共560余人在镇街(场)分会场参加培训。

培训会详细讲解了防汛防台“1833”联合指挥体系的运行机制及流程、指挥体系响应运行、防御台风工作方案、预警叫应工作指引和短临极端灾害天气防范应对工作举措等方面的内容,并对下一阶段防御台风相关工作做了重点部署。

会议指出,当前萧山正值防汛防台关键期,台风、短临极端天气多发,尤其是杭州亚运会、亚残运会等重大活动举办在即,做好防汛防台工作责任重大。

会议要求,要全面压紧压实各方责任,各级责任人要认真落实保责任制度,做好值班值守,严阵以待确保平安度汛。要细化防汛防台工作部署,要落实针对性防范措施,根据“1833”联合指挥体系,做好到岗值守、叫应叫醒、风险研判、巡查检查等工作。要强化亚运安全保障工作,要坚持预警在前、防范在先,进一步备齐物资装备,完善预案方案,加强实战演练和应急救援人员培训,确保万无一失护航亚运攻坚。

萧山全面推进矿山生态环境修复

本报讯(通讯员朱芸 记者王俞楠)为进一步保障亚运,强化矿山生态修复,近日规划资源萧山分局组织召开矿山生态环境修复推进会,就矿山生态修复推进工作进行了部署。

会上,相关矿山治理单位汇报了工程目前进度、工作计划和亚运应急措施,区交投集团等单位也通报了工作进度。

矿山生态修复工作是做好“迎亚运”保障工作的具体举措之一。各相关单位要紧紧围绕目标,倒排工作计划,迅速制定实施方案,把控时间节点,按期高效推进各项修复工作,做到以航空及地面视角锚定矿山修复可视区域,做好覆绿、扬尘管控等工作,最大程度消除裸露山体视觉污染,有效提升区域生态景观。

在推进矿山生态环境修复的同时,各有关单位也将积极落实亚运安保各项措施,提高工程管理水平,加强施工组织管理,保持施工作业面整洁有序,严格落实安全生产责任,排除隐患、防微杜渐,保障各矿山修复项目安全、快速实施。

萧山机场暑期运送旅客量创历史新高

本报讯(首席记者黄婷 通讯员施东杰)2023年暑运落下帷幕,萧山国际机场62天内运送旅客793万人次,起降航班5.5万架次,保障货邮13.9万吨,同比2019年分别增加11.7%、10.2%及26.5%,三项数据均创下历史同期新高。

暑运以来,萧山国际机场客流持续高位运行,日均保障航班890架次、运送旅客12.8万人次,其中客流高峰日在8月18日,全天旅客吞吐量达14.13万人次。

国内方面,机场增开热门旅游城市航班,乌鲁木齐、昆明、三亚、青岛等航线旅客量同比增长超9成;同时加密国内优质干线航班量,激励航司提升宽体机投放,广州、深圳航线航班量增幅达60%,均入围国内前十大高频航线。

国际方面,新增马德里、东京、大阪、新加坡、巴厘岛等国际航线,为旅客带来更丰富、更便捷的出游体验。并持续加密亚洲重点通航城市航班,为赛事相关人员开辟更多更密更便捷的“空中通道”,有力服务亚运会、亚残运会航空需要。

同时,萧山国际机场聚焦无陪儿童、“首乘旅客”等特殊旅客群体,开设“无陪接待区”,加强“一站式服务”,提供热情、耐心、细致的指引服务;全面升级T3候机区儿童乐园,开通机场汽车客运站16条景区专线,确保旅客顺畅、愉悦出行。

“守护星计划”公益项目呵护孤独症儿童健康成长

66名“星星的孩子”在家康复训练

■记者 朱林飞

孤独症儿童又称“星星的孩子”,他们沉浸于自我世界,如星星般独自闪烁。每一名孤独症儿童背后,都有一个承受着巨大经济、精神和压力的孤独症家庭。

实施孤独症儿童康复救助被列入今年省、市、区三级民生实事项目。为此,我区积极开展孤独症儿童家庭改造,以进一步改善孤独症儿童家庭康复训练环境,提升家庭康复技能,促进孤独症儿童学习成长。

走进靖江街道的陆奶奶家,底楼两间铺着蓝色地胶的房间令人眼前一亮。这里整齐地摆放着书柜、书桌椅及一些孤独症玩具书籍,还有蹦床、篮球、秋千等十几样康复器材。

丁丁是陆奶奶的孙子,今年8岁,一周岁时被诊断为孤独症谱系

障碍。今年,浙江省妇女儿童基金会牵手萧山区残疾人综合服务中心开展第二期“守护星计划”公益活动项目。丁丁成为项目的帮扶对象之一。

该公益项目包括家庭改造和家培训训两块内容。其中,家庭改造是指通过开展孤独症儿童家庭结构化布置改造,对其家庭环境进行重新布置,增加儿童康复训练所需物品,由专业老师定期评估和入户家访指导,提升家庭康复技能,保障孤独症儿童康复效果。

以丁丁为例,在项目实施过程中,先由机构老师开展入户家访,详细了解丁丁的生活环境及亲子互动情况,并记录家庭改造所需物品清单。之后,在老师的现场指导下,陆奶奶将各10平方米左右的两个房间进行重新布置。“经改造,房间里有了很大变化,看起来整洁

了,小孩子玩的东西也多了。丁丁现在一回到家,就把喜欢的东西拿出来自己玩。”陆奶奶告诉记者。

陆奶奶还参加了为期6周的家培训训课程,系统学习儿童自闭症基础知识和干预方法、如何安排环境让孩子参与活动、帮助孩子在游戏以及家庭常规中学习分享和参与、了解沟通与促进沟通、防止不良行为与教导替代不良行为等知识。

现在,每周一至周五,陆奶奶全程陪同丁丁到区残疾人综合服务中心进行康复训练和学习。孩子在里面上课,陆奶奶则和别的家长一块儿等在休息室,大家经常交流孩子的情况,服务中心的老师也时常会给家长们进行相关指导。傍晚回到家,丁丁便会一头扎进改造后的房间玩耍,陆奶奶则陪在边上指导。

陆奶奶说:“丁丁的爸爸妈妈

平时都在上班,我负责接送丁丁去残疾人综合服务中心进行康复训练和学习。改造后,家里配备了康复训练器材,平时还有老师上门提供指导,孩子在家也可以进行康复训练了,非常感谢区残联和省妇女儿童基金会。”

今年是我区实施“守护星计划”公益活动项目的第5个年头。最早该项目由区残联与区妇联合作发起,取名为“向日葵妈妈点亮星星”。2022年起更名为“守护星计划”,由区残联和省妇女儿童基金会合作开展。自项目开展以来,共惠及66户孤独症儿童家庭。

区残疾人综合服务中心学前特殊教育科主任张静亚表示:“接下来,我们会对家长的实操进行进一步的指导和规范,让家长能做起来,儿童在家里面也能实实在在得到收获。”

一盆水扑灭一场火 曹飞被赞“中国好邻居”

■记者 刘殿君 通讯员 王啸虎

8月29日晚上11点多,夜已深沉,多数人已经进入了梦境。住在党湾镇泊景湾小区2幢2单元5楼的曹飞一家也已经入睡了。

睡梦中,他们隐约听到有人在喊“着火了、着火了……”同时还伴随着一股焦味。睡眼朦胧的曹飞猛地惊醒过来,他一个箭步冲到窗前探身一望,只见隔壁2幢1单元同一楼层的邻居家阳台着火了,火焰已蹿起1米多高,情况

十分危急。

“快报警,打119!”沉着冷静的曹飞一边吩咐妻子报火警,一边急中生智冲进厕所间找了一个大盆,接满水后,快速来到阳台,对准邻居居家着火的阳台,用尽全力将水泼向熊熊燃烧的火焰。

两个阳台之间相距足足4米多。不偏不倚,这盆水正好泼在火焰上,大火被扑灭了。几分钟后,110民警也赶到现场,及时作了善后处理,以防二次燃烧。

此时着火的那户人家还惊魂

未定。由于家里住的都是老人,当时已沉沉地睡下,对阳台突然着火的紧急情况一点也没察觉。

有小区居民看到了曹飞救火的前前后后,并把全过程录制成小视频。小视频发布到网上后,很快引发了热议,网友纷纷称赞曹飞是“中国好邻居”。

可曹飞却表示:“我只是做了力所能及的事,都是邻居,有困难互相帮助是应该的。其实,像发现隐患并迅速呼救、及时报警的其他邻居,也都发挥了作用。我们提升

自救自救能力,也能好好保护自己

和身边的人。”

90后安徽小伙曹飞来杭州打拼已有10年了,人住泊景湾小区也有三四年了,他目前在一家网络公司当程序员。在公司,他勤奋工作,努力上进,是领导和同事眼中的好员工。

生活中的曹飞也热情善良,乐于助人,遇事从容不迫。平时看到有需要帮助的,他都会毫无怨言力所能及及地上前帮忙。



“羽”你相约亚运

近日,2023年萧山区第一届“7017”杯羽毛球混合团体赛举行,41支队伍的300余名选手参加男双、混双、单打组别的角逐。

记者 范方斌 摄

西电杭研院电子信息领域师生规模达2000余人

创新体制机制 助力萧山经济高质量发展

本报讯(首席记者周珂 通讯员冯益华)日前,西安电子科技大学杭州研究院518名2023级研究生开学报到。至此,该院电子信息领域师生规模已达2000余人,通过产学研融合,进一步为萧山科教与产业共生共荣注入澎湃活力。

据数据分析,这次新入学的518名研究生来自全国28个省市自治区,分布在11个专业,聚焦浙

江省数字经济和萧山区产业布局。其中,位列前三的专业人数分别是新一代信息技术专业167人、集成电路工程110人、网络与信息安全58人。

今年,研究院创新体制机制,推进实施PI制,打破传统学科限制,强化以场景为牵引的有组织科研。西电杭州研究院相关负责人介绍,目前研究院设立了工业软

件、先进信息、集成电路、先进视觉、汽车电子、卫星互联网6个研究所,6个研究所现有47个PI团队。研究院牵引各PI团队与长三角头部企业、科研院所共同设立专项班并配置专项招生指标,探索以企业需求为核心的协同育人模式。

为进一步赋能地方经济,研究院开展校企联合培养工作,已建设校企联合课23门,在头部企业设立

卓越工程师联合培养项目,与长龙航空、地芯引力等我区行业领先企业共建人才培养创新联合体28个、联合培养基地6个。

目前,研究院新建区块正在推进当中,预计2024年8月投用,新园区启用后本硕博人才培养规模将达到3000名,逐步形成电子信息产教融合综合体的集聚能力,为区域经济高质量发展提供新活力。



秋季,是一个阳气渐收、气候干燥的季节,很容易导致人体出现一系列健康问题,如干咳、喉咙疼痛、皮肤干燥等。区科协科普讲师团讲师、公共营养师、区中医院杭州南站医疗点负责人叶美燕提醒,为了预防秋燥,保持健康,我们可以通过调整饮食来润肺降燥,建议常吃“润肺四宝”。

秋季“润肺四宝”

它们分别是,梨子、银耳、百合、蜂蜜。梨子,是秋季盛产的水果之一,也是润肺佳品,味甘、微酸、性寒,具有清热除烦、润肺止咳的功效。梨子中富含水分、膳食纤维和维生素,可以促进消化系统的健康,还能有效缓解咳嗽和喉咙干燥的症

状。入秋后常吃梨子,不仅可以滋润肺脏,还可以增强免疫力,预防感冒等呼吸道疾病的发生。

银耳,是生活中常见的食用菌,也是秋季润肺的重要食材,具有清热润肺、补虚养身的作用,尤其适合常年面对空调和电脑辐射的人群。银耳富含胶质蛋白和多糖类物质,有助于保护呼吸道黏膜,增强免疫功能。可以将银耳炖煮成羹品或加入汤中,既美味又能给肺部提供充足的水分和营养,缓解秋季燥咳等不适。

百合,是一种具有悠久历史的中药材,也是秋季润肺的上佳之选,性味甘淡、微寒,能够润肺止咳,清心安神。百合含有

丰富的维生素B、C以及钙、磷等微量元素,不仅可以滋养肺脏,还能提高代谢和免疫力。可以将百合煮汤或者炖粥,每天适量食用,可有效预防秋季干燥咳嗽、喉咙疼痛等症状。

蜂蜜,是一种天然的保健食品,也是润肺的良好选择,味甘、性平,具有补中缓急、润肺止咳、滑肠通便的功效。蜂蜜中富含多种有益物质,如维生素、微量元素、酶类,对增强免疫力、抵御秋季病毒感染有一定帮助。可以将蜂蜜加入温水中饮用,或者与梨子、柚子等食物一起食用,以增强润肺效果。

秋季防“痛风”

“入秋后,也进入了痛风的高发季

入秋后,如何吃出健康?

节。”叶美燕表示,对此,在饮食上也有一些注意事项。吃的方面,要尽量减少高嘌呤食物的摄入,如海鲜、动物内脏、各种肉汤以及香肠、培根等加工类食品;豆类及其制品、芦笋、香菇、紫菜、豆苗等。蚝油、鲍鱼汁、海鲜酱、香菇酱、浓缩鸡汁等食品调味料的嘌呤含量也很高,需要留意。

另外,主食应“多细少粗”,因为粗粮中的嘌呤含量高于细粮。常见粗粮有高梁、玉米、小米、糙米、黑面粉、麦片等;常见细粮有精制大米、白面等。喝的方面,饮酒会增加痛风发作的风险,风险由高到低为陈年黄酒>啤酒>普通黄酒>白酒>红酒。喝饮料前应注意看一下配料表,添加果葡糖浆、白砂糖、蜂蜜等高果糖饮品

的最好不要饮用。此外,浓茶水、咖啡等饮料可能会诱使痛风急性发作、加重痛风,应尽量少喝。

推荐喝柠檬水。因为柠檬水含有丰富的钾离子和维生素C,而糖分和脂肪含量几乎为零,适合痛风患者饮用。同时,增加饮水量可作为痛风患者非药物治疗的措施之一。在肾脏病、心力衰竭等禁忌的情况下,建议痛风患者每天饮水总量为2-3L。

最后,“管住嘴”的同时,也别忘了“迈开腿”。建议选择适合自己的运动方式,并坚持锻炼。“只有通过合理饮食+适量运动,养成并保持良好的生活习惯,才能真正产生润肺养生的效果,享受一个健康而美好的秋天。”叶美燕说。