

我区将迎来七夕“领证”高峰

当天领证的新人享受多重礼遇

本报讯（记者 朱林飞 通讯员 陈梦迪）8月29日是传统的七夕佳节，不少新人会选择在这一天登记结婚，开启幸福的生活。记者从区民政局婚姻登记处获悉，截至目前，七夕当天的线上预约号已全部约满，共计280对左右，同比增长20%—30%。

在我区，结婚登记采用预约制，可提前2—30天通过“浙里办”进行预约。据区婚姻登记处工作人员介绍，早在7月底，已经有人预约8月29日七夕当天的号源，目前线上的

号已全部约满。不过，没有预约到的新人也不要着急，当天仍可以去现场排队“领证”。

考虑到今年的预约人数比往年要多，区婚姻登记处在七夕当天通过增加登记窗口，同时延长工作时间、安排志愿者服务等模式，确保每一对新人都能顺利登记。

“金风玉露一相逢，便胜却人间无数。”据了解，七夕当天的领证厅将打造成“只此青绿”主题风格，以千年之雅，证今生之约，让婚姻的承诺在古今交融的仪式感中更显庄重与恒

久。

为了让这个特殊的日子更具纪念意义，婚姻登记处精心策划了一场浪漫唯美的宋韵游园会。现场设置三大主题互动站，新人们不仅可以抽取专属的宋词“翻卡”，还可以品尝甜蜜的传统糖画，并将写下浪漫宣言的定制明信片寄给亲朋好友。

值得一提的是，当天领证的新人还可以领取杭州市发放的总额1000元的“甜蜜经济消费券”，包含10张满2000减100的券，新人们可以到相应的商家进行优惠消费，享受甜蜜

礼遇。

同时，婚登处还将联合区婚姻家庭协会为新人发放结婚礼包，内容涵盖美容、美发、婚庆、酒店、珠宝5个行业，新人们可以享受七夕当天领证免费拍摄，享受指定商家免费试婚纱、体检卡优惠、珠宝婚宴优惠等多重好礼。

另外，部分新人还可以免费获取《湘湖雅韵》七夕专场门票以及定制水上婚礼求婚仪式，同时符合条件的新人也可以以优惠价购买七夕专场的观影门票。



北干街道

北干街道开展第三季度消防演练

本报讯（记者 朱林飞 通讯员 周展宇）为全面提升辖区物业单位消防安全管理水平，近日，北干街道组织开展第三季度消防宣传活动——高层住宅物业消防知识竞赛及中级消防设施操作竞赛，90名辖区内高层住宅物业的消防设施操作员参与激烈角逐。

竞赛活动通过赛前培训、赛中理论答题与实操演练相结合的形式，重点考核物业人员对消防理论知识的掌握程度，以及消防控制室设备操作、火警联动处置等实战技能。活动负责人表示，此次竞赛以“以赛促学强本领，以练为战保平安”为目标，通过“学、练、赛”一体化模式，推动物业单位消防安全主体责任落实落地，确保物业单位安全人员熟练掌握高层建筑消防设施情况，达到“能用、会用、管用”的实战要求。

在开展竞赛的同时，街道应急管理站联合街道物管中心，在萧然山街全方位开展物业工作人员消防实战演练，参训人员3分钟内完成初期火灾扑救，5分钟打通生命救援通道，以过硬专业素质筑起辖区安全防线。

南阳街道

南阳街道举办七夕青年交友活动

本报讯（首席记者 高路平 通讯员 陈红凯）近日，南阳街道聚焦辖区单身青年社交需求，以一场题为“缘定七夕·爱在‘南阳’”的青年交友活动，搭建轻松友好的互动平台，助力单身青年拓宽社交圈。

活动现场，青年们以小组为单位，通过“你画我猜”“配音小剧场”“争分夺秒”“男力vs女力”等一系列互动性高、趣味性强的互动游戏打破初识的尴尬，青年们相识畅聊，从兴趣爱好到人生理想，话题不断延伸。有人用暗号成功接头校友圈，有人发现同款书影音品位，更有多组搭档在活动尾声主动加码“下次约饭挑战”。

让浪漫可感、让友谊可见、让梦想可及——南阳街道以一场精心设计的青年交友派对，把“遇见”升级为“双向奔赴”。接下来，南阳街道将继续关注青年婚恋需求，拓展服务形式，丰富活动内涵，为青年人搭建更多交流渠道，继续书写青年们的浪漫篇章。



所前镇

信谊村唤醒“沉睡”的桥下空间

本报讯（记者 刘殿君 通讯员 沈震霞）桥上川流不息的车流，桥下是村民活动的场所。在所前镇信谊村有那么一处桥下空间经历了华丽转身。这片曾被遗忘的“边角余料”，如今成了“金角银边”，村民共享的“幸福天地”，孕育着文明乡风的新景致。

信谊村结合现状及周边居民需求，因材施教，以“全民健身运动”为设计理念，考虑到不同年龄段人群运动需求，增设了休息小憩区、器材健身区、乒乓球桌台、羽毛球场地、篮球场、儿童游乐场等，将桥下消极空间积极化并进行环境品质提升，塑造向社区倾斜的日常公共场所。在满足周边居民的运动休闲需求的同时，打造多元功能的活力景观桥下空间。桥下空间合理的规划利用，正逐步蜕变为集休闲、娱乐、运动于一体的活力地带。在这里，“健身”不只是锻炼身体，更是邻里间的和谐；“娱乐”不只是放松心情，更是共建共享的自觉。

城厢街道

俊良社区青少年到钱江供电所参观研学

本报讯（记者 朱林飞 通讯员 姚嘉雯）日前，城厢街道俊良社区组织辖区青少年前往钱江供电所开展研学活动。

讲解老师先向大家介绍了生活中电的产生、用途以及危害，重点讲解了安全用电以及防范措施，包括电气火灾扑救方式、防范雷击措施以及现场的抢救方式。小朋友们听得聚精会神，纷纷表示收获了不少安全用电知识。

随后，讲解老师带着大家体验了现场的设施，如VR事故体验、触电体感设备、急救演练、模拟灭火……应有尽有。其中，最受小朋友们欢迎的当属VR体验了。

通过VR技术，小朋友们仿佛置身于真实事故现场，亲身体验了因不当用电引发的突发状况。在虚拟环境中，他们学习了如何冷静应对，采取正确的处置方式。这种沉浸式的体验不仅让孩子们更加直观地认识到用电安全的重要性，也增强了他们的应急反应能力。

除了VR体验外，触电体感设备也吸引了许多小朋友尝试。通过设备模拟微弱电流通过人体的感觉，孩子们亲身体会到不安全用电可能带来的严重后果。

萧山1人入选2025年度浙江省“首席科学传播专家TOP10”

本报讯（记者 何可人 通讯员 姚贞彦）昨日，2025年全国科普月浙江（杭州）主场活动现场，2025年浙江省“十百千万”科学传播专家名单揭晓，湘湖实验室植物光生物转化团队学科带头人、国家杰出青年科学基金获得者林荣呈，斩获2025年度浙江省“首席科学传播专家TOP10”称号，为萧山科技创新与科学传播事业再添佳绩。

作为植物光生物转化领域顶尖学者，林荣呈科研成果丰硕。他先后在《Science》等国际顶级期刊发表论文90余篇，获11件授权专利，主持

多项国家级、省级重大科研项目，享受国务院政府特殊津贴，是业内公认的学科领军者。

推动产业发展与学术交流上，他贡献突出。作为专家组成员，牵头起草中国植物工厂产业发展院士咨询报告；筹建中国植物学会智能植物工厂分会并任首任会长，搭建学科交流与产业协作平台；多次深入农业一线与企业调研，为浙江农业创新谋思路、献良策。此外，他组织主办“生物技术与现代农业”创新论坛，多次参与国内高端学术会议并作报告，扩大浙江农业科技创新的全国影响力。

在林荣呈看来，“科普与科研同等重要”，多年来他始终践行这一理念，在植物科学科普领域深耕。他的科普工作极具特色，擅长以趣味问题和生活实例作为切入点，将植物光受体等抽象知识具象化；推广“植物工厂”时，通过视频展示+现场品尝，打造沉浸式体验；聚焦前沿科技与实际应用的结合，提升科普内容的实用性与吸引力；针对不同群体在多场景开展活动，精准激发探索热情。

他尤其重视青少年科学素养培

养，坚持“给孩子的课永远排在第一位”，每年更新科普材料，连续多年开展青少年科普活动，曾在国家自然博物馆、浙江省科技馆举办讲座，走进多所高校、中学及夏令营科普。

在科普创作与组织方面，林荣呈同样成果显著。他参与撰写大型科普丛书，任科普杂志《生命世界》主编，在国内知名公益传播平台“CC讲坛”开展科普演讲，连续多年参与全国科普日等活动。早在2018年，就获“梁希科普奖”，成为科研与科普“双优”典范。

清风入墨 荷韵丹青

近日，“清风入墨·荷韵丹青”乡村雅集在谢建安·传化农创村启幕。十位名家携手创作的十米长卷，气势连贯、意境深远，成全场高光。活动不仅是书画盛会，更是艺术盛宴。全民艺术学堂学员、文艺志愿者同台献艺，二胡演奏、旗袍秀等精彩纷呈。

首席记者 唐柯 通讯员 贾祺



下楼找“搭子” 立涛园社区启动“熟人串门计划”

本报讯（通讯员 郇欣煜 记者 王俞楠）近日，盈丰街道立涛园社区启动了“熟人串门计划”，首场活动“下楼找搭子”吸引逾300位青年走出家门、融入社区，在轻松活跃的氛围中重构邻里关系，唤醒对“附近”的感知与热情。

作为立涛园社区推进青年社交的新型载体，“熟人串门计划”致力于连接青年与青年、青年与社区，让兴趣相投的“找搭子”行为成为现代邻里交往的起点，激发社区参与感与共创活力。

活动现场划分为多个互动板

块，“搭子破冰”环节率先拉满氛围，青年们通过扫码加入“搭子群”、佩戴荧光手环快速“认亲”，凭借共同爱好迅速结伴。七大主题摊位将社交现场变为多元兴趣磁场：其中包括共绘流体熊钥匙扣、在笑语间消融陌生的“绘画搭子”；合作拼装“柿柿如意”、于指尖生长默契的“手作搭子”；协作挑战、击鼓鼓励，热汗中也见证热心的“运动搭子”；以宠物为媒、轻松交流萌宠心得结识同好的“萌宠搭子”；联合萧山红娘团队、通过匿名简历让相遇更自在、选择更主动的“心动搭子”；共享夏夜银

幕时光，以爆米花与银耳汤托衬畅谈的“电影搭子”；以及扫码抽奖惊喜不断、共庆收获再添邻里雀跃的“幸运搭子”。

在活动现场，七大主题摊位将社交现场变为多元兴趣磁场后，参与其中的青年居民们纷纷沉浸在这场社交盛宴里。参加“手作搭子”的周先生兴奋地说：“原本以为就是来凑个热闹，没想到和旁边的女生一起动手时，发现我们都喜欢做手工，这种感觉太奇妙了！”带着宠物来参加“萌宠搭子”的吴女士也感慨道：“以前在小区里遛狗，和邻居也就是

点个头，今天通过交流养宠心得，不仅学到了好多养宠小技巧，还和几位邻居互加了微信，以后遛狗再也不孤单啦！”青年们在轻松愉快的氛围中，真切地感受到了社区的温暖和邻里间的情谊。

立涛园社区以“搭子社交”为纽带，重塑温暖、活跃的新型邻里文化，让每一次下楼都可能成为拓展社交的契机，让每场协作转化为融入社区的起点。未来，“熟人串门计划”还将持续升级，从兴趣共鸣延伸至资源协作与社区共创，真正实现与社区的同频成长。

别让误解阻碍爱心！无偿献血的安全知识请收好

每当看到无偿献血的倡议，许多人想要奉献爱心的同时，心里也会冒出一些疑问：抽走几百毫升血，到底安不安全？会对身体有损害吗？今天，我们就从人体生理学的角度，来解答这个问题。

身体自带“智能恢复系统”

首先，我们了解一下身体的血容量和代偿潜力。一个健康成年人的血液总量占体重的7%到8%之间。以此计算，一位体重60公斤的成年人，总血量为4200—4800毫升。

而我们一次捐献的200—400毫升血液，仅占全身总血量的5%—10%，人体能够轻松地自我代偿。并且献血

后，身体内置的“智能恢复系统”会立即启动——

“应急储备库”启动：人体的肝脏、脾脏等器官就像“血液储备库”，里面储存着一定量的血液。献血后，这些储备血液会迅速释放到血液循环中，组织间液也会进入血管内，第一时间补充献血的血液，保证血容量稳定，维持正常血压，确保各个器官的血液供应。

“造血工厂”加速生产：骨髓作为人体“24小时不休的造血工厂”，献血之后会接收到需要加速造血的信号，加快生成新的血细胞。

因此，献血后身体会进行一场高效、自然的生理调节，促进新陈代谢，并不会

导致虚弱或“伤元气”。

采血过程拥有“全流程安全锁”

除了身体自身的保障，采血过程也有一套极其严格的安全规范，为献血者上了多重保险——

人员专业：采血工作必须由经过专业培训、具备采血资质的医务人员进行，操作熟练规范。

器材“一次性”：采血时使用的针头、血袋、输血管等所有接触血液的器材，都是经过严格灭菌的一次性医疗耗材。每位献血者使用的都是独立的全新器材。

环境无菌：采血点的环境和空气都

需经过严格消毒，确保清洁安全。

因此，对于健康的成年人来说，在正规血站参与无偿献血是安全的，不会对身体造成损害。这并非一句空话，而是基于人体强大的生理机能和严格医疗规范得出的科学结论。

如何确保一次舒适的献血体验

您的配合对确保献血过程顺利非常重要。请记住以下几点——

献血前：保持轻松的心情，不熬夜、不饮酒。

献血当天：不要空腹，要清淡饮食；避免剧烈运动和重体力劳动，适当多喝水，正常饮食即可。

献血后：用三指并拢按压针眼15分钟，不要揉搓；保持针眼处干燥、清洁，24小时内不沾水；可适当补充富含蛋白质、铁、叶酸和维生素B12的食物，切忌大吃大喝。

关于轻微反应：极少数献血者可能因紧张或血容量不足，出现短暂的头晕、乏力感。这通常是心理反应或一过性的生理反应，只要立即休息、放松心情，很快就能缓解，不会遗留不良反应。总之，无偿献血是一项建立在生理科学和医疗规范之上的安全公益行为。当您伸出臂膀，献出可再生的血液时，您不仅拯救了不可重来的生命，您的身体也会安全、平稳地完成一次新陈代谢。



区卫健局主办 第283期