

四大金刚 夜市来袭

沪上首家早餐工程夜市店反响热烈

大饼、油条、豆浆、菜饭……上海人早餐桌上常见的“四大金刚”。最近,在夜市“火”了起来,自从沪上首家早餐工程“夜市店”在本区正式开业,反响热烈,不仅尝鲜的市民络绎不绝,更有许多媒体争相报道。

虹口夜宵市场有了“正规军”的加入,至此既方便了老百姓,又为非正规经营行为疏导开辟了一条多方共赢的道路。

24 小时营业不断档

本区早餐工程样板店已开出近 10 家连锁店店面,“菜早结合模式”一经推出,便成绩不俗。如今, 标准化菜市场与早餐工程再次擦出了“火花”。

晚上 10 点, 东体育会路东江湾路口周边

已安静下来,只有早餐“夜市店”内还灯火通明。100 多平方米的店室内,供应了大饼、油条等上海市民颇为喜爱的“四大金刚”。

与以往印象中的露天夜排档不同,这家夜市店有固定门面,里头空调、电扇、整洁的桌椅一应俱全。炸油条的厨房是半开放式,可以亲眼看到制作全过程。

除了现场等候的数十位市民,还有外卖打包带回去,有些人一买就是一大包。面点师傅告诉记者,夜市油条能炸到 1200 根左右,大饼也能做约 600 个。堂里每天 8 点不到便坐满了食客,就等着夜市一饱口福。

为满足夜市的需求,除“四大金刚”外,还增加了花式汤面等“湿点”,原本只外卖无堂吃

的局限也一并得到了解决。

卫生安全原料可追溯

记者在价目表上发现,夜市的“四大金刚”普遍比早市贵 1 至 2 元。“因为夜晚人力、水电等运营成本有所增加,适当的合理提价老百姓普遍愿意接受。”上海清美绿色食品有限公司总监刘万龙如是说。

即便如此,市民们依然乐于光顾,因为吃得放心才最为重要。“我们用的油全是品牌油,早市做完会换油,晚市用完还会再换油”,刘万龙对记者说。

区粮食局还表示,“正规军”的夜市原料全部可以追溯,特别是油条,每天都用最新鲜的油来煎,使用的是没有明矾的膨松剂。

此外,区粮食局相关负责人更透露,“夜市店在菜场里,是一个独立的区域。不占用街边的空间,不影响其他人。周边的居民晚上吃夜宵也有了一个安全的选择。”

“正规军”收编“游击队”

这家早餐工程夜市店里,部分员工就是从马路游击队“收编”而来。由本区相关部门和企业一起负责培训,通过考核,达标后才上岗作业。

负责炸油条的面点师傅说,以前他就摆过早点摊。做小贩提心吊胆,倒不如变为“正规军”。记者了解到,市食药监局相关负责人率队也来这里调研过,并透露,食品监管部门在考虑出台一些政策扶持正规夜市。

快乐筑就梦想

区未成年人暑期工作总结表彰会举行

本报讯 8 月 28 日,2013 年区未成年人暑期工作总结表彰会在四川北路社区文化活动中心举行。与会领导为暑期工作优秀组织奖、优秀活动项目奖、先进集体和个人颁奖。

围绕“安全呵护成长,快乐筑就梦想”主题,今年暑假,区暑期工作领导小组各成员单位、街道、教育小区及学校开展了丰富多彩的“中国梦”教育实践活动,进一步推进社会主义核心价值观体系全方位融入未成年人的学习成长过程。据统计,暑假期间,全区共组织大小活动 2000 余次,参与学生达 10 万余人次。活动努力融入科学性、知识性和趣味性,使学生真正喜闻乐见又获益良多。

嵇丽娜

彩虹湾配套道路开工建设

本报讯 作为彩虹湾大型保障性居住区配套道路之一的虹湾路日前正式开工建设。道路全长 750 米,宽 16 米,预计将于年底前竣工交付使用。

虹湾路是彩虹湾“三横”(安汾路、虹湾路及三门路)“两纵”(凉城路及水电路)路网格局的重要组成部分,建成后,不仅能够基本满足彩虹湾一期交付使用后居民的交通出行需求,也将从根本上解决彩虹湾四幅地块的市政管线配套需求。

嵇丽娜

穿行城市“绿色隧道”

本区 3 条道路入选林荫道榜单

本报讯 近日,2013 年“上海市林荫道”名单正式公布,本区甜爱路、丰镇路、曲阳路皆“榜上有名”。

新晋的 3 条林荫道中,景观各具特色,既有水杉林立的甜爱路段(四川北路至甜爱支路),也有悬铃木、香樟、广玉兰共同妆点的曲阳路段(中山北二路至四平路)……绿树掩映、华盖如伞,行道树仿佛营造了一条条“绿色隧道”,为来往的路人们遮荫降温。

据悉,林荫道的形成是个长期过程,对景观面貌、养护技术、景观协调等具有综合考量。今年林荫道的树种评定,由去年 4 种增加到了 10 种,绿荫覆盖率达人行道及非机动车道的 90%以上,道路长度不短于 500 米,渐渐提升了路面生态性及观赏度,而经认定、命名的林荫道,沿街树木还将成为“城市风貌保护物”。

谢智君



预防褥疮减压“透气”

卧床病人夏季护理 7 注意

对卧床病人来说,夏季是最煎熬的季节。因天气炎热出汗多,皮肤经常受压、潮湿,加上自行翻身困难,局部皮肤长时间压抑导致血液循环障碍,持续缺血、缺氧,极易造成褥疮的发生。而且,夏日细菌繁殖快,如出现褥疮,细菌进一步感染,便会引发更严重的疾病。那么,如何避免卧床病人发生褥疮,顺利度过炎热的夏季呢?

1、保持室内空气流通,温度在 22—25℃最佳,湿度在 50—70%为宜。

2、保持床单平整、无褶皱、无渣屑、清洁、干燥,及时拉平床单和病人衣裤。

3、保持皮肤干燥,随时擦汗液。穿着选择透气、吸汗棉质衣料。每次更换尿布时,用清水清洁会阴部,减少排泄物刺激皮肤。擦身后,用干毛巾擦干身体水分,特别是皮肤皱褶处。

4、经常鼓励和帮助病人翻身,动作轻而稳,可每 2 小时翻身一次,翻身时避免拖、推、拉等动作,以防擦伤。翻身后至身体空隙处垫软枕、海绵垫,禁止使用气圈、橡胶圈。研究表明,气圈会使局部血液循环受阻,造成静脉充血与水肿,妨碍汗液蒸发而刺激皮肤,使受压处皮肤发生褥疮。长期卧床、翻身困难的病人,可铺上专门的气垫床。

5、使用便盆时,家人要用手抬高病人臀部,以防擦伤,便后用温水清洗,切记不可用破损的便盆。

6、改善全身营养状况,保证充足营养。若无疾病限制,可多补充蛋白质、维生素 C 等。含蛋白质较高食物包括豆类、肉类、乳类、蛋类、鱼虾类等,含维生素 C 较高食物包括水果(如枣、橙类、猕猴桃等)蔬菜(如草头、辣椒、西红柿等)。

7、仔细观察受压部位皮肤情况。如呈红色,则应缩短翻身时间,增加翻身次数。一旦发生褥疮,应及时到正规医院接受治疗,并进行康复训练。

虹口区疾病预防控制中心专栏(36)
电话总机:65859999 网址:www.hkcdc.sh.cn
地址:长阳路 197 号 邮编:200082

“和风”论坛在欧阳路街道举行

本报讯 8 月 27 日,由区委组织部、欧阳社区(街道)党工委主办,区党员服务中心、欧阳社区党员服务中心承办的“和风”论坛第二十三讲在欧阳社区综合服务中心举行。

论坛特邀市物协特聘物管专家黄友健作了主题为“家庭婚姻涉房法律知识”的讲座。黄友健结合具体案例,以通俗易懂的方式,讲解了《婚姻法》、《继承法》和《物权法》的基本内容。

全区各基层党员服务中心代表、各社区居民、“两新”组织党员代表等 100 余人参加了本次论坛。

张雯理

广中为失独老人提供健康体检

本报讯 日前,广中社区计生协会联手社区卫生服务中心共同为 60 岁以上失独家庭成员提供以“亲情服务,健康关爱”为主题的身体健康检查,共有 45 名失独家庭成员参加了此次健康体检。

失独家庭成员分为五组有序进行血、尿、常血糖规、生化、超声波、胸部摄片、心电图等九项内外科项目检查。检查中,志愿者和医生热情、耐心地回答着问题,让失独家庭成员倍感温馨。有位郑女士长期以来肺部不好,这次体检中医生专门多角度、多方位地为她做进一步的摄片检查,使郑女士非常感动。在检查过程中,失独家庭成员互相关心、互相照顾。大家都主动提出让年龄较大的居民先检查。接受健康检查的失独家庭成员纷纷对政府的关心表示感谢。

据了解,9 月初,广中社区卫生中心将为参检人员提供体检结果咨询指导,为失独家庭成员建立健康档案,指定家庭医生与他们签订健康服务协议。

广 宣

凉城秀苑小区健身步道启用

本报讯 8 月 26 日,百姓健身步道启用仪式在凉城新村街道秀苑小区举行。

据了解,这条建在小区里的健身步道全长达 450 米,由合成塑胶铺成,其平整度、色泽度均达到了跑道的性能标准。前来体验健步走乐趣的居民纷纷称赞,“以前的路比较滑,现在的路一点也不滑,走路锻炼都非常方便。”如今小区里有了健身步道,也让居民们多了一处科学安全的运动场地。

区体育局表示,将结合绿地、公园改造,在“十二五”期间建造 11 条百姓健身步道,进一步满足市民的健身需求。

张雯理

提篮举办“凝聚正能量,编织提篮梦”宣讲活动

本报讯 日前,提篮桥社区党建二中心在提篮社区文化中心举办了一场主题为“凝聚正能量,编织提篮梦”的主题宣讲活动,邀请了 150 多位社区居民参加。

宣讲活动由 6 位普通的社区居民带来各自的主题演讲。兰村社区居民林红讲述了老上海人的旧改梦、新上海人张德成讲述新上海人的创业梦、三联社区居委干部毛阿婆谈了自己对社区工作的热爱和奉献、大学生社区干部讲述青年社区工作者的社区梦……

老中青三代社区居民从不同的角度出发,分别讲述他们自己的“提篮梦”,让很多居民倍感亲切。

季佳璐



开学“书市”欢乐多 阵阵书香飘商城

本报讯 开学在即,8 月 28 日,凯德龙之梦虹口店开展了“以书易书”系列活动,吸引了不少学生群体驻足。

为期 7 天的“YOUNG 书市”,将把所换得儿童类书籍,作为公益慈善项目的部分物资,捐赠予贫困学生,使“分享”更具社会意义。据介绍,此次书市还推出了儿童画册、畅销网络小说、诗集以及经典名著等十大类书籍,其中文学类作品最受关注。

谢智君

两类退休人员增加养老金

9 月起发放,补发金额由三部分组成

本报讯 近日,市人保局发出通知,将对今年办理“城保”手续的人员,在按照现行规定办法计发基本养老金的基础上,再补充计发基本养老金。同时,对今年办理“镇保”手续的参保人员,增加养老金。

记者在江湾镇街道社区事务受理中心看到,已有市民前来了解此次补发金额的具体情况。据了解,补发的基本养老

金由三部分组成:第一部分,每人每月发给 195 元,再按本人缴费年限每满 1 年发给 3 元;第二部分以本人的月基本养老金和第一部分发的月基本养老金为基数,乘以 4%补发;第三部分为每人每月再统一发 50 元。补充计发金额将从本人实际领取养老金之月算起。

江湾镇社区事务受理中心工作人员还告诉记者,今年养老金发放调整的情

况针对人员是指 2013 年 1 月 1 日至 12 月 31 日期间,办理申领城镇企业职工基本养老金手续的人员,其中也包括小城镇社区办理退休的人员。

此外,针对今年申领“镇保”手续的参保人员,每人每月再增加 160 元养老金。社保经办机构将自 9 月底起,通过相关银行、邮局发放到今年已经领取养老金人员的账户中。

何 婕

串百家门 暖百家心

——记提篮桥街道逢源居民区党支部书记、居委主任许玉萍

提篮桥街道逢源居民区党支部书记、居委会主任许玉萍在社区岗位上工作已有十几年来,积累了丰富的工作经验。她常说:“世上无难事,只怕有心人。面对千头万绪的社区工作,只要肯用心去钻研,真心为民办实事,困难自会迎刃而解。”秉持着这一理念,她带领居委干部们串百家门、暖百家心,不断推进居民自治,为居民解难帮困,赢得了大家一致的认可。

攻坚克难促选举

许玉萍刚调任至逢源居民区任党支部书记时,居民们听说新书记上任,便纷纷向她反



映水质浑浊的问题。许玉萍当即来到实地考察,发现部分水管已锈蚀,水不停地往外渗。而由于业委会尚未成立,致使业主的维修基金全部冻结,水管改造工程无法进行。

要想解决水质问题,就必须先成立业委会,于是,许玉萍立马着手开展业委会换届选举工作。可谁料,她才开始筹备就遭遇到了业主们的不理解,大部分业主对业委会的换届改选持观望与冷漠的态度,甚至有个别业主排斥居民区党支部对换届工作的领导。在困难面前,许玉萍没有退却,她召开了公寓党小组专题会议,统一党员思想,明确责任,由居民区党支部负责牵头协调工作,房地办严格把好程序关,物业公司做好服务工作。为了做通业主们的思想工作,许玉萍带领居委干部上门走访,耐心地听取业主们的想法,并细致地向他们宣传解释,希望大家以全体业主利益为重,做到求大同存小异。在她的努力下,业主间的分歧逐渐减少,原本观望的业主也都被带动了起来,业委会换届选举投票大会如期进行,278 位业主全部参与了投票,成功完成业委会换届工作,借此也解决了水质浑浊的难题。

关爱外来人口促和谐

逢源居民区是个老城厢社区,租住在此的外来人口也特别多。如何加强对外来人口的管

理成了许玉萍重点研究的新课题。通过走访了解,她拟定了一份“告新居民书”,分发到每户外来人口家中。在“告新居民书”中,居委会对新居民的人住表示欢迎,向他们宣讲卫生文明方面的要求,并注明了居委会的地址电话,便于他们遇到问题时可以及时联系。

此外,针对外来妇女文化素质普遍不高的问题,许玉萍定期举办健康培训或者心理培训讲座,既提高了她们的文化水平,又拉近了居委干部和她们的距离。每年,许玉萍都会举办“庆六一”活动邀请外来小朋友一起参加,还送给这些小居民们送上了精心准备的小礼物。暑假期间,许玉萍还会组织文教干部为外来小朋友们安排各类文娱活动,让他们过一个快乐充实的假期。

她说:“外来人口也是我们社区的一份子,我们应该尊重他们、关心他们,帮助他们融入社区。”在许玉萍看来,不管你来自哪里,住在一个居民区就是一家。

关怀特殊人群送温暖

老年人一直是社区重点关心和爱护的对象,然而,有一群人,他们平均年龄都在 50-60 岁,未婚、单身、父母去世,又没有孩子,孤单一人住在社区中。细心的许玉萍留意到了这群单身独居的中老年人士,逢年过节,她都会带领

居委干部们一起上门看望他们,端午送粽子,炎夏送冰镇饮品,让这一特殊人群也能感受到社会大家庭的温暖,从而缓解他们的孤单感和寂寞感。

爱心传递,为了回报居委干部们的关怀,如今,这些单身未婚的居民纷纷加入了社区志愿者队伍中,成了社区管理和建设的中坚力量。2012 年 8 月,强台风“海葵”来袭,逢源辖区内的居民楼房几乎家家进水,光靠几个居委干部根本应接不暇。此时,这些志愿者们便挺身而出,他们背沙袋、垒砖块,帮助行动不便的老人平稳度过了这次台风灾害,为逢源社区的安定和谐做出了贡献。

这十多年来,许玉萍真抓实干,社区里的每一个难题她都不放过,努力做到让每一户居民都满意。虽然忙碌,但她从不说辛苦,她笑说:“居民们是我的亲人,为自己的家人办事,肯定得尽心尽力,当然也无怨无悔啦。”

许晓云 杨琳



江湾举办“梦的翅膀”少儿才艺展示

本报讯 日前,江湾镇街道第四届社区文化艺术节“梦的翅膀”少儿才艺展示在江湾镇社区文化活动中心举行。演出吸引了大量小朋友前来观看,此次演出还邀请了少儿广播合唱团前来助兴演出拉丁舞,为才艺展示活动拉开序幕,小朋友们专业的舞姿令在场的观众连连拍手。

之后的才艺表演节目不仅有古筝弹奏,扬琴独奏,还有动感的草裙舞,洁源居委的陈旺小朋友一曲《我相信》男声独唱把演出推向了高潮,大家都随着他的节奏为他鼓掌。不少小朋友的表演都颇具“小明星”的风范。

王晓松

川北举办社区家庭亲子创意嘉年华

本报讯 日前,“味全创意季,全家赛健康”社区家庭亲子创意嘉年华虹口专场在四川北路中信泰富广场举行,活动邀请了四川北路街道辖区内 40 余组家庭前来参加。

每一组受邀家庭参与现场各项亲子游戏活动,每完成一个项目,可在下发的活动护照上获盖一个图章。活动结束后,各家根据护照上所盖印章数,可兑换小礼品。主办方组织了 4 个亲子互动活动和趣味问答知识题,邀请到场的家庭上台参加互动的游戏。各类小游戏套环、扔沙包、捏橡皮泥等游戏让大人小孩都玩得趣味十足,观众也看得笑声不断。

夏祺清