

## “三新”勾勒江南文旅新地标

(上接1版)

她见证了老街从规划到建设的每一步,盼着开街后,老房焕新颜、街巷变规整,家门口能有休憩空间、便民设施,重拾邻里串门闲谈的热闹。

这也是老街所有居民的共同心声,大家盼着借焕新之机,让日常起居更便捷,让老街的烟火气重新升腾。

在老街的保护提升中,工作人员多次与居民深度沟通,倾听诉求、吸纳建议,在古建修缮、业态布局中充分考虑居民生活需求。同时,老街的发展还能居民提供不少新的工作岗位,“家门口就业”也让居民们有了新的期待。

“守护历史财富,传承千年文脉,更要让居民过上好日子。”新滕镇相关负责人表示,老街建设始终坚持以人为本,一期开街后,在打造文旅打卡地的同时,还将持续提升宜居度,“老街烟火气里不仅要有游客的欢声笑语,更要有居民的幸福日常。”

## 洪合毛衫人“闲不下来”的春天

(上接1版)

她观察到,如今的毛衫早已不止用于秋冬御寒,更成为四季穿搭的一部分。薄款针织衫的流行,新型合成纤维等材质被广泛应用,使毛衫更适合春夏穿着。从业近20年,姜国琴深知传统毛衫企业常面临“秋冬忙、春夏闲”的局面,现金流和产能波动大。“我就想做到淡季不淡,全年运营,闲不下来。”她说。

她同时发现,订单趋势也在变化。“以前一单就是几万件,现在几百件、几十件的单子越来越多。这要求我们反应更快,设计能力更强,否则很容易被淘汰。”在她看来,流行趋势就藏在和客商、买手、主播的每一次交流中,“只要把年轻女装这个品类做细做精,路就会越走越宽。”

## 秀洲本土企业手握“爆款”再出发

(上接1版)

更值得期待的是,今年6月,占地面积31.6亩、总投资2亿元的宝家洁产业园将建成投用,这个超过6万平方米的现代化产业园区计划组建仓储物流体系,并特别规划了3000平方米的快递物流集包工厂,同时将整合上下游产业链,建设自主制造工厂,成为集研发、制造、仓储、物流于一体的智能工厂。

扎根秀洲的宝家洁,正以稳健的步伐勾勒本土企业向新向上的成长图景。“电子商务是数字经济的重要组成部分及推手,我们有信心提升未来发展的能级,为秀洲经济高质量发展作出新的贡献!”千金林说。

# 将“健康第一”理念融入办学全过程 王店镇中学打造国字号健康校园样板

■记者 沈洁 通讯员 蒋晨晨

本报讯 在日前闭幕的全国两会上,“健康第一”成为代表委员们口中的高频词。围绕“健康第一”理念,教育部明确两项规定将在全国推行:保障“课间15分钟”、确保“每天体育活动2小时”。

早在2023年,秀洲区王店镇中学就被教育部列为首批全国健康学校建设单位,将“健康第一”的理念融入办学全过程,打造国字号健康校园样板。

多年来,王店镇中学始终坚持“健康第一”的理念,围绕环境、营养、视力、运动和心理健康等要素打造“五大健康工程”,形成了一套科学的管理体系,全方位呵护青少年的身心健康。

春和景明,王店镇中学校园里绿意盎然,道路、景观、楼房、墙面等处的设计匠心独具,“每一个都出彩”的办学理念被融入校园自然和人文景观。学校紧抓体质提升核心,开齐开足体育课程,创新大课间与“课间15分钟”微运动形式,确保学生每日

校内体育活动超过2小时,同时开设多个体育社团、举办各类赛事,校园体育文化蔚然成风。

“校园文明劝导”“校园环境巡查”“文明就餐督查”“天桥有序排队”——王店镇中学开辟了多个有趣的实践岗位,每周由一个班级负责对全校学生的食堂就餐排队情况和校园环境卫生情况进行全方位检查与监督,在维护校园环境的同时,让“劳动最光荣”的理念植根于学生心田。

在“五育融合”的实践中,学校亮点纷呈。劳动教育课上,学

生参与校园劳动,体验农耕、烹饪;美育课程涵盖书法、数字媒体艺术等,文化艺术节、书画展等活动丰富多元;视力保护方面,“睛控驿站”正式启用,护眼仪、视力实验器具一应俱全,常态化视力筛查与护眼教育引导学生养成良好的用眼习惯;心理健康工作构建起“全员筛查、个性辅导”的完整体系,专职心理教师授课,联合专业医疗团队开展咨询,守护学生阳光心灵。

此外,学校严把食品安全关,落实校长陪餐、家长监督制

度,打造健康膳食环境;通过健康主题班会、专家讲座、家校联动等形式开展健康宣教,让科普知识入脑入心;更打破唯分数论,将健康素养、运动习惯等纳入综合素质评价,设立“健康班级”“健康之星”,强化全员健康育人意识。

坚持“健康第一”理念,王店镇中学以“五育并举”、多元融合的育人模式,让学生在运动中强健体魄、在实践中锤炼品格、在呵护中快乐成长,让“每一个都出彩”的办学理念落地生根。



感受春天

日前,参加秀洲“三馆”小小体验官活动的孩子们走进秀湖公园,在湖畔徒步后,领取“春天色卡”和“春天触感卡”两张任务卡,在寻色与触摸间真实地感受春天的模样。

■通讯员 罗建慧 摄影 记者 王蓉

## 一贴一灸,秀洲中医为脾胃“护航”

■撰文 钟淑婷 白羽

昨天,秀洲区人民医院中医传统疗法中心内,市民戴女士正在接受脾胃贴敷调理。“这段时间总觉得胃胀,晚上躺着都不舒服,连觉都睡不好,听说这里有穴位贴敷,特意过来试试。”戴女士的困扰,正是初春不少市民的共同烦恼。

入春以来,秀洲区人民医院中

医科内,因脾胃不适前来就诊、调理的市民明显增多。为何脾胃不适合集中“找上门”?秀洲区人民医院中医科兼康复科主任杨群月解释说,春节期间不少人饮食油腻、摄入过量,导致脾胃运化负担加重、功能紊乱。加上初春乍暖还寒、昼夜温差大,部分人过早减衣,腹部易受凉,多重因素叠加,更容易引发腹胀、胃痛、食欲不振、腹泻等问题,部分市

民还会因“胃不安”导致“寝不宁”。他特别提醒,“春捂秋冻”在此时尤为重要,做好腹部保暖能有效减少脾胃受凉风险。

针对春季脾胃问题,秀洲区人民医院中医传统疗法中心专门推出穴位贴敷、葫芦灸、隔姜灸等特色疗法。“穴位贴敷不是简单贴膏药,而是用中药为脾胃‘打地基’。”杨群月介绍,贴敷膏方由医护人员手工自制,

精选陈皮、制延胡索等道地药材,研磨调制成温和药膏,精准贴于中脘、神阙、足三里等关键穴位。“就像给脾胃加个暖宝宝,尤其适合贪凉、食积后腹胀、胃痛的人。”杨群月说。

在临床调理中,脾胃贴敷常与葫芦灸、隔姜灸等搭配,医护人员会根据患者的具体情况,灵活组合调理方式,适配不同市民的脾胃调理需求。葫芦灸主打“深度温补”,该

疗法以天然葫芦为灸具,利用其“聚热不散、温润如玉”的特性,内燃陈年艾绒,施灸时温热之气穿透皮肤,作用于腹部关键穴位。一位胃部冷痛的中年患者,灸完后浑身暖和,胀满感消失,坚持5次后,消化状态有了明显好转。“艾灸的温热感,就像给身体来一场阳光浴。”该患者说。

杨群月介绍,医院的脾胃调理特色疗法均由专业医师辨证操作,

贴敷时长会根据成人、儿童的皮肤耐受度灵活调整,全程操作温和,适配不同年龄段市民。眼下正值春季脾胃调理的好时节,除了借助专业的中医特色疗法,日常养护也同样重要。春季仍要遵循“春捂”原则,做好腹部保暖,避免受凉;饮食上以温软、清淡为主,减少生冷、油腻食物摄入,保持规律饮食作息,呵护脾胃健康。

讲文明树新风 公益广告

秀洲 | 秀水泱泱 南湖之梦

浙江有礼 礼润秀洲

# 共建文明城市 建设美好家园

中共嘉兴秀洲区委宣传部  
嘉兴市秀洲区文明办 宣

《葵花朵朵向太阳》孟娣玲作