我区投放8.1万余套“午休躺睡”设备

让孩子们在学校里舒适地午睡

关心下一代 护苗共成长

临平三小老师留班管理学生午休

临平二小新校区学生舒心躺睡

运河小学学生在音乐教室午睡

本报讯（通讯员 张培培 沈怡飞 记者 杨荣）抬起课桌倾斜至45度，拉出隐藏在椅子下方的脚踏板，再轻按椅子右侧的按钮，身体就可以顺着椅背向后靠……午休铃声一响，临平第三小学昌达校区的学生们像变魔术一样，把普通的课桌椅变成了可以躺着睡的“午休床”。

今年秋季新学期，新建的临平第三小学昌达校区迎来首批学生。为了给学生提供更舒适的午休环境，学校在开学前就采购了一批躺睡课桌椅，并定制了遮光窗帘、安装了新风系统，让孩子们都能享受家一般的舒心午休。

学生中午在学校睡得好不好，一直是社会关注的焦点。近年来，我区一直探索实践改善午休条件，让学生们的午休从“趴睡”转为“躺睡”。据悉，我区去年采购了2000套躺睡设备，在临平第三中学、临平第五中学、星华实验学校开展“午休躺睡”试点工作，受到了学生、家长的欢迎。今年，临平加大“马力”，推动“午休躺睡”工程增点扩面。截至目前，我区38所中小学已投放了8.1万余套躺睡设备，基本实现了小学“午休躺睡”全覆盖。

“我们采购的设备既有躺睡课桌椅，也有午休垫、折叠床等，这要根据每所学校的实际情况来定。”区教育局相关负责人表示，“午休躺睡”对于教室的空间面积要求较高，部分学校充分利用舞蹈教室、音乐教室、体育馆等场地放置午休垫、折叠床等。只需稍加布置，这些场所就能变成温馨的午休室。

为了让学生睡得好、睡得香，临平不少学校还有自己的小妙招。比如，临平第三中学在学生睡前播放轻音乐，运河小学在午休垫上设计了头枕，星桥第二小学给孩子们每人配备一个茉莉花香包，让孩子们能够伴着花香入眠。

“对于正处身体发育关键期的中小学生来说，有个能舒心躺睡的午觉很重要。我们将积极创造条件，引导学校因地制宜推进学生躺睡工作，让每一个孩子都能在舒适的环境中快乐健康地学习与成长。”区教育局相关负责人表示。

聚焦“完整睡眠” 创造更美好生活

本报讯（记者 杨荣 通讯员 张家晖）近日，宜家杭州举行2025新财年媒体见面会，并发布新财年商业主题“完整睡眠”。新财年，宜家杭州将继续秉持“家 因你而生”（Make Home Happen）这一品牌定位，围绕“完整睡眠”，给本地消费者带来优质、美观、实用、低价和可持续性的睡眠产品及解决方案，为人们打造舒适的睡眠环境，为更美好的居家睡眠生活创造更多可能性。

活动现场，宜家分享了对消费者睡眠需求和期待的洞察，深度诠释了宜家关于“完整睡眠”的核心主张，并围绕六大睡眠要素积极探寻解决方案，为消费者创造更多提升生活品质和增加幸福感的可能性。

据悉，2025财年宜家通过近2800款精心打造的睡眠相关产品，提供了涵盖从卧室到客厅，包含床垫、床罩、灯饰、卧室收纳等产品的全方位睡眠解决方案，其中超400款为新品。同时，宜家特别关注中国市场消费者的独特需求，特别设计并开发了10多款专为中国市场设计的睡眠产品。如广受好评的三折叠椰棕床垫，不仅符合国人的睡眠习惯，还以亲民的价格赢得了市场的热烈反响。

宜家中国表示，2025财年将继续加大对中国市场的投资力度，计划投入2.73亿元人民币，重点推出超过500款价格更为亲民的产品，特别是在睡眠相关品类上，如床垫、床架、卧室纺织品、卧室收纳等产品，力求让每一位顾客都能享受到宜家带来的高性价比睡眠解决方案和服务。

宜家杭州市场经理李娟透露，随着新财年商业策略的深入实施，宜家杭州已经取得了一定成效，门店人流量较去年同期实现了6%的增长。她表示：“宜家杭州将持续关注本地市场变化，不断推出符合消费者需求的新品与服务，同时优化购物体验，让顾客在宜家不仅能够找到心仪的家居产品，更能感受到家的温暖与幸福。”

展望未来，宜家杭州将以“完整睡眠”为引领，继续探索更多提升居家生活品质的方式、解决方案、餐饮食品和服务，让顾客的家居生活变得更美好。

月饼里加薏米、山药、茯苓、芡实……美味养生轻负担

医院研制药膳月饼颇受青睐

本报讯（记者 方祎）月饼是中秋节必不可少的食品，但市面上的月饼大多糖分、油脂含量高，不宜多食。最近，区中西医结合医院东湖分院“逆流而上”，跨界做起了广式药膳月饼。那么，这月饼里头又有什么门道呢？记者对此进行了探访。

上午9点，在区中西医结合医院东湖分院食堂内，糕点师傅正赶着在午饭前制作出一批药膳月饼。其中最关键的一步，就是在饼皮里加入研磨成粉的薏米、山药、茯苓和芡实。这四味中药材具有健脾胃的功效，是药膳月饼“食用轻负担”的秘诀所在。负责人告诉记者，食堂现做现卖的药膳月饼是最近院内的“当红产品”。“外面市面上的月饼虽然花样多，但担心吃多了会影响血糖、血脂，这个药膳月饼比较健康，吃得放心。”后勤部工作人员郁虹经常把月饼打包当作下午点心。

为什么会有制作药膳月饼的想法？区中西医结合医院东湖分院中医科主治中医师张松菁从专业角度给出了答案，“秋天到了，天气转凉，也变得越来越干燥，很多人会出现脾胃虚弱的症状。传统月饼相对来说对脾胃造成的负担比较大，所以我们中医科就根据药食同源的原理进行了研制。”

据了解，中医科通过和院内食堂对接，反复调整药材与食材配比，不断改进口感，前后历经半个月时间，最终在十余个试验品类中敲定了五仁、紫薯、豆沙、凤梨四种口味。供应一个月以来，食堂已售出药膳月饼近800个。

“今年制作的是广式月饼，明年可能会尝试做一下苏式月饼。”张松菁表示，接下来，他们还将通过中医药文化进机关、进社区等活动，尽可能让更多辖区居民也能享受到美味又养生的药膳月饼，同时进一步传播中医药文化，提升居民的认可度与满意度。

点燃运动激情 共享运动乐趣

三人男子篮球国手走进亭趾实验小学

本报讯（记者 杨荣）随着2024年巴黎奥运会落幕，中国体育健儿的卓越表现再次点燃国人的体育热情，其中，三人男子篮球运动员赵嘉仁以其精湛的球技和坚韧不拔的精神赢得了广泛赞誉。为了传承奥运精神，推动校园体育文化发展，近日，赵嘉仁受邀走进亭趾实验小学，与学生们零距离互动，共享运动乐趣。

训练场上，赵嘉仁耐心地向孩子们传授篮球基本功，从运球、传球到投篮，每一个细节都力争完美。他鼓励孩子们要敢于挑战自我、突破极限，用汗水和努力浇灌篮球梦想。同时，赵嘉仁还分享了自己参加奥运会的经历和感受，让孩子们深刻感受到体育精神的内涵和力量。

“我的梦想是成为国家篮球队的一员，虽然很难，但我热爱篮球，愿意为了目标去刻苦训练、去努力奋斗，相信只要坚持不懈，一定能实现梦想。”学生王瑾萱说。

据了解，亭趾实验小学以“传承文明、智慧启航”校训为依托，以“姚虞琴文化”为切入点，以各项活动为载体，倡导“让师生健康快乐共成长”。“篮球作为学校的特色体育活动，深受学生的喜爱。为了培养孩子学习篮球的兴趣，学校持续开展一二三年级篮球进课堂活动，在中高年级段成立了校女子篮球队，并持续开展‘校BA’篮球联赛，为学生提供一个展现自己的舞台。”亭趾实验小学相关负责人表示，通过此次篮球国手进校园活动，希望在传递榜样力量的同时，点燃同学们的运动激情，享受运动带来的快乐。

关于公开征集2025年临平区民生实事项目的公告

为认真贯彻落实党的二十届三中全会精神，深入践行以人民为中心的发展思想，更好地谋划2025年临平区民生实事项目，即日起面向社会各界公开征集2025年临平区民生实事项目。请广大群众踊跃参与，提出您最关切、最希望政府办好的民生实事。我们将认真考虑您的建议，按照有关程序，统筹确定一批实事项目，并努力把民生实事办得更实更好。

一、征集时间

自公告之日起至10月14日。

二、征集内容

民生实事项目以惠及广大群众为出发点，为群众关注度高、社会覆盖面广、民生关联度大的项目。主要包括医疗卫生、就业创业、文化教育、健康体育、扶贫济困、养老托幼、食药安全、城乡宜居、城市管理、交通出行、平安稳定、便民服务等与群众生活、生产密切相关的领域。

三、征集要求

1. 全局性，项目应紧紧围绕保障与改善民生，需要区级层面统筹推进。

2. 普惠性，项目应贴近市民群众生活，具有惠及面广、受益面大、社会效益显著等特点。

3. 可行性，项目要符合当前我区经济社会发展水平，财力可以承受。

4. 可操作性，项目能在当年实施、当年完成、当年见效。

四、征集方式

1. 网上征集：发送电子邮件至3574381618@qq.com。

2. 书信征集：寄送至临平区南苑街道人民大道656号区融媒体中心全媒体采访部，请在信封上注明“实事征集”字样。

3. 热线电话：区融媒体中心新闻热线0571-86126000。

请参与者提供真实姓名、联系电话，以便沟通联系。

特此公告。

杭州市临平区人民政府

2024年9月14日

扫描识别二维码，获取临平区政府2025年民生实事项目征集表