

高校专家与大中小学教师“头脑风暴”

临平多举措构建新时代思政教育体系

本报讯（通讯员 沈徐玮 沈怡飞）近日的一天，星桥第二小学教师白玉婷早就到了学校，迎接一群志同道合的“大小朋友”。当日，临平区评价赋能大中小学思想政治教育一体化研讨活动在星桥二小举行。来自浙江大学、浙江理工大学、杭州科技职业技术学院等高校的专家学者，浙江省教育厅教研室的相关负责人、临平33所“弘临思政学院”试点学校的分管负责人齐聚一堂，与临平各中小学校的教师交流思政课程改革经验、分享最新研究成果，通过“头脑风暴”进一步

推动新时代学校思政教育一体化的创新。

活动现场，来自临平第二小学、乔司中学、临平商贸职业高级中学、杭州科技职业技术学院的师生从临平特色杭缙出发，以“一根丝线、一件成衣、一条丝路、一场革命”纵向贯穿，展示了小学、初中、高中、大学思想政治教育一体化课堂教学成果，让与会嘉宾切实体会到临平区思政教育的多样性和创新性。

星桥二小还展示了各年级思政实践作业成果及阶段性非纸笔测试活动，让思政教育在校园里“活”起来。

“依托一种元素，老师们根据不同学段学生的认知、专业能力作了明确的教学区分，是非常好的思想政治教育一体化实践。”浙江大学马克思主义学院老师田佳禾评价道。

此外，星桥二小校长分享的“三项一表一册一平台”综合评价体系和临平一中研发的“三圈环流”初中生公民素养培育模式，也得到在场专家的一致认可。

近年来，临平积极打造“弘临思政学院”品牌，通过一体化布局、组建思政教育共同体联盟、开

展各类思政教育活动、整合校内外教育资源、实施大思政教师培养计划、开发特色课程等举措，逐步构建起具有临平特色的思政教育体系。

“我们希望优秀试点学校的有关经验做法，以及高校、省市教研专家的指导，能为临平各学校思政教育评价工作带来启迪。我们也将以此次活动为契机，持续推动各学校开展课内课外、校内校外全方位、全过程的思政教育，为培养新时代青少年贡献临平力量。”临平区教育局相关负责人表示。

挺膺担当砺青春 蓄力前行启新篇

我区新录用公务员和事业人员初任培训班结业

本报讯（记者 杨荣 通讯员 胡王倩 陈秀萍）近日，临平区2024年度新录用公务员和事业人员初任培训班在市委党校临平区分校落下帷幕。本次培训紧紧围绕贯彻党的二十大精神 and 习近平新时代中国特色社会主义思想这一核心主题，旨在筑牢新录用人员的信仰之基，全面提升其履职能力。

学员季缘秋表示：“这次培训课程安排系统科学，内容充实丰富，提高了我的理论水平和思想觉悟，锻炼了我的思维创新和语言表达。在区情调研观摩中，我充分感受了临平经济高质量发展的辉煌成就，进一步激发了我们干事创业的激情和热情。”

培训班的结业，不仅标志着一段学习成长之旅暂告段落，更是新起点、新征程的开始。学员们将怀揣所学知识

与履职技能，以饱满的热情和坚定的信念投入到工作实践中，为高水平建设“数智临平品质城区”、谱写中国式现代化临平新篇章贡献自己的青春力量与智慧。

健康义诊宣教双管齐下

浙大二院临平院区开展心梗救治日与慢阻肺病日活动

本报讯（记者 杨荣 通讯员 黄洁菁）11月20日是第十一个“中国心梗救治日”。为深化公众对心梗防治的认识，并推广急性心梗标准化治疗方案，当天上午，浙大二院临平院区开展心梗救治日健康义诊宣教活动。

义诊现场，医护人员为大家科普急性心肌梗死及心血管疾病的预防常识，并为市民提供免费的疾病咨询、健康宣教及规范用药指导。同时，来自医院肾内科、内分泌科等多个科室的专家，也为市民提供了个性化的健康咨询服务。

“通过今天的活动，我深入了解了心梗的相关知识，学会了如何在身体出现异常时及时发现问

题。”市民朱先生说。

演示心肺复苏操作，并详细讲解每个步骤的要点及注意事项。通过一对一的人体模拟教学演练，帮大家直观了解和学习如何在突发情况下进行有效的急救。

值得一提的是，当天也是第23个世界慢性阻塞性肺疾病日（简称慢阻肺病），主题为“知道你的肺功能”。为了提升慢阻肺病患者及其家属对规范化治疗的重视程度，浙大二院临平院区同步开展慢阻肺病义诊活动，不仅提供免费的血压监测和肺功能检查服务，还耐心解答患者关于慢阻肺病诊治及预防的疑问，并提供合理的诊疗建议。

浙大二院临平院区呼吸内科主任、主任医师沈林峰介绍，慢阻肺病作为最常见的慢性呼吸道疾病，具有高患病率、高死亡率和高疾病负担的特点。“即便个体当前未表现出明显症状，但只要年龄超过40岁并有长期吸烟史，都应积极接受肺功能检测，以便及早识别、介入并治疗慢阻肺，从而有效控制病情。”沈林峰说。



做冬腌菜盐必不可少



刚出炉的菜毛肉圆令人垂涎

少农户都会做起冬腌菜，天气虽冷，但“小时候的味道”重回舌尖，心里总归是暖洋洋的。

天气晴好，阳光照得人身上热乎乎的。一大早，东湖街道李家桥村村民杨大姐就在自家小院里忙开了。晾晒了一天后的长梗白菜被整齐摆放在一起，杨大姐麻利地将白菜底部的根削掉，再一层一层码到陶缸里，按比例撒入粗盐，重复操作几次，最后用重物把白菜压紧。“之后再加水没过白菜。放了盐，菜里面的水分也会析出来，缸里的水会越来越多，过三到四天，水就要舀掉一些，上面压的石头也要适当减轻。”杨大姐一面顾着手里的活，一面耐心地说，“压得太实的话菜软趴趴的，不好吃。天气热一点的时候一个礼拜就可以吃了，现在这天气大概需要发酵10来天，再冷起来就要半个月了。”

从小看着父母做，到结婚后自

己试着做，杨大姐做冬腌菜已经30多年了。如今，杨大姐在自家地里种了半亩白菜，每年从11月初开始做冬腌菜，把家里的几口腌菜缸填得满满当当的。做好的冬腌菜微微发黄，汁水饱满，口感鲜香脆嫩，用土法保存得当，一直能吃到过年。

“冬腌菜搭什么都可以，拌肉、烧笋、配毛豆都好吃的。不少人说我做得好吃，我也很开心，就像习惯一样，一年一年做下去。”杨大姐笑着说。

菜毛肉圆惹人爱

为迎接小雪节气的到来，这几日，塘栖古镇百年汇昌店里的师傅

正忙着制作菜毛肉圆。

走进厨房，便能看到一盆盆刹好的鲜肉和一碟碟整齐摆放的调味料。只见师傅先在盆内倒入盐和鸡精，将其与红的精肉、白的肥肉交融在一起，随之倒入处理好的糯米，将其混合在一起揉成球状，再放进盛

满糯米的盆里滚动，使糯米均匀地裹在外层。不一会儿，几十只菜毛肉圆整整齐齐地被码在蒸屉里，大火蒸煮30分钟后便出锅了。肉圆子上粘着的糯米如同珍珠，晶莹剔透，挑逗着人们的味蕾。

“外地游客到我们这里来，菜毛肉圆是必点的。我们本地人也很喜欢吃，过年办酒这道菜是每家每户必上的，老少皆宜。菜毛肉圆我们一年四季都在做的，天气转凉了，销量也慢慢上去了。”塘栖古镇百年汇昌店长叶水婷向记者表示。

据了解，菜毛肉圆是塘栖本地人逢年过节必备的菜肴，不仅因为它糯而不黏、香而不腻，更因其有着团团圆圆、吉祥如意的美好寓意。

“菜毛肉圆我每一年都要来买的，这边做的口感很好，家里人都喜欢吃。小雪到了，冬天也要来了，一家人围在一起吃，也有很好的寓意。”市民王先生说。

浙江有礼·和润临平



共倡公勺公筷 厉行粮食节约



临平区文明办