

# 街道搭建平台 白领用心共舞

记者 吴佳逸

“周六晚上排练吗？如果确定的话，那我把那天晚上的话剧票送人了，来排练！”“这是周日演出吗？那我不去跑马拉松了，来演出！”这是不久前，出现在静安寺街道“白领学院”的一个微信群里的聊天记录。

几年前，静安寺街道针对静安寺商圈的白领开设了一系列课程，只收取成本费用，就可以选择学习一项感兴趣的技能，诸如民族舞、芭蕾、口红DIY、瑜伽、绒线编织、书法、合唱、钢笔淡彩画、国画、剪纸等。以舞蹈类课程为例，每期课有6节，试图教会学员们跳一支舞。

2018年，白领学院总共开设了四期课程，共计59门课，全年共招募学员约15540人次，分为午间与晚间，今年新增亲子类课程，如人工智能、亲子绘本阅读。

近日，记者走进了民族舞的课堂，在课前采访了几位白领，听他们讲述在白领学院里的别样业余时间。

李娅四年前就开始在白领学院上课，她参加过读书会，上过口红DIY和瑜伽课，有过芭蕾舞基础的她这次选的是民族舞，而在接受记者采访的前一个周末，她作为“心舞团”团员之一，给市民诗歌节暨静安教育系统师生原创诗歌展演活动的诗朗诵表演伴舞，本文开头，几位白领放弃话剧和马拉松，也要来参加的正是这个演出。“心舞团”是在这些舞蹈学员基础上选拔而成的表演团体，今年还被评为“静安区优秀白领学习团队”。

在白领学院学舞，最后能入选“心舞



民族舞课堂

团”，李娅实力不俗，这也离不开她全身心地投入，有次上课前一天她还在旅行，第二天她“一下飞机就飞奔教室，终于赶上了课。”记者注意到，李娅是由妈妈陪着来上课的，细问之下，李娅笑着说：“我妈妈每次都陪我来的，她比我还认真，会在后面拍视频，回去我练习时，再帮助我纠正动作，我舞跳得好，离不开妈妈的指点。”

谈及来白领学院的初衷，王玲美说：“因为我们白领上班大多是久坐，来学一些瑜伽啊舞蹈啊，活动一下筋骨，对身体是很好的。”学了舞蹈后，她的收获不仅仅是“活动了筋骨”那么简单，她说：“在白领学院学会了我人生中的第一支舞蹈，这对零基础的我来说太有成就感了！”

“随着街道‘文化共同体’概念的提出，白领学院的‘办学’理念从服务白领转变为以文化引领青年白领融入社区。”街道社发办相关负责人如是说。

# 商圈育儿公益课堂 聚焦幼儿生病话题

记者 吴佳逸

发烧、腹泻、过敏，任何一个字眼都足以牵动年轻父母的心。11月9日，由静安寺街道主办的商圈育儿公益课堂第四讲，也就是最后一讲开讲，授课老师是来自中国福利会托儿所医务室的赵莹，题目为《发烧、腹泻、过敏，爸爸妈妈该怎么做？》

讲座伊始，赵莹便自我介绍她曾是一名医院急诊科的主治医生，由于想要多留出时间陪伴年幼的女儿，才辞职来到托儿所医务室工作，一席话，拉近了在座家长的距离。

讲座开篇聚焦“发烧”。孩子发烧，让父母紧张万分，但赵莹却说：“适度升高的体温可以增强免疫反应，抑制细菌、病毒等病原微生物的繁殖，降低病原微生物对人体的损害。”所以，发烧本身并不会产生器质性的伤害，而是人体的一种保护机制，“只要不是高热惊厥，都不用太紧张。”

赵莹还提到了许多降温的误区，“穿得多，让孩子出一身汗”是错误的，这样反而会让体温上升，“酒精擦身降温”也是大错特错，酒精擦身轻则过敏，重则酒精中毒。

关于感冒发烧，赵莹反复提及要“勤洗手”，而在座家长也很困扰，怎样才能让孩子有爱洗手的好习惯呢？赵莹：“我以前是名医生，回到家洗手就像我的‘职业病’一样，所以我女儿也算耳濡目染，很爱洗手。我觉得好习惯还是言传身教，力量大。”一席话，也让家长们频频点头。

在“腹泻”篇，赵莹提醒家长，在拿孩子大便去医院化验时，千万别拿纸包着，会

影响化验结果，建议用一次性杯子或塑料袋。

讲座的内容显然无法完全解答家长们的疑惑，讲座尾声，在座的家长一一提问，赵莹也作了详细解答。

## Q&A 答家长问

**问：我的孩子一到换季时候就过敏性咳嗽，医院里开了抗过敏的药，也吃了一段时间，我就想，每次发作都要吃吗？会不会有副作用？**

**答：**我建议在发作频繁时吃，但也不要长期吃。

**问：最近又听闻流感病毒大爆发，而医院的流感疫苗又告急，想问一下有没有其他预防流感的好办法？**

**答：**预防流感，除了疫苗，并没有其他药物。我建议，尽量不去游乐场等人群密集的地方，大人孩子都要勤洗手，室内保持通风。

**问：不管是大人还是孩子感冒，都容易传染给别人，我不知道戴着药店里买的薄薄的口罩有没有用，有没有其他防止传染的好办法？**

**答：**薄薄一层的口罩，只能罩住一些飞沫，而且口罩和脸之间还是有缝隙的，病菌无孔不入，还是会传染，所以这样的口罩其实并不能百分百保证不传染。如果有那种厚口罩，那效果肯定好很多，但太厚的口罩，戴得难受，很难坚持。我的建议还是室内保持通风，这样也能减少感冒的传染性。

## 社区文化活动中心 12月活动预告

### 国家非物质文化遗产独脚戏专场

时间：12月20日 下午14:00  
地点：文化中心203梦剧场  
演出单位：上海人民滑稽剧团

### “乡音和曲 沪韵绕梁” 静安寺社区沪剧专场演出

时间：12月18日 下午13:30  
地点：文化中心203梦剧场  
演出单位：静安寺社区静声沪剧团

### “越音袅袅 雅韵悠悠” 静安寺社区越剧专场演出

时间：12月28日 下午13:30  
地点：文化中心203梦剧场  
演出单位：静安寺社区越剧团

### 大声吟唱“改革开放40年” 静安寺社区朗诵艺术团朗诵会

时间：12月24日 下午13:30  
地点：文化中心203梦剧场  
演出单位：静安寺社区朗诵艺术团

### 长篇弹词《白蛇》选回

时间：12月9日上午9:00  
地点：211梨园  
演出单位：上海评弹团

### 长篇弹词《金枪》选回

时间：12月16日上午9:00  
地点：211梨园  
演出单位：上海评弹团

## 社区影院 12月排片表

日期	影片名称
12月6日	我不是药神
12月11日	钢铁侠2
12月13日	说走就走是不说再见
12月18日	复仇者联盟1
12月20日	前任的诱惑
12月25日	复仇者联盟2
12月27日	厕所英雄

放映时间：上午9:00、下午14:00

放映地点：210影视厅

参与方式：中心吧台每周五报名领票参与

(社区文化活动中心)

## 纠错有奖

欢迎大家来做“啄木鸟”

为提高报纸出版质量，本报特开通纠错渠道。如果您在阅读本期《社区晨报》时发现任何差错，可关注微信公众号“上海社区发布”并于后台直接留言，将您发现的差错发送给我们（注明报纸名称、所在版面、文章名称、差错细节，也可以直接发送报纸截图）。

如果您纠错正确，就可获得一份由报社特别准备的小礼品。另外，每月纠错最多、正确率最高的“啄木鸟”，还将获得最高200元的额外奖励。报纸纠错时限为正式出版后一个月内（以出报日期为准）。

特别致谢上月的“啄木鸟”：崔静宇、沈庆麟、沈振远、严志明、陈银凤、邵晓华、章学锋、徐俊培



扫描二维码关注“上海社区发布”

中国光大银行  
共享阳光·创新生活

### 光大银行最新理财产品信息

产品名称	期限	历史参考年化收益率	风险提示(本评级为光大银行内部评级,仅供参考)	起点金额	特点	产品特点	产品投向
光银现金A	按日计息	3.80%	适合稳健型以上客户购买	1万元	开放式净值产品	支持7×24小时本金实时赎回,每个交易工作日最晚申购时间15:15	主要投资于以下符合监管要求的固定收益类资产,包括但不限于银行存款、同业存单、货币市场工具、各类债券、货币市场基金、债券基金、质押式及买断式回购、其他符合监管要求的债权类资产等

温馨提示：理财产品过往业绩不代表其未来表现，不等于理财产品实际收益，投资须谨慎

## 房贷快贷 全新升级

光大房贷 有房快贷

**房产估值**  
在线输入房产信息，免费获知房产价值。

**在线录入**  
在线录入贷款信息，无需填制纸质材料。

**微信推送**  
订阅微信推送，账单定期提醒。

扫描二维码，关注“光大银行个人贷款”，体验“房贷快贷”线上贷款升级服务

**在线申请**  
线上提交贷款申请，随时查看贷款进度。

**在线查询**  
实时查看贷款详情，轻松掌握还款计划。

光大银行常德支行 地址：静安区新闻路1518号底楼 电话：61229533、63795868

