

党群服务站 就像一家人

每个工作日的下午，位于杨浦四平路 1063 号，中天大厦二楼的“四济人家”党群驿站，都会聚满人流，大家在这里，读书、健身、听讲座、参加论坛。

在驿站内活动的有在中天大厦上班的年轻白领，也有来自四平社区居民群众，平日里，大家是分散在楼宇和居民区之间素不相识的陌生人，而在这个特殊的驿站里他们却成了熟人。

近日，“四济人家”党群服务站正式揭牌成立，将服务近 3000 家知识创新型企业、3 万余名企业员工，直接辐射周边 7 所大中小学、6 个居民区，为近 2 万多名师生和党员群众提供一站式服务平台。

“四济”是四平 and 同济的简称也蕴含着提供一年四季服务的意思，而“人家”则体现了家的感觉，

是创客、党员、人才、群众共同拥有的“娘家”。

“四济人家”党群服务站就位于中天大厦二楼，总面积 370 平方米，如果作为商业用途出租，一年的租金上百万元，如今其作为一个党建活动和服务平台，把分散在区域中的教育培训、政策咨询、文化健身等资源汇集于此，为区域内企业、白领提供就近便利的服务。

“四济人家”所在的中天大厦共有签约用户 81 户，包括淳石实业、同大规划、科瑞真诚、杰筑等。去年，中天大厦产值达 5000 多万，创下税收 1000 多万，为环同济发展带来了巨大的能量。

走进大门，首先映入眼帘的是温馨的综合服务接待区。在这片区域，企业和员工可以咨询党工团妇工作，进行活动报名，获得就业指

导、创业咨询、法律援助等一系列综合服务。

穿过一条走廊，就来到了角落里的“妈咪小屋”，这里可以为楼宇白领女性提供舒适、私密的母婴服务。

一旁的阅享空间，则是企业之间交往的“大客厅”，今后这里将开展一系列“四济人家”的品牌项目，如“四济守望”“四济客厅”“三余书吧”“四济创客”等，以此吸引楼宇内志同道合的青年白领前来参加，打破企业与企业之间的“高墙”，加强互动交流。

走过一排书架，就是休闲氧吧，这里摆放了桌上足球、室内高尔夫、跑步机、动感单车等器具，今后将开展“四济健友”活动，让白领们分享运动及健身的经验与乐趣。口渴了，还能到旁边的水吧区喝上一杯喜欢的茶或咖啡。

海议会厅是站点最大的一块区域，将依托环同济丰富的社企资源开展形式多样的活动

“四济人家”作为“党建带群建促社建”的具体实践，不仅是优



化营商环境，服务创新创业的重要党建载体，还将打造成为党建服务的“便利店”，创新创业的“百老汇”，企业交往的“大客厅”，社区生活的“芳草地”。

(上海杨浦)

好消息！杨浦启用了一家新院区

近日，位于控江路 25 号的上海市第一康复医院控江院区正式启用，杨浦区残疾人康复中心也同期揭牌。

该院区按照国际现代康复医院标准建设和运营，开设有神经康复、骨与运动康复等病区及各类康复门诊，将用现代化的设施设备，先进的康复服务理念，为残疾人及康复患者提供专业、系统的康复医疗服务。

并且中心里边全是“黑科技”，比如，在二楼的残疾人康复中心内，康复专家正通过视频连线，为延吉社区卫生服务中心的一名患者提供远程诊疗。

康复专家：“阿姨，在这根线上，您的疼痛是几分？您的疼痛会影响睡眠吗？”

经过问诊，由社区医生对患者肩关节外展角度和肌力进行测试评定后，专家给出了评估结果和治疗方案，内容包括肩部关节松动术、三角肌肌肉力量训练，每天用上肢训练仪进行 20 分钟不抗拒训练等。

当患者在社区医院开展训练时，她的训练模式、转速、训练时间、训练里程还会被实时传送给康复医院，以便康复专家监测患者状态，及时调整治疗方案。



在中心的另一侧大厅内，患者们正在开展日常训练，院内设施十分现代化，放满了各类高度智能化的康复设备。这些酷似健身房设施的机器，可开展上下肢功能、步态、力量、情景模拟、言语吞咽等方面的评估与训练。光是针对手部训练的康复器械就多达三、四种。

全身运动反馈系统，它的上肢套件包含一对带有传感器的手套，可以帮助患者训练手指的精确度。

一位患者正通过手指的弯曲，来控制屏幕上的托盘左右移动来接住小球。

一旁的上肢智能康复机器人，正在引导一位患者进行单侧手臂的控制和力量训练，而她的前方，有一个屏幕不断变换出不同的水果，引导患者去主动追踪抓取。

上海市第一康复医院控江院区的正式启用，将在康复人才培养、设施设备引进等软硬件建设上走在前沿，充分发挥辐射引领作用。全区将建成“残疾人康复信息区域管理平台系统”，实现“最短里程”的精准康复对接。

(上海杨浦)

直通车，从杨浦区能直达迪士尼

喜欢迪士尼乐园的小伙伴们注意啦，有一个好消息，从杨浦地区到迪士尼有直通车上线了！炎炎夏日，不用挤地铁，从杨浦家门口就可以直达迪士尼，每周末 5 条线 20 班车覆盖全杨浦地区，总有一站在你家附近。现场了解到，该车是一人一座，准点发车，并配备行李仓。运营时间为 8 月 3 日、8 月 4 日以及以后的每一个周末。

去程的乘车点全杨浦有 5 个，放心，无论你家住在杨浦区哪里，都能找到一个最近的站点。分别是：中原路欧尚店（杨浦中原 / 迪士尼线）、本溪路鞍山四村（杨浦鞍山 / 迪士尼线）、大润发杨浦店（杨浦黄兴 / 迪士尼线）、长阳路欧尚（杨浦长阳 / 迪士尼线）、安波路东茂家苑（杨浦安波 / 迪士尼线）。

每一条线路都有两个上车站点，乘车时间 7:35-7:50, 8:25 准时到达迪士尼，全程票价 20 元。并且从迪士尼也有返程直达车到各个站点，发车时间为 21:50。

(杨浦文旅)

高温天持续不断 三伏贴不是万能药

最近，上海持续高温，天气闷热，许多市民喜欢使用三伏贴消暑，特别是儿童，使用的非常多。但是，不要以为外补贴用的就没有任何问题，其实也有不良反应的存在。

此前，杨浦区中医医院医务科主任陈军在接受媒体采访时称，三伏贴确实存在不良反应，但比例很小。2018 年共有 2769 人在医院做过三伏贴治疗，其中有 30 例存在不良反应，约占治疗总人次的 1%。而 2019 年到目前为止，接受三伏贴治疗为 340 人，不良反应为 5 例。

专家提醒，在敷贴时，家长們也要密切观察，部分儿童局部皮肤可能会出现微热、瘙痒、微痛、皮肤周围发红等情况，此时应立即取下敷贴，症状即可缓解，但如局部皮肤出现水泡、溃破，则应及时到医院皮肤科就诊。

专家表示，“小儿三伏贴”主要适宜于虚寒型体质，重点在于预防保健，缓解病情，降低发病率，但并非什么病都能治、什么人都适合，患儿在治疗前应当先经中医专家辨证后再行施贴。

医院专家再次提醒，在进行“小儿三伏贴”时一定要注意，皮肤易过敏体质、或罹患皮肤疾病等不适合治疗。其次，夏季贴敷后尽量呆在凉爽处，不宜做剧烈活动，以免出汗过多。

此外，敷贴当天也应避免游泳和洗冷水澡，以免影响疗效。也切不可贪凉，不要马上进入温度很低的空调房里，防止遇冷毛孔收缩影响药物吸收，更不要将电扇、空调直接对着贴敷部位吹。在饮食上，治疗期间宜清淡饮食，禁食生冷、寒凉、海鲜及辛辣刺激的食物。值得注意的是，敷贴时间要适当控制，比如一般儿童应在 1 小时以内。

(澎湃新闻)

小酌助兴人之常情 酒后滋事害人害己

三五好友碰杯对饮就十分惬意。然而，以酒助兴之余切不可酒后滋事。近日，杨浦警方抓获一名酒后用油漆自喷漆罐随机喷涂路边车辆

的犯罪嫌疑人。

近日凌晨，眉州路一小区保安向杨浦警方报案称，小区门口有多辆小客车被喷涂油漆。部分被喷涂

车辆，民警调查后发现，一名身着 T 恤的男子有向沿街车辆喷涂油漆的行为。

通过进一步走访调查，警方确认男子身份信息，并于 5 月 23 日傍晚将嫌疑人周某抓获。

到案后，周某对于夜间用油漆自喷漆罐向路面车辆喷漆的犯罪行为供认不讳。面对民警，周某坦言，自己当晚与朋友相约吃饭，期间喝了不少酒，回家后也不知怎么的就拿了之前家中装修剩余的两瓶喷漆，出门后到处游荡并随机对车辆进行喷涂。

目前，犯罪嫌疑人周某因涉嫌寻衅滋事被依法刑事拘留，案件正在进一步审理中。警方提醒：饮酒应适量，酒后滋事同样违法，切勿因一时冲动造成无法挽回的后果。

(杨浦警民直通车)

