

文苑

心手相约,情系四平。《四平社区晨报》是一份属于社区群众的报纸,我们会提供最新的社区动态,报道身边的点滴变化,展现四平社区雅俗共赏的风情。

为了更好地服务居民,切实了解居民所想,为居民搭建更好的交流学习的平台,特向广大居民开展征文活动,征稿内容:生动有趣的社区新闻;触动心灵的好人好事;领悟生活的散文;评论陋习恶俗的小言论。

我们欢迎任何形式和体裁的自由投稿(文字稿件、摄影或书画作品、漫画、设计创意作品等),只要是对四平社区的所见所感,我们都热烈欢迎。

投稿邮箱:yangxin@sqcbmedia.com

杨浦区图书馆第二批恢复服务内容上线啦!

杨浦图书馆自3月16日部分服务恢复以来,已接待了不少预约前来借还书的读者。3月23日,根据疫情防控走势,杨浦图书馆的第二批恢复服务内容上线。

①增设线下预约登记入馆服务

疫情防控期间,杨浦区图书馆实行微信公众号线上预约,针对读者的实际需求,尤其是使用微信公众号预约确有困难的老年读者,每天在现场增设线下预约登记入馆名额,请读者携带本人身份证和读者证在现场进行登记,并出示本人有效的绿色随申码(请事先注册申请)、测量体温,健康状况无异

常后方可入馆。

线下预约入馆名额:

总馆(长海路366号):60人

总馆瞬时限流80人

平凉分馆(平凉路1490弄1号):20人

平凉分馆瞬时限流50人

②增设现场代还图书服务

疫情防控期间,杨浦区图书馆实行现场代还图书服务,成人读者由本人办理,少儿图书可由家长代还,读者可选择不进馆,出示本人有效的绿色随申码、测量记录体温,健康状况无异常,并核实读者证内图书信息无误后,由工作人员回收代还,待疫情结束后来馆至人工柜台

办理逾期费免除手续。

③恢复读者办证服务

从即日起,杨浦区图书馆恢复读者办证服务,读者办证服务包括读者证办理、挂失、补卡、退押金等。新办证、挂失、补卡等需携带本人身份证,出示有效的绿色随申码、测量体温,健康状况无异常,通过预约登记后入馆办理;退押金可通过线上预约或现场预约后,携带本人身份证和读者证,并出示有效的绿色随申码、测量体温后入馆办理。疫情防控期间考虑充分核实信息保障读者权益,暂不提供代退代办服务。

(杨浦区图书馆)



有奖征集

四平路街道图书馆致社区读书达人的一封信

社区读书达人们:

邂逅一本好书,如同邂逅一位知己,在你迷茫时,它能给你力量。突如其来的新冠肺炎疫情,让我们的生活按下了“暂停键”,这时,请读者们继续保持遨游书海的热情。让生活的“暂停键”变成我们阅读的“快进键”,让阅读成为这个超长假期给大家的最好礼物。

当我们“闷”在家中,在书海遨游时,你是否有很多的体会、感悟想要和大家分享呢?四平路街道图书馆如今面向社区读书达人征集如下作品:分享您“闷”在家中抗击疫情这段日子阅读的书籍,让我们一起用音频、视频、文字、图片的形式记录下这特殊时期的阅读佳作,分享感悟。

欢迎大家踊跃投稿,请大家在4月17日



之前将“阅读感悟”以邮件的形式发送至:spsqwhzx@126.com 如有问题,欢迎咨询我们,联系电话为:65020254、65139410。我们会评选出最佳作品,在4月23日世界读书日当天公布获奖名单并发放奖品。

四平路街道图书馆

荐书 | BOOK ▶

读者年度书单
2019十大影响力图书

①读者影响力图书 | 年度“精神典范”

《大师工匠》

作者:郑贞铭 丁士轩

出版社:北京联合出版公司·联合读创

百年大师,世纪巨匠,中国人的灵魂书房。大师如望文山,如瞻大河,大师让我们感悟人生,将生命洞穿;唯有真理才能直指人心,唯有经典才能超越。

②读者影响力图书 | 年度“人文经典”

《糊涂一点,潇洒一点》

作者:季羡林

出版社:天津人民出版社

本书从季羡林先生毕生的散文中选取最能代表其人生智慧精华的文章,将季羡林先生经历过的烦恼、欢乐,对人生和社会的思索等呈现给读者。

③读者影响力图书 | 年度“生活哲思”

《人间值得》

作者:中村恒子 / 奥田弘美

出版社:北京日报出版社

当了70年心理医生的恒子奶奶,将她90年的人生智慧,写成了一本书。

④读者影响力图书 | 年度“长篇小说”

《人生海海》

作者:麦家

出版社:北京十月文艺出版社

本书是茅盾文学奖得主麦家耗时八年打磨的又一力作,发行量60天破60万册。人生海海,潮落之后是潮起。你说那是消磨、笑柄、罪过,但那就是我的英雄主义。

⑤读者影响力图书 | 年度“心灵成长”

《你想活出怎样的人生》

作者:吉野源三郎

出版社:南海出版公司

本书被纳入日本学校教材,影响了几代人,日本动画大师宫崎骏就是其中一位。当你对未来怀疑或迷茫时,不妨翻开这本书,或许能从中找到答案。

⑥读者影响力图书 | 年度“人文通识”

《世界观》

作者:理查德·德威特

出版社:机械工业出版社

作者德威特运用大量实例、比喻,结合日常亲身体会,让你仿佛面对面听一场轻松幽默的科学哲学讲座,能够边享受阅读、边汲取知识。

⑦读者影响力图书 | 年度“亲子教育”

《你的孩子不是你的孩子》

作者:吴晓乐

出版社:中国友谊出版公司

在这本书里,一位家庭教师在长达8年的观察中,记下9个震撼人心的真实家庭故事:有人坚信女儿患上了多动症;有人用叛逆“学坏”反抗父母的控制……

⑧读者影响力图书 | 年度“励志文学”

《你当像鸟飞往你的山》

作者:塔拉·韦斯特弗

出版社:南海出版社

这是这位作家写的第一本书,上市第一周即登上《纽约时报》畅销榜,至今已累计80周,仍高居Top1,全美销量破百万册。

⑨读者影响力图书 | 年度“纪实文学”

《赶路》

作者:李小明

出版社:中信出版社

我们始终在别人的故事里遇见自己,学会与生活和解。这是一部有着阅读质感的小说文集,也是一本容易引人共鸣的读心著作。

⑩读者影响力图书 | 年度“人物传记”

《成为:米歇尔·奥巴马自传》

作者:米歇尔·奥巴马

出版社:天地出版社

《成为》是美国前第一夫人米歇尔·奥巴马的亲笔自传。米歇尔是第一位入主白宫的非洲裔“第一夫人”,也是世界十大最佳衣着女性。

四平社区文化活动中送给大家的健身“宝典”

你能想象到,牛奶、乒乓球甚至是丝袜,这些都可以成为宅家锻炼的小道具吗?虽然疫情束缚住了居民们出行的脚步,但却不影响大家参加体育锻炼的热情。最近,一部五花八门、别出心裁的宅家健身“宝典”在四平路社区悄然流行起来。

原来,这是社区里的体育指导员、家庭健身指导员及体育爱好者们为了增加居民宅家锻炼趣味性,利用微信、抖音等网络平台,开展的线上体育志愿服务。

四平路社区共有各类体育团队75支,总人数近2000人。以前,体育指导员会定期在社区文化活动中现场指导体育团队开展各项锻炼。疫情发生后,不少居民在家憋闷得慌,纷纷在微信上交流起居家锻炼的动态。

于是,俱乐部便根据年龄及运动类别,建立了近30个微信群,将体育指导员、家庭健身指导员及体育爱好者们自己编制的运动项目及日常运动情况通过图片或视频在微信群中与大家分享,同时,每天通过微信群及时转发官方的疫情防控信息,普及科学健身知识,



推广居家健身方法,倡导疫情防控时期的健康生活方式。自活动开展以来,已经发布了木兰拳、瑜伽、广播操、有氧操、亲子互动、趣味锻炼等近30个示范视频。

据了解,为进一步激发居民们宅家锻炼的热情,四平社区体育健身俱乐部还从3月23日起启动了“宅家也爱运动”视频征集活动,以吸引更多的社区体育达人展示居家锻炼成果,进一步推动居家科学健身,共同抗击新冠疫情。

(上海杨浦)