

红色路线

依托党群服务圈拓展红色资源
细数徐汇“四史”学习教育
“个十百千万”

从历史中汲取智慧和力量,是党的优良传统。在建党百年之际,开展党史、新中国史、改革开放史、社会主义发展史学习教育具有重要的现实意义。

在“四史”学习教育中,徐汇区依托“500 米党群服务圈”,整合区域、区属单位红色资源,开展“一个云平台、十条初心路、百个实践点、千名宣讲员、万人先锋行”的学习教育,方便广大基层党组织和党员干部就近就便学习“四史”,丰富常态化学习内容和教育载体。

- 一个云平台

即徐汇区“四史”学习教育云平台,在“徐汇通”APP 上开设专题页面,将“党课开讲啦”“研习汇”、“新思汇”、“网上党校”等学习资源进行线上一体化整合使用。
- 十条初心路

即徐汇区“四史”学习教育主题教学线路,具体包含 4 条特色线路和 6 条精品线路,整合区域内革命历史教育资源,方便广大党员参与“行走中的党课”。
- 百个实践点

即徐汇区“四史”学习教育百个实践基地,包括区域内革命遗址遗迹、纪念馆馆、爱国主义教育基地等,方便广大党员群众就近就便开展学习教育。
- 千名宣讲员

即徐汇区“四史”学习教育群众身边的千名宣讲员,包含党校、高校教师、党史国史专家和“汇讲团”、“五老”报告团等多元力量,深入党员群众宣讲“四史”。
- 万人先锋行

即徐汇区“学四史、作表率、促发展”万名党员先锋行动,具体包括 8 个专项行动,响应“上海先锋行动”,引导党员领导干部和广大党员立足岗位、建功立业,将“四史”学习教育成效转化为推动事业发展的强大动力。

这里,一体化整合了徐汇“四史”学习教育“党课开讲啦”、“研习汇”、“新思汇”、“网上党校”等特色学习资源。

“党课开讲啦”活动是徐汇区贯彻落实中央组织部和市委组织部相关要求,在全区范围内开展的集中性党员学习活动。活动旨在加强和改进党员经常性教育,不断丰富党员教育内容体系,通过整合一批优秀党课资源、培育一批优秀党课主讲人、开发一批优秀党课课程、用好一批党课宣讲推广载体和阵地,强化共享共用,从而引导广大党员、干部进一步厚植对马克思主义的信仰、坚定对中国特色社会主义的信心、增强实现中华民族伟大复兴中国梦的信心。

2020 年徐汇区“四史”教育课程一览表		
序号	课程名称	主讲人
中共党史类		
1	中国共产党百年奋斗历程和基本成就	市委党校 杨 俊
2	民主革命时期党史若干争议问题评析	市委党校 王 璐
3	红色起点：中国共产党创建考索	市委党校 董永杰
4	日出东方——中国共产党创建与初心确立	市委党校 袁 峰
5	党在新民主主义革命时期的奋斗历程与基本经验	区委党校 王晓晨
6	中国共产党作风建设的历史经验	区委党校 毛晓芸
7	中国共产党在历史中如何应对重大危机	区委党校 靳 刚
8	中国共产党百年历史的回顾和思考	市师大 宋 康
9	传统“一大”人物的人生道路	市师大 丁晓强
10	寻踪中国共产党人在上海	市党史学会 徐光寿
新中国史类		
11	新中国的发展历程及其宝贵启示	市委党校 王谷亮
12	人民正道是沧桑：新中国来自道路的光辉历史及其宝贵启示	市委党校 袁永达
13	礼物、奋斗与辉煌——回顾新中国成立 71 周年	市委党校 赵大朋
14	新时代奋斗者的家国情怀——谈“抗疫家书”体会	区委党校 王晓芸
15	新中国的光辉历程及经验启示	区委党校 王晓晨
16	新中国 70 年历史重大经验与实现中国梦	市社联 权 衡
17	新中国成立以来初期巩固民主政权的斗争	浦东院 曹文泽
18	新中国发展历程及其历史意义	东华大学 王治东
19	新中国道路探索	市党史学会 徐光寿
20	百年历史大变动中的中国与世界	市党史社 赵庆春
改革开放史类		
21	十一届三中全会与中国特色社会主义道路的开辟	市委党校 赵刚印
22	党的十八大以来全面从严治党的战略举措与显著成效	市委党校 刘崇洪
23	上海改革开放的经验与启示	区委党校 陈祥英
24	中国改革开放的历史进程及其启示	市社科院 陈祥勤
25	改革开放 40 年的辉煌成就及其启示	浦东院 赵惠琪
26	40 年改革开放与中国共产党人的精神气质	市党史学会 徐光寿
27	改革开放与中国和平发展道路	市社科院 王 隼
28	从人类文明发展史的大视角看中国改革开放四十年	上海政法学院 李友德
29	改革开放的起步和突破	市师大 韩 钢
30	改革开放史用典与疫情背景下国内外经济形势展望	市马研会 周锦柱
社会主义发展史类		
31	世界社会主义 500 年的历程与启示	市委党校 卜新峰
32	《马克思主义理论中国》与马克思主义的科学预见力	市委党校 朱叶楠
33	中国特色社会主义制度的形成和治理体系的形成发展、显著优势与历史启示	市委党校 卢肖文
34	中国特色社会主义制度和国家治理体系的历史演进及其启示	市委党校 周建勇
35	社会主义发展的历史进程与重要启示	区委党校 王晓芸
36	新中国 70 年社会主义革命、建设和改革的宝贵经验	同济大学 万立明
37	社会主义发展的历史逻辑与理论逻辑	浦东院 于洪生
38	中西方社会主义发展历史规范比较	上海社科院 韩传树
39	20 世纪初社会主义思潮在中国的传播及发展	上海社科院 徐爱霞
40	中国共产党领导人民走社会主义道路是历史的选择	同济大学 李 俊

(上海徐汇)

白领驿站

唤醒沉浸式体验创业初心
跟着徐汇企业家们感受“四史”



7月9日,徐汇区工商联青年创业商会开展“四史”学习教育主题活动。20 余位青年企业家赴国歌展示馆和中国银行行史陈列馆参观,用体验式、沉浸式的活动唤醒创业初心,身临其境地感受我国的党史和建设社会主义事业的奋斗史。

作为展现中国国歌魅力的平台和爱国主义教育基地,国歌展示馆通过文物布展、影片展示和“虚拟展馆”体验,用不同的角度展示了《义勇军进行曲》诞生的背景和过程、传唱和影响,娓娓道来

的新中国发展史给青年企业家们上了一次生动的革命传统教育课。

参观活动结束后,徐汇青商会的企业家们开展了座谈交流,分享此次活动的所思所想,会上大家纷纷表示此次“四史”学习教育活动形式新颖,参与感强,融入式的情景教育全方位展示了新中国建设者们筚路蓝缕、开拓进取的精神,身为民营企业企业家更要从中学取精神力量,坚定自己的创业初心,为社会主义的经济建设和中华民族的伟大复兴添砖加瓦。(徐汇青商会)

冬病夏治
冠心病迎来治疗时机

又到一年一度的三伏天,很多医院都开设了冬病夏治门诊。冬病夏治是我国传统中医的特色疗法,它利用夏季气温高、人体阳气充沛、气血旺盛的有利时机,通过内服或外用一些药方来补充气血、调整阴阳平衡,使一些疾病如心脑血管病、呼吸疾病等得以恢复。

市民傅大爷患有多年冠心病,每年秋冬换季的时候就容易发病,经常胸闷气短、心慌,时不时还会出现头晕。在医生的建议下,傅大爷接受了“冬病夏治”的建议,用中药对相应穴位进行敷贴,并配合药物治疗,近两年来胸闷胸痛、心悸、头晕等症状明显改善,而且睡眠质量也变好了。

“人体的阳气与自然界生物的阳气相接,季节的变化会直接影响人体健康。寒邪引发的疾病发病时间往往在冬季,或者在冬季加重,被称为‘冬病’。冠心病在冬季节容易高发是因为天气变冷,血管收缩,血管中沉积的脂质斑块容易将血管腔堵住,所以冠心病也属‘冬病’。运用‘冬病夏治’的治疗方法,能收到事半功倍的疗效。”上海远大心胸医院心内科宋贺主任介绍,冠心病冬病夏治主要采用穴位敷贴、中药内服等方法,将寒邪祛除,振奋人体阳气,促进患者血液循环,从而达到疾病的改善和康复。

今年7月16日入伏,正是夏季养“心”

时,也是冠心病、高血压、心律失常等心血管疾病治疗的最佳时机。专家提醒,“冬病夏治”敷贴药物期间,应尽量减少运动、避免出汗,防止电扇、空调直吹,勿食用海鲜及辛辣、牛羊肉、寒凉食物。另外,“冬病夏治”也不是适合所有心血管患者,如有过敏体质或严重心脏疾病,治疗前应先咨询医师,根据个人体质情况决定是否“冬病夏治”。同时,夏季预防冠心病,除了“冬病夏治”,还要保持健康良好的生活习惯。做到戒烟限酒,少开空调,按时作息,饮食营养均衡,适量运动,注重心理平衡,才能修复血管内皮细胞,把疾病消灭在演化期和发展期,保证秋冬平安度过。

专家简介:宋 贺

上海远大心胸医院主任医师,副教授,硕士生导师,毕业于东南大学医学院医学系。中华医学会心血管分会委员,中国医师协会委员。主持科研项目两项,科研成果两项,曾在郑州大学附属医院工作二十余年,学科带头人,对心血管疾病有较深研究,尤其是冠心病介入治疗、高血压、心律失常、心肌病、心内科急危重病人的抢救以及疑难杂症等。

以上内容由上海远大心胸医院特约刊登