



新学期西浦附属学校特色课程又添新亮点

“国防+体育”为载体，锻造明日栋梁

国防体育是国防教育的组成部分，是实施素质教育的重要内容。传统体育与国防教育相融合，让学生在亲身体验中接受国防教育，在潜移默化中提升其国防意识，增强其国防技能，提高其体能素质、心理素质。



揭牌仪式 学校供图

新学期，西浦附属学校在体育国防特色课程上又添新亮点，以“国防+体育”为载体，策划组织特色课程，对创新开展校园国防教育进行了积极的探索和尝试。西浦附属学校目前在本校国防教育训练基地开设的特色课程主要包括射箭、障碍跑和攀岩，学生在实践过程中接受体育训练和国防教育，培养其百折不挠的品质，增强其居安思危的意识。

在射箭课程中，学生通过学习传统弓和反曲弓的射箭技能，可以增强自己手臂、肩膀、背部等肌肉力量，同时，此项目在命中目标时可以增强学生的自信心和成就感。

障碍跑包含跨越、攀爬、钻越等多种动作，需要同学们综合运用

跑、跳、平衡等技能，能全面提升他们的速度、力量、敏捷性、柔韧性和协调性等运动素质。此项运动有助于增强心肺功能，促进骨骼发育，同时也能培养学生的团队合作精神和沟通能力，在团队障碍跑项目中，青少年需要与队友相互配合、相互支持，学会在团队中发挥自己的优势，为实现共同目标而努力。

攀岩课程不仅能强身健体，更能从身体、心理、社交等多方面获益，甚至对学业和生活态度都能产生积极影响。攀岩需要会观察攀岩点，通过大脑合理将手脚进行路线划分，运动路线既有纵向攀爬，也有横向移动，因此该项目对训练身体的协调能力、专注力、手指手

腕小臂的协调配合度以及腰腹能力都能起到积极作用。

一直以来，西浦附校高度重视国防体育教育。为进一步激发学生的爱国之情，强化青少年国防观念，让爱国思想厚植内心，西浦附校与新时代国防体育公园建立共建合作，正式成为“全民国防教育实训基地”，西浦附属学校国防教育训练基地开设了国防体育教育特色课程，为学生提供更多的学习资源和实践机会。

青春筑梦国防，体育铸就未来。西浦附校将继续致力于开展国防体育教育特色课程，强化学生身体素质，培养学生集体主义观念，厚植家国情怀。

刘天祺 李雪 高青 高达

北庄社区：让幸福直通家门口

今年以来，相城区黄桥街道北庄社区党总支持续实施党建引领“海棠红·幸福里”建设，全面深化住宅小区党建工作，以群众身边的阵地为支点凝聚红色力量，促进“海棠红”先锋阵地服务提质增效，打造“家门口”的幸福场景。

社区通过搭建“红荷议事厅”，将协商议事现场从会议室搬到架空层，让居民和议事小组成员围坐一起，以“唠嗑”的形式面对面沟通，近距离收集居民意见建议，让他们从“提问的旁观者”变为“解决问题的参与者”。

社区聚焦“一老一小”，依托书香水岸雅苑小区健身设施区及社区配套用房打造老少同乐阵地，以“党建+资源、党建+阵地、党

建+服务”等方式，让老年人在家门口实现“老有所依、老有所养、老有所学、老有所乐”。打造妇女儿童特色活动室，为辖区妇女儿童提供融合休闲娱乐、知识科普的休闲区域。

为进一步优化社区交通环境，社区将书香水岸雅苑小区东门原有人行通道拆除，拓宽成机动车与非机动车道，并设置隔离栏、减速带及清晰的地面标识线，为辖区居民提供了便利，获得广泛好评。

接下来，北庄社区党总支将持续擦亮“红荷领航，书韵飘香”党建品牌，推动基层党建和社区治理深度融合，不断提升为民服务质量，持续探索“幸福”社区治理新路径。

陈杰鑫

护航乡村平安游，打造最美梨花“警”色

春光明媚，“树山梨花文化旅游节”如期而至。为确保游客的安全，维护旅游秩序，苏州高新区分局通安派出所积极探索新时代“树”智乡村旅游警务，让平安守护如春风化雨般浸润在景区每个角落。

树山村占地5.2平方公里，最高海拔298米，地形复杂且通信盲区较多。为快速响应群众需求，通安派出所将警务服务前置，让传统服务智慧化、智慧服务人性化，通过梨花驿站嵌入驻点式，在梨园景区六大主要区域设立的“梨花驿站”形成“10分钟便民服务区”，及时向游客开展交通疏

导、旅游咨询、安全宣传、应急处突等工作，真正实现警务服务工作与游客零距离。这一个个驿站成为了通安派出所打造的山村平安枢纽、守护游客的暖心港湾。

驿站外立面以梨花警方元素装饰，虽然面积不大，但“五脏俱全”，内部不仅配备了景区游客手册、雨衣雨伞、医疗急救箱和警务警务装备等群众服务物资及设备，还在驿站窗口区设置了游客互动、反诈宣传区域。“梨花驿站”沿赏花主线路铺开，一步一景一问答，完成全部集章任务的游客还可获得一个“梨花小警察”的徽章，市民游客既能赏景打卡，又能边玩边学防诈知识。

魏越 高达

妙手生花献爱心，编织温暖助公益

为进一步推动社区慈善事业发展，提升居民的公益意识和参与度，庆元家园社区不老时光手工社于3月20日举办了“春意盎然，妙手生花”钩织花束手工活动，鼓励居民弘扬传统手工文化，同时以实际行动践行公益理念，共同助力社区慈善事业的发展。

庆元家园社区始终致力于营造温暖、和谐的邻里氛围，以多元化的文化活动提升居民的参与感和归属感。活动现场，参与者围坐交流，巧手翻飞，以毛线为媒，将春天的气息编织成色彩斑斓的花束，展现了社区居民热爱生活、乐于分享的精神风貌。本次活动

的钩织花束不仅用于作品展示，还将参与社区组织的公益售卖，所得善款将全部汇入庆元家园社区慈善基金，专款用于帮扶社区困难群体。

庆元家园社区将以此次活动为契机，依托“不老时光”手工社，深入推进文化与公益融合发展，拓展慈善参与共建共享的新路径。未来，社区将持续挖掘居民特长，创新活动载体，深化手工艺在精神文化建设与公益事业中的赋能作用，促进邻里和谐，厚植慈善底蕴，携手共绘温暖互助、共治共享的和谐美好社区新图景。

庆元萱 高达

御窑社区便民服务活动获居民点赞

为了进一步提升居民的生活品质并营造和谐社区氛围，3月28日，相城区元和街道御窑社区携手相融志愿者服务队、苏州眼耳鼻喉科医院、华相护理院等共建单位，在社区“元气加油站”广场成功举办了便民服务活动，吸引了300余名居民积极参与。

在活动现场，医疗健康服务成为焦点。苏州眼耳鼻喉科医院的专家团队为居民提供了视力筛查、裂隙灯检查及耳鼻喉口腔问

诊，而华相护理院的医护人员则免费为居民测量血压、血糖，并解答慢性病护理问题，现场共为60余名居民提供了服务。

此次便民活动整合了多方资源，以“零距离”服务解决居民生活难题，用“小而实”的关怀传递社区温度。御窑社区将持续深化共建共治机制，每月推出主题惠民活动，让便民春风常驻千家万户。

姚黎静 高达

黄桥街道开展消防安全生产大检查

为有效预防和遏制清明节期间火灾事故发生，营造安全稳定的社会环境，近日，相城区黄桥街道方浜村党委充分发挥党建引领作用，组织党员干部深入辖区企业及“九小场所”，开展消防安全生产大检查。

在检查工厂时，检查组仔细查看了机械设备的运行情况、安全防护装置是否到位，以及消防器材是

否配备齐全。在仓库，着重检查了货物堆放是否符合消防安全要求，有无防火、防潮等措施。在商店和餐馆，除了检查消防设施外，还查看了食品的保质期、进货渠道等，确保食品安全。

检查过程中，党员干部还结合近期火灾案例向村民普及用电用火、应急逃生知识，尤其提醒老年群体注意焚香烧纸的安全规范。

同时，充分利用村委会宣传栏、微信群等线上线下平台，广泛宣传安全生产和消防安全知识，倡导文明祭祀，营造浓厚的安全氛围。

下一步，方浜村党委将持续强化党建引领，定期开展安全生产检查，守护村民的生命财产安全，为构建平安和谐的农村环境奠定坚实基础。

朱珺娜 徐晓安

智慧课堂为银龄生活添彩

为切实解决老年人智能设备使用难题，近日，庆元家园社区开设智慧助老课堂，30余名老年居民在志愿者的一对一指导下，开启数字化生活新体验。

此次课程聚焦老年人日常生活需求，涵盖微信视频通话、医院挂号、公交查询、反诈识别等12项实用功能。活动现场，志愿者围绕

老年人“不会用、不敢试、不便操作”智能手机的问题，开展了一对一手机使用指导，同步配发大字版图解手册，方便居民后期查阅。老人们聚精会神地学习，时不时还拿出小本记录一番。

此外，针对老年人高频需求的如何添加微信好友、如何发送语音视频通话等一些内容，志愿者还组

织老人进行实操和巩固，让老年人“听得懂、学得会、用得了”，享受智慧生活带来的便利。

接下来，庆元家园社区计划每月推出不同主题的数字生活课程，不断推进数字包容性建设，让每一名居民都能在数字浪潮中不掉队，共同拥抱美好的智慧生活。

庆元萱 高达

亲子互动，共同感受感受榫卯魅力

近日，相城区黄桥街道在新时代文明实践所举办“领悟榫卯精髓，智解鲁班锁”科普宣传活动。此次活动特别邀请了亲子家庭参与，旨在通过互动体验，让孩子们在玩乐中学习中国传统木工技艺，感受榫卯结构的独特魅力。

活动伊始，主持人首先详细介

绍了鲁班的传奇人生和卓越贡献。玩转三款鲁班锁环节，在工作人员的指导下，家长和孩子们开始了他们的拆解和拼装之旅。他们时而低头沉思，时而相互讨论，时而欢呼雀跃，现场气氛热烈而温馨。通过不断的尝试和实践，许多孩子成功地完成了拼装，露出了满

意的笑容。

活动结束后，家长们纷纷表示，这样的活动不仅让孩子们学到了知识，还增进了亲子间的感情。他们希望以后能够多多举办类似的活动，让孩子们在玩乐中成长，感受中国传统文化的魅力。

陆萍萍 徐晓安