

把爱眼护眼融进学生日常生活

本报记者 刘军国

自2019年成为“全国儿童青少年近视防控试点区”以来，浙江省绍兴市上虞区连续两年将“明眸亮睛”护眼工程列入区十大民生实事工程，全力推进儿童青少年近视防控工作走深走实。据统计，上虞区监测点学校2021年近视率为54.82%，2022年为53.57%，下降了1.25%。

普及科学用眼 提高防控意识

“我在一年级时看东西有些模糊，听了学校的保护视力讲座后，知道这是由不良用眼习惯造成的。以后，我要好好保护我的眼睛。”近日，上虞区百官小学邀请眼科专家进校开设“珍爱眼睛 保护视力”近视防控科普讲座，二年级的陈黄钰和同学们听完讲座后纷纷表示要自觉爱眼护眼，科学用眼的意识也有了一定程度提高。

作为上虞区全域推进儿童青少年近视防控工作的特色试点学校，百官小学定期举办近视防控科普讲座。学校党总支书记、校长胡月华说：“学生从幼儿园进入小学，用眼时间相对增加。在这个过程中，学生的眼球发育、用眼习惯、学习姿势等如果不加注意，都有可能造成近视。尤其是随着学段年级的上升，部分学生对电子产品过度依赖，导致近视概率增加。学校必须通过提前预防，注重矫正，努力守护孩子们的‘明眸亮睛’。”

近年来，为扎实做好青少年近视预防和矫正工作，上虞区坚持“政府主导、教卫为主、部门联动、全面推进”的原则，组建上虞区青少年儿童近视防控领导小组，由区教体局、卫健局、财政局、市场监管局等七部门联合出台《绍兴市上虞区第二轮深入推进青少年儿童“明眸亮睛”工程实施方案》，通过建立并完善防控工作机制，扎实推进健全防控考核机制、推进健康教室建设等10项举措。

在上虞区教体局的全面指导下，百官小学定期邀请上虞区人民医院眼科医生走进校园，为师生们进行“科学用眼 防控近视”宣讲讲座，引导学生自觉从保持正确读写姿势、养成良好用眼卫生习惯、保证睡眠、营养均衡、规范眼保健操等方面保护眼睛、预防近视。

此外，百官小学还开设“爱眼护眼小课堂”活动，普及近视形成原因、危害影响和如何科学保护视力等知识，进一步提高学生们的近视防控意识。

密切家校协作 强化护眼教育

每天上午的大课间结束后，伴随着欢快的音乐声，百官小学的学生们都会端坐在敞亮的教室内做有趣的“晶睛”护眼操。陈黄钰每次都特别认真，他说：“眼保健操帮助我的视力有所好转，真有趣又放松。”

为提高学生视力健康水平，百官小学集思广益，精心创编了一套“晶睛”护眼操。该护眼操结合民间传统“抓骰子”游戏，根据学生年龄特点，以多位转动的方式帮助学生活动眼睛，引导学生通过互动协作游戏预防近视。每学期，学校会组织相关眼保健操比赛，引导学生养成认真做眼保健操的习惯，把爱眼护眼融进日常生活。

“儿童青少年近视防控工作是一项长期而艰巨的任务。”胡月华表示，为全面做好近视防控工作，学校积极打造“健康教室”，定期组织专人对各教室灯管进行检查，及时更换损坏灯管，确保教室内光线充足。“每学年，各班还会根据学生身高、坐高匹配相应的课桌椅，并结合学生听力、视力等特殊情况进行调换。”

为加强宣传教育，百官小学除了通过道德与法治课、体育与健康课、主题班会等集中提高学生自觉保护视力意识，还通过举办以近视防控为主题的黑板报、手抄报、绘画比赛等孩子们喜闻乐见的形式，进一步提高学生爱眼意识，利用广播、校园电子屏、家长钉钉群等宣传渠道，强化社会、家庭、学校联动效应。

“在儿童青少年的近视防控中，家长的守护至关重要。每学期，我们都会通过家长会、致家长一封信等形式向家长宣传保护视力、预防近视的知识和方法，指导、督促家长为学生提供有利于视力保护的学习环境，控制学生近距离用眼时间。”胡月华介绍。

百官小学积极落实学生作业、睡眠、手机、读物、体质等方面的“五项管理”，把“防近视四五六准则”落实到日常教育教学的全过程，指导学生阅读和书写的正确姿势，注重培养标准读写姿势与习惯。利用晚托时间增加每天半小时的室外体育锻炼，鼓励家长多带孩子到户外锻炼，以家校协作的方式，共同营造良好的体育运动氛围，增强身体素质，同时帮助学生预防近视。

定期视力筛查 及时矫治干预

近年来，为抓好儿童青少年近视防控的关键环节，上虞区教体局联合区卫生健康局全面启动筛查矫正工作，重点针对全区8.5万名幼儿园中班以上学生完成一年两次的近视普测工作，逐步构建起“预防—筛查—发布”的常态机制。“每学期，我们都会组织全校学生进行视力健康普查，由专业医护人员组成筛查小组对每名学生进行视力检查，并将检测结果详细录入‘上虞区儿童青少年视力防控中心’平台，做到‘一生一档、转学迁档’。”胡月华说。

去年10月，百官小学提升改造校园医务室，建立视力健康指导站，通过定时视力筛查，及时发现学生存在的视力问题并做好重点监测，帮助有近视、斜视、弱视等视力问题的学生及早实施矫正和干预治疗。家长可以通过上虞教育码端口，扫码查询学生历年和近期筛查的结果及预警信息，做到早发现、早治疗。

据统计，经过“重预防”“强矫正”的系列举措，自2021年下半年至今，百官小学的学生近视率得到有效控制。“学校将以‘不近视、迟近视、慢近视、低近视’为工作目标，继续创新工作举措，依托‘四前并举’策略和‘三方共管’机制，坚决打好近视防控持久战。”胡月华说。

本版责编：商 畅 杨笑雨 罗阳奇

立足多元需求 提供多种服务

本报记者 刘鑫焱 郑洋洋

核心阅读

山西省太原市丰富暖心驿站服务功能，保障新就业群体基本权益。完善配套设施，解决休息、吃饭、防暑等基本需求；拓展特色项目，组织法律咨询、技能培训等活动；开展志愿服务，引导新就业群体参与社区治理。

地方休息。现在有了驿站，不仅能充分利用时间，休息还更舒适。”

目前，太原全市已经打造了2080个新就业群体暖心驿站，形成了覆盖面广、实用性强的服务阵地体系。

拓展特色项目 维护合法权益

在嘉节社区的暖心驿站，还有一面特殊的心愿墙，上面用便利贴密密麻麻地贴着一些餐厅、理发店的名称，它们都是志愿参与服务新就业群体的商铺。心愿墙上还有一些快递员、外卖骑手的“微心愿”，志愿者和有关部门可以进行认领。

“在驿站的协调下，许多餐厅我们都可以去休息、接水，吃饭还能打折呢！”快递员高元元以前总觉得理发太贵，自从有了驿站，不仅去附近的理发店能打折，每月还能在驿站享受一次免费理发服务。

新就业群体的需求在哪里，暖心驿站的服务就跟在哪里。太原市万柏林区长风西街街道长兴北街社区处于太原市的商圈中心，辖区内商场、写字楼多，企业资源密集。暖心驿站依托党群服务中心，整合驻地企业资源，为新就业群体拓展特色服务。

“快递业务中，客户投诉就扣配送员工资合理吗？”“顾客要求配送员将外卖放在指定地点，丢失后责任由谁承担？”翻开长兴北街社区暖心驿站里的《“小哥”学用法手册》，这些问题吸引了记者。

“社区律所比较多，因此我们在驿站经常性组织法律援助等活动，为小哥们答疑解惑。编发这本书，也能让他们更清楚自己的权利。”长兴北街社区工作人员徐莉介绍，针对外卖骑手停车难、快递员配送难等问题，驿站还积极协调各小区与商业楼宇，合理划分车位、增设快递储物柜。“不仅如此，我们每天还能去社区食堂吃饭，不到10元就能管饱，而且有荤有素。”快递员刘晓军说。

太原市委组织部副部长张爱琴介绍，太原以全市700多个社区党群服务中心为主体，采取“基础服务+帮办代办”机制，整合民政、司法、人社、工会、共青团等部门资源，将服务工作、项目资金等延伸下沉到暖心驿站，提供

包括劳动维权、特殊关爱、法律援助、学历提升和技能培训等6类30项帮办服务，实现“15分钟服务圈”全覆盖，不断增强驿站吸引力。目前，暖心驿站服务人次已达3万多，组织政策法规业务知识讲座500余场。

组织志愿服务 消除安全隐患

“有人在4号楼4层连廊栏杆上晒被子，存在高空坠物隐患。”这天，快递小哥霍勇强在万柏林区某小区附近配送快递时，发现安全隐患，第一时间随手拍下来，并发送到万柏林区义务信息微信群中通知网格员。半个小时后，网格员与楼中的业主联系，消除了这处隐患。

在太原，这样“小哥随手拍”的事件比比皆是。打开万柏林区网格员群聊记录，不久前，快递员在派送快递时发现，商圈大厦广场里的一处播音音箱摇摇欲坠。快递员走近一看，发现是连接处的螺丝缺失，音箱极易掉落砸到路人。快递员立刻在微信群里将发现的隐患上报。网格员赶到现场核实情况后，联系物业工程部，迅速将这一处音箱修好。

“提供一条线索还有10个积分的奖励呢！积分能换取充电宝、加湿器等生活用品。”徐莉介绍，“通过积分兑换鼓励小哥们担任‘流动志愿者’，请他们把在工作途中发现的各类问题隐患及意见建议，通过‘拍照+定位’的形式发送至社区微信群内，由专职网格员及时处理。同时，鼓励新就业群体党员亮明身份，一起参与社区治理。”

以暖心驿站为载体，太原市各社区组建起“雷锋车队”“党员车队”等志愿服务品牌。新就业群体吸引过来、组织起来、动员起来，从而发挥他们在城市基层治理中“流动前哨”的作用，更好地服务群众。”张爱琴说。如今，在太原市，越来越多的小哥成为城市居民服务员、义务宣传员、城市宣传员，在异常情况预警、突发事件直报、社情民意传递等方面发挥积极作用。

山西省太原市为新就业群体建设暖心驿站——

立足多元需求 提供多种服务

办实事 解民忧

进入伏天后，下午1点多正是最热的时候，太阳底下待一会儿就晒得一身汗。28岁的外卖骑手刘治琪已经送完20多单，摘下头盔和手套，把电动车在门口停放妥当，取出茶杯，就往山西省太原市小店区龙城街道嘉节社区暖心驿站里走去。“喝点水，歇歇脚，下午才有精神。”刘治琪擦了擦汗说。

目前，太原市有快递行业从业人员1.4万余人，外卖配送行业从业人员1万余人，网约车行业从业人员2.4万余人。这些被俗称为“小哥”的新就业群体，是城市生活的重要组成部分，但在工作中可能面临休息无地去、如厕不方便、权益难保障等问题。

学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想主题教育开展以来，山西省聚焦新就业群体民生难题，采取了一系列保障措施。太原市在广泛调查研究的基础上整合资源，通过改建、共建、新建等方式，进一步完善暖心驿站设施功能，增强新就业群体的获得感和归属感。

丰富驿站功能 解决现实问题

“还是空调吹着舒服！”在驿站上完洗手间，工作人员已经给刘治琪递上了一杯水，招呼她坐在大厅沙发上。这让刘治琪身心都放松下来，发自内心地感慨了一句。

暖心驿站是太原市建设的服务新就业群体场所。由太原市委组织部牵头，太原市民政局、市总工会等多部门共同参与建设。以前，像刘治琪这样的外卖骑手喝水、上厕所，是件麻烦事，常常要“蹭”餐厅的或者到处找。如今，在就近的暖心驿站就能避暑、休息、热饭、接水、充电，解决了现实难题。

步入占地150平方米的嘉节社区暖心驿站，感觉像是来到一户人家做客。里面设施功能齐全，涵盖生活的各个方面。“根据市里的要求，我们的驿站基础设施建设遵循了‘十有’标准，你猜猜是哪‘十有’？”嘉节社区党委副书记薛永生考起了记者。

记者一边走一边数了起来。室内的空调

服务窗

高温天气，如何预防热射病

本报记者 申少铁

入夏以来，多地持续高温。长时间在高温环境中活动，容易引发中暑，严重的会出现热射病。什么是热射病，怎么处理，如何预防？记者采访了有关专家。

“人长期暴露在高温环境下会引发中暑。”应急总医院危重症中心主任缪国斌说，中暑分为三个阶段：先兆中暑、轻度中暑、重度中暑。热射病是重度中暑的一种，是指由于暴露在高温高湿环境中，身体调节功能失衡，产热大于散热，导致身体核心温度迅速升高，超过40摄氏度，伴有皮肤灼热、意识障碍，例如谵妄、惊厥、昏迷及多器官功能障碍的严重致命性疾病，是中暑最严重的类型。

热射病分为劳力性热射病和非劳力性热射病。北京协和医院急诊科主任朱华栋说，在高温高湿环境下进行体力活动或运动，更容易患热射病，称为劳力性热射病。非劳力性热射病是指没有运动，但长期处于封闭的闷热环境中出现的热射病，或者一些老年人有基础病，身体无法正常散热，出现的热射病。“热射病很危重，死亡率较高。”

哪些人是热射病易感人群？朱华栋说，具有基础疾病的老年人、对体温敏感的人、患有精神疾病的人等都是易感人群。一些需要长时间在室外作业的工人、户外锻炼的运动员等也容易出现热射病。坐月子的妇女，如果在高温的天气里，门窗紧闭，也可能引发热射病。

“在高温的环境中，出现头晕乏力、精神恍惚、口渴汗多，是热射病的前兆。”朱华栋建议，出现这种情况，应该尽快到阴凉的地方，多喝一些含盐分的饮料或水，可以防止病情发展到热射病。不建议直接喝冰水，常温的水就可以，喝冰水反而会给身体造成不适。

出现热射病，尽早处理是关键。朱华栋说，在高温环境下，发现有人热虚脱，出现头脑不清醒，应该尽快将之挪到阴凉的地方。之后解开衣服，用温水擦拭身体或使用风扇吹一吹，然后送医。

朱华栋表示，发生热射病，最主要的处理措施是尽快把温度降下去。如果患者出现一些器官功能损伤，比如横纹肌溶解导致的肝功能衰竭、肾功能衰竭，医院可以进行相应的支持治疗。“热射病即使进行院内救治，死亡率依旧很高，因此更重要的是预防。”

热射病是可以预防的。缪国斌建议，在高温环境中活动应注意补充水分，不要等口渴才喝水，降低运动强度，避免暴晒，且穿浅色透气衣服。不得不从事体力劳动或剧烈运动时，运动饮料可以帮助人们在流汗的过程中补充身体所需要的盐分与矿物质。平时少食高油高脂食物，饮食尽量清淡，补充蛋白质、维生素和钙，多吃水果蔬菜，保证充足的睡眠。

提升创业能力 优化创业服务 减轻创业负担

江西多措并举支持重点群体创业

本报南昌7月19日电（记者郑少忠）就业是最大的民生。日前，江西省聚焦高校毕业生、农村劳动力、就业困难人员等重点群体，出台实施重点群体创业推进行动方案。此举旨在通过实施创业环境优化、创业主体培育、创业主体减负等行动，最大限度激发市场活力，释放创业创新动力。计划到2025年底，每年开展创业培训不少于8万人次，帮扶离校5年内高校毕业生创业1.2万人次以上，发放创业担保贷款不少于150亿元。

为进一步提升创业能力，江西省将深入实施创业培训计划，鼓励各地根据不同重点群体、创业需求差异及各领域特点，开设紧贴本地实际的特色课程；实施新生代农民工技能提升计划；开展退役军人退役前技能培训，加强退役后职业技能培训；结合残疾人培训意愿和当地产业特点，提高技能培训的针对性和有效性；加大乡村能人培训力度和农村专业人才培养，挖掘培育一批乡村产业振兴带头人。

为进一步提升创业服务，江西将加快构建创业信息发布、业务咨询、指导帮扶、孵化服务等一体化服务机制；优化导师队伍结构，开展志愿服务基层、服务高校毕业生等系列创业帮扶活动；支持各设区市及县区推进“创业之家”建设，进一步优化孵化基地的功能；为高校毕业生提供政策帮扶、项目指导、孵化服务等支持；优化企业登记服务，实现集中办理、就近办理、网上办理、异地可办，提升登记便利程度。

为进一步减轻创业负担，江西省将引导地方法人金融机构重点加大对小微、民营企业和个人工商户的信贷支持；加大创业担保贷款投放力度，支持金融机构围绕“稳岗扩岗”创新产品和服务，有效满足小微企业融资服务需求。对本省行政区域内的在校及离校5年内高校毕业生、就业困难人员和返乡入乡创业农民工等重点群体，进行服务业行业、小微企业、个体工商户创业，正常运营6个月以上的给予一次性创业补贴5000元，吸纳1人以上新增就业人员并签订1年以上劳动合同的每增加1人给予1000元补贴，最高不超过2.5万元；对吸纳就业困难人员并签订1年以上劳动合同的再给予每人1500元的一次性吸纳就业补贴。



近年来，四川省仁寿县积极推广“稻鱼共生”种养模式，提高农产品品质，带动群众增收。图为7月19日，仁寿县一处生态种养基地，村民在管理水鱼。潘 帅摄（影像中国）