

退休特级教师春节前上线“方老师讲坛” 给莘莘学子看、听《中国科技讲坛》

本报讯（记者姜新）“太好了，中国科技从‘萌芽’→发展→辉煌→衰落→崛起→强盛（未来）’的整个过程都有，我家孩子喜欢，迷上春节前上线的‘方老师讲坛’微信公众号，每期必看。”“是呀，不自觉的孩子单独用手机，我们不放心，但这里有音频，吃饭时候三五分钟孩子，大人都可以听，很实用，大人听了也有收获，不要说孩子了。”春节假期一结束，上班的大人们迫不及待地交流起孩子假期的学习来。

方老师，叫方松飞，1948年生，放弃做校长甘愿调到东洲中学做物理老师的“怪人”。1999年，方老师的《初中物理课堂教学工艺》出版，并获全国课题研究成果一等奖。2000年，他的《怎样使你早日成才》出版。2002年，方老师被江苏省人民政府授予江苏省中学物理特级教师。这年12月，他自编辅导学生的教材《初中应用物理知识竞赛辅导讲座》两册，由东南大学出版社出版，并再版、改版至第12次修订印刷，获江苏省优秀图书一等奖。

2008年，方老师退休，受聘一学校当专职科技教师，创办了校级少年科学院。10年中他辅导的学生，有200多人次在全国的科技创新类评比或竞赛中获全国一等奖、金奖，116项学生发明获国家专利证书。其中2人获邓小平稿费作原



始基金的中国青少年科技创新奖，2人当选为全国少代会代表，分别受到原国家领导人胡锦涛和习近平总书记的亲切接见。2人的发明成果上了央视的新闻频道太空课堂，4人获国际发明展览会金奖，3人获宋庆龄少年儿童发明奖金奖，4人被评为中国少年科学院十佳小院士，3人获江苏省人民政府颁发的青少年科技创新增源奖。这10年，他编著了《发明创造的秘密》《学生成才的秘密》《思维方法的秘密》《实验探究的秘密》《社会调查的秘密》《科技实践的秘密》系列丛书，由东南大学出版社出版，并成为2018年教育部向全国中小学图书

馆的推荐用书。“怪人”方老师厉害不！他还被表彰为全国十佳科技教师、全国创新发明金牌导师。

70岁后，方老师尽管不再去学校“打卡”，但老园丁深情藏沃土，依然热衷于科技育人，同时他越来越爱上新媒体“微信公众号”。“中国发展要靠广大青年挺膺担当。广大青年要厚植家国情怀、涵养进取品格，以奋斗姿态激扬青春，不负时代，不负华年。”聆听了习近平总书记2023年新年贺词后，方老师萌发了上线“方老师讲坛”微信公众号的想法，旨在通过这个线上平台，将退休前曾经编、写过的“育人故事”，进行改编升华，形成章回体系列故事，通过

音频与文字来吸引青少年多媒体学习。

中国科技经历了上下五千年，源远流长。他介绍，“方老师讲坛”将中国科技历程分为六个时期：①萌芽期：夏朝之前；②发展期：夏朝开始到秦始皇统一中国；③辉煌期：秦始皇统一到明朝万历十五年；④衰落期：万历十五年到中华人民共和国成立；⑤崛起期：中华人民共和国成立到中共二十大；⑥强盛期：中共二十大后。为了增强可读性，“方老师讲坛”采取穿越的方式，请出千百年来为中国科技作出重要贡献的人或者事作为“特邀嘉宾”，讲述他们的创新故事。再通过专家评点，将中国科技重大事件串联为240讲（总合计20多万字），每讲800多字，他邀请当教师的外孙和外孙媳妇配上音频，5分钟就能听完。

“我现在身体蛮好，作为30多年的老党员与退休16年的特级教师，我还能为国家做点实事，让孩子爱上科技。”方老师说，“我计划每天2讲，预计4个月结束这个专题，进入新的专题。”

据悉，方老师讲坛1月17号上线，截至昨天粉丝数涨到400多人，春节学生开学后估计会更多。他欢迎家长们搜索“方老师讲坛”微信公众号，加入，并引导孩子阅读或者收听。

正月十五来龙信健身闹元宵吧

龙馨家园会所、龙信玉园会所同步举行



龙信健身在今年1月26日恢复正常营业之后，龙信健身海门区门店也在积极地做好各项准备工作，迎接健身爱好者的回归。

在经过一个多月严冬的蛰伏之后，相信许多人对重启运动生活也充满了渴望。正月十五元宵佳节来临之际，龙信健身海门门店也筹备了丰富有趣的节庆活动，来为大家的运动生活增添新年的喜气！

这次闹元宵活动包括猜灯谜活动及包元宵两个环节，将在龙馨家园会所与龙信玉园会所同步展开。猜灯谜活动的时间为2月4日至5日，所有会员都能到店现场参与，大家一起开动脑筋，感受节日文化，猜中的小伙伴可以跟

工作人员兑换奖品。包元宵的时间为2月4日15:00至17:00，限额30组家庭免费报名，可以锻炼动手能力，体验节日氛围，参与人员同样可以领取奖品并把包好的元宵带回家。

过去的那段时间，大家对健康生活有了更加深切的需求，而满足大家的需求是龙信健身一直以来的追求目标。新的一年，龙信健身也整装待发，为大众体育的发展添砖加瓦！

龙馨园会所：海门区丝绸路499号，电话：0513-81203328
龙馨家园店：海门区长江路88号，电话：0513-81263666
龙信玉园会所：海门区长江路666号，电话：0513-82600006
龙信广场会所：海门区龙信购物中心金街129号3楼，电话：0513-81269666
龙信健身——

健康生活的传播者
(广告)



民生听力
专业 诚信 关爱民生
听力康复专业验配
地址：海门城区人民西路264号（原人民医院对面）
健康热线：82132333 (广告)

相亲找对象，就到“海之恋”



南通海之恋婚恋服务有限公司是一家专业从事婚姻介绍、恋爱培训与指导、心理咨询的婚恋服务机构，该公司正规合法，所有单身信息真实可靠，有专业红娘提供精准、高效、私密安全的一对一服务。

海之恋婚恋拥有独立的单身信息数据库，有事业编制、公务员、企业管理层等优质资源，是单身朋友拓展寻找缘分的理想渠道，让单身朋友的寻缘之路更快捷、更顺畅，尽快找到属于自己的幸福。

单身会员推荐：

男生M3858，海门人，1995年属猪，帅气，身高180cm，体重73kg，985本科。海门和南通都有房，海门银行在编，年薪20万+，父公务员，母退休后经商。找大一岁以内，160CM以上，本科以上学历，有房，海门和南通工作的优秀女生。

男生M3865，海门人，1991年属羊，身高176cm，体重74kg，苏州有房，苏州户口，苏州软件工程师，年薪18万+，父母在职，找158cm以上，本科以上学历，同岁以内，苏州工作的女生。

男生M3863，海门人，1996年属鼠，苏州和海门都有房，高174cm，体重68Kg，英俊潇洒，985本科，苏州自营传媒公司，年薪50万+，父母在职，找160cm上，本科以上，同岁内，苏州和海门工作的女生。

男生M3765，海门人，30岁属鸡，未婚，身高183cm，体重75Kg，长相帅，本科，年薪25万+，南京市政设计工程师，南京和海门都有房，父母有退休金，现在住南京。找同岁以内，160cm以上，本科以上，南京工作的优秀女生。

男生M3908，海门人，27岁属鼠，未婚，身高184cm，体重85Kg，长相帅，本科，年薪50万+，上海机

场集团项目总监，海门上海都有婚房，父母有退休金。现在住上海，找大二岁内，160cm以上，本科以上，上海工作的南通籍优秀女生。

男生M3914，上海人，33岁属羊，未婚，身高174cm，体重67Kg，长相帅气，本科，年薪30万+，上海曹河泾某公司软件项目经理，有海有婚房，父母有退休金。现在住上海。找同岁以内，160cm以上，本科以上，上海工作的南通籍优秀女生。

男生M3849，1995年属猪，祖籍山东，身高175cm，体重75kg，帅气，上海浦东央企工程师，年薪20万+，硕士落户上海，父母有退休金，找160cm上，大二岁内，女生户籍不限，在上海工作的外地人都行。

男生M3926，海门人，34岁属马，未婚，身高180cm，体重73Kg，帅气，本科，年薪15万+，上海某国企工作，上海徐汇区二套房，松江一套，父母有退休金，现在住上海。找同岁内，158cm以上，本科以上，户籍不限，上海工作的南通籍优秀女生。

男生M3929号，1995年属猪，河南人，老家商品房三套，有二个门面房，等待落户上海。身高185cm，体重80kg，帅气，上海浦东临港芯片开发工程师，年薪30万+，在职复旦读博，父干部，母开公司，条件好，有个妹妹，找160cm上，大一岁以内，本科以上，原生家庭，上海工作的外地人都行。以上信息真实可靠。

只有专业，值得信赖。
咨询热线：400-8256-520；
13912435363（微信同号）
地址：海门区瑞江路233号（苏城大厦8楼）（广告）

海门双爱黄金珠宝行
九大品牌聚集专营商行

扫描二维码 关注得优惠

微信公众号 打开抖音扫描二维码
电话：0513-82295548
地址：海门区解放中路959号

万福堂膏方节进行中

冬令进补，扶正补虚，万福堂中医诊所膏方节进行中，对于久病虚弱、年老体衰、肿瘤术后、产后失调、妇女更年期、小儿脾胃虚弱体弱多病者均适合膏滋调理，可以起到防病治疗、增强体质的作用。

进入冬季，人体防御疾病的能力下降，而冬季又是多种疾病的高发季节，因而提高自身免疫力就显得尤为重要。实践证明，亚健康人群服用膏滋后，经过膏滋的全面调理，来年精神饱满，体质增强，可防未病，治已病！

海门万福堂特聘请名老中医邱公量、张新堃坐诊，按照一人一方来专业定制。让每个服用膏滋的顾客改善体质，增加抵抗力，提高健康水平！

地址：海门区江海路163号（老文峰向北200米红绿灯路口）
电话：13921661808 0513-81209771 (广告)

珍藏级
剑南春

海门代理：扬长酒行
董事长：蔡东升
(区超市流通业商会会长、名酒商会会长)

建议零售价：888元/瓶

海兴店：海兴路1号（长途车站斜对面）13962905111
丝绸店：丝绸路318号（狮山路口西侧）13814679378
车城店：瑞江南路116号（车城西大门）13921660872
苏中店：富江路1015号（苏中名酒城）15862807009
三星店：三星镇金三角（原佳美超市）13814698139
巴蜀流香老酒铺：北海路606号 13813769811
配送中心：华瑞路11号 18252887979 (广告)

Longxin 龙信健身

开工大吉
农历正月初五

新的运动计划
已经拉开序幕
让我们从严冬中苏醒
去迎接健康生活的回归

2023.1.26
正式营业

关注“龙信健身”
公众号获取更多资讯

申丞护理院：颐养天年的好地方



长江边，有一处幽雅宁静的建筑，园林式设计，并融入适老化、无障碍的人性化元素。走进这里的人们，特别是中老年朋友，大多有一种想住在这里的冲动，这里就是海门区养老中心。

该养老中心由海门区政府投资建设，上海申丞医疗投资控股有限公司负责运行，是一家公建民营医养结合养老机构，也是医保定点单位和照护保险定点单位，目前入住老人近500人。

养老中心内设老年公寓、申丞护理院、申丞医院，共设床位628张，拥有优秀的医养结合运营管理团队和一批专业技术人才，可为老年人提供全方位的养老照护服务，包括生活照顾、膳食营养、文体娱乐、健康保健、

未病防治、康复促进、医疗护理等。“父母住在这里，我就放心了”，这是子女们的心声。

“为老人造福，替儿女尽孝，帮社会分忧”，这是申丞护理院的服务宗旨，也是社会老龄化的迫切需求。

申丞致力于营造“比家更温暖”的生活环境，让健康长者，老有所养、老有所乐；让失能、半失能长者，得到更专业的康复护理照顾，提高生活质量；让所有入住长者，愉快地享受晚年生活。

地址：海门区苏州路399号（海宁寺路北）
联系电话（微信同号）：15335088989 (广告)

双爱黄金珠宝 新春旺销

今年的新春佳节，许多宅家的人都走出家门逛商场、看电影、购物，与去年相比，今年的年味更浓，人气更旺。

双爱黄金珠宝饰品今年春节期间销售明显增长。新年买黄金有吉祥富贵、添金添福等寓意，该行推出了许多优惠措施，还有抽奖活动，客户络绎不绝。图为客户正在选购喜爱的黄金饰品。

通讯员朱佩摄

