

金山卫镇主动对接做好人才安居服务

“梦想家园”圆了人才“安居梦”

近日,34岁的陈乐正忙着利用空闲时间看房。2023年底,陈乐按照新颁发的金山区重点转型区域人才购房政策方案,成功获得购房资格,成为金山卫镇首批即将在金安居的青年人才之一。

陈乐是苏州人,来金工作已有五年。过去,受限于房地产限购政策,单身的她只能等待观望。新政策实施后,不仅满足了她的安居愿望,也让她感到未来更有奔头,“以后就是好好工作,扎根金山了。”陈乐笑谈。

而在金山卫镇,像陈乐这样“找到归属”的青年人才越来越多。

人才是“软实力”,更是“硬支撑”。近年来,为了更好地吸引人才、留住人才,金山卫镇从“人才安居”入手,主动对接、跨前服务,由镇组织部

门牵头在受理中心设立专窗开展一站式服务,为购房人才提供专业化办事指导。目前,已有18名人才认定成功,同时持续深化“梦想家园”保障性租赁住房、新时代城市建设者管理者之家的服务功能,让各类人才宜居在金卫,乐业在金山。

“我们在‘梦想家园’租赁住房已经有约12年了,可以说看着它一步步变化发展起来,感触很深,感情也很深,真的有家的感觉。”紫荆花涂料上海有限公司行政部工作人员廖红岩表示。作为2012年起的第一批房客,紫荆花目前有近130名员工在“梦想家园”安居,他们最大的感受就是服务好、效率高。

“日常遇到一些维修工作、困难琐事,说一声立马就给办妥了。而且春节、元宵节还会组织包饺子、做汤圆等活动,对在外不能回家的人来

说,特别温暖、特别好。”廖红岩说。

据悉,“梦想家园”是金山卫镇重点打造的保障性租赁住房项目,由上海联住实业有限公司具体运营。该住宅小区总建筑面积10万平方米,包括21幢宿舍型和3幢高层成套型房源,其中宿舍型房源1904套,高层成套型房源366套,主要为金山卫镇、碳谷绿湾及周边镇和产业园区内企业职工解决住宿需求。

“在管理上设有周界防范系统、闭路电视监控系统、电子巡更系统、楼宇可视对讲系统、门禁一卡通等,保障住户的人身财产安全。住宅小区周边还有4200平方米的商业街,有超市、特色餐饮,方便住户的日常生活。”上海联住实业有限公司总经理蔡小红介绍,“目前,已有嘉宝莉、汇得科技、紫荆花、立邦、东大等企业住客2300多人。”

去年起,“梦想家园”还作为“新时代城市建设者管理者之家”试点,为参与金山区建设、提供公共服务的市容环卫、建筑工人、邮政快递、物业服务和城管保安等基层建设者们提供租赁服务,陆续推出了250多套房源。

近期,联住公司还规划在“梦想家园”打造700平方米的活动中心,将设立阅览室、乒乓球室和健身房等活动空间,丰富安居人才的精神文化生活。

“这里环境很好,对需要休息落脚的上班族来说很友好、很舒心。”住客姜东卫表示,他在金山卫镇工作了八年左右,一直住在这里,对这里的变化感受很深,也对未来“梦想家园”的发展充满期待,“希望今后越来越好,更加宜居、人性化。”

通讯员 付婷

近日,漕泾镇社区卫生服务中心在汇安小区开展上门服务时,遇到杨阿婆的老伴前来寻求帮助,药师何兴美立即前往杨阿婆家中给予指导。

何兴美了解到杨阿婆患有糖尿病十余年,但用药依从性较差,生活饮食习惯不规律,导致血糖不稳定,于是纠正杨阿婆错误的用药和日常饮食习惯,现场指导胰岛素笔的正确使用方法,并帮她清理家庭药箱,淘汰过期药品。一周后,杨阿婆来到漕泾镇社区卫生服务中心糖尿病“医药护”联合门诊,对近期血糖控制情况作“汇报”。现场,坐诊医生金超琼耐心予以指导解答,并叮嘱杨阿婆一定要调整好日常生活饮食习惯,争取早日让血糖稳定下来。

据了解,漕泾镇社区卫生服务中心糖尿病“医药护”联合门诊是一个由医生、药师和护士组成的特别门诊,于每周四开诊,为患者提供糖尿病诊疗、合理用药指导、血糖监测护理及生活习惯指导等服务,让患者一次就诊就能享受到医疗、药学、护理“三位一体”的大会诊。除了门诊的专病诊疗以外,“医药护”团队还会对患者开展线上线下的跟踪随访,以及一对一的健康指导。

此外,针对行动不便的患者,“医药护”联合服务延伸至村居委及村民家中。在该团队成员从门诊到居家全方位跟踪服务下,患者们依从性不断提高,血糖得到有效控制。去年,该门诊成功创建“2023年度基层医疗卫生机构糖尿病规范化管理中心三星门诊”。

目前,漕泾镇社区卫生服务中心还开设了消化道疾病联合门诊和呼吸系统疾病联合门诊。“希望通过组建‘医药护’团队,打造‘线上+线下’‘门诊+居家’的服务形式,更好满足村民多层次、多方位的健康服务需求。”漕泾镇社区卫生服务中心主任王芳介绍。

通讯员 杨阳

在山阳镇华新村村委会门前,市民张银观正准备乘坐公交前往金山万达广场,看到新换的“墨水屏”,他赞不绝口。

今年,山阳镇聚焦建设“15分钟交通生活圈”,为辖区内74个公交站点新增“墨水屏”公交站牌,依托实时预报系统,让市民的公共出行更便捷。据悉,在公交站点的显示屏上,不仅可以看到途经的公交线路、站点信息、到达时间,还能实时显示日期和天气等信息。

此次,山阳镇新增设的公交电子站牌实时预报系统涉及山阳1路、山阳2路(工业区)、山阳2路(沪杭公路)、1686路四条公交线路。“目前,已完成了49个站点的安装,还有25个站点预计今年下半年完成。”山阳镇规划建设办工作人员蒋浩介绍。记者 武云卿 王佩永 通讯员 刘诗寒

信息一目了然 出行便捷舒心



花开新时代

4月20日,第二届上海湾区牡丹节期间,乔乔艺术团和众爱敬老为民志愿者服务队到廊下郊野公园大舞台进行了一场公益文艺演出。活动现场春意盎然,节目精彩纷呈,气氛欢快热烈,广大市民游客度过了一个美好的下午。

通讯员 李丹 鞠毅 摄

3·15 消费的参谋 维权的后盾

桑葚小知识

眼下正是桑葚大量上市的季节,酸甜可口、丰满多汁,吃法颇多。

桑葚享有“21世纪最佳保健水果的美誉”,其膳食纤维含量在水果中属于优秀水平,其不溶性膳食纤维含量高达4.1g/100g,同为浆果的蓝莓总膳食纤维含量为2.4g/100g。同时,桑葚的维生素C含量和橙子差不多,比同为浆果的蓝莓高很多,将桑葚作为日常补充维生素C的来源是不错的选择。吃上100g(约为20颗)桑葚摄入的维生素C就能满足一般成年人每日需求量的40%了。

硒是人体必需的微量元素,参与调节甲状腺功能、新陈代谢、血液循环,也能维持正常的免疫功能。根据《中国食物成分表》中的数据显示,桑葚含有丰富的硒,为5.65微克/100克,比苹果、桃子、菠萝、梨、葡萄等常见水果都要高。

花青素具有抗氧化、抗癌、抗炎、抗过敏等活性。多吃富含花青素的食物可以减轻身体的炎症反应、保护心血管健康、预防认知功能下降。花青素还能起到保护视力的作用,不

仅能让眼睛尽快适应黑暗环境,还可以改善近视、缓解视疲劳导致的视力模糊。桑葚的花青素含量与品种、颜色、成熟度、生长环境等因素有关,一般为14—347mg/100g,颜色越深含量越高。紫黑的桑葚花青素含量最为丰富,远超蓝莓、黑米、紫玉米、葡萄等食物。

不过,桑葚花青素在氧气、光、热等因素的作用下易褪色和降解,因此在干制、制汁、杀菌等加工环节会受到损失。直接榨汁对花青素的保留还算完好,但最好别丢掉果渣。

此外,桑葚中还含有白藜芦醇,含量为6.854mg/100g。白藜芦醇能帮人们抗氧化抗炎,对自由基具有很好的清除作用。对心血管健康十分有益,可抑制血小板凝集、调节脂质代谢,预防血栓的发生。

整体来看,桑葚的营养不错,而且价格相对便宜,性价比高。适当吃一些桑葚还能带来饱腹感,并能促进胃肠蠕动,对肠道健康有益。关键是桑葚的热量不算高,和蓝莓、苹果差不多,对减肥人士也很友好。

晒价格

大大方方“晒”运价

单位:元

日期:2024年4月

Table with columns for route names (e.g., 金山→成都, 金山→武汉), transport companies, and average prices for heavy and light cargo.

注:1.表中价格为集散地与集散地之间的零担公路运输当月平均价格 2.以上信息由上海新跃物流提供 3.询价电话:4006-000-000 4.晒价网址:http://www.jsfgw.gov.cn(“价格行情”栏目) 5.如有建议,还可将信息反馈至 jsqwj1327@126.com