

“网络+”“云协商”“线上联”，为文峰街道政协工委和群众搭建沟通平台——

“三个朋友圈”助力“有事好商量”

“虽然现在电话、微信、QQ都很便利，但是信件也是不可缺少的。我们小区信箱已经破旧得无法使用了，生活还挺受影响的。我们就在朋友圈里提了一下，没想到就成功了。”15日，崇川区文峰街道厂北社区锦安花园居民陆惠在接受采访时，高兴地说。

陆惠提到的朋友圈就是文峰街道“有事好商量”协商议事室创新形成的“三个朋友圈”，分为收集民意朋友圈、议题形成朋友圈和解决问题朋友圈，实现“委员联群众”“工委联委员”“工委及委员联职能部门”，有效提高民情流转、协商议事和落实反馈的运转效率。

“网络+”拉近人员距离

文峰街道政协工委不断探索网络元素与工作实践深度融合，尝试用新媒体拉近工委、委员、群众和职能部门之间距离。早在打造“政协委员之家”的时候，文峰街道就公布委员微信二维码，让群众时时处处都能倾吐心声、反映民情。

“有事好商量”协商议事室成立后，文峰街道更进一步，想深一层，组建三个朋友圈，确保居民反映的痛点难点问题快速进入“有事好商量”平台，并且做到“件件有回音、事事有落实”，街道“民生专题月”议题中的2/3均来自“三个朋友圈”。

文峰街道党工委书记陆燕感慨道，“网络+”真正把居民和委员请进党委政府决策过程、请进基层治理实施过程，让党委政府能够把好事做好，提升辖区居民参与感、幸福感和安全感。

“云协商”打破时空限制

在“探索小区封闭管理 拧紧居民‘安全阀门’”专题协商议事活动中，文峰街道政协工委响应疫情防控要求，积极探索会议协商与网络协商相结合，以“三个朋友圈”等方式打通场内场外、线上线下、圈内圈外“小循环”。

此次协商活动方式新颖、议题应景，委员们虽然不能身处同一空间，但是都从各自专业出发，利用“三个朋友圈”等，立足“商前调研三

摸清”，提出建设性意见。大成律师事务所资深律师陆呈虹委员提出，“小区封闭管理目前没有相关法律规定，呼唤出台相关立法。目前《小区居民公约》不失为一种好的解决方法。”

文峰街道政协工委委员蔡敏说：“‘云协商’打破了时空限制，为我们随时随地充分参与协商互动创造了可能，让我们本职工作和委员履职两不误”。

“线上联”提高办成速率

红星社区“有事好商量”协商议事室召开的“红星嘉园生活垃圾和建筑垃圾堆放点建设”专题协商议事活动，就“堆放点、垃圾桶冲洗点的选择和建设”形成统一意见，但在实施过程中难有进展。

文峰街道政协工委积极运用“三个朋友圈”，在挂点委员的协助下，向上级寻求帮助。崇川区政协对此高度重视，运用自身资源，第一时间联系相关部门和企业，多方联动讨论意见可操作性，形成实操方案，迅速将建议意见落实到位。

“线上联”拉平了沟通层级，扩展了资源网络，加快了落实速度，真正做到“能办的快办，有困难的创造条件办”。在“三个朋友圈”的基础上，我们将持续深入挖掘网络与政协工作、‘有事好商量’协商议事‘联结点’，不断加大政协工作中的网络力量。”文峰街道政协工委主任孙燕说。

本报记者陈可 本报通讯员张咪

这所学校一年级新生午休有创新 “躺下去”午睡收效明显

晚报讯 “午饭过后，列队上楼，在自带的瑜伽垫上听着故事步入梦乡……”这是紫琅湖实验学校小学部这几天中午的一道风景。该校小学部的教师们为了让一年级新生中午能够好好休息，根据学校现有条件，安排一年级学生在专用休憩室午睡。

紫琅湖实验学校是今年新投入使用的九年一贯制学校，也是我市唯一一所市直九年一贯制学校。新学期开始后，该校为了让一年级新生幼小过渡阶段更加平稳顺利，让新生在学

校内继续开展“躺下去”的午睡，收效明显。

该校小学部主任王海霞有着多年小学教学经验，她表示，步入小学阶段后，在幼儿园养成午休习惯的孩子都会有些不适应，幼儿园的小床变成了小学的课桌，孩子们只能趴

在桌上午休。为了增加一年级新生的午休效率，也考虑到孩子踏入小学后外部环境的变化较大，不利于幼小衔接的平稳顺利，所以学校经过讨论后，将暂时闲置不用的三楼教室改为一年级新生的休憩室，让新生们在休憩室内躺着午休。王海霞说：“这种休憩室的设置是暂时的，等孩子熟悉小学生活后，就可能会取消。经过这几天的对比，我们发现孩子躺下休息后，下午上课时的注意力更加集中，教学效率明显提高了。”

据王海霞介绍，这种休息模式是一种创新，老师们在午睡前会朗读各种儿童故事，一方面让孩子在故事中进入梦乡，另一方面，利用午休的间隙拓展一年级新生的阅读面。

记者沈樑

协同攻克无人驾驶汽车抗干扰难题 通大毫米波雷达抗干扰研究取得突破

晚报讯 15日，百度联手央视新闻完成全球首次全无人驾驶直播，这标志着中国自动驾驶迎来新突破。就在此前5天，《中国交通报》以《南通大学毫米波雷达抗干扰研究取得突破》为题，报道该校交通与土木工程学院副教授许致火在协同无人驾驶汽车抗干扰难题方面取得的科研成果。作为国内第一套毫米波雷达抗干扰波形仿真系统，目前研究人员将相关的技术在国际权威期刊发表论文8篇，并获得国家自然科学基金项目、江苏省自然科学基金项目等立项资助。

“当越来越多的无人驾驶汽车在路上行驶交汇时，其中任何一个汽车微波雷达发射的信号，都可能成为其他雷达的强干扰源，有

可能导致无人驾驶汽车误判，甚至造成重大交通事故。”许致火说，有效阻止雷达信号间相互干扰，确保汽车零风险安全行驶，是无人驾驶汽车必须攻克的难题。

英国伯明翰大学在雷达研究上具有开创性贡献，发明了世界上第一个雷达磁控管。许致火团队与伯明翰大学合作，从事新一代高分辨率毫米波汽车雷达研究，致力于高分辨抗干扰技术的突破。团队历经5年协同创新，所开展的无人驾驶车辆微波雷达抗干扰研究，其预期研究成果将有效抑制汽车雷达间的干扰，对提升无人驾驶汽车安全性具有重要的学术意义和应用价值。

通讯员陈妍 袁小平 记者冯启榕



昨天，崇川区陈桥街道五里树社区举行“世界清洁地球日”主题活动，现场通过认领河边树木、清理河岸垃圾、旧书置换等活动向村民们宣传河长制、河岸安全以及环境保护知识，共同维护自己的居住环境。

记者徐培钦

轨道交通开展砌筑技能比武 100余名“能工巧匠”同台竞技

晚报讯 昨天，一场砌筑技能比武在轨道交通1号线一期工程静海大道站举行，这也是轨道交通2020年“质量月”系列活动之一。1号线一期工程机电安装7个标段和土建07、08标段共100余名“能工巧匠”同台竞技。

轨道交通是南通百姓最为关注的一号工程，工程的安全质量尤为重要。“砌筑比武作为‘质量月’系列活动之一，有助于提高各参建施工单位的机电设备安装及砌筑专业技能。”轨道公司党委书记、董事长王智表示，9月是全国质量月，轨道公司按照建设“精品工

程、优质工程、安全工程”的要求，组织全员质量安全教育，助力轨道交通工程质量管控，促进轨道交通工程建设又好又快推进。

市质监站副站长刘小文告诉记者，围绕“质量月”活动，市质监站将针对轨道交通车站主体结构施工质量、成型隧道管片质量、安全质量隐患排查等工作开展专项检查，力争进一步夯实各参建单位主体责任。

当天，“廉洁示范项目”同步揭牌，轨道交通1号线一期工程机电安装7个标段项目负责人向轨道交通公司递交了《质量承诺书》。

记者蒋娇妍

我的“四气”退休生活



本栏目面向在南通六院就诊、住院的患者、家属以及南通市老年大学学员征稿，文体不限，1200字左右。文末注明姓名、联系电话。

投稿方式：

1. 手写稿请联系：80886998

2. 电子版作品请投递邮箱：nt6yfwzx@163.com。

我国医学认为，精气为生命之本。精气不仅与人的生命起源有关，更是维持人体稳定源泉。以气养生是健康长寿的重要一环。退休10年来，“四气”充实了我的退休生活。

上学静气。老年人应该多些静气。有了静气就会少浮躁，就会多一份淡定从容，多一份雅致空灵。退休后，我先后报名参加了市老年大学葫芦丝、电脑组装与维修、二胡、剪纸、图像处理等课程的学习。参加老年大学的上课学习，使自己的心静了许多，情绪乐观，生活充实，思想开阔，把忧愁烦恼、孤独寂寞等不良情绪抛到了脑后，从而促进了身心健康。

吹乐通气。年轻时我在部队宣传队待过，在那里学会了吹中音号乐器。退休后我又“重操旧业”，购置中音号后，每天与趣味相投的老年人在一起合奏。我们一起吹奏《走进新时代》、《我和我的祖国》，一曲曲悠扬动听的音乐旋律，让人陶醉。儿童歌曲《我们的祖国像花园》、《让我们荡起双桨》让白发人享受着童年乐趣。《美丽的草原我的家》、《呼伦贝尔大草原》增强了我对祖国大好河山的热爱。通过吹号使胸廓得到最大限度的扩张，使更多氧气进入肺部，从而提高了肺活量，也促进了心脏血液循环，提高了心肺耐力。不仅“赶走”了我的心脏早

搏，还提高了免疫力，增强了体质。同时，吹奏让我心情得到了放松，双手的灵活度增强，背谱吹奏也使自己的记忆力得到了加强。

聊天舒气。聊天可以舒畅心情，排除杂念，达到物我两忘的境界。退休后，我喜欢与一些好友聚在一起聊天，什么社会新闻、国家大事、生活常识、家庭共性问题等无所不谈，或者开开玩笑、逗逗乐。我与一位好友，每月我俩至少会面一次，遇到不愉快的事时，我俩一交流就解除了一时的不愉快，摆脱了忧郁、疑虑等情绪。我俩形成了一个共识：遇到不愉快的事不生闷气。同时，常聊天消除了孤独感，心情能经常保持舒畅。

剪纸养气。人们常说，练书法最能“养气”。我以为，剪纸同样如此。剪纸是我的喜好，退休后有了更多的时间进行剪纸作品创作。反腐倡廉、森林旅游节、防疫、社区人物等多个系列剪纸，多次被国家、省、市媒体和公众号平台刊用、发布。我觉得，剪纸一方面能使自己从紧张中轻松起来，另一方面又能从闲散中充实起来，从而起到调节生活节奏以及内在系统平衡的作用。剪纸不但使身体得到锻炼，而且使中枢神经经常有美的信息储存于脑际，将力量送到刀尖，倾注于纸上，心灵也得到净化。

蒋春昇