

发挥桥梁纽带作用 用心用情服务科技工作者

——市科协2025年全国科技工作者日主题活动记事

全媒体记者 孙莹

为全方位宣传对科技工作者的关心关爱,切实将党和国家的温暖传递至每位科技工作者心间,在第九个全国科技工作者日即将到来之际,近日,市科协联合市中医医院在市第三高级中学开展了以“智领杏坛 情暖师心”为主题的双服务活动,创新推出“AI赋能+中医守护”服务模式,为教育领域科技工作者提供智慧教育与健康管理双重支持。

“智汇科普+AI讲堂”:解锁教育数字化新技能

活动现场,市科协科普部推出的“智汇科普+AI讲堂”获得市第三高级中学教师的热烈响应。市科协科普部田帅凭借其多年计算机行业从业经验及科普经历,为市第三高级中学的教师们量身打造了专属课程。课程重点聚焦国产DeepSeek大模型这一人工智能新领域,采用“原理透析——实操演练——场景应用”三维教学模式。在理论层面,通过解析AI“算法+数据”的核心原理,消除技术神秘感;在实践层面,通过现场教学“三段式提示语”编写技巧,提升人机交互效率;在创新应用层面,聚焦教案设计痛点构建智能解决方案。通过动态可视化技术将传统教学中难以具象化的抽象

概念转化为直观可操作的教学场景。这种通过可视化推演和互动探究将抽象知识动态呈现的机制,不仅显著提升了知识的可理解性,更有效促进了学生的深度学习,最终实现课堂教学效果的质的飞跃。

经过系统化课程培训,50余名参训教师对人工智能在教学中的应用形成共识:“AI技术并非取代教师的‘黑科技’,而是激发教学创新的‘倍增器’。”通过理论与实践相结合的学习,教师们不仅掌握了人机协同教学的核心方法,更实现了教育视野的立体化拓展与教学手段的多元化升级。参训者普遍反馈,此次培训有效提升了智能教育素养,为课堂教学注入了创新动能。

中医义诊:为科技工作者健康保驾护航

“智汇科普+AI讲堂”课程结束后,市科协联合市中医医院开展了中医义诊活动。活动现场,集结肾性糖尿病科、康复科等多个特色科室专家团队,

为教职工们提供面对面的健康咨询和诊疗服务。并根据教职工的个体健康状况,从日常保健到疾病预防给予全方位专业指导,既传递了社会各界对科技



工作者的关怀,也有效提升了教育工作者的健康获得感。

本次活动累计服务教师百余人次,不仅是对科技工作者身心健康关怀的

具体体现,更是推动形成全社会尊重科技工作者、关心科技工作者良好风尚的重要举措,切实帮助科技工作者以更佳状态投入创新教育事业。

科普宣传:为科普工作筑牢法治根基

借助本次活动,市科协通过多种形式开展科普宣传工作,发放《中华人民共和国科学技术普及法》宣传册100余份,并设置专题宣传展示区,结合现场讲解,大力弘扬吉林人参、鹿茸等特色品牌文化。同时,重点宣传党中央关于科技创新的重大决策部署,传递对科技工作者的深切关怀。

通过重点宣传新修订的《中华人民共和国科学技术普及法》,旨在强化学校这个主体的科普责任意识,激发科技工作者参与科普工作的热情。同时,还

向广大科技工作者致以节日问候,为即将到来的全国科技工作者日营造良好氛围。

本次系列活动是贯彻“教育、科技、人才三位一体”战略的生动实践,通过“智慧赋能+健康护航”的组合服务,在有效提升了教师群体的科技应用能力的同时,有力筑牢了创新人才的健康基石。市科协相关负责人表示,将持续深化科技工作者服务体系,确保科技工作者能够享受到更加全面、便捷、高效的服务,为新时代教育强国建设注入新动能。

以法为帆护河湖 典耀万家谱新篇

市水利局举办“法润河湖 典护万家”知识竞赛

本报讯(全媒体记者 崔圣驰)今年5月,正值我国第五个“民法典宣传月”,为扎实推进法治水利建设,5月21日,市水利局以法治宣传教育为抓手,创新普法形式,在党员活动室举办市直水利系统“法润河湖 典护万家”知识竞赛活动,为水利法治建设注入新动能。

本次知识竞赛汇聚了市水利局机关代表及直属单位代表组成的8支代表队24名选手,形成激烈角逐之势。竞赛题目紧密围绕《中华人民共和国民法典》,深度融合物权、合同、人格权、婚姻家庭等法律知识,同时结合水利法律法规与党内法规常识,实现法治知识的多维覆盖。在必答题、抢答题、风险题、踢球题等丰富题型设置中,无论是单选题、多选题的精准考量,还是简答题的深度挖掘,题目均立足实际生活场景,将专业法律条文转化为通俗易懂的知识要点,既体现专业性,又增强实用性。此外,现场还穿插了有奖问答互动小游戏,增强了竞赛的趣味性,提升了观众的参与性。

赛场上,参赛选手们展现出扎实的法律知识储备与昂扬的精神风貌。面对必答题沉着冷静、对答如流;在抢答题环节眼疾手快、踊跃抢答;应对风险题时深思熟虑、精准作答,将竞赛氛围一次次推向高潮。经过多轮激烈比拼,最终,水利局机关代表队凭借卓越表现获得“团体一等奖”,水利勘测规划设计研究院与水库移民中心代表队斩获“团体二等奖”,水利勘测规划设计研究院与南北河管理中心代表队荣获“团体三等奖”。

市水利局相关负责人表示:“此次比赛不仅是一场法治知识的比拼,更是一次生动的法治教育实践,有效提升了全体干部职工对《中华人民共和国民法典》的理解与运用能力。全体干部职工要以此次活动为契机,以赛促学、以学促用,将法治理念深度融入水利工作全领域、全过程,为全面推进四平新时代水利高质量发展筑牢坚实法治根基,以法治之力护航河湖安澜,以法典之光照亮民生之路,奋力谱写水利法治建设新篇章。”

粽叶飘香时 邻里情更浓

海丰园社区携手吉林银行九洲支行开展端午包粽子活动

社区 那些事

本报讯(全媒体记者 邵杰)为弘扬中华优秀传统文化,丰富社区居民的节日文化生活,近日,铁西区海丰园社区携手吉林银行九洲支行组织辖区居民开展包粽子活动,活动共吸引50余名居民参与。

活动中,工作人员将提前浸泡好的糯米、青翠的粽叶以及馅料分

区陈列,参与者们围坐在长桌旁,熟练的居民主动担当起技术指导,手持粽叶边示范边解说。最后大家看着一个个包好的粽子,大家喜笑颜开,现场气氛温馨而热烈,收获满满。

此次活动,不仅让居民深刻感受到传统文化的韵味,更促进了辖区邻里的团结与和谐,传递了居民大家庭的温暖。海丰园社区相关负责人表示,将持续开展相关弘扬民族文化的活动,丰富广大居民生活,不断增强大家的获得感和幸福感。



“六一”国际儿童节前夕,四平慈善群组织“仁德爱心协会”“心园”“达贤医养”等爱心公益团对市区30名困境儿童进行走访慰问,并为他们送去慰问金15000元及米、面、油、鸡蛋等物品。
通讯员 赵雷 摄

送法入园迎“六一” 法治阳光护成长

丰茂社区携手市中级人民法院开展普法教育活动

本报讯(全媒体记者 刘莉)为增强幼儿的法律意识和自我保护能力,在“六一”儿童节来临之际,铁西区英雄街道丰茂社区党委联合市中级人民法院,在市澜曦幼儿园开展“法官说法点”普法活动,为孩子们送上一份特殊的节日礼物,让法治的种子在孩子们幼小的心灵中生根发芽。

活动现场,法官们针对幼儿的认知特点,用生动有趣的语言、形象直观的图片和简单易懂的动画,深入浅出地向孩子们普及了反对校园暴力、交通安全和个人保护等相关法律知识。在反对校园暴力环节,法官通过讲述小故事,让孩子们明白友好相处、互相帮助的重要性;在交通安全知识讲解中,结合常见的交通标识和场景,教导孩子们如何安全过马路、乘车等;在个人保护方面,引导孩子们认识自己的身体隐私部位,学会拒绝陌生人的不当行为。在互动问答环节,孩

子们积极踊跃参与,法官们给予了充分肯定和鼓励,并发放了小礼品,进一步激发了孩子们学习法律知识的热情。

此次活动是社区与市中级人民法院积极推进法治教育从娃娃抓起的重要举措,不仅让孩子们在轻松愉快的氛围中学习了法律知识,增强了自我保护意识和能力,也为营造安全、和谐、法治的校园环境奠定了基础。丰茂社区党委将继续联合相关单位开展更多形式多样、内容丰富的普法活动,为居民提供更加优质的法律服务。



科普之翼

四平市科协 四平日报社

管住嘴, 就不会得痛风了吗

这些因素作怪,还是可能反复发作。

如今痛风非常常见,大家都知道尿酸和痛风的关系,控制尿酸,就要控制食物中的嘌呤。但是,有的人明明已经严格控制饮食,结果还是出现了高尿酸/痛风,这又是怎么回事?

人体中的尿酸大概只有20%是来源于食物中的嘌呤,剩下80%是由细胞代谢产生的。也就是说,去除饮食因素,也有其他因素可能会诱发痛风,比如遗传、体重、年龄、疾病、精神因素等。

高尿酸/痛风是一种遗传和环境因素共同作用的复杂疾病,即便天天在保温杯里泡枸杞,痛风依然是有可能找上门的。看到这里,你可能会想:“既然管住嘴也可能出现痛风,那干脆不管那么多,及时行乐,该吃吃该喝喝算了。”

这种想法想想就好了,但别真这么做,控制饮食依然是必须的。高尿酸/痛风是一种代谢性疾病,和糖尿病、高血压都是同胞兄弟。而且患者常伴有肥胖、脂肪肝等,所以我们一定要干预,不能简单地把高尿酸/痛风看成一种简单的疾病。

对高尿酸/痛风患者来说,控制饮食算是众多诱因

当中比较容易控制的要素。管住其他因素你可能无从下手,但管住嘴总不能不知道怎么做吧。另外,虽然人体细胞代谢产生的尿酸占比高,但量是相对稳定的,而那20%来源于食物的尿酸,却有可能因为你的这一顿大餐而产生较大的波动。要知道,很多急性痛风的发作和血尿酸水平的变化幅度有关,血尿酸突然升高,就有可能导致痛风急性发作。吃的时候是开心,痛的时候就恼火了。

所以朋友们还是应该养成低盐、低糖、低油、低嘌呤,适量优质蛋白优质脂肪,且食物多样化的饮食习惯,配合适度的力量运动+有氧运动,把自己的体重控制在合理范围。

高尿酸/痛风是一种代谢性疾病,需要建立良好的饮食、运动、健康等生活方式,但也不是仅靠改善生活方式就能让血尿酸达标,部分患者甚至需要终生服用降尿酸药物。

情况好一些的患者,就算能停药,也一定要到门诊面诊,由医生确定符合停药的条件,只靠“感觉”来判断痛风的病情,很容易漏诊误诊,要想远离痛风,离不开长期的随访和监测。

(来源:科普中国)