



華山醫院報

医院文化专刊

HUASHAN HOSPITAL NEWS

复旦大学附属华山医院主办 第 52 期 本期 4 版 2019 年 4 月 30 日

本报网址: www.huashan.org.cn



携手成长 同心追梦

“奔跑吧 华山”第五届职工乐跑大赛精彩举行!



百年华山新起点，
凝心聚力再出发。
感受西院新热土，
挑战自我享欢乐。

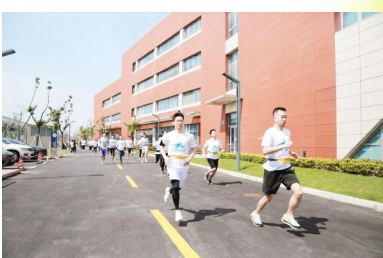
本报讯 3月23日上午，为迎接共和国70周年华诞，“携手成长，同心追梦”第五届华山医院职工乐跑赛在虹桥院区精彩举行，近200位选手，30个部门工会，在虹桥院区这片热土上绽放出最明媚的笑颜。

虹桥院区赵重波副院长用热情洋溢的致辞点燃大家的激情，在

工会苏家春常务副主席的号令下，华山健儿们健步如飞，用饱满的热情和阳光的心态投入比赛，跑出健康和快乐，与华山同行，致敬新中国成立70周年。本次乐跑赛分为2.5公里团体接力赛、5公里女子个人竞跑和6公里男子个人竞跑，历时半天。本次比赛除了设有一、二、三、四名和优胜奖以外，每一位参赛的个人选手还能获得完赛奖牌，独特又具有纪念意义的奖牌得到不少职工的赞赏。经过激烈角逐，同超、北院外科、机关一夺得2.5公

里团体接力赛前三名。神经外科陈红、超声医学科刘丹茹、神经外科乔云分别斩获5公里女子个人竞跑冠亚季军。手外科肖锋、急诊科杨涛、康复医学科蔡伟强赢得6公里男子个人竞跑前三名。

活动期间，虹桥院区职工食堂还为选手和工作人员准备了自制的点心和饮料，让大家及时补充能量，美味又暖心，现场真是幸福满满！2019年乐跑赛结束了，但乐跑的精神永不停步，共同期待明年的相遇！（通讯员 柯颖达）



女子 5km

第一名:陈红(神经外科)
第二名:刘丹茹(超声医学)
第三名:乔云(神经外科)
第四名:陶艳菊(核医学科)、还道(神经内科)、孙艺晏(麻醉科)
优胜奖:陈燕(北院 9w)、李薇(国际医疗中心)、
朱雪莲(西院 ICU-C)、宗奕(ICU)、
蒋浩琴(检验科)、陈劼(手外科)

男子 6km

第一名:肖锋(手外科)
第二名:杨涛(急诊科)
第三名:蔡伟强(康复科)
第四名:郭庆龙(神经外科)、吴文清(检验科)、袁帅(手外科)
优胜奖:杜赞黎(全科基地)、周坚(普外科)、
李明(PET 中心)、史昕(核医学科)、
张政伟(防保科)、庄敏(康复科)

团体接力 2.5km

第一名:同超
第二名:北院外科
第三名:机关一
第四名:口五、神经外科、北院机关
优胜奖:神经内科、外四、药化、基地、外三、机关二

料峭三月学雷锋，“益”心向阳暖人心

我院“青年心公益”开展“学习雷锋月”系列活动

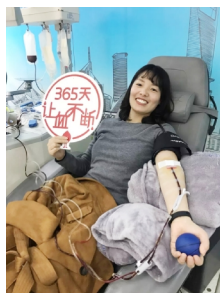
热爱
生活
团结
友爱
尊老
爱幼
爱党
爱国
懂得
感恩
乐于
奉献
永不
放弃
积极
向上



本报讯 今年 3 月 5 日是毛泽东同志题词“向雷锋同志学习”56 周年。自从去年年初我院“青年心公益”项目启动以来,三月便有了它的新名称——“学习雷锋月”,“学习雷锋”则被赋予了新时代的公益内涵。

风雨无阻暖申城

今年上海的阴雨天持续时间之长,创下了历史记录。尽管天气阴冷,却无法阻碍我院青年志愿者们的学习雷锋的热情,他们顶风冒雨,身着单薄的白大褂,北至宝山、南至金山、西至闵行、东至浦东,向当地居民提供医疗咨询、健康宣教等志愿服务,同时为爱举手,无偿献血小板和全血。尽管自己被冻得搓手跺脚,但凭借一腔的公益热情,将“大爱无疆”的红十字暖流,传递到上海的每一个角落,让老百姓们感受到初春的暖意。



最欣慰的是患者康复

正是我院青年志愿者长期的坚持和优质的服务,不少老百姓成了我院青年的“铁粉”。3 月 5 日中午,青年志愿者来不及吃午饭,便带着干粮匆匆赶赴金山张堰镇。在我院的义诊摊位前,张堰镇的百姓们早已排起了队,队伍中有一对老夫妻,一看到熟悉的华山青年来了,便连忙报喜说经过之前的诊治现在好多了,说到动情处还流下了眼泪。这是源于之前的一次金山义诊,一位老太太心急如焚地赶来咨询她先生的病情,因为老先生行动不便,无法亲自过来,康复医学科吴澄闻便二话不说上门诊治,为他定制了一套康复治疗方



学习雷锋处处可为

我院青年志愿者积极响应国家战略的号召、人民健康的需求,守护健康的足迹遍及祖国各地、甚至海外。“学习雷锋月”里,我院援瓜达尔医疗队青年们开展了第三批医疗队首次紧急救援演练,希望通过实战演练发现问题、解决问题,为“一带一路”中巴经济走廊提供优质的急救服务;手外科青年们跟随顾玉东院士医教扶贫专项基金“医教扶贫中国行”,奔赴宁夏银川武警宁夏总队医院,为慕名而来的患者提供义诊咨询,同时协助团队为总队医院开展两台健侧颈 7 移位术治疗中枢性偏瘫的手术示范教学;北院的青年们联合云南省丘北县团委,前往丘北县贫困乡温洞乡开展“情系挂包扶贫村,慰问义诊暖人心”活动,为当地村民免费诊疗,并提供疾病防治宣传,受到当地百姓纷纷点赞。



学习雷锋贵在坚持

对于我院青年来说,践行雷锋精神不是一天的形式作秀,而是长年累月的坚持付出。在“学习雷锋月”里,他们连续 26 年参与卫计委医苑新星大型义诊活动;连续 20 年与海博出租携手,开展义务送出院病人回家服务;连续 19 年赴金山张堰,开展一季一度一次的健康公益服务;连续 9 年参加无偿献血志愿者服务,无偿献血小板和全血;连续 4 年参与“爱心三月里,健康守护你——复旦大学附属医院南码头专场”义诊活动等等。



学习雷锋新时尚



发放宣传彩页、现场咨询互动、滚动播放视频等方式,向医院的职工与患者宣传垃圾分类的相关知识。为了方便忙碌而无法停留现场的人们,青年志愿者贴心制作了垃圾分类咨询二维码,扫一扫即可了解如何分类生活垃圾。活动吸引了不少职工与患者。

新时代,习近平总书记多次就学习弘扬雷锋精神作出重要指示,我院“青年心公益”项目应运而生,这一全新公益品牌将进一步引导和鼓励我院青年肩负起医者使命和社会担当,为健康上海、健康中国贡献青春力量,用实际行动见证雷锋精神永不过时。

文:院团委

「女神节」花式宠爱的正确打开方式

院团委成功举办「三八」妇女节系列活动

一、女神节联合院线

3月8日当天,院团委联合院线上映第75届金球奖获奖影片《伯德小姐》,活动期间,各院区精心邀请了颜值扛打的男青年们组成“男神团”,“男神”们利用午休休息和下班时间,换上衬衫、系起领结,为“女神”们绅士般地送上鲜花和点心,并献上节日的关切和祝福。

金桥院区 B1 报告厅



宝山院区 综合楼一楼报告厅



总院院区 门诊十二楼报告厅



虹桥院区



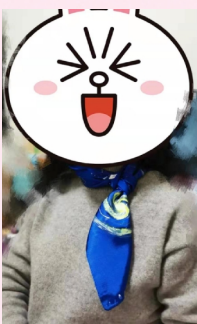
在赵曜副院长的带领下,由9位男青年组成的男神团争相为女性员工们送上节日祝福。

【走心的观后感】

本片主要讲述了女主伯德小姐从叛逆中失去自我,又在沉沦里找回自我的故事,就如雪莱所说,“你不必害怕沉沦,只消你能不断地自拔与更新”。以为步入远方大学便能逃离母亲管束的女主,最终在宿醉醒来而不知今夕何夕中回忆起母亲的关爱,在树荫照拂的日光里对着电话留言说出那句:妈妈,我爱你。这就是女主的成长历程,像我们大多数人一样,围绕着亲情、友情、爱情,有矛盾和误解,争吵和疏离,憧憬和失望,于是懂得了珍惜并重塑了自我,褪去戾气乖张走向成熟。

二、丝巾制作体验

3月8日中午,在总院花园大厅,院团委邀请丝巾制作老师,为“女神”们讲解丝巾制作宝典,从未绘制过丝巾的“女神”们便摩拳擦掌设计起丝巾图样,经过一个多小时的埋头挥毫,一幅幅精美巧思的丝巾便诞生了。从女神们脸上洋溢的笑容看来,她们十分满意自己作品呢。



三、翻糖樱花制作

3月8日中午在宝山院区,精心挑选、击中少女心的樱花主题,一开始便受到了“女神”们的热捧,活动报名信息一经发出便被秒杀。活动中,大家把一份份翻糖皮捏成一朵朵漂亮的樱花花瓣,吸引了无数同事驻足观看。一个多小时后,一束束错落有致、色彩鲜艳的樱花美丽呈现。



四、护肤美容讲座

3月7日中午在虹桥院区,女神们最关心的护肤美容讲座开讲啦。讲座邀请了皮肤科刘晔医生及彩妆、护肤的专家们深入浅出地讲解日常护肤、皮肤抗氧化及医护人员通勤妆容的化妆方法等,吸引了众多“女神”认真记录,讲座现场座无虚席。



五、节日慰问女职工

3月8日晚,院团委带领“男神团”来到总院急诊室,给节日里还坚守岗位的女职工们送去鲜花和节日慰问,意外收到祝福的“女神”们,惊喜之余,也感受到医院对她们的关注和爱护。



文:邵妍芬、唐雯、张菁、吴文斐

本报讯 今年“三八”国际劳动妇女节期间,院团委联合4大院区,举办了为期2天的“女神节”系列活动,为医院女职工奉上了4场电影、2次DIY制作体验、1场护肤美容讲座,旨在为在工作、生活中身兼数职的“女神”们舒缓压力、丰富业余生活,同时,院团委也不忘为节日里坚守岗位的女职工送去慰问,打造幸福华山的人文氛围。

锦绣华山 快乐家园

2019 年第十二届华山职工文化艺术节



本报讯 4月25日中午,随着我院党委副书记兼工会主席耿道颖教授的一声“开始!”,“锦绣华山,快乐家园”2019年第十二届华山职工文化艺术节就此拉开序幕。华山职工文化艺术节每两年一届,年初院工会开始筹备规划,在“童年的记忆——弄堂趣味运动会”“华彩琴韵——华山职工钢琴大赛”“舌尖上的华山——职工厨艺赛”等传统项目的基础上,院工会将不定期邀请专家举办“走近陈

逸飞”“海派文化 & 上海城市精神”等文化讲座,组织若干文艺演出鉴赏观摩。今年10月,为了庆祝新中国70周年华诞,院工会将配合党委开展精彩纷呈的主题文艺演出。华山职工文化艺术节内容多元、形式多样,融知识性、文艺性、趣味性等于一体,旨在丰富医护人员的工作和生活,为紧张忙碌的工作增添快乐调味剂,让医护人员在欢声笑语中释放压力。

“童年的记忆”弄堂趣味运动会精彩举行!

本报讯 4月25日、26日中午,2019年第十二届华山职工文化艺术节的第一个项目——“童年的记忆”弄堂趣味运动会第三季正式开展!来自31个部门工会200多名选手组成的32支队伍参赛,作为我院职工的一项文化健身传统项目,趣味运动会共设4个项目,包括踢毽子、赶球跑、托球接力、抱球接力,让职工们一起追寻童趣、活跃身心。

踢毽子:



赶球跑:



抱球接力:



托球接力:



春风十里,暖光下的华山大道如同大家的心情一样明朗爽快!趣味盎然的小型体育运动结合传统文化,让职工在欢乐中增强体质、放飞心情,以积极向上的状态投身工作和生活。大家在唤起童年记忆的同时青春焕发、团结合作,经过激烈角逐,比赛最终结果如下:

一分钟踢毽子

一等奖:王超群(外一)

二等奖:张锦秀(北院门急诊)、章琳(东院)、

闵晓冬(北院外科)

三等奖:沈旭中(口五)、徐英(后勤)、

徐山山(神经内科)、王宁(西院1队)、

沈杰(财务)、胡晶晶(手外科)

优胜奖:张静(老年科)、崔峰巍(东院)、

沈蕴之(内二)、杨淑萍(外四)、

黄周瑜(外一)、洪妹(外四)、

高光琦(同超)、王叶(北院门急诊)、

李鼎(同超)、陈叶雯(西院2队)

三等奖:药化、外四、内一

优胜奖:机关一、放射科、机关二、公司一、外二

托球接力

一等奖:外一

二等奖:老年科、公司一

三等奖:门急诊、机关二、中医科

优胜奖:基地、北院门急诊、东院、

神经外科北院医技

抱球接力

一等奖:同超

二等奖:门急诊、神经内科

三等奖:放射科、药化、机关一

优胜奖:中医科、外三、外二、公司一、机关二

赶球跑

一等奖:中医科

二等奖:东院、感染科

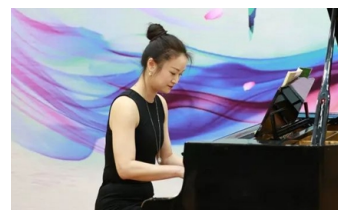
本报讯 5月7日晚,2019年华山第十二届职工文化艺术节的第二个竞赛项目,华彩琴韵——华山医院职工钢琴大赛在静安区文化馆举行,院工会进行了充分的前期准备,比赛也得到了来自共建单位上海市交响乐团、静安区文化馆的大力支持。同时也非常荣幸地邀请到了专业评委为此次比赛的选手进行评分与点评。

17位选手热情高涨,赛前充分准备,为了能在比赛中展现最好的状态,忙碌的工作之余依然不忘练琴,有的甚至多次到比赛场地适应环境。比赛当日更有不顾刚刚出差回国的时差不适便提着行李箱匆匆赶来比赛的选手。

当第一个音符在比赛场响起,指尖在黑白琴键上跳跃飞舞,或古典或现代,17位白衣天使,演奏未必专业但很投入,技巧未必娴熟但很用心,音乐未必动听但很温暖,一场医学与艺术完美交融音乐会,整整两个小时的比赛,让前来观摩的职工徜徉在快乐的音乐海洋中。

据悉,此次大赛同时为上海市医务工会第九届文化艺术节钢琴大赛选拔种子选手,在接下来的一个月,他们将加紧训练并代表我院参赛。

我院职工钢琴大赛精彩呈现



文:院工会