

YAOWEN

春来田间闹 处处农耕忙

激活社会组织“她动能” 平湖创新案例获省级荣誉

■记者 戴琰 通讯员 周孝燕

本报讯 近日,浙江省妇女联合会公布2025年度全省新兴领域妇联工作创新案例评选结果,我市报送的《构建“1+2+N”生态圈 全链条激活社会组织“她动能”》成功入选重点社会组织、行业协会类工作创新案例,意味着我市在新兴领域妇联组织建设和妇女儿童服务工作方面获得省级肯定。

平湖市社会组织综合妇联自成立以来,始终牢牢把握桥梁纽带职责定位,创新打造“1+2+N”工作新模式,通过系统化布局、专业化支撑、项目化推进,全面激发女性社会组织发展活力。其中,“1”即打造一个枢纽型妇联组织,强化统筹协调与资源整合,夯实妇联组织建设主阵地;“2”即深化“妇工+社工”双联动机制,有机融合妇联组织优势与专业社工力量,不断提升服务精准度与专业水平;“N”即培育打造N个妇女儿童特色服务项目,聚焦权益维护、家庭教育、关爱帮扶、基层治理等重点领域,推动妇联服务触角延伸至基层末梢。

该创新案例的成功入选,将进一步推动我市新兴领域妇联组织建设提质增效,更好团结引领广大妇女在各领域展现新担当、实现新作为,为全市经济社会高质量发展凝聚更加强劲的“她力量”。

以“暖心”筑“信心”

■谢付良

日前,我市2026年春风行动暨就业援助季招聘会在吾悦广场启幕。把就业服务搬进繁华商圈,不但架起了企业与求职者之间的“连心桥”,更以接地气、贴民生的“暖心”举措,实现了“稳就业”与“促消费”的双向赋能。

以“暖心”服务,筑发展“信心”。回望春节前后的平湖,暖意从多个维度层层铺展、浸润人心。从市领导与外卖小哥、快递员、网约车司机等新就业形态劳动者一起共贺新春,带领走访慰问困难群众和坚守一线的干部职工,到工会持续全面开展的“惠工暖企”“关爱暖阳”“春风暖岗”等八大暖心行动;从民政部门推出的一系列“不打烊”暖心服务,到商务、文旅部门围绕“吃住行游购玩”全链条,打造多元年味场景,投放餐饮、汽车消费券……一系列温暖人心的举措,让人触摸到了平湖浓郁的温情与烟火人情味,更给予了人们前行路上最坚实的发展信心。

一座城市的发展,从来不是孤军奋战;一份事业的成功,必然是万众一心。面对任何困难与挑战,以城市之名,用“暖心”赢“民心”,就能筑牢高质量发展的“信心”。这些年来,平湖历经世界形势复杂多变、经济发展压力加大等多重考验,正是这份流淌在城市血脉中的守望相助精神,让这座城市始终保持着蓬勃的韧性与活力。

刚刚过去的春节假期,平湖共接待游客超83万人次,实现经营收入超3351万元,同比分别增长14.91%和67.02%。这背后彰显的是平湖文旅发展的蓬勃动能,更是平湖以“暖心”服务赢得的游客“真心”。这些在春节期间被平湖暖到的游客,终将成为这座城市最好的代言人。而这份由内而外的温暖,不断增强市民的归属感与自豪感,激发共同建设“活力景区、幸福金平湖”的热情与动力。

一座城市的竞争力不止于经济发展的亮眼成绩,更在于让生活其中的市民收获稳稳的归属感。而接地气、贴民生的“暖心”服务,实质上就是“投资于民”“服务于民生”的具体实践。用服务的“暖心”增强发展的“信心”,就要围绕着“人”着眼,以“人”落笔。前不久出台的医疗保障服务提标、养老助困暖心帮扶、“润心成长”心理关爱等2026年平湖8件政府重点民生实事,件件聚焦群众“急难愁盼”,项项紧扣民生幸福期盼,既回应了群众对美好生活的热切向往,也彰显了以人民为中心的发展思想。坚定“投资于民”,就是找准政府“干的事”,多谋民生之利、多解民生之忧,就是要精打细算把钱用在刀刃上,加快把民生愿景变为幸福实景。

春风已至,万物复苏。站在新的发展起点,我们期待各方继续携手同行,让制度化的善举覆盖更多需要帮助的人,让善意的阳光照亮城市的每一个角落;更期待平湖能涌现更多暖心服务,为“争先攀高”注入“信心”与“力量”。



■记者 王茹彤 通讯员 陆晓平 陈明远 潘文萱

本报讯 “现在正忙哩!”眼下正值春耕备耕时,田野间一派人勤春早的繁忙景象。新仓镇双红村思远家庭农场负责人纪建明忙着西瓜移栽,衫青港村菇农陈岳平抓紧采收打包赤松茸……田间地头处处涌动着生机与活力。

昨天上午10时,记者见到纪建明时,他正在西瓜大棚内熟练打孔,脚边整齐摆放着一盆盆青翠壮实的西瓜苗。“这几天睁眼就下田,查苗情、控温

湿、忙移栽,一刻也闲不下来。”纪建明介绍说,西瓜移栽藏着不少门道,先要施足底肥、浇透水,覆盖地膜闷棚3至4天,再打孔移栽,最后加盖三层膜保温保湿。“温度和湿度是作物生长的关键,当前气温偏低,一定要把保温防寒措施做到位。”纪建明说。

纪建明正在移栽的是第二批瓜苗,涵盖马铃瓜、天露小红、天露彩虹等5个品种,今年他共种植了20亩西瓜。值得一提的是,大棚内作物均采用蜜蜂授粉,绿色生态种植保障果品品质。谈及全年种植规划,纪建明信心满满:“每年年初我都会制

定种植计划,农场内推行西瓜水稻轮作、小番茄西瓜轮作、稻麦轮作等模式,既科学养护土壤,又稳定提升作物品质。”

一边是西瓜移栽紧锣密鼓,一边是小麦田管同步推进。今年,纪建明还种植了150亩小麦,当前麦苗正值生长期,随着气温回升,杂草陆续萌发。为避免杂草与麦苗争肥夺水,他正准备使用农用汽油打药机进行除草。“等天气晴好,两天就能全部完成。”纪建明笑着说。

与思远家庭农场各类作物“拔节生长”不同,菇农陈岳平每天往返于家和菇棚之间,与

时间赛跑。每天清晨4时30分,他便赶到菇棚,摸料测温、通风调湿、爬架采摘,一忙就是一整天。“菌类生长不等人,开伞了就影响品相、卖不上价。现在出菇情况趋于平稳,大多已集中采收,每天销售额有1000多元。”陈岳平说,他今年共种植了8亩多的赤松茸和双孢菇,去年12月初首批赤松茸优质菇比例达80%,迎来丰收开门红。

“种菇湿度和通气很关键,今年吸取去年经验,把培养料底层的薄膜换成了布,透气性更好,出菇率也明显提高。”陈岳平说,等赤松茸、双孢菇全部

采收结束,他还会对培养料进行翻拌覆土,接续种植草菇,实现一季接一季、高效又增收。

人勤春来早,功到秋华实。春日的田间地头,处处是农户忙碌的身影。“今年我市持续做强特色农业,推广优质品种与绿色高效种植模式,夯实农业生产基础,拓宽农民增收渠道。”市农业农村局农业技术推广中心(种子管理服务站)副主任吴平说。据悉,今年我市设施种植列入全国名特优新农产品名单的西瓜品种(天露3号、天露小佳黄、马铃瓜、天露金橙)面积共970.5亩,种植西瓜农户数达44户。



“画中行”

近日,“故乡行”浙川名家写生创作展在平湖吴一峰艺术馆展出。本次展览汇集了12位浙川艺术名家,他们以莫氏庄园、南河头历史文化街区等平湖独有的风物为灵感源泉,用画笔描绘出水乡的独特韵味。

■摄影 王强

节后综合征“报警”

我市多家医院门诊量激增

■记者 陶佳敏 通讯员 邵俊 高洁

本报讯 随着春节假期结束,市民陆续回归正常工作与生活,然而因节日期间聚餐频繁、饮食作息紊乱,节后我市多家医院的消化内科、急诊科迎来就诊小高峰。

据了解,仅市第一人民医院消化内科,节后平均每日接诊量超过40人次,较平日增长近一倍。就诊患者覆盖各年龄层,病情以消化不良、急性胃肠炎、食管反流为主。

“平时工作忙,想着过年好

好犒劳自己,结果把胃吃坏了。”28岁的市民葛先生在节后上班第一天感到头晕乏力,原以为是假期玩累了没休息好,没想到症状持续加重,还出现了恶心呕吐等症状。到医院一检查,血糖值达11.3mmol/L,远超正常空腹血糖标准,血脂也明显偏高。

葛先生回忆,春节期间,他参加了五六场聚餐,火锅、烧烤轮番上阵,每天凌晨两三点才睡,饮料当水喝,以为年轻没事,没想到身体这么快就“报警”了。

“高油高糖饮食加上熬夜,会导致胃酸分泌紊乱、胃肠蠕动减

慢,出现腹胀、反酸、便秘或腹泻等症状。年轻人代谢能力强,但连续高负荷运转同样吃不消。”市第一人民医院消化内科主任医师李小兵介绍,节后接诊的患者中,不少都是假期饮食不节制、作息紊乱引发的“节日病”。

除了身体上的不适,假期结束后的心理落差也让不少人感到焦虑。“早上起不来,坐在工位上发呆,工作效率特别低。”市民刘女士坦言,明明假期休息了,反而比上班还累,这种状态让她很困扰。

对此,市中医院精神卫生

科医师陈天成表示,这些表现俗称“节后综合征”,本质是生活节奏突然改变导致的身心失衡。“假期里作息混乱、饮食无度,身体处于‘放松模式’,突然切换回工作节奏,必然会产生不适。这不是懒,而是身体需要时间适应。”陈天成建议,节后调整要循序渐进,切勿“急刹车”。

饮食上,可以先从减少油盐、增加蔬菜水果摄入开始,避免突然断食或只吃水果代餐,以免引发低血糖或胃酸刺激;作息上,尽量提前半小时睡觉,睡前远离手机,用温水泡脚或听轻音乐帮助放松;工作中,可

以列出任务清单,从简单的事做起,逐步找回节奏。

此外,适度运动也很重要。陈天成提醒,节后不宜突然高强度运动,可以选择散步、快走、瑜伽等温和方式,每天20至30分钟,促进新陈代谢,帮助身体恢复活力。如果感到焦虑或烦闷,不妨与同事、朋友多交流,别把压力憋在心里。

“一般通过一周左右的自我调节,大多数人能顺利过渡。”陈天成表示,如果出现持续性的严重不适,如剧烈腹痛、高热、严重腹泻等,应及时就医,不要自行用药,以免延误病情。

春节海外“抢”订单

(上接1版)

企业参展归来,没有丝毫停歇,马不停蹄投入后续的对接与生产筹备工作中。目前,企业工作人员正逐一对接海外客户,精准确认款式、尺码、数量等细节,即将启动第一批样衣的加工生产。“按照既定计划,今年5月将完成最终样衣确认,6月起便可陆续发货,全力保障海外市场供应,及时满足客户需求。”刘托鲁说。

主动出海“抢”订单,不仅让平湖羽绒服在海外市场持续走红,更让企业实现全年生产经营不停歇。记者从市商务局获悉,为持续助力企业拓宽海外市场,抢抓更多外贸机遇,接下来我市还将精心组织企业参加2026迪拜国际消费品博览会、2026乌兹别克斯坦(嘉兴)块状产业采购博览会等一系列境外重点展会,持续搭建高效对接平台,畅通出海渠道,为平湖优质产品走向更广阔的国际市场注入强劲动力。

■记者 钱澄蓉 通讯员 陈明远

本报讯 “恢复得不错,无需注意休息,协助肺部恢复。”昨天一早,新仓镇衫青港村青年杨志钢到医院复诊,听到医生肯定的答复,陪同的家人才放下心来。今年春节,杨志钢是在医院度过的。这要从他勇敢落水救友说起,在成功挽救他人的同时,自己却不幸溺水,住院治疗了6天。

2月15日,喜爱垂钓的杨志钢到新埭镇大齐塘村的一处钓

场钓鱼,入夜后钓场的工作人员外出吃年夜饭,仅剩杨志钢和另一名钓友。晚上7点多,两人打算离场回家,意外却发生了。钓友发动停在鱼塘旁的车子,掉倒车时误踩油门,车子快速“退”向鱼塘,一下子扎入水里。

事发突然,车里车外的两人都懵了,看着呆坐在驾驶座上的钓友,杨志钢先反应过来,拿出手机报警,然后趴在鱼塘边呼叫钓友。钓友回神后,拼命地拉驾驶座旁的门试图自救,非但没有成功,挣扎用力反而让车子加速下沉。

危急时刻,不会游泳的杨志钢来不及多想,直接下水施救。此时车尾尚露出水面,并靠近岸边,他双脚踩着塘边的一点淤泥,示意钓友一起用力开驾驶室后方的车门逃生。两人几番合力下,门终于被打开。“鱼塘不浅,当时水已经没过了胸口,塘边能借力的地方不多,脚每挪动一点,自己都有可能掉下去。”杨志钢回忆。

钓友成功离车后,二次危险降临到了杨志钢身上。在他将钓友狠狠拽向岸边的同时,脚下淤泥垮塌,他被水的反作用力推

向塘中,钓友成功靠岸,他却在几下挣扎后,面部朝下昏迷在了水中。

记者从现场的监控视频看到,杨志钢昏厥后,仅半分钟左右,民警就赶到现场。因杨志钢施救及时,钓友没有受伤,而他自己却溺水严重。据当时的急救医生介绍,当时情况凶险,再晚几分钟上岸,后果不堪设想。当晚,杨志钢是在抢救室里度过的,次日脱离危险后,才转入普通病房治疗。

杨志钢休养期间,村干部、单位同事纷纷前来探望,谈起他

英勇救人的举动,大家表示“并不意外”。“2022年,杨志钢开着刚落地的新车,主动到村里申请当志愿者。”衫青港村党委书记、村民委员会主任朱军介绍,从那时起,杨志钢成了村里青年志愿者中的骨干,无论是炎炎夏日还是凛冽寒冬,他总是第一时间出现在大家需要帮助的地方,成为村民们交口称赞的“好后生”。



讲文明 树新风 公益广告

爱国卫生人人参与 美好环境家家受益

社会主义核心价值观
富强 民主 文明 和谐
自由 平等 公正 法治
爱国 敬业 诚信 友善

平湖市文明办 平湖市传媒中心 宣