

快递小哥暖心救助昏迷骑手转危为安

■记者 徐玉霞 通讯员 周 苗

本报讯 “陈哥,我可算找到你了!”日前,在顺丰北美工业园营业店,外卖骑手关祥帅手捧锦旗,激动地握住快递小哥陈续伟的手。原来,5月16日,关祥帅在送餐途中因雨天路滑不慎摔倒昏迷,多亏陈续伟及时施救。

时间拉回到当天中午,陈续伟像往常一样,骑着载满快递的电动三轮车在钟埭街道紫宸华府内穿梭。突然,他听到前方传来“砰”的一声闷响,抬头一看,只见一名外卖骑手连人带车重重摔倒在地。陈续伟心头一紧,立刻放下手中的快递,快步冲上前去。他发现外卖骑手面色苍白,人已失去意识,情况十分危急。“醒醒!能听见我说话吗?”他轻拍对方肩膀,但对方毫无反应。陈续伟迅速掏出手机,拨打了120急救电话。

在等待救护车的过程中,陈续伟回想起公司培训过的急救知识,立刻蹲下身,解开外卖骑手的衣领,检查其呼吸和脉搏,并小心地将其头部侧向一边,防止窒息。经过几次轻拍和呼唤,外卖骑手终于恢复了意识,但仍十分虚弱,说话含糊不清。“感觉怎么样?”“先不要挪动你的身体”……陈续伟一边安抚他,一边从他手机里找到了家属的联系方式,通知了其家人。

由于事发地点位于小区道路转角处,存在视线盲区,陈续伟担心外卖骑手可能遭遇二次事故,便一直蹲守在他身旁,并不时挥手示意车辆绕行。随着救护车鸣笛声的由远及近,陈续伟又立即开着电动三轮车为救护车引路,并向医护人员说明已经采取的急救措施,同时向赶来的家属简要说明了事发经过。直到救护车驶离,他才长舒一口气,继续投入到派件工作中。

接受医生治疗后的关祥帅带着锦旗来到顺丰北美工业园营业店感谢陈续伟的及时救助,陈续伟的同事这才得知了此事。面对同事的赞誉,陈续伟只是笑笑说:“当时就想赶紧救人,做了力所能及的事,换作别人也会这么做,真没觉得这是什么大事。”在八年多的快递服务中,他曾在红绿灯路口搀扶行动不便的老人过马路,也扶起过摔跤的市民,这些看似微不足道的善行,已经成了他日常工作的一部分。而这一面锦旗,不仅见证着一个暖心的故事,更见证着这座文明城市里朴实的温情,让一个平凡的午后充满了感动。

象棋特色村“弈”高日子美

■记者 钱澄蓉 通讯员 徐冰艳

本报讯 在刚刚落幕的浙江省第十届象棋特色示范村联赛(北方赛区)中,我市独山港镇前进村代表队斩获一等奖。

前进村有着浓厚的象棋文化,早在4年多前就成立了村象棋队。2023年曾摘得浙江省象棋特色示范村联赛(北方赛区)的第三名,2024年又获评“浙江省象棋特色村”。“当时成立队伍的初衷,是丰富村里老年人的业余生活,并专门在村居家养老服务照料中心设置了象棋队活动室。”独山港镇前进村党委书记倪风云说,队伍成立后,村里各行各业的象棋爱好者闻讯而来,队伍得到了进一步壮大。

在日常切磋中,队伍的水平越来越高,队伍的影响力也越来越大,近两年还承办了村镇两级的象棋比赛,还定期有上海等长三角地区城市的队伍,登门“挑战”,村庄的象棋氛围浓厚。

“下象棋让村里老人的生活更精彩了。”前进村象棋队领队沈林良说,此次联赛汇聚了浙江省北方赛区多个象棋特色村的顶尖高手,赛事竞争异常激烈,7名队员组成队伍能勇夺第一,离不开日常的反复钻研、互相切磋、不断总结。

放大全域旅游综合效应

(上接1版)

特别对运用各类技术和设备建设智慧旅游沉浸式体验新空间、培育文化和旅游消费新场景的旅游企业进行奖励。同时鼓励饭店、民宿提档升级,酒店向国际接轨转型,打造旅游饭店品牌,努力让游客来到平湖后能够在“舌尖”上和“枕畔”间感受到这座城市的温情。

全域旅游的高质量发展是大势所趋,亦是人心所向。此次政策的出台,明确了今后一段时间平湖文旅发展的方向。期待政策切实发挥引领作用,全域发力构建旅游发展新模式,逐步推动产业全域覆盖、景区全域联动、产品全域优化、线路全域统筹、品牌全域整合、市场全域营销,加快推进文旅产业转型升级、提质增效,让老百姓最大限度共享旅游业发展成果。

给技工“C位” 让技能“流行”

平湖构建“三大体系”助推技能型社会建设

■记者 荣怡婷 通讯员 金晓弟

本报讯 今年,平湖成功入选全省首批技能型社会建设17个专项激励县市,获得800万元省级激励资金。以此为契机,我市出台《平湖市加快推进技能型社会建设实施方案》,探索创新技能型社会建设新模式、新路径,全面提升技能人才队伍素质和能力,增强地方核心竞争力。

技能型社会建设是一项系统性、长期性工程。方案提出要“以县域技能型社会建设为抓手,加

快构建覆盖全域的技能培育体系、技能创富体系、技能生态体系”。在具体实践中,将聚焦“产教融合”,以职业院校为主阵地,加快基建项目建设,加强省内外院校合作。同时,以“一园区一平台”建设为抓手,构建覆盖城乡的“30分钟职业技能培训圈”。

“今年,我们还将实施重点产业技能强基行动和重点就业群体技能提升行动,通过完善紧缺职业工种目录和差异化补贴机制,统筹做好先进制造、家政服务等重点领域,大学生等重点就业群体技能人才培养,不断延伸技能培训服务触

角。”市人力社保局相关负责人说。

加强技能培训,归根结底就是要让技能人才有尊严、有出路、有奔头。因此,方案提出,树立“职工增技、企业增效、职工增收”激励导向,构建完善的技能创富体系。一方面,针对全市主导产业,积极引导企业健全技能人才薪酬分配机制和工资单元,以“星级评定”、金融支持等手段,助力技能人才创业和技能型企业发展;另一方面,畅通技能人才职业发展通道,实施技术工人以技提薪行动,并总结宣传好的经验做法,以点带面,在全市范围内形成

“让多劳者多得、技高者多得、创

新者多得”的分配模式。

在技能生态体系建设上,我市始终坚持“以技立业”为导向的发展思路。今年,将立足发展实际,依托村、社区组织开展重点就业群体职业技能培训,计划全年打造8至10个技能型乡村;围绕乡村特色产业开展技能人才培养,支持创业和就业等环节,推动农业产才学院和技能共富工坊建设,以“小单元”构建全域技能型社会。

“职业技能竞赛是培养和选拔技能人才的重要途径。今年,

我们将实施技能竞赛锤炼行动,组织市级职业技能竞赛30场以上,以赛促学、以赛促教,不断加强技能人才队伍建设。”该负责人说。同时,常态化开展“技能四季”系列活动,以校园宣讲、老带新等多种形式展现职业技能价值,进一步扩大技能型社会建设影响力。力争到2026年底,实现县域技能型社会建设突破性进展。

权威解读
本栏目被评为嘉兴市十大精品栏目



棒“级”了

近日,2025年全国棒球运动水平等级评定嘉兴平湖片区测评工作在林埭镇举行。测评考核设置了T座打远、一座跑等基础技能考核项目,吸引了来自平湖及周边地区的近100名青少年棒球运动员参与。
■摄影 王 强 纪亚千

徒步运动火热 新手规划先行

■记者 居丹荔 通讯员 董喜华

本报讯 上个月中旬,“平湖周末·小美之城”滨海文旅线路发布,6条徒步骑行线路亮相,一个月来,这几条线路的“热度”不断跃升,成为平湖市民周末打卡的好去处。

上周六上午,记者来到汤山公园时,“山海奇缘徒步线路”的入口处已有不少市民集结。见到王琳飞一家四口时,他们正在认真做着准备运动。“趁着天气好,带着家里小朋友来一场户外徒步,既能放松身心,又能锻炼身体。”王琳飞一家

一早从城区赶来,她告诉记者,在过来前,他们认真做了攻略,选择的线路途中会经过革命烈士纪念碑、南湾炮台、滨海栈道、《红楼梦》出海处,一路有历史底蕴,也有美丽风光,且全程只有4公里,边走边逛并不会特别累,十分适合他们亲子出行。

和王琳飞有着一致想法的游客并不少,一路前行,大家或三五成群徒步慢行,或在各个点位上驻足观景,在运动中感受城市与自然的和谐之美。

徒步骑行线路的火热也带动了周边商业的繁荣。记者到达终点乍浦渔港的一家海鲜美

食店时,店内的员工们正在忙碌地处理着当天中午需要用到的食材。“自从‘山海奇缘徒步线路’开通后,我们这作为最后一站,成了大家吃饭补给的第一选择,这一个月来生意好了不少。”海鲜美食店负责人万先生说,为了让更多的外来游客了解平湖的文化,他们还在店里精心布置了“山湾渔市”场景,让顾客在品尝美食的同时,能够沉浸式感受本地的历史和文化底蕴。

随着线路知名度的逐渐提升,不仅吸引了大批健身爱好者,也带动了不少新手的加入。那么新手徒步需要做好哪些准

备工作? 徒步过程又需要注意些什么呢? 记者咨询了专业人士。“徒步能增强心肺功能、锻炼肌肉力量、缓解压力、放松心情,提高自身免疫力,但是新手徒步也需要进行合理规划。”平湖市乡村户外运动俱乐部领队俞孝雷说,新手徒步最需要注意的就是提前规划线路,根据自身能力和经验选择合适的徒步线路,并提前了解线路的难度、距离、海拔变化等信息。

对线路有了充分了解后,也需要对随身物品和穿搭做好规划。“出发前查看天气预报,避开恶劣天气,还需要选择合适衣

物,穿透气、速干、防水的衣物,注意分层穿搭以便根据不同的天气和身体状态调整。”俞孝雷说,鞋子要选择合脚、防滑、有良好支撑和减震性能的徒步鞋或登山鞋,确保脚部舒适并能有效防止滑倒和扭伤,背包则根据行程长短和携带物品的多少选择合适容量的,避免贪大。此外,最近天气渐热,出行前还要注意防晒。新手在徒步过程中还需要保持节奏,一开始徒步时速度不宜过快,途中适时休息,如果从未参加过户外徒步,则建议加入有户外资质和经验的户外团队或俱乐部一起出行。

炒出老味道的新滋味

■记者 陶佳敏 通讯员 夏晓雷

【匠人名片】陆忠明,平湖市杜瓜子炒制技艺代表性传承人

【一技之长】炒制杜瓜子

【坚守故事】清晨5点,当湖街道人民西路一条弄堂内的老宅里,陆忠明已在灶台前炒制杜瓜子。挥动长柄木铲,大铁锅里棕褐色的杜瓜子随着翻搅的动作,沙沙作响。杜瓜子香与柴火香交织在一起,唤醒了沉睡的街巷。

杜瓜,又称瓜蒌,以前平湖不少人家种植。冬天,许多人家会用自家腌雪菜剩下的老菜卤

炒杜瓜子当零嘴,那咸香里透着点甜的滋味,是许多人的童年记忆。

陆忠明和杜瓜子的缘分要从25年前说起。起初,陆忠明只是跟着父亲学习糖炒栗子。后来机缘巧合之下,陆忠明帮朋友炒制了一些杜瓜子,用作酒席伴手礼。周边朋友尝了后,直夸好吃,劝他“改行”炒杜瓜子。陆忠明便上了心,想把家乡老味道做得更好。

但真做起来才发现难。“菜卤放多少、煮多久、炒的火候,差一点味道就不对。”陆忠明说。为了炒出最合平湖口味的瓜子,陆忠明开始了漫长试验。他每

天天不亮就开始忙活,将杜瓜子用清水煮足四十分钟去苦味,沥干后将杜瓜子和自家腌制的菜卤倒入热锅,再用猛火慢慢煮干菜卤,后转小火不停翻炒入味。火候大小、翻炒快慢,都关系着味道。

这一试就是三年,夏天屋内热如蒸笼,冬天菜卤冻得手发麻,但他从未停下来过。为了尽快打磨出合适的配方,每炒完一锅5斤的试验品,陆忠明就会立刻记下当次炒制的各种信息。炒好的瓜子分给街坊朋友试吃,将他们的反馈意见都记在本子上。终于经过不断尝试,按新配方炒出的瓜子,咸香味正好,入口是菜卤的鲜

咸,接着是杜瓜子特有的微苦回甘,脆香可口。靠着一锅锅试验和记得满满的笔记本,他找到了平湖老味道的配方。

地道的菜卤杜瓜子很快传开,小摊挤满了人。但陆忠明没闲着。他想着父亲炒栗子的甜香,也琢磨着现在人的口味。能不能在保持老味道的基础上,添个新滋味? 于是,他又翻开笔记本,小锅小灶地试。调奶油分量,试放盐时机,看火候影响。一次次尝试之下,奶油味的杜瓜子也成功出锅。一开袋,清新奶香扑鼻。入口先甜,接着一丝恰到好处的咸稳稳托住,清爽不腻,杜瓜子的润劲儿也还在。这

个“甜里透咸”的新口味,一下子打开了新天地。

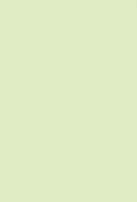
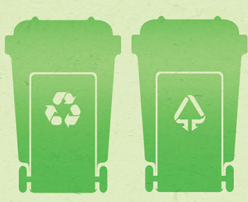
如今,灶台边除了汗流浹背的陆忠明,还有女儿陆依婷。从2021年起,她就跟父亲学这门老手艺。学着看柴火旺度,感受锅气温度,体会父亲常说的“火候”。看着父亲夏天依然汗如雨下,一丝不苟地煮、泡、炒,只用自家腌的老菜卤,她明白父亲守着的是对老手艺的坚持,和把这口老味道传下去的初心。

灶火还烧着,锅铲还在翻动。如今,陆忠明和女儿通过线上销售,将平湖杜瓜子带到了新疆、广东和北京等地,这口平湖味也让更多人寻味而来。

讲文明 树新风

公益广告

垃圾分类靠大家
健康生活你我他



社会主义核心价值观念

富强 民主 文明 和谐
自由 平等 公正 法治
爱国 敬业 诚信 友善