

集结于舟山市民广场近万平方米区域,汇聚全省130家、上千种农家特色小吃

浙江乡村美食大会将于本周四举行

2024“寻鲜舟山”海岛土特产集市同步开市

□记者 朱丽媛 实习生 谢雨轩
通讯员 张慧敏

本报讯 作为“浙农优品 百县千品”名优“土特产”系列活动之一,浙江省第三届乡村美食大会暨2024“寻鲜舟山”海岛土特产集市将于5月30日至6月2日在舟山市民广场举行。届时,在近1万平方米的场地内将汇聚全省130家、上千种农家特色

小吃,为市民、游客带来一场浙江乡村美食盛宴。

本届乡村美食大会主题为“百县千品 寻味乡村”,将采取“主题展馆+沉浸式街区”形式,分为浙江馆、舟山馆及大众品鉴区。5月30日下午将举行农家小吃现场技艺大赛,来自全省11个地市的55家单位参赛,角逐“浙江十大农家特色小吃”“浙江省第三届乡村美食大会金

奖产品”等荣誉;5月31日至6月2日,整个美食广场全面开放。

在同步开市的“寻鲜舟山”海岛土特产集市,鱼、虾、蟹、贝生吃、现烤、熏制、晒鲞、煮面等各种做法的海鲜美食荟萃,老底子踏年糕、油塌馍、盐烤土豆、萝卜丝饼、海棠糕、海石花等传统海岛美食琳琅满目……一场“可看、可逛、可吃、可玩、可秀”的沉浸式“寻鲜集市”,将让每位宾

客尝到正宗的舟山味道。

美食大会举行期间,市民还可通过“竞舟”APP和“舟农先锋”直播间领取美食消费券,到参与活动的商家使用。倡导绿色出行,自驾前往的市民、游客,可将车辆驶往舟山市行政中心广场、舟山体育馆、舟山体育场、中国舟山海洋科学城、舟山市海洋艺术中心等地的外围停车场停放。

全市“圆梦六一”微心愿活动暖流涌动

百个微心愿中已有近三分之二被认领

□记者 李巧凤
通讯员 张帅 赵锦航

本报讯 当前,由市慈善总会、市民政局、市新闻传媒中心联合举办的“圆梦六一”微心愿活动正在进行。截至昨天,活动发布的100个微心愿已有66个被认领。

前期,市民政局已初步征集到100个来自低保、低边困境家庭儿童的微心愿。微心愿中大约一半

是学习用品,包括书包、书本、钢笔和字帖、护眼台灯等,此外包括衣服、电风扇、夏凉被等生活用品。连日来,全市各界爱心人士纷纷通过市慈善总会公布的微心愿认领二维码“扫码下单”。家住定海的宋女士在竞舟APP看到相关新闻报道后认领了3个微心愿,她表示,愿为困境家庭的孩子送去一些善意和关怀。

市慈善总会阿福哥热线也接到

不少爱心电话。舟山市原制原味餐饮管理有限公司负责人拨打了市慈善总会阿福哥热线,捐款9000元认领了30个每个价值300元的微心愿。

有意认领微心愿的爱心市民可扫描文末二维码查阅、认领,也可扫描文末的市慈善总会捐款二维码进行捐赠。银行汇款捐赠请标明户名“舟山市慈善总会”,账号“33001706260050013427”,开户行“舟山市建行营业部”;或通过支

付宝捐款,账号为“info@zscs.org.cn”,每种捐款方式都请备注“六一微心愿”。



微心愿认领二维码



捐款二维码



沧海变新田 东港展新颜

日前,几名游客从普陀南山俯瞰东港街道一角。东港开发始于上世纪90年代初,历经30余年发展变迁,书写了“不占用一分耕地建城”的豪情篇章,如今已踏入“城市建设3.0版”,崛起一座“集行政、文化、体育中心,商业次中心和旅游服务基地为一体”的现代化滨海品质新城。

摄影 记者 张磊

沈家门扎实推进“兴村治社一件事”行动

把群众“关心事”办成“暖心事”

□记者 翁青青
通讯员 翁盈昌 於晓幸

本报讯 “停了几个月的电梯终于修好了,阿拉可以放心地乘坐了。”近日,普陀区沈家门街道明越湾小区12幢的一部电梯恢复正常运行,居民们纷纷点赞。

据了解,明越湾小区12幢共18层,入住居民约90户,其中大多为老年人。今年该幢楼的2号电梯因时常

发生故障而停运,又逢多户业主装修,居民乘坐电梯很不方便。在一次“网格夜访”中,小蒲湾社区党委书记杨涵琪听到了居民呼声,通过进一步调研走访了解到,该部电梯出现故障是因主电缆短路而无法合闸,须更换电梯电缆,但房产开发商一直不肯支付电梯维修费用,物业与开发商反复沟通也未能达成一致。

针对问题症结,小蒲湾社区多次联系物业公司、开发商、电梯维修

公司,并牵头召开三方会议,协商解决办法。经过一番努力协调后,4月份,开发商着手同第三方维修公司签订合同,4月底开始维修;5月初,电梯电缆完成安装及调试,问题得到了圆满解决。

维修故障电梯、修复破损道路、加装楼道扶手、增加健身器材……今年以来,沈家门街道各村社党组织坚持听民声、知民意、解民忧,持续深入推进“兴村治社一件事”行动,通过一

项项惠民生、暖民心的扎实举措,将群众关心的“关键小事”办成暖心实事。目前,墩头社区利用闲置空房打造社区幸福快速驿站、鲁家峙村山体边坡治理、教场村填村修复受损路面改善山间道路等多个项目已完成。

据介绍,下一步,沈家门街道各村社党组织将围绕老旧小区改造、垃圾分类、环境设施提升等多个重点领域,持续推进“兴村治社一件事”,切实增强群众获得感、幸福感。

高考前如何树立自信放松心态?

——访市二院精神科主任医师张景明

□记者 丛琳

“首先,我建议考生们尝试带着一种‘不完美的状态’去迎接考试。”高考临近,针对考前如何树立自信放松心态的话题,市第二人民医院精神科主任医师、心理治疗师张景明为考生及家长们支招。

张景明认为,考生经过十多年的学习积累,有了一定的知识储备以及解题思路和技能。考前的十几天,很多考生会“查漏补缺”。“其实,查漏补缺永远都是查不完的。考生可以试着接受这种‘不完美’,注重于发挥考试应变能力,充分调用自身已有的知识储备去答题。”

“其次,我建议考生们应该提前为自己设定目标,比如要考哪所大学、想到哪个城市读书……”张景明说,设立目标是为了进一步树立自信,要积极暗示自己鼓足信心,相信自己能考好。“不妨对自己说:‘该复习的都认真复习了,我还怕什么呢?’通过良好的自我暗示,可以激发兴奋点,努力将自己的心态、情绪调整到最佳状态。”

张景明还强调,考生在复习迎考阶段不可过度疲劳,应保证充足睡眠,养精蓄锐。“每天至少保证6到7小时睡眠时间,而且尽量要达到较多深度睡眠。大脑得到充分休息后,思维能力、记忆力、集中力都会提升,面对考卷时就能更加从容自如。”

“考生备考阶段可以通过跑步、打球等运动来放松身心。”张景明建议,“同时要保持良好的饮食习惯,考试前,应尽量吃自己以往熟悉的食品,避免导致肚子疼、胃疼等症状。”

“最后,我还想提醒考生的家长们,要注意给孩子提供情感价值。当孩子表现出焦虑并倾诉时,家长一定要耐心倾听,用积极乐观的言语引导鼓励孩子,让他们真切感受家人的温情陪伴与支持,增强信心、放松心态迎考。”张景明说,假如当孩子找家长倾诉时,家长随意地打断他,或者说教、指责、提要求、压指标,这样很有可能引起考生双重焦虑,结果适得其反。



竞舟——党校微党课·说说“985”行动

海上可再生能源发展平台： 汇聚蓝色动能 照亮未来之路



舟山“以海为田,向阳而生”,正在奋力书写海上能源新篇章。

本期“党校微党课”,让我们跟随市委党校教师储昊

东,探索海上风电、光伏、潮流能等科技奥秘,见证舟山汇聚蓝色动能、照亮可持续发展之路。



扫一扫 看视频

我市调整见习基地补贴标准 每招1名见习人员的每月补贴提高114元

□记者 何菁 通讯员 何玟雁

本报讯 记者昨从市人社局获悉,我市对就业见习基地的见习补贴标准作出调整,每招招一名见习人员的补贴标准将从1242元/月提高到1356元/月。

据了解,见习补贴包括生活补贴、保险补贴和社保补贴;采用先见习后补贴的形式,补贴期限均不超过12个月。需要注意的是,见习补贴对象为经各级人社部门认定的就业见习基地。申请见习补贴须同时符合

以下条件:见习基地招收离校2年内未就业高校毕业生、16至24岁登记失业青年或毕业学年起2年内未就业高校毕业生参加就业见习;补贴有效申请时间为见习结束后3个月内。

相关见习基地可在线上和线下进行申报。线上申报可以通过“浙里办”APP或浙江政务服务网搜索“就业见习补贴申领”,根据见习基地所属辖区选择在线办理;也可向参保地公共就业服务机构现场提交申请材料进行线下申报。

我市举行养老护理员技能竞赛 3人获评金牌养老护理技师

□记者 虞仁珂

本报讯 由市民政局、市人社局、市总工会联合主办的市第七届养老护理员职业技能竞赛,5月24日至25日在新区旅游与健康职业学院举行。

本次竞赛设置了技师竞技、技能晋升2个组别共43名选手参赛。与往年相比,本次竞赛打破了参赛选手须持养老护理员职业资格证书的限制,扩大了参赛范围,参赛选手中,“90后”占比有所提升,并出现了

“00后”的身影。竞赛最终选拔出3名金牌养老护理技师,并产生一批个人、团体奖项。

市民政局相关负责人表示,今后将持续通过举行职业技能竞赛等形式,优化养老护理技能人才选拔平台,充分发挥技能标兵的引领示范作用。同时继续推进实施护理员培训“十百千”工程,实施养老护理员特殊岗位津贴、技能竞赛奖补、入职奖补等激励政策,为我市养老服务事业发展提供有力的人才支撑。

“城市垃圾分类宣传周”启动 定海等地开展主题活动

□记者 王倩倩
通讯员 曹刚 王伊璇

本报讯 每年5月的第4周为“全国城市生活垃圾分类宣传周”。5月25日,定海、新城启动垃圾分类宣传周活动。

“蛋壳是易腐垃圾。我答对了,可以抛骰子向前跳!”在定海区垃圾分类宣传周活动现场,定海檀枫小学的学生们正在玩“垃圾分类飞行棋”游戏。“这个游戏真好玩,不光可以赢得奖品,还能学到好多垃圾分类知识呢。”孩子们开心地说。垃圾分类绘画、“我是

环保小卫士”跳蚤市场、垃圾分类积分兑换、教你分辨垃圾类别等活动,也吸引了众多市民参与。

新城管委会在垃圾分类示范教育基地、浦西社区,开展了以“践行新时尚,分类志愿行”为主题的教育宣传活动。浦西社区工作人员通过发放宣传海报、游戏互动等形式普及垃圾分类知识,以上课的方式向居民讲解垃圾分类相关知识;新城垃圾分类宣教基地邀请了一群小朋友,实地参观垃圾回收站,近距离观察了解了再生资源利用过程。

营造放心旅游环境 加强基层海岛治理 衢山开设“景村融洽”驿站

□记者 滕海平

本报讯 近日,“双龙湾”景村融洽驿站在岱山县衢山镇双龙湾沙滩揭牌启用。

近年来,海岛民宿越来越热,由天气、交通等因素引发的民宿退订纠纷案也随之增多。结合海岛旅游经济发展特点和海岛渔农村治理需求,岱山着力探索推进“融治理”矩阵建

设。衢山镇制定了《民宿行业协会退订房公约》,营造海岛民宿“放心订”旅游环境,充分保障了游客合法权益。

据了解,“双龙湾”景村融洽驿站汇聚了瀛洲红帆共富联盟、乡贤融洽、东海渔嫂等特色治理品牌,集网格服务站、联动前哨所、纠纷调解室于一体,将争取为全省“旅居+村居”治理提供岱山样板。

气象

今日 16℃~24℃
明日 16℃~25℃

阴局小雨,上午转多云。偏北风5-6级阵风7级,中午减弱到5-6级。
晴到多云。东到东南风5-6级。

受访者供图