

# “两元茶摊”有温度

舟山晚报

## 我在户外摆两元茶摊，收获了人间温暖

天冷了，大家可以一起来围炉喝茶

□李海州

伊藤町公，新近新晋的户外茶摊开张了。7点左右，我坐在摆开了10张户外桌椅，

伴着暖茶和笑语，喝着“两元茶摊”又开张了。

从今年暑假开始，我带着两个孩子，让这里成了我们周末的据点。晚风轻

拂，茶香袅袅，李海州说：“两元茶摊”是城市里难得的烟火气。这里温暖而亲切，是

最大的满足。天冷了，想让大家围炉喝茶，让这份温暖延续得更久。

### 从两元茶摊到户外茶摊

天冷了，在户外摆两元茶摊，收获了人间温暖。天冷了，大家可以一起来围炉喝茶。



### 从两元茶摊到户外茶摊

天冷了，在户外摆两元茶摊，收获了人间温暖。天冷了，大家可以一起来围炉喝茶。

人在这方小天地里放松说笑喝茶，就是她最大的满足。《舟山晚报》10月28日报道。“两元茶摊”坐着随意、喝着舒心，在夜幕中洋溢着暖暖的气息。城市应该提供多层次、多样化的生活场景，这样才能充分满足人们的个性化需求。喝茶，也应该有不同的喝法。假如只有功夫茶、没有大碗茶，只有雅致的茶室、没有热闹的茶摊，即使足够高雅也会少了大众口味。“两元茶摊”摆起来，走过路过谁都可以坐拢来，饭后散步的、相约聚会的来者不拒，滴滴司机、外卖小哥也能忙里偷闲喝上一杯，多好！

我们的城市看起来“啥都不缺”，但为何人们总觉得“缺点什么”？大概就是因为商品和服务的供给侧不够丰富多彩，以至于无法满足所有人的消费需求。就拿喝茶来说，街头的茶室虽然星罗棋布，但多数人还不习惯把一顿饭钱花在一杯茶上，于是只能假装不渴。有了“两元茶摊”就不一样了，哪怕不渴也乐得坐下来润润嗓子、发发火，这感觉真是不错。

“两元茶摊”虽然不起眼，但能暖了大众的胃就是了不起。拉动消费既要做大汽车、家电之类的“大生意”，也要做诸如一杯茶的“小生意”。生意再小，一旦受到大众的热捧，就有望聚沙成塔变成“大生意”。

### □一歌

每天傍晚时分，新城银泰百货旁的小公园里都会摆开10张户外桌椅，两块钱的茶水加一份瓜子，让这里成了城市里难得的歇脚处。“两元茶摊”的摊主李益说，赚钱不重要，看着素不相识的

# “体卫融合”绘就民生健康新图景

### □一海

一场历时75天的全民健康减重大赛，让我市93名参赛者收获健康与荣誉，更让“科学减重”成为城市民生服务的热议话题。这场覆盖400余人的活动，不仅创造了邓步超减重16.5公斤的个体突破，更以“体卫融合”的实践探索，为公共健康服务提供了可复制的地方样本。

不同于传统减肥的“单打独斗”，舟山此次赛事的核心竞争力，在于构建起“专家引领+社群互助+个人实践”的系统化健康管理模式。专业医疗团队量身定制饮食方案，运动专家设计个性化锻炼计划，社群内的每日打卡与经验分享形成情感支撑，让科学方法融入日常。

当下社会，减肥误区仍普遍存在。过度节食导致营养不良，盲目用药引发健康风险，追求速成而忽视长期习惯养成。舟山大赛的实践恰恰给出破题思路——健康减重不是短期冲刺，而是生

活方式的根本性转变。邓步超“告别夜宵零食”的自律，张红燕“找到适配自身方法”的感悟，都印证了唯有平衡饮食、运动与心态，才能实现持续的健康目标。

更值得关注的是，这场赛事背后的“体卫融合”逻辑。体育部门与医疗卫生机构的深度协作，让健康管理从医院延伸到社区，从疾病治疗前移至预防干预。市体育中心探索的服务路径，将公共资源优化整合，使体重管理从个人行为升级为有组织的公共服务，放大了健康干预的效果与影响力。

这场减重大赛的意义，早已超越“几百人减重成功”的表层成果。健康是民生之基，也是城市发展的隐形财富。舟山以一场减重大赛为起点，探索出公共健康服务的新路径。当“体卫融合”从创新实践变为标准配置，当科学健康理念深入市民生活，这座城市绘就的，不仅是个体的健康图景，更是民生服务精准对接群众需求的生动答卷。

# 做好校园餐关键是“软硬兼施”

### □李海州

普陀区近日投入近百万元推动区内四所学校食堂“提档升级”的新闻，引发了社会关注(据10月25日《舟山晚报》报道)。从后厨布局优化到管理制度压实，做好校园餐这项良心工程，必须坚持“软硬兼施”的系统性思维，既要筑牢硬件根基，又夯实管理体系，才能守住师生“舌尖上的幸福与安全”。

“硬件”是基础，是筑牢校园餐安全的物理防线，决定了就餐体验的“下限”。此前沈家门小学食堂因建设标准老旧，空间布局混乱、功能区缺失，存在安全隐患。而此次改造通过优化后厨布局、分流取餐区域，不仅提升了就餐体验，更从物理空间上阻断了安全隐患，显著提高了运营效率。事实上，硬件升级从来不是简单的“装修改造”，而是围绕“安全、高效、便捷”的系统性优化，提升效率，守护底线。

“软件”是关键，是拧紧规范运营的长效管理阀门，决定了服务质量的“上限”。再先进的硬件设施，若没有科学的管理配套，也终将是形同虚设。从“大宗食材统一招标、定点采购”确保源头可溯，

到“压实学校主体责任”杜绝管理真空，再到“一校一策”的精准施策，每一个环节的管理细节，都是防范风险、提升品质的关键。也是确保校园餐品质能够持续稳定、经得起时间检验的核心所在。

“软硬兼施”是核心，才能实现“1+1>2”的协同效应，让校园餐“提质增效”落到实处。崭新的后厨布局，需要配以精细化的操作规范，才能让工作效率倍增；反之，若只重管理而忽视硬件，再严格的制度也可能因设施老旧难以落地。普陀区的实践正是“软硬兼施”的生动案例，空间重构后，通过管理优化实现取餐分流；智慧赋能后，通过规范操作提升效率；硬件改善的同时，以科学管理筑牢安全防线。“软”与“硬”并非简单的叠加，而是需要深度融合、相互赋能，才能产生化学反应，实现整体效能的最大化。

校园餐的升级，绝非仅是翻新厨房、更换设备那么简单，它是一项考验学校后勤治理智慧的系统工程。做好校园餐，既要有“硬核”的硬件支撑，也要有“精细”的管理服务。唯有坚持“软硬兼施”，在硬件升级上持续发力，在管理优化上久久为功，才能让每一份校园餐成为师生满意、家长放心的“幸福餐”。

# “反诈先锋”奖 设得好



扫一扫，下载反诈客户端

## 反诈先锋，为你们点赞！

近日  
舟山市反诈中心  
再次开展集中授奖活动  
表彰遏制诈骗有功的  
网约车、银行  
以及金店从业人员  
快来一睹风采

### 表彰现场



### 网友热议

- 麦尼兜兜 来自浙江舟山 3月20日 22:57 点赞  
为你们点赞
- 137\*\*\*048 来自浙江舟山 3月20日 17:42 点赞

### □阿康

定海区公安分局日前为市民郑兴强、陈义东、张维锦颁发“反诈先锋”证书及奖金，表彰他们在反诈工作中的突出表现(据《舟山晚报》10月27日报道)。这个“反诈先锋”奖设得好！

现如今，“线上线下”各类诈骗活动十分猖獗。尽管各地警方加大了力度，一批诈骗犯罪集团被捣毁、一批诈骗犯罪分子受到法律的严厉制裁，但是，仍有不法分子变着花样、换了“马甲”，继续行骗作恶，加之，有的人特别是老年人要么是“病急乱投医”，偏信诈骗分子的花言巧语；要么是贪图小恩小惠、蝇头小利，严重的是听不进家人及亲朋好友的提醒劝告，错把陷阱当馅饼。结果，屡屡被骗。有的人血汗钱、救命钱、养老钱被骗一空。教训极为深刻。

此次定海区公安分局为市民郑兴强、陈义东、张维锦颁发“反诈先锋”，既体现了公安机关打击金融犯罪的决心和勇气，更体现了打击电信诈骗的群众智慧，客观上形成群防群治的积极效果，通过群防群治成功拦截电信诈骗，也证明了“反诈先锋”奖的有效和其体现的积极意义。

定海区公安分局设立“反诈先锋”奖，进一步说明了百姓利益无小事，虽然防范电信诈骗是当前世界性难题，但是再难的事情只要用心、用情去做，就不难做好反诈工作。真心恤民，真情待民，真行为民，就能够求得群众的理解，获得群众的配合和支持，就可以筑起防骗的坚堤。

当然，面对反诈骗斗争的严峻形势，面对诈骗伎俩不断翻新的诈骗分子，还须进一步提高警惕。要法律“长牙齿”，严查严惩诈骗犯罪，要不断创新反诈技术和措施，扩大反诈效果。目前，定海公安已联动249家城区行业网点，组建263个“吹哨报到”群，发展1827名反诈“吹哨员”，筑牢反诈骗的“天罗地网”。