

# 新农民的幸福新生活

本报记者 杨 蕾



今年国庆长假,对于新丰镇的周顺一家来说,其开心热闹程度不逊于过年。去年,周顺将自家的十几亩田流转给了种植大户后,他就一直在荷兰花海景区打工,儿子儿媳也在苏州有着不错的工作。今年“十一”,不仅儿子儿媳回来游玩,就连亲戚朋友都回乡度假,全家人齐聚美丽家乡,逛逛荷兰花海,简直不亦乐乎。

如今,随着新农村建设步伐的加快,农村面貌和农民生活发生了

翻天覆地的变化,农民不再是靠天吃饭,而是变身“新农民”,迎来了幸福新生活。

再过几天,即将进入水稻收割大忙季节。在三龙镇斗龙村,村民们正在和农业合作社、农机大户签订水稻收割协议。“趁着国庆假期,把协议签好,这样我就可以放心地出门工作了。”村民陈胜告诉记者,现在农忙时节没以前忙了,田里收种基本都交给农业合作社。记者了解到,随着农民专业合作社和农机大户的出现,统一机械化作业解放了农村生产力,许多农民不再参与“农忙”,而是放心进城打工去了。

如果说,农机专业合作社的统一作业和管理,改变了农民的生活方式。那么农村土地流转,则进一

步改变了传统种植方式。农民从土地中得到解放,不仅提高了生产效率,也过上了城里人的生活。“想不到土地流转后,家里的条件一下子改善了,日子更好了。”小海镇江北村村民吴广说起土地流转后的生活,感慨万千。之前吴广夫妇一直靠十几亩田维持生计,年成好的时候一年赚三四万元,遇到旱涝灾害时,一年的收成就泡了汤。自从土地流转后,不仅每年收到近两万元的租金,夫妇俩还帮种植大户打工,额外又能赚五万元,一年下来固定收入就有六七万元。“这收入不比在城里的儿女赚得少,呵呵……”谈及现在的生活,吴广笑得合不拢嘴。记者了解到,随着土地向专业大户、家庭农场、专业合作社、农业龙头企

业等新型农业经营主体集中,在推动农业转型升级的同时,也带动一批农户就近就业。

在农村城镇化建设的步伐中,随着镇工业园区的建设和企业的发展,越来越多的人气被聚拢,农民也有更多就业渠道。村民刘顺林在园区一家企业做仓库保管员,妻子则在附近玩具厂打工,今年年初刘顺林在镇上买了房,下个月就能搬进新房。“感觉现在过着城里人的生活。”刘顺林对现在的日子很满足。记者了解到,近年来,我区着力推进镇工业园区建设,不仅发展了镇村经济,还促进村民实现就业,有效增加了农民工资性收入,农村成为宜居宜业的美丽乡村,农民更成为了幸福感爆棚的新农民。

## 我区开展“世界精神卫生日”宣传活动

本报讯 10月10日是第26个世界精神卫生日,区卫计委牵头组织各驻城医疗单位,在施耐庵公园广场开展以“共享健康资源、构建和谐家庭”为主题的宣传活动。

活动现场,驻城各医疗单位委派专家开展宣传、义诊活动,向广大市民发放宣传材料5000份;区二院安排3名精神科专家现场答疑解惑,并制作14块展板进行精神卫生相关政策、防治知识等方面宣传,通

过播放《打开心灵之窗》《回家之路》《社区精神卫生服务》等公益宣传片,让广大市民对精神卫生工作、精神疾病防治知识和精神障碍患者有关救治救助等,有更深入的了解。活动呼吁全社会共同关注心理健康、关心精神疾病患者、推动构建和谐社会环境,促进形成正视心理问题,理解、接纳、关爱心理、精神疾病患者的良好社会氛围。

(单长云)

## 法院审执分离解决执行难

本报讯 今年,法院推进审执分离改革,将执行裁判权从执行局分离,规范执行异议审查,强化审判权对执行权的有效制约和监督。

该院加大司法查控和资产处置力度,网络查控银行存款3000余万元,房产379处,车辆532辆,网络司法拍卖金额1.3亿元,溢价率23.6%。

同时加大惩戒力度,将633名失信被执行人纳入黑名单,拘留、罚款87人次,迫使52人主动履行义务。该院建立常态化集中执行制度,开展集中执行15次,组织强制搜查5次,执结一大批“骨头案”,今年上半年执结案件1720件,到位金额8.9亿元,执行工作步入良性发展轨道。(杨蕾)

## 降温三个部位要保暖

**暖颈:**办公室一族得颈椎病的不在少数。长时间保持低头或固定姿势工作,使颈椎长时间处于屈曲位或某些特定体位,颈后部肌肉韧带组织长期僵持,会引起慢性劳损。一旦受寒,便可能引发血管的收缩和颈部肌肉痉挛、神经水肿,诱发颈椎病或让原有的颈椎病雪上加霜。

**助力器——**一条围巾顶一条棉被。最简单的就是带条围巾或者穿高领衫等,保护好脖颈不露在外面。以免寒气入侵。

**暖腰:**腰是人的“一把手”。中医认为,腰乃肾之府,肾是人体先天之本,喜暖怕寒,是人体重要的健康敏感区。老年人中比较高发的寒湿性腰痛,主要就是因腰部受风寒侵袭引起,在阴雨天会加重。而对女性而言,由于处于带脉区,腰部受寒引起的气滞血瘀,会影响卵巢等生殖系统的机能,因此更需要注重腰部保暖。

**助力器——**搓手按摩肾俞穴。除了借助添衣增加保暖外,也可通过按摩舒缓受凉带来的不适。即双手交叉,快速揉搓,直到把手掌搓热后,把手掌直接捂在肾俞穴上,用手掌上的热量来温暖腰肾,同时双手顺时针揉搓。

**暖脚:**脚裸部有200多个穴位,是人体“小心脏”。寒气一般都是从脚底侵入。因此,古语有云:白露不露脚,说的就是在白露节气后,就不能再光着脚穿鞋,需要穿上袜子,防止受寒。此外,除了穿上厚袜子外,泡脚也是保护脚裸的很好方式。

**助力器——**药浴泡脚效果佳。热水泡脚可以起到舒筋活血、缓解疲劳的作用。一般40摄氏度左右的水温即可。泡脚时加些中草药效果更好。其中具有温经作用的有透骨草、川椒、干姜、桂枝;有活血通脉功效的有红花、当归、鸡血藤、艾叶。(新华)

CHANG SHOU ZHI SHI  
长寿知识



10月9日,一群孩子正在中华水游园聚义桥上快乐奔跑。中华水游园是我区依托施耐庵故里文化资源,精心打造的重点旅游项目,先后投入1亿多元,新建施耐庵书院、碑林、聚义桥等景点,吸引了不少游客游玩。邱鹏摄

## 柚子皮的妙用

1、**去异味:**清新的柚子皮,和其他柚类一样,能够有效去除异味。可放一些新鲜柚子皮在冰箱内,或是在新装修的房间内,帮助清新空气。如果鞋内有异味,可以在吃完柚子后,将皮塞入鞋内,最好是塞满整个鞋舱,保准难闻气味全部消失。

2、**清洁:**将柚子皮放入水中煮约30分钟,一边将煮好的柚子皮水倒入家中的排水孔,一边用刷子刷,不仅可以去除排水孔周围的脏污,还能消除难闻的气味。还可以把半个柚子的皮加上5碗水煮约30分钟后放凉,将柚子皮水倒在干净抹布上并拧干,

用来擦拭木质家具,可以让家具变亮并留有香味,特别适合柚木的家具。此外,用柚子皮的绿色部分蘸少量盐,擦拭钢琴键盘,可以让泛黄的琴键表面恢复光亮。值得推荐的是,刚剥下来的柚子白筋有很强的吸附能力和去油污能力,用来洗碗,不用洗洁精就能清洁干净,还不伤手。

3、**驱虫:**将柚子皮放在橱柜内的角落能防止虫蚁,或放入米缸内用来防小虫。另外,将柚子皮放在衣柜里虽然可以驱虫,但由于是新鲜果皮,不可像樟脑丸那样一用就是一两个月,需要2至3天更换一次。

4、**去油腻:**柚子皮有加速动物脂肪分解、去油腻的作用。柚子皮中有一种成分对心血管有保护作用。柚子吃完将皮内的白筋撕下后,放在通风处吹干,再在阳光下晒干水分,待干硬时,用刺有小孔的塑胶袋装好保存,可用来做肉类去腥的辛香料。

(江南)

SHENG HUO TI SHI

生活提示



# 高新区落户企业 招工简章

高新技术区规划面积33平方公里,落户启航未来智能终端产业园、丰盈锂电池、世贸天阶“宜真通”等三大百亿级项目,现有生产企业50多家,其中德硕精工、美丰科技、苏视光电等数家企业因业务发展需要,急聘技术工程师、开料检测员、操作工等优秀技术人才。

**一、江苏德硕精工科技有限公司**  
招聘操作工、产线领班、全检员等岗位,年龄18-45周岁,学历初中以上,工资待遇4000-6000元,缴纳五险,提供免费食宿;工作地点:大丰高新区启航未来智能终端产业园,联系方式:13390713272(韦小姐)。

**二、盐城美丰科技有限公司**  
招聘机床操作工、全检员等岗位,年龄18-45周岁,学历初中以上,工资待遇4000-6000元,缴纳六险,提供免费食宿;过渡区工作地点:大丰区南阳镇朝阳路与盛业路交叉口,联系方式:83331313/18352026762(陈水英)。

**三、江苏苏视光电有限公司**  
招聘文员、车间领班、作业员等岗位,年龄18-55周岁,有相关工作经验者优先,工资待遇3000-5000元,缴纳五险,提供食宿;工作地点:大丰高新区启航未来智能终端产业园,联系方式:13375237299/13851000578(张女士)。

**四、江苏盛锐光电科技有限公司**  
招聘作业员70名,年龄18-35周岁,学历初中以上,有电子行业工作经验者优先,工资待遇3500-5000元,缴纳五险,提供免费食宿;工作地点:大丰高新区大数据产业园,联系方式:15295368086/18066177022(邹小姐)。

**五、晶利达科技有限公司**  
招聘操作工、技术员、全检员/巡检员等岗位,年龄18-45周岁,学历初中以上,工资待遇3000-4999元,缴纳五险,提供免费食宿;工作地点:大丰高新区启航未来智能终端产业园,联系方式:13962750391(沈女士)。

**六、江苏晶亚汇电子科技有限公司**  
招聘设备工程师、行政人事文员及检验、作业员等岗位,年龄18-40周岁,学历高中以上,工资待遇4000-6000元,缴纳五险,提供食宿;工作地点:大丰高新区启航未来智能终端产业园,联系方式:15998615856(李小姐)、13728892860(董先生)。

# 树立正确理财观念 警惕非法集资陷阱