

“我当时就想着救人”

——记淮安区保安公司驻六洞服务区警务室保安荣纪元

本报记者 李文君



2015年8月17日上午9时许,在淮安区保安公司驻六洞服务区警务室当保安的荣纪元刚下夜班,准备回家好好补个觉。在他路过马甸镇西三支路时,听到了一阵呼救声,“快救命,快救命啊,有人落水了……”

原来,马甸镇十五里桥村74岁的沈洪富骑着电动三轮车,带着老伴和8岁的孙子,经过西三支路时,因车速过快,连人带车冲进了路边的三支渠中。三支渠是灌

溉渠,那天正好开闸放水,水位高,水流急,祖孙三人落水后,很快被冲到河中间。因为水流湍急加上不知深浅,岸上围观的20余名群众,没人敢下水救人,祖孙三人生命危在旦夕。

“我当时啥也没想,立即把电瓶车往路边一停,赶紧跳河救人,先将小男孩托到了岸边。”今年49岁的荣纪元说,“当时有村民说还有个老太太就漂在那儿,我立即深吸一口气,便又一头扎到了水下,将正在挣扎的老太太从水中托起,艰难地护送到岸边。”

当时,已救起2人的荣纪元浑身无力,双手紧抓住河边的水草,大口呼吸。但是,当他得知还有一个老人未上来时,便

又顺着村民所指方向奋力游去,用尽全身的力气,将老人拖到岸边。

在岸边村民的帮助下,荣纪元艰难地爬上了岸。很快,祖孙三人被及时赶到的120和民警救走。荣纪元拒绝了去医院观察治疗,自己缓了一口气便又骑上电瓶车回家了。现场有人问荣纪元叫什么名字,他只说了句“我姓荣”,便离开了。

事后,沈洪富的儿子根据当时民警留下的资料找到了荣纪元,想要送上报酬以示感谢,但被荣纪元拒绝了。荣纪元说:“我当时就想着救人,水面上只剩一双手了,两个人都看不见了,我要再不下去,人就没了。当时水流那么急,旁边那么多人干看着着急,不敢下去。我水性好一点,那

就我下去。耽误一分钟都是人命关天的事!”

“希望水性不好的人在遇到这种情况时不要冲动,下去救人前一定要想好办法,不要冲动!”荣纪元说,“后来想想,我要是有什么,家里70多岁的老父亲就没人照顾了,也挺后怕的。但当时真没想这么多,就想救人,再遇到我还会去救!”

区保安公司驻六洞服务区管理员周洪道说:“荣纪元平时待人热情、有礼貌,责任心强,经常对有困难的同事施以援手。他能奇迹般地把三个人都救上来,太不容易了,做好事还不留名,我觉得我们社会现在就需要这样见义勇为的人,需要这样的正能量。”

你说我说

“3月不减肥,全年徒伤悲”,进入3月,健身锻炼又开始盛行。而在健身教练的选择上,不少人坦言主要“看外形”,至于教练是否经过考核持证上岗则不得而知。

随着生活水平的不断提高,人们对健康越来越重视。“秀运动”已成为微信朋友圈里的新风尚,在这股“运动风”的背后,是快速发展的健身行业。资料显示,我国18岁到50岁之间,对运动相关产品和服务有需求的消费者人数已超过4亿人,城市居民用于个人健身的消费每年以30%的速度递增。中国已成为世界上最大的商业健身休闲市场。大街小巷,健身房更是遍地开花,有的城区繁华地段一公里内就有几十家。

快速发展的健身行业,自身的“健康”程度又如何?笔者发现,健身行业内有多达20余种不同的健身教练资质证书,名称五花八门。要想拿到这些证书,完全可以不需要考试,只需花点钱网购,最快7天就能拿到证书。同时,健身教练知识匮乏,行业内缺乏统一的从业标准。

因为健身行业不够规范,健身引发的受伤屡见不鲜,很多医院都会遇到不少因健身不当而出现损伤的患者。比如使用器械健身的人会因为力量过大而造成肩关节损伤、韧带关节软骨损伤、肘二头肌长头腱损伤等。造成运动损伤的原因有很多种,除了因为自身把控不当之外,与健身时有没有专业教练在旁指导以及教练的水平不高都存在一定的关联。而健身消费纠纷也经常见诸报端,比如商家“圈钱跑路”;比如商家设置重重障碍拒绝退卡、转卡或停卡;比如商家原本允诺的课程,师资安排不到位;比如消费者在健身房遭遇人身财产损失,商家不予妥善处理……

健身是为了让身心健康,不健康的行业本身只会让效果大打折扣。类似的例子不在少数:曾经令人神往的共享单车,因为没有统一的行业标准和规范,导致如今共享单车“尸横遍野”、“坟场”无数,用户的押金无法退回,企业“圈钱跑路”。家政服务也是如此,因为行业不够规范,各种假证泛滥成灾,只要花钱,没有接受任何培训就能拿到从业资格证、催乳证,甚至是“金牌月嫂”证等,严重损害着雇主利益和整个家政行业的形象。

一个行业的健康发展,一定要有统一的行业标准,以及完善的管理体系。建立健身行业标准,是全面推进健身业可持续发展的有效手段。健身行业涉及消费者的身体健康,从业标准的门槛不宜过低,想要取得这类证书的从业者,应该像青少年身体运动功能训练博士张世平建议的那样:一是让那些有高等体育院校、体育专业出身背景的人,经过培训可以上岗;二是如果没有专业背景,就要有在这个行业里的实践经验,从基层做起,逐步熟悉这个行业,积累一些常识和经验,再去接受系统培训。同时,市场监管等部门要织好监督的网,让那些想在健身行业里浑水摸鱼的人无处下手。另外,消费者也要擦亮眼睛,在选择健身产品时学会甄别,保护自身权益。

一个健康的健身环境,不仅要让消费者强身健体,行业自身更要“身心健康”。只有这样,从消费者到商家,才能“强身健体”、长远发展。

销售过期食品 既赔偿又被罚

2017年11月18日,消费者杨某拨打12331热线进行投诉,称其11月17日在车桥镇某超市购买了1瓶单价6元的500ML雪花牌瓶装啤酒,回去后发现啤酒的生产日期是2017年4月18日,保质期180天,已经超过保质期。消费者有小票,要求退款和赔偿。

区市场监管局车桥分局接到投诉后,立即安排人员联系消费者进行核实、取证,并对该超市进行现场检查以及调进销货单据。经查,消费者所述情况属实。执法人员还在该超市的货架上发现3瓶同批次已超过保质期的啤酒。经车桥分局依法调解,该超市同意一次性退款并赔偿消费者共计600元,且承诺今后加强管理,防止此类事情发生。同时,因涉嫌销售过期食品,车桥分局立即启动“诉转案”程序,对该超市违法行为进行立案处理,依法对该超市作出罚款3万元的行政处罚。

该超市销售过期啤酒的行为,既违反了《中华人民共和国食品安全法》关于“禁止生产经营超过保质期的食品”的规定,也符合《中华人民共和国消费者权益保护法》关于“消费者因购买、使用商品或者接受服务受到人身、财产损害的,享有依法获得赔偿”的规定。

在此提醒广大消费者,在购买食品时一定要注意保质期,尤其是购买一些季节性食品,如果不小心中购买了过期食品千万不要食用,可以与商家协商退款赔偿,也可向有关部门或组织申请调解,如果协商不成还可以向市场监督管理等部门投诉或向人民法院提起诉讼来维护自身的合法权益。同时提醒食品经营者,履行法定义务,应当按照保证食品安全的要求贮存食品,定期检查库存食品,及时清理变质或者超过保质期的食品。如果疏于管理,一旦出现问题损人又害己。

消费警示

让生活更美好一些

佚名

我们的生活总是很拥挤,总是很忙碌,总以为前方有很重要的东西在等着自己。在拥挤中,我们来不及享受;在忙碌中,我们漠视了爱与被爱。一生是短暂的,时光紧张而毫无悬念地溜走,难以留下一丝痕迹。学会等等吧,等等自己,等等灵魂,让自己轻松一点,让灵魂休息一下,让生活更美好一些。

当你遇到一件事情,已无法解决,甚至是已经影响到你的生活、心情时,何不停下脚步,给心灵一个时间。或许换个方法,或许换个角度,或许换条路来走,事情便会简单了许多。如果我们走的太快,要停一停等候灵魂跟上来。

微笑着面对生活,即使一文不名,也能睡得香甜;微笑着面对人生,即使在黑暗中,也能看到希望的曙光。当你能控制自己的情绪时,你就是优雅的;世界再大,大不过一颗心;走得再远,远不过一场梦。人性最大的弱点,不是贪婪,不是懦弱,而是一切都想尽善尽美。

其实,痛的人也知道,应该放下,但还是放不下。只因不想放,不能放,放不了。生命中,总有些人,安然而来,静静守候,不离不弃;也有些人,浓烈如酒,疯狂似醉,却是醒来无处觅,来去都如风,梦过无痕。

人生的境界,说到底,是心灵的境界。若心乱神迷,无论你走多远,你皆捕捉不到人生的本象,领略不到有韵致的风景。唯有心灵的安静,方能铸就人性的优雅。这种安静,是得失后的平和,是诱惑前的恬淡,是困苦中的从容,是笑对这个混乱的世界,慢慢地去看清、看透、看穿、看淡的一个漫长且难捱的过程。

静不是心静,是心境。人能看清静,天地皆归!宁静如同一面镜子,如同一盏灯,映照出我们真实的面目,照亮我们昏昧的意识,使我们清醒;在宁静中,我们真正与自己面对面,真正与自己相处,真正与自己交流;在宁静中,真实的声音才会心理流出来,透过喧嚣与躁动,透过应酬与虚伪,找到真实的自我。

生活的幸福,来自于对生活一种温暖感觉,化解那些世态人情的阴影,放开自己看世界的宽度和高度,人生也就成了一场随缘自然,善待安然,去迎接每一个阳光布满天空的日子,别管生活给了多少磨难。无论我们目前处于什么样的生命能量状态,我们都期望自己的生活越来越好,都希望自己的未来越来越美好,若你真想如此,那么,从今天起,对万事万物心怀感恩,时时处处以正能量的意念行去对待,不断积累你的生命正能量,当你这样做的时候,你会发现,你的生命中美好的事件正在一件件发生。

人生感悟

谈婚论嫁“优秀”经常是个坑

林采宜

说到婚姻,有句耳熟能详的话:婚姻如同鞋子,舒服不舒服,脚丫头知道。婚姻与自我的关系如同鞋子跟脚,选鞋子,是舒服重要还是好看重要?

当然,最理想的是既舒服又好看,然而现实通常是,舒服的鞋子不一定好看,或者好看的鞋子会挤脚,只能二选一的时候,舒服优先还是好看优先?

理解这个问题比较容易,毕竟,我们在鞋店是给脚选鞋。因此,很多人的答案是:舒服重要!

但是,实际上买鞋的时候,大部分人都选择了好看的。这是为什么?

因为,鞋子穿出去,有人看。婚姻更是如此。

读玛丽特写的《飘》,郝思嘉的情感选择就是这样。

她一生中喜欢的男人有两个:一个是艾希礼,高雅、博学,言谈举止处处体现绅士教养,以当时南方

贵族的标准来衡量,“优秀”这两个字是当之无愧的。小说一开始,为了得到艾希礼的好感,任性娇纵的郝思嘉处心积虑地扮演柔弱纯洁的白莲花。郝思嘉听不懂艾希礼喜欢的音乐、诗歌,她做不到梅兰妮那种隐忍、大度和宽容,她虽然也穿着端庄的裙子,发髻一丝不乱,但那双真正代表内心的绿眼睛,永远闪烁着野性——这是艾希礼所无法接受的狂野。

相比之下,另一个男人白瑞德则与当时的优秀标准挂不上边,他风流成性,浪漫随意,即便追求心爱的女人用的也是“流氓”的方式,他俩之间最经典的对话是:“先生,你可真不是一个绅士!”“而你,小姐,也不是个淑女。”在白瑞德面前,她不用伪装,自私、虚荣、刻薄、骄横,这些本性的东西都肆无忌惮地流露,换一句话说,在白瑞德面前,郝思嘉才是真实的自己,而白瑞德,自始至终,接受并喜欢她这种生机勃勃、自私狂野的样子。

倘若郝思嘉如愿以偿嫁给了博学儒雅的卫道士艾希礼,她会幸福吗?不会。梦实现的时候,恐怕也是破灭的时候。

期,我区猪肉价格会逐渐下降态势。

据调查,生猪价格持续走低的主要原因,一是当前猪肉消费疲软。春节过后,猪肉市场进入阶段性消费淡季。居民习惯年前大量采购,年后家中储备的猪肉需一段时间消化,导致需求明显缩减。二是猪价盈利周期进入拐点。从近些年生猪价格运行情况来看,猪价波动周期一般为3~4年,平均上涨期约1年半时间。从2017年初生猪价格涨至本轮上涨周期高点后开始震荡下行,此前已趋势性上涨1年半时间,按照生猪价格运行的一般规律来判断,当前多地猪粮比值大范围跌破6:1,将成为本轮“猪周期”全面进入下行通道的重要拐点。三是生猪

养殖规模集约化、产业化,成本进一步降低。在市场和政策的双重作用下,近两年散户不断退出养殖行业,大型养殖企业逐步把控市场。

从目前猪价走势来看,一段时期内猪价难以乐观,价格仍处在下行空间。从玉米价格走势分析,根据“玉米价涨、猪价见顶,玉米价跌、猪价见底”的规律,2017年以来,玉米价格呈持续上涨态势,从每公斤1.84元涨至目前的2元,玉米价格的上涨反应出生猪存栏数量不断增加,后期猪价不容乐观。因此建议养殖户适当减少生猪存栏量,降低猪肉供过于求的市场风险。

(徐广俊)

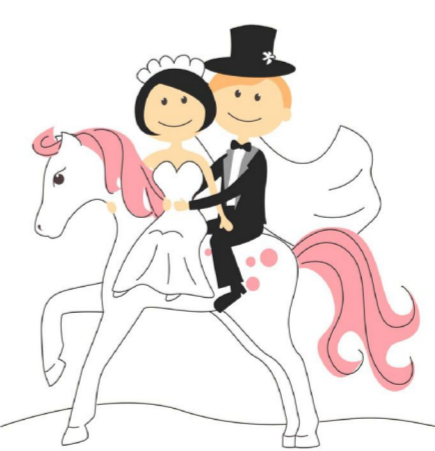
我区生猪出栏价连续下跌

警惕“猪贱伤农”



日前,区交通运输部门启动以“依法维权·畅享交通”为主题的“3·15”宣传周活动,组织人员深入社区、街道、车站、广场等场所,通过图解、卡片、展板等形式向市民宣传平安出行和维权救助途径。

建堂 寿林 万生 摄



标?一是缺乏自信心,认为优秀的人在社会上拥有更强的生存能力,这种心理的背后,是对自己生存能力的质疑和不自信;其次,满足父母家人甚至七大姑八大姨的“审美标准”,婚姻是一双穿一辈子的鞋子,好看是为了让人夸。

为了被夸而忍着脚疼,这是许多人不由自主做出的选择。生活中,如果感情和婚姻充满疼痛,多半是自己的选择出了问题。按照别人的标准选择自己的伴侣,这个标准名字叫做“优秀”。

