

奋斗点燃梦想 品格书写人生

——残疾青年倪智森成长掠影



倪智森接受江苏电视台《江苏新时空》栏目专访

近日,区残联接待了一位“老朋友”——刘庄镇民主村31岁的肢体三级残疾人倪智森,他因参加工作有了稳定收入,主动来申请停发残疾人生活补贴。“因为努力才有希望”,倪智森分享着自己的奋斗历程,感慨着与残联的不解之缘。平静的叙述中,一个感人的励志故事跃然纸上。

身残志坚,一朝终圆大学梦

倪智森因先天性脑瘫,被认定为肢体类三级残疾,身体的缺陷意味着

成长之路必然充满坎坷,但他始终没有向命运低头,丝毫未动摇他的大学梦。曾几何时,生活和行动上的诸多不便,身边同情乃至鄙视的目光交织,一度让倪智森动过打退堂鼓的念头。每每徘徊,他总是用“努力才有希望”的人生信条给自己打气,靠着比别人更坚强的意志、更多的耐心,花更多的时间、吃更多的苦,以较好成绩进入刘庄中学学习,高考被钟山学院电子信息工程专业录取。倪智森进入大学后没有松懈自己,又顺利考入盐城师范学院本科学习,成为当年全系6个班中3个“专转本”成功的学生之一,完成了一个残疾学子的人生“逆袭”。

这些成就对一个正常的学生来说不足为奇,但作为一个自幼行动不便、口齿模糊的残疾孩子,是多么难能可贵。”钟山学院物电学院孙

伟副书记说道。“我没觉得自己与身边的同学有什么不同,他们能做到的我一定也可以做到。”倪智森的话掷地有声。

自强不息,孜孜追求结硕果

2016年9月在区残联的穿针引线下,倪智森同江苏博敏电子有限公司签订劳动合同,正式走上工作岗位。实际工作中,岗位技术要求高,让倪智森深深体会到自己在专业领域的不足。于是他几乎把所有的业余时间都花在了研究书本和技术上,半年后毅然决定报考研究生给自己充电,并考得专业课第一名。鉴于其良好的专业基础和孜孜以求的学习态度,在英语差一分情况下,被南师大电气与自动化工程学院破格录取,并于2020年取得硕士学位。

机遇总是垂青于有心人、有准备的人。研究生学业进一步厚实了倪智森的专业素养。2019年,在第六届全国残疾人技能大赛“机电一体化”竞赛项目中,经区残联推荐,代表盐城市参赛的倪智森表现优异,获得三等奖。这是我区近年来残疾人各类竞赛中获得的最高奖项。赛后,倪智森接受江苏电视台

《江苏新时空》栏目专访,收到较好反响。“人总要有点追求,努力终有回报。”倪智森以实际行动诠释了他所说的话。

胸中有爱,感恩社会显担当

倪智森完成研究生学业后,在江苏创能电器公司工作。“今天到区残联来,主要是表达我的感激之情,谢谢对我一直以来的关心和帮助。我已经有了稳定的职业和收入,请取消我的生活补贴,把宝贵社会资源用到更有需要的残疾人身上。”

倪智森的成长与个人努力、社会支持以及残联组织的帮助是分不开的。研究生在读期间,倪智森靠勤工俭学赚取生活费,校方也为其免除了学费;区残联及时落实残疾人生活补贴、就业等各项帮扶政策,从倪智森高中阶段即给予每年1000至1500元不等的教育补贴,研究生毕业后,主动牵线搭桥介绍工作,推荐参加各类技能比赛,合力助其成长。

“感恩好时代、好政策,我将一如既往刻苦努力,尽己所能奉献社会。”展望未来,倪智森话语铿锵。

(钱湛 王亦欣)

春季食补有讲究

大地回春,万物复苏,人体阳气也随之充盈。本着“人与天地相应”的宗旨,在饮食上应该顺应气候,因时食养。

春天气温开始上升,可进食一些有助于阳气升发的食物。以五味而言,辛甘发散为阳,葱、姜、蒜、韭菜、香菜等辛味食物有助阳升发、温中散寒的作用。只是春为少阳之时,只宜助阳,不可过食大温大热之品,如羊肉、花椒、辣椒等,否则易生热助火,导致口舌生疮、大便秘结等症状。

孙思邈在《备急千金要方》中有“春日宜省酸增甘,以养脾气”之说。酸味入肝,有助肝木更旺,容易克伐脾土,从而影响脾胃的消化吸收功能。因此,春季应少食酸味食物,适量进食米粥、山药、花生、大枣等性味甘温的食物。

“春吃芽、夏吃瓜、秋吃果,冬吃根。”我国自古就有春日食春芽的习俗,有助于疏肝养气。其中,香椿是春季特有的“野菜”,口感鲜嫩、香味浓郁,富含维生素C、胡萝卜素等营养素,这个季节的餐桌上不能少了它。

(人民)



近日,区“十三五”成就图片展来到草堰镇双河村新型农村社区,吸引了不少群众驻足观看。巡展图文并茂地展现了我区“十三五”期间取得的巨大成就,为“十四五”发展蓄势鼓劲。据悉,区“十三五”成就图片展近期将在万盈、大桥等镇及港区巡展。

邱鹏 鸿华 摄

扎根基层一线的脱贫攻坚楷模

现任重庆市巫山县竹贤乡下庄村村委会主任。他43年不改初心使命,坚守偏远山村,坚持苦干实干,带领村民用最原始的方式在悬崖峭壁上凿石修道,历时7年铺就一条8公里的“绝壁天路”。他培育“三色”经济,发展乡村旅游,推进移风易俗,提振信心志气,把绿水青山变成了金山银山,让乡亲们改变了贫困落后面貌,过上了富裕文明生活。



中宣部宣教局
人民日报社



大丰区部分主副食品价格信息公示表

发表日期:2021年3月5日

单位:元/500克

序号	品种规格	市场价格		
		墟中菜场	恒生菜场	康盛菜场
1	肋排(带骨)	20.00	24.00	25.00
2	排骨(腿肉)	20.00	24.00	22.33
3	鸡腿(品种)	4.50	4.50	4.43
4	鲤鱼(2.5公斤左右)	11.00	15.00	12.00
5	青菜(新鲜一级)	3.00	3.00	3.00
6	大白菜(新鲜一级)	1.50	2.00	1.80
7	韭菜(新鲜一级)	2.50	3.00	3.17
8	花菜(新鲜一级)	3.00	4.50	3.50
9	生菜(新鲜一级)	4.00	3.00	3.67
10	芹菜(新鲜一级)	2.50	3.00	2.50
11	西红柿(新鲜一级)	3.00	4.50	4.00
12	冬瓜(新鲜一级)	3.50	4.00	3.83
13	黄瓜(新鲜一级)	3.50	4.00	3.83
14	包菜(白,新鲜一级)	2.50	2.50	2.50
15	紫包菜	3.50	2.50	3.50
16	长豆角(新鲜一级)	6.00	6.00	6.33
17	萝卜(新鲜一级)	2.00	2.50	3.50
18	胡萝卜(新鲜一级)	3.00	4.00	3.50
19	青椒(新鲜一级)	4.00	5.00	5.00
20	紫茄子(新鲜一级)	5.00	5.00	5.00
21	土豆(新鲜一级)	2.00	3.50	3.00
22	青蒜(新鲜一级)	5.00	5.00	5.33
23	蒜苗	10.00	12.00	10.67
24	生菜(新鲜一级)	8.00	10.00	8.67
25	芦笋(新鲜一级)	3.00	3.50	3.00
26	红南瓜(新鲜一级)	4.50	5.00	4.83
27	丝瓜(新鲜一级)	6.50	6.00	7.00
28	芋头	3.50	4.00	5.00

说明:本表公布的主副食品价格为市场价格,只反映价格水平,仅作参考,不作为法定或政策的定价依据

提供单位:盐城市大丰区发改委

大丰区2021年南阳镇农村
村庄河塘整治绿化工程经上级部
门批准建设,现决定对该项目进
行公开招标,择优选定承包人,工
程总规模约36万元。

申请人应当具备的主要资格条
件:具有园林绿化或风景园林绿化
工程或园林绿化综合工程或城市园
林景观绿化工程等园林绿化工程类
经营范围的独立法人企业。

项目负责人资质和要求:必
须是投标人本单位正式职工,具
有有效的园林绿化中级及以上职

盐城兴路建设工程检测有限
公司房屋拆除项目,已经相关部
门批准,现决定对该房屋拆除进
行公开招标,择优选定承包人。
投标人应当具备的主要资格条
件:具有建设行政主管部门核发的
建筑工程施工总承包叁级及以
上资质且取得安全生产许可证的
独立法人企业。项目负责人要
求:必须是投标人本单位正式职
工,具有建设行政主管部门核发的
建筑工程专业贰级及以上注册
建造师证书,同时具有安全生产考
核合格证(B类)。安全员要求:必
须是投标人本单位正式职工,且具

招标公告

称证书或者园林绿化类专业的
大专及以上学历毕业证书是指与园
林绿化工程规划、设计、施工及养
护管理相关的专业,包括园林(含
园林规划设计、园林植物、风景园
林、园林绿化等)、园艺、城市规划、
景观、植物(含植保、森保等)、风景
旅游、环境艺术等专业,并以提供
的毕业证书上的专业为准】。

去某银行办事,不巧,该网点的
叫号机坏了,只好随大家在窗口前排
起了长队。轮到一老人办理时,虽然
有柜员在窗内指点,但隔着厚厚的玻
璃毕竟交流不畅,加之老人反应迟
缓,不是使用不了签字笔,就是输不
对密码,一米线之外的其他顾客碍于
隐私不便上前,大堂经理一时抽不开
身。于是,一笔平常几分钟就能办结
的业务,足足用了近20分钟。后面的
顾客等得心急火燎,站得腰酸背痛。

类似现象并不少见。去通信公
司交话费、查询业务,服务人员告知
通过自助机办理,不少老人不会操
作,最终只能无助而返。随着科技
的进步,不少行业和服务窗口都配
备了智能化装置。这些现代化的硬
件设施,年轻人使用起来方便、快

捷,很容易上手,但对一些老年人来
说却并非易事。如果没有完善的服务
细节和人文关怀,这些先进的智能
设备对老年人来讲,只是一堆冰冷的
机器而已。

其实,面对“智能化”犯难的不只
是老年人。机器是冰冷的,人与人的
相互关爱与帮助才暖心。期待各行
业在推广智能化、自助化技术的同
时,能够多方面考虑服务对象的特
点。尤其是对老年人群体,要给予更
多理解与帮助。因为指导和帮助老
年人使用智能设施,本就是工作人员
服务内容的一部分。

(卢春桃)

QI ZUI BA SHE
七嘴八舌

招标公告

有建设行政主管部门核发岗位证
书。投标人须提供降尘车(专用喷
洒车)车辆行驶证(公司自有)。本
项目在实施时须在搬迁范围内沿
线道路设置围挡。投标人须具有自
2018年8月1日以来的单项房
屋拆除面积不低于2000平方米的
业绩(须提供合同及工程所在地设
区的市、县(市)建设行政主管部
门办理安全监督手续的备案证明)。
报名者须携带相关授权委托书

请申请人在2021年3月8日
至2021年3月12日,每天8:30至
17:30到正信伟业工程咨询管理
有限公司(地址:盐城市大丰高新区
技术区五路1号希望小镇2-1
号楼203室,联系人:朱艳华,联
系电话:13390712220)报名并领
取招标文件,报名者需携带授权
委托书原件、本人身份证原件及
复印件、营业执照及项目负责人
资质证书复印件(加盖公章)。

招标人:盐城市大丰区南阳
镇人民政府

招标公告

江苏盐城港工程建设发展有限公司因项目需
要采购水电安装材料、供热系统及暖气片材
料一批,现对社会公开招标,凡具有依据中华人
民共和国有关法律设立的,并在中华人民共和国正
式注册且有能力按照招标文件规定的要求提供招
标货物、进行项目相关服务、独立完成整体项目的投
标的独立法人企业均可报名,请报名意向单位于2021
年3月12日17时前携带营业执照(副本)复印件(盖
公章)、授权委托书原件、委托代理人身份证件至江苏
盐城港工程建设发展有限公司(盐城市大丰区大丰
港区海港新城启运区星光大道南侧星湖花园
36幢101室)报名。联系人:陈立 13115265888、
0515-83555323。

江苏盐城港工程建设发展有限公司
2021年3月8日

江苏盐城港建设集团有限公司负责实施的盐城港大丰港
区集装箱码头堆场工程建设项
目—桩基专业分包工程,现对社会公开招
标,资质要求:具备建设行政主管
部门核发的建筑工程施工总承
包叁级及以上资质的独立法人企
业,

江苏盐城港建设集团有限公司负责实施的滨海港码头汽车衡
位移及新建二期码头卡口项目—劳
务分包工程,现对社会公开招
标,资质要求:具备建设行政主管
部门核发的建筑工程施工总承
包三级及以上资质的独立法人企
业,请报名意向单位于2021年3

招标公告

报名意向单位于2021年3月
12日17时前携带营业执照(副
本)复印件(盖公章)、授权委
托书原件、委托代理人身份证件至江
苏盐城港建设集团有限公司

请报名意向单位于2021年3月
12日17时前携带营业执照(副
本)复印件(盖公章)、授权委
托书原件、委托代理人身份证件至江
苏盐城港建设集团有限公司

(盐城市大丰区大丰港区海港新
城启动区星光大道南侧星湖花园
36幢101室)报名。联系人:董
鑫,联系电话:0515-83555323、
13815544499。
江苏盐城港建设集团有限公司
2021年3月8日

大桥镇推动乡村文化工作高质量发展

本报讯 日前,大桥镇新型农村社
区文化礼堂内人头攒动、热闹非凡,
掌声笑声不断,该镇“新型农村社区家庭才
艺比赛”在这里举行。这是该镇推动乡
村文化工作高质量发展的一个镜头。

该镇在加大文化投入的同时,积
极谋划未来文化发展的方向和目标,
组织全镇文化战线的同志召开文化
工作研讨会,请大家谈想法、提建议,

为未来基层文化事业发展献计献策,
做到把阵地管理好、把活动组织好、把
队伍建设好、把群众服务好。在工作
中创品牌、行特色,吸引更多的农民群
众参与文化、享受文化,真正把文化惠
民工程落到实处,给广大农民群众带
来浓浓的幸福感和快乐感,不断推动
乡村文化工作发展迈上新台阶。

(冷亚妍 张玲 季俊华)

区实验小学“五美”促进学生健康成长

本报讯 近年来,区实验小学开
展多项活动,全面提升学生们对美的
认知,促进学生健康成长。

阅读悟美。该校全力搭建阅读
平台,引领师生走进课外阅读的天
地,让学生们与书为友,提升学生们的
文学素养和人文素养。劳动塑美。编
写校本教材《劳动塑美》,鼓励学
生们积极参与服务型劳动,学会创
造性劳动,培养学生们勤于思考、