

# “菜篮子”里收获幸福感

## 高安一家农贸市场大变样

农贸市场是“菜篮子”供应的重要场所，更是乡镇形象的一个窗口。今年1月，高安市灰埠镇农贸市场完成翻新改造，以整洁明亮的新面貌迎接居民，赢得了广泛好评。

改造后的农贸市场焕然一新。曾经陈旧杂乱、布局无序的摊位，如今已被整齐划一、规范有序的标准化摊位所取代。每一个摊位都经过精心设计与规划，大小适中、间距合理，既方便摊主摆放商品，又便于顾客选购。地面铺设了防滑耐磨的瓷砖，不仅美观大方，更有效保障了居民和摊主的行走安全。排水系统经过全面升级改造，采用了先进的排水管道和排水设施，排水顺畅无阻，彻底告别了以往污水横流的景象。

走进市场内部，明亮柔和的灯光均匀洒落，照亮了每一个角落，让人倍感

温馨舒适。通风系统高效运转，新鲜的空气源源不断地涌入市场，驱散了往日的闷热与异味。市场内各区域划分清晰明确，蔬菜水果区、肉类水产区、熟食干货区等分区一目了然，为居民提供了一个便捷、舒适、安全的购物环境。

4月6日，居民谏杰先生正在该农贸市场干货区选购高安腐竹。他说：“我平常在南昌市工作，只有节假日回老家。今天是我第一次来改造后的农贸市场买菜，环境这么整洁，真的很意外。现在买菜就像逛超市一样，干净又方便，商品种类也更加丰富，价格还实惠。”

李大爷在市场摆摊已有30余年，见证了市场的变迁与发展。他一边热情地招呼顾客，一边感慨地说：“以前市场环境差，一下雨地上都是脏泥水。尤

其是夏天，热得像蒸笼，冬天又冷得像冰窖，我们出摊真是太难熬了。改造后，不仅安装了电风扇，还铺设了地砖，以前四面通风的棚子也建成了一个大厅，美观又实用，就像给我们摊主和顾客建了一个温馨的家。”

据了解，此次改造是该镇响应居民需求，推动民生工程的重要举措。改造前，相关部门深入调研，广泛征求摊主和居民意见，制定了科学合理的改造方案；改造过程中，严格把控工程质量，确保各项设施符合标准。同时，加强市场管理，引入专业的保洁团队，实行定时清扫和垃圾分类处理，有效提升了市场的卫生水平。

此次农贸市场翻新改造不仅改善了居民的购物体验，也提升了灰埠镇的整体形象。（记者 周碧娇 文/图）



改造后的农贸市场干净整洁。



市场内，蔬菜水果区、肉类水产区等分区一目了然。



### 乐享美好时光

4月9日，游客们来到奉新县东垦场七里分场的乡村“口袋公园”踏青游玩。近年来，奉新县大力推进“口袋公园”建设，让广大群众尽情领略“方寸之地”的魅力。

（涂克琴 王力磊 摄）



### 开展心理教育 护航健康成长

4月2日，袁州区水江中学的报告厅内，心理健康教育专家龙老师以“爱自己”与“成为男子汉”为命题，为少男少女们拨开成长的迷雾。

当“爱自己，是一生浪漫的开始”跃上屏幕，龙老师抛出一个问题：“你们眼中的青春期是什么模样？”台下女生的回答开启了关于身体密码与心灵悸动的坦诚对话。在谈到“青春期的爱情”这个敏感的话题时，龙老师在播放了一段生命孕育的科学视频后，认真地说：“在青春期，当面对感情的萌动时，学会拒绝不是冷漠，而是对生命的敬畏，是对自己和他人的负责。”这一番话，如同一盏明灯，照亮了

女生们在情感道路上迷茫的内心。

在“男子汉品格”的探讨中，责任担当与尊重包容化作黑板上的鎏金字样，在少年们的眼中折射出坚毅光芒。在谈及如何处理收到的情书时，龙老师语重心长地说：“当你选择拒绝时，请一定要小心翼翼地把对方的自尊轻轻放回原处，不要让拒绝成为伤害他人的利刃。”最后，龙老师对所有男生寄予厚望，表示真正的强大不是体现在外表的强壮或者一时的冲动上，而是懂得克制，男子汉的品格就藏在为他人托底的温暖举动里，藏在每一个尊重他人、勇于担当的细节中。（罗丹 袁嘉丽）

### 便民服务到家 志愿行动暖心

4月11日，袁州区秀江街道宜阳社区开展便民暖心活动。

活动现场设置了多个便民服务点，包括磨刀、理发、修理小家电、中医推拿等项目。这些服务内容紧贴居民日常生活需求，为社区居民提供便捷、贴心的服务，切实解决居民生活中的小难题。志愿者热情周到，居民积极参与，现场秩序井然，气氛温馨和谐。居民王阿姨开心地说：“这样的便民活动非常好，让我们在家门口就能享受到优质的服务，真的很感谢社区的用心

安排。”

派出所民警和律师志愿者在现场开展了形式多样的平安建设宣传和反诈知识普及活动，通过案例讲解、发放宣传资料、互动问答等方式，向居民详细介绍了当前常见的诈骗手段及防范措施，帮助大家提高警惕和自我保护能力。此次活动不仅吸引了社区居民踊跃参与，还得到了辖区共建单位和社会志愿组织的大力支持，充分体现了“共建共治共享”的社区治理理念。

（记者 张梅玲）

#### 应对步骤

1. 挂断陌生来电，通过APP客服或官方电话进行核实。
2. 立即终止屏幕共享，修改支付密码。
3. 保存录音或截图银行流水，拨打110或辖区派出所电话报警。

（宣冀）



## 接到这类电话请注意

宜春已有人被骗21万元

近期，宜春樟树发生了多起利用“百万医疗保障”和取消抖音会员的诈骗。骗子冒充官方客服以扣费续保为由诱导转账。有人最高损失达21万元。

#### 案例还原

**案例一：**3月10日，阁山镇祝先生接到“抖音客服”电话，称其抖音会员已到期，不取消将自动扣费。祝先生按“客服”指引操作，被骗走21万元。

**案例二：**3月24日，福城街道聂女士接到“百万医疗保障客服”电话，称其之前开通的“百万医疗保障”服务即将到期，如不及时办理取消手续，每月将自动从聂女士的银行卡中扣除

#### 套路解析

不法分子是如何诈骗的呢？

第一步，伪造身份。骗子自称微信、支付宝、抖音客服，准确报出受害人姓名、身份证号，甚至伪造工牌、红头文件。

第二步，制造恐慌。声称“百万医疗保障”或抖音会员已到期，不取消将自动扣费。

第三步，诱导屏幕共享。以指导操作为由，要求下载视频会议APP，远程窥探银行卡信息。

第四步，转账洗钱。谎称验证账户资金、关闭虚拟账户，诱骗受害者向“安全账户”转账。

#### 防骗指南

牢记三个绝不：

- 1.“百万医疗保障”完全免费，任何收费都是诈骗。
2. 客服绝不会要求转账、共享屏幕、网贷操作。
3. 官方渠道绝不通过“00”或“+”开头的境外电话联系用户。

### 老人突然呕血

## 宜春市第二人民医院多学科协作救人一命

近日，宜春市第二人民医院多学科协作，成功救治一名年近八旬、上消化道出血的高龄危重患者。

家住袁州区洪塘镇的张爷爷因胸闷于3月上旬到宜春市第二人民医院心血管内科住院治疗，既往有心脏病史、高血压病史。入院不到8小时，凌晨4时许，张爷爷突然呕血，经紧急对症处理及会诊后，转入该院重症监护室进行严密监护。7：40，张爷爷再次出现呕血，血压下降，呈嗜睡状态。消化内科和普外科会诊后，建议急诊手术探查及治疗。经过诚恳的沟通解释，在家属充分信任下，该院相关科室积极行动，在做

好各项急诊前准备后，将患者紧急推入手术室。

在麻醉科的配合下，主治医生从胃大弯及横结肠之间的网膜处逐层分离，游离出胃大弯切开探查胃腔，发现里面有大量暗红色血凝块流出，靠近胃底部可见一表面呈“菜花腐肉”状肿块，正在出血。手术团队当机立断，进行胃壁部分切除术，并取相关标本送检。术后，张爷爷被送入重症监护室进行对症处理。经过悉心照料，张爷爷脱离了生命危险，在各项指标恢复正常范围后顺利出院。家属对该院医护人员的精湛技术和悉心服务表示由衷的感谢。（梁玮 杨洋）

#### 健康科普

胃出血是上消化道出血中的一种常见病症。常见病因包括胃溃疡、十二指肠溃疡、急性出血性胃炎等。胃小量出血可能不会危及生命，但若大量出血则必须及时采取抢救措施，否则容易引发失血性休克甚至窒息死亡，是一种高危但在日常中又容易被忽略的病症。

随着生活节奏的加快和压力增大，消化道患者数量逐渐增加。过度劳累、饮食时间不规律、食物刺激性过强、精神压力过大等因素，都可能诱发胃出血。因此，市二医院的医生温馨提醒广大市民朋友，平时要做好健康体检。日常生活中，一旦出现腹痛、解黑便、呕咖啡色胃内容物甚至鲜血、头晕、心慌、出冷汗以及皮肤、结膜、口唇苍白等症状时，应立即就医进行针对性的检查和治疗。时间就是生命，切勿因拖延而危及生命。

### 举办厨艺比赛 让爱融化孤独

近日，宜春市第三人民医院康复科组织14名孤独（自闭）症患者开展了一场别开生面的厨艺比赛，通过生活技能训练，帮助孤独（自闭）症患者提高自理能力。

在“煮一碗方便面”比赛现场，参赛选手专注地操作着电磁炉，从拆包装、烧水、下面条到调味，每个步骤都完成得一丝不苟。评委们从操作规范、成品质量和时间

把控三个方面进行评分。最终，10岁的小江以优异成绩完成比赛。他煮的面条软硬适中，调味恰到好处，获得了评委们的一致好评。

“这是他第一次独立完成煮面。虽然动作很慢，但他坚持要自己完成。”参赛选手小林的父亲看着儿子端来的面条，脸上露出了欣慰的笑容。

（张俊蓉）

您有什么烦心事  
感人事  
新鲜事



热线电话：  
0795—7091076（7）

网络投诉：  
QQ308955840

邮箱：  
zbjy\_2009@163.com

新浪微博：  
宜春日报V

微信平台：  
jxycfb