

景宁“宁聚力”宣讲员荣获全市宣讲活动大奖

本报讯(通讯员 张钢辉)近日,由市委宣传部、市农业农村局联合举办的全市“农好·乡村talk”暨“绿水青山就是金山银山理念青年说”联学共研宣讲活动在缙云县举行。活动汇聚全市青年宣讲骨干,通过实地研学、案例分享、宣讲比拼等形式,共话生态价值转化与乡村发展新路径。景宁00后“宁聚力”宣讲员徐诗柯凭借出色的表现被评为丽水市十大金牌“乡村talker”。

“我的专业教会我‘可持续和平’,而

景宁的山水教会我‘可持续生态’……”宣讲比赛中,徐诗柯结合自身经历与景宁实践,讲述生态保护与乡村振兴的双向奔赴。从废弃矿洞蜕变为网红景点“那云温泉度假村·悬崖上的天空之城”,到高山蔬菜、生态茶叶畅销全国,她用生动的案例诠释了绿色发展的智慧。

“我参加工作不久,基层工作经验积累还比较少,通过这次活动我认识了许多优秀的青年朋友,他们的分享让我学到很多小技巧,相信对以后开展工作会有帮

助。”徐诗柯说道。

近年来,景宁不断加大宣讲队伍建设,成立宣讲联盟,工厂车间、田间地头、校园讲台、美食摊前……越来越多的青年宣讲员用青年人的话语体系传播党的创新理论,让“高大上”也变得接地气。今年,景宁组建了有50多名核心宣讲员的队伍,围绕习近平文化思想、“绿水青山就是金山银山理念”、习近平总书记给景宁各族干部群众重要回信精神等开展宣讲200余场。

丽水公积金管理中心景宁分中心开展灵活就业人员住房公积金政策宣传活动

本报讯(通讯员 吴春燕)为进一步扩大住房公积金制度覆盖面,延伸服务触角,推动住房公积金制度惠及更多群众,近日,丽水公积金管理中心景宁分中心深入红星街道外舍社区开展灵活就业人员住房公积金政策宣传活动。

活动现场,工作人员通过政策面对面宣讲、发放宣传单、问卷调查等方式,向企业员工、社区群众、沿街商户详细介绍了灵活就业人员缴存公积金的具体内容、缴存方式、享受待遇、提取条件以及贷款优惠等政策。据悉,灵活就业人员缴存住房公积金在原有1.5%存款利率的基础上,给予0.5%的缴存利率补贴,相当于缴存储蓄利率2.0%。连续缴存公积金满6个月及以上,且本人及配偶无公积金贷款未结清,可随时按需灵活提取。

活动中,工作人员先后走访了景宁五联快运有限公司、村播农业发展有限公司等8家企业,发放宣传资料500余份,接受咨询200余人次,发放问卷调查150余份。

县职业高级中学在2025年浙江省中等职业学校职业能力大赛中喜获佳绩

本报讯(记者 孙鹏飞)近日,2025年浙江省中等职业学校职业能力大赛(中高职一体化)“汽车检测与维修”项目比赛获奖名单公布。县职业高级中学高二学生吴家俊凭精湛技艺荣获省赛一等奖。此次获奖是县职业高级中学学生实现汽车类赛项省赛一等奖“零”的突破,也是丽水市中职学校汽车类赛项历史最好成绩。

此外,吴家俊、郑柳睿同学参赛团队在“新能源汽车维修”赛项荣获团体二等奖;刘文杰、翁景东同学参赛团队在“汽车维修”传统赛项中荣获团体三等奖。县职业高级中学在此次大赛中喜获1金1银1铜佳绩。

据了解,县职业高级中学首次参与“新能源汽车维修”项目比赛。参赛学生迎难而上,在全新领域中刻苦钻研,凭借扎实的专业技能与出色的临场发挥,在竞赛中脱颖而出。

近年来,景宁高度重视职业教育发展,大力开展中职教育竞赛活动,为学生搭建展示平台,营造浓厚学习氛围,激发学生钻研技能的热情,努力将学生培养成专业型技能人才,更好服务于经济社会发展。

九龙乡生态理念润心田 乡村焕新绿富美

本报讯(通讯员 任奕帆)近日,九龙乡在王湾村组织开展“生态润乡 绿富同兴”主题宣讲活动,将“绿水青山就是金山银山”的理念深植入百姓心中,为乡村振兴注入源源不断的动力。

活动现场,九龙乡宣讲团成员以乡域内九龙山的旖旎风光以及干峡湖的粼粼碧波为切入点,生动形象地展示全乡丰富的生态资源,深入浅出地剖析“绿水青山就是金山银山”理念所承载的内涵,紧密结合本地笋干、蜂蜜、地瓜面等农特产品产业,分析阐述如何凭借良好生态实现“点绿成金”。台下村民聚精会神聆听,纷纷表示,对绿水青山间所蕴含的产业发展机遇有了更为直观的感受。

下一步,九龙乡将持续派遣宣讲小分队到各个村,用群众喜闻乐见的形式,让“绿水青山就是金山银山”理念在九龙乡落地生根、开花结果,助力乡村在生态致富的大道上越走越宽广,实现生态美与百姓富的有机统一。



舞动民族风情 绽放职工风采

5月6日,由县总工会筹备的职工民族舞培训班在县工人文化宫正式拉开帷幕。此次培训班旨在通过畲族舞蹈的学习,推动民族文化的传播,丰富职工的精神文化生活,提升职工的艺术修养。培训将持续15周,采用系统教学的方式,从基础动作到舞蹈组合,逐步提升学员们的舞蹈水平,让大家充分感受民族舞蹈的魅力。

(通讯员 林建锋 摄)

县武术协会举办42式太极剑培训班

近日,县武术协会举办42式太极剑培训班,全县60余名太极拳教练员和武术爱好者参加,共同提升太极剑专业技能与水平。培训包括分组模拟教学、学员轮流授课、互动答疑等环节,资深教练现场点评指导,参训学员手持长剑整齐列队,动作优雅有力,展现出太极剑刚柔并济的独特魅力,在轻松活跃的氛围中,学员们系统掌握了太极剑理论与实践技能。

(记者 吴晔 通讯员 吴丽芬 摄)



职业健康护航,心理健康同行

据调查显示,上班族中62.5%的人觉得自己不合群或者不够合群,超过60%的人表示当自己在工作中遇到困难或和别人持有不同意见时绝对不会直接表达出来,宁可保持沉默。31.25%的人觉得自己患有职场自闭症。

职场自闭症的4大原因

沟通障碍——许多人沟通技巧不对,说出的话即便是好意,也会让人不爱听,自己又不知道问题出在哪里,只好少说多做。但回避不能解决问题,这部分人不妨读一些人际沟通方面的书,模拟所述情景反复练习,并运用到实践中。不要轻易否定自己,多给自己“我很有魅力”之类的积极暗示。

性格封闭——有些人天生不爱说话这类人要明白,职场自闭不利于个人发展。要见人多笑,笑是最好的关系催化剂。

信任危机——职场新人常因拿捏不好尺度而遭遇人际挫折,甚至认为同事爱揪话柄、看笑话。此时要记住,与同事保持“同事关系”,偶尔聚会可以,但别把过多的隐私暴露出来,少将个人感情卷入工

作,才能使职场生涯更顺畅。

职业倦怠——不少人会在工作一段时间后失去热情,甚至厌恶自己的工作,也因此对与工作沾边的人或事也提不起劲头。每个人都会遭遇职场瓶颈,此时不妨向资深职场人取经,或许会受到启发。寻求擅长职场咨询的心理专家帮助也是很好的选择。专家表示,“职场自闭症”并不罕见,也不可小觑。

如何尽快找回工作状态

一、卸下情绪的包袱

良好的心态是生活快乐的秘诀,心理学家告诫:先处理心情再处理事情,不要带着怒气去工作和生活。再聪明的人也会因为情绪不良而失败,做一个情商高的人不是什么难事,只要你每天注意那么一点点就行。

回到家前先告诉自己笑一笑;周末放下所有负担,和家人一起逛逛公园;生气的时候伸个懒腰,站起来走走;经常换不同的衣服穿等等。

二、突破狭窄的内心防线

在公司里,很多人抱怨工作任务太繁重,没有时间想自己该

想的,做自己该做的。其实,这是惰性形成了内心的界限,把你限制在一定的活动范围内。很多你认为无法改变的事物其实只是自己内心的界限把它封闭了,勇敢地去想象,去突破,去改变,这样你才会在职场潇洒地遨游。

三、创造良好的 interpersonal 关系

在公司里活得不开心、工作做得最差的往往是那些人缘不好的员工。其实给自己创造良好的人际环境就是为自己积累财富,同时和谐的工作气氛也有助于缓解职业倦怠心理。

职业对大部分人来说,在一生当中占有很大比重,而产生工作倦怠不仅会影响工作,还会影响生活,危害到心理健康。因此若是在工作中产生无法解决的心理问题,不妨试试职场心理咨询,帮助你摆脱消极情绪,重新燃起对工作的热情。

(县疾病预防控制中心 宣)

★ 健康资讯 ★