

瑞安慈善之家湖岭分站成立

729户困难户可凭代金券消费



本报讯(记者 蔡玲玲 王晓阳 通讯员 林慧 贾盛开)昨日起 湖岭镇市场路的小兰副食品经营部多了一个名称 瑞安慈善之家湖岭站。当天上午,一些当地居民拿着一本市慈善总会发的代金券来消费。

70多岁的张香玉阿婆在店里转了一圈,买了洗衣液、豆腐干、小面包等物品共65元,结账时她使用了一张50元面额的代金券,剩下15元用现金完成付款。张香玉的女儿因小时候患小儿麻痹症落下残疾,成年后母女俩一起生活,压力大多在张香玉身上。太感谢政府了,这1000元代金券对我们来说很有用。她说。

据了解,随着瑞安慈善之家湖岭站的成立,市慈善总会向该镇729户低保户、低保边缘户等困难群众,每户发放额度1000元的瑞安慈善之家湖岭分站购物代金券。我们这个超市经营了30年,一直是平价销售。现在跟慈善之家融合之后,也方便了周边困难居民来采购物资。瑞安慈善之家湖岭站负责人林小兰告诉记者,如果顾客持代金券来消费,还能再享受九折的优惠。

据悉,2009年,为帮助低保群众改善生活,市慈善总会依托社区陆续成立17个慈善爱心超市,向低保困难群众发放爱心卡,每户每年享受800元物资补贴。2016年4月,市慈善总会将原分设玉海、安阳街道有关社区的12个爱心超市整合到一处,设址于仓前街老市府大院内。2021年1月,爱心超市变成了慈善之家,位于市区万松西路的瑞安慈善之家正式成立并开放,困难群众可凭爱心卡在此消费。作为一家慈善性质的超市,里面的物价定位普遍略低于市场价,不仅向困难户开放,也向所有市民开放。

考虑到湖岭山区困难群众比较多,我们开设了慈善之家湖岭站。下半年计划开设慈善之家高楼站。市慈善总会秘书长周家荣说。

据统计,截至2021年,市慈善总会累计为21573人次发放价值411.48万元爱心卡。



行善使我快乐

80后 企业家捐资500万元成立公益基金

本报讯(记者 蔡玲玲 通讯员 林慧 贾盛开)我来自于农民家庭,小时候深切感受到贫穷的痛苦和遇到困难时的无助。5月25日,在市慈善总会明明公益基金成立仪式上,基金创立人张明明这样说。

张明明是马屿人,1986年出生,2004年毕业于瑞安市预备役军人职业学校电子电工专业,2006年从部队退役后开始自主创业。事业达到一定规模后,我经常在思考,赚钱要靠勤劳、智慧、机遇及朋友的信任、支持。但花钱需要境界和正能量的引领。张明明告诉记者,2020年以来,他受到我市爱心人士郑超豪的影响,先后捐资40多万元,参与慰问抗疫一线医务人员和高速口卡点值守人员、救助困难退役老兵、资助崇德爱心早餐项目等。

作为一名创业小有成就的年轻人,应该及时回报社会、反哺家乡。在行善过程中,我获得了帮助别人、快乐自己的感受。张明明表示,此次捐赠500万元成立公益基金,希望通过自己的力量助推共同富裕,给广大企业家起到抛砖引玉的作用。

据介绍,市慈善总会明明公益基金成立的宗旨是:回报社会,助推共富,基金的使用范围包括:资助我市乡村振兴、共同富裕工作相关项目;资助我市社会建设和民生项目;扶贫、济困、扶老、救孤、恤病、助残、优抚等各类慈善活动;其他合法社会救助。



招标公告

- 1.工程名称:瑞安市云周街道繁荣村菜市场及解困房建设项目配电工程(重)

2.建设单位:瑞安市云周街道繁荣村股份经济合作社

3.工程地点:瑞安市云周街道繁荣村

4.工程概况:包括变压器2台、高低压柜25台、电缆、管道、电缆井等工程,工程造价约360万元。

5.招标内容及范围:包括高压进线、变压器、高低压柜、电缆、管道、电缆井等工程,具体以工程量清单及施工图纸为准。

6.工程质量要求:合格

7.工期:80日历天(不扣除法定节假日及法定公休日)

8.企业资质要求:限注册地温州市范围内[专业承包(2014版)建筑机电安装工程三级](含)以上或者[专业承包(2014版)输变电工程三级](含)以上,[注册建造师机电工程二级](含)以上,投标人必须取得国家电力监管委员会或其分支机构颁发的承装(修、试)电力设施许可证承装、承修、承试五级及以上资质,项目负责人无在建项目,本项目不接受联合体报名。

9.招标方式:公开招标

10.报名资料:(1)单位介绍信,(2)企业资质证书、营业执照副本复印件(盖公章),(3)安全生产许可证复印件(盖公章),(4)项目
- 建造师资格证书及相应有效的B类证书复印件。

11.领取资料时间:2022年5月26日8:30至2022年6月1日17:00(法定节假日除外)

招标文件每套工本费人民币300元,售后不退,报名地点:瑞安市万松东路中通华庭4栋101室

12.投标文件送达截止时间:2022年6月2日下午14:30止

13.投标文件送达地点:瑞安市云周街道繁荣村村办公楼二楼会议室,逾期送达的或者未送达指定地点的投标文件,将不予受理。

14.开标时间:2022年6月2日下午14:30

15.投标保证金交纳截止:2022年6月2日下午14:30止

保证金金额:500000元整(伍拾万元整)(以现金形式提交)

16.建设单位联系人:谢先生 电话:13091918800

17.代理单位联系人:陈先生 电话:17867958555

瑞安市云周街道繁荣村股份经济合作社 温州市滨海招标代理有限公司 2022年5月26日

遗失 遗失戴乃兴(浙瑞渔92097渔船)的机驾长职务员证书,证书号码:330325196607286939,声明作废。

遗失瑞安市飞云江农场工会的开户许可证,核准号:J3339001016403,声明作废。

紫米蛋肉粽、海鲜粽、豆乳芝士粽、糙米低脂粽、经典蛋黄肉粽

端午的味道,你粽意哪家?

记者 李心如 杨微微

每一个传统节日到来时,人们最深的记忆不在脑海里,而是在舌尖上。端午节将至,端午的味道,便是独属于粽子的。可甜可咸的粽子,不仅是美食,而且代表着街头巷尾的烟火气息。

一天最多能卖2000个

5月24日上午,记者来到位于玉海街道安居街的和香缘粽业。这家店店面不大,20多平方米,店门口一排保暖箱组成了柜台,里面是各类口味的粽子。三个巨无霸高压锅正咝咝地冒着热气,整个小店弥漫着粽子的香味。

老板娘刘国香说,夫妻俩经营这家粽子店已经有22年了,每年端午都是最忙碌的时候。平时请一个人帮忙就行了,每到端午就忙不过来,要多请几个人。早上6时多就要开工,晚上什么时候打烊就要看情况了。她说。

现在店里共有六人,三人包粽子,一人煮粽子,一人准备材料,刘国香则在柜台后负责销售,手里还忙着整理纱线。包粽子的几位大姐手速极快,平均不到一分钟,就能包出一个重约150克的大粽子。

和香缘的粽子品种很多,甜咸都有,共15种。短短十来分钟,顾客络绎不绝,卖出了好几百个粽子。刘国香介绍,目前一天最多能卖2000个,临近端午,销售量还要翻倍。

也就这几天还能买到现货,端午近了,他们家的现货想买都买不到,都要提前预订。家住市区的陈先生说了,买了几十个粽子,正准备赶往林川镇的工厂,带去给朋友们尝尝。

老店也有新滋味

安阳菜市场门口的天润粽业也是本地

的老网红。店门口的手推车上满满当地地堆放着包好的粽子成品,店内的墙上挂着价格牌。记者数了数,有红豆蜜枣粽、排骨板栗肉粽、小米蛋肉粽等10种口味,每个价格在3元至9元不等。

老板娘陈晓平介绍,今年还有一个新品种——紫米蛋肉粽,非常流行。现在大家除了讲究好吃,还要好看、健康养生。紫米的粽子不仅剥出来好看,比起糯米也更加好消化。她说,价格当然不便宜,一个9元。

对于每年端午时网络热门的粽子“咸甜大战”,陈晓平觉得,瑞安人的口味比较偏向咸党,店里每卖出去10个粽子,有7个是咸粽。

距离端午不到十天了,粽子店又在菜市场附近,日常的零售也增加了,普通家庭一次能买10个至30个不等,送人或自己吃。这段时间,店里还陆续接到了一些企事业单位的订单,多的有200多份,少的也有100多份。

早上三四时开门营业,晚上七八时才能打烊。陈晓平说,稍有空闲,就要坐下来包粽子。拿起粽叶,塞入糯米、鲜肉,仅20多秒,一个鲜肉粽就包好了。过几天订单会更多,还要加班。她说。

粽子也可以很新潮

除了传统的老店,不少商家跨界做起了粽子的生意。

肯德基今年推出了香糯鲜肉粽和咸蛋黄鲜肉粽,还推出了粽子礼盒以及搭配快餐的端午吉祥桶套餐。



要说跨界玩得飞起,星巴克榜上有名。每年有好多人是冲着星巴克端午各种主题周边,顺带入手粽子。今年,该店推出的星冰粽尝试,以淡竹叶入食,以淡竹香搭配浓醇甜蜜,并顺势推出了一系列周边产品。

本土品牌也不示弱。浙江香海食品股份有限公司几年前就玩起了跨界,在传统的鲜肉蛋黄粽基础上,推出了抹茶豆沙以及虾皮、丁香鱼、干贝等海鲜粽子。深受学生党喜爱的一鸣真鲜奶吧也推出了经典大肉粽、豆乳芝士粽和鲜蛋黄大肉粽。

瑞安传统茶食店大同茶食也推出了端午礼盒,两个经典蛋黄肉粽、两个糯米红豆香芋糙米低脂粽、两个紫薯小米糙米低脂粽、一包李大同黑芝麻片和四个海鸭蛋,一共68元。目前我们3000个成品礼盒已被预订或销售。负责人说。

传统老店坚守传承,新兴品牌跨界玩转。传统美食也“内卷”,端午节,不知瑞安的食客们更喜欢为谁掏腰包。

作业拖拉、反复检查、感觉焦虑……你家孩子有这些强迫行为吗?

别让完美主义压垮自己

记者 欧苗苗

5月25日是“全国大中学生心理健康日”。5月至6月,我市开展中小学“温心健康”行动,全市中小学也持续开展学生心理健康主题教育活动,以此提升学生心理健康水平。

从我们今年接诊的个案中,有精神强迫行为的占了十分之一,这是一种心理疾病,得治。学生心理健康问题不容忽视,希望全社会去关注这个问题。市华夏之家心理咨询中心主任、国家二级心理咨询师李频蕾说。

孩子懒惰、拖延 可能存在强迫思维和行为

李频蕾曾接待过这样一个案例。一位家长带孩子来咨询,孩子做作业经常做到很晚,而且速度很慢,甚至要做到凌晨二、三时。

家长带着孩子来和我们聊天咨询,我很欣慰,说明这位家长已经留意到了孩子在成长过程中可能出现的一些小问题,只有先重视了,才可能更好帮助孩子健康成长。李频蕾说,咨询的案例中,还有一些青少年在平时生活中动作也很慢,比如洗澡要两三个小时,早上起床早但洗漱完都是踩点到校门口。

强迫症,即强迫观念、强迫行为,是指某种观念或概念反复出现在人的脑海中,某一个人自己知道这种想法是不必要的,甚至是荒谬的,会觉得很焦虑,为了解决这种焦虑感,于是就发展出一套行动,比如反复检查、反复洗涤、反复吞咽、反复确认,就是用强迫性的行为来缓解这种焦虑感。

以华夏之家心理咨询团队接到的个案为例,今年接诊的101例心理咨询中,15例存在强迫行为,其中学生约10人。

李频蕾分析,很多家长认为孩子有这种行为是懒惰、拖延,就经常催促,从而引起亲子矛盾,也会引发孩子的恶劣情绪。但通过心理测量,部分孩子的“强迫因子”超出标准分,说明这不是孩子动作慢的问题,可以考虑他有强迫思维和行为。

强迫症中重度患者 无法正常生活工作

在所接诊的案例中,除了学生占主导,成年人中也有一部分人感受到了强迫症带来的困扰。

一位部门工作人员对自己做出的报表反复确认数据、不断检查,造成工作效率低下,同事领导都说他太慢,自己也很痛苦;一位28岁男青年每天下班回家全身衣物都要换洗,只要别人坐了他的床,他就会暴跳如雷,认为自己触到“霉头”,会有不好的事情发生。

我问他,为什么你碰到这些东西就会“倒霉”,别人就不会?难道你本身是“倒霉体质”吗?李频蕾说,这种强迫思维从实质上看,是他对自己的身体很担心,她就此提问来引发对方的思考,可以缓解他对自己身体的担心。

李频蕾分析,强迫思维就是担心、恐惧、焦虑的想法。对于有这种思维的人来说,强迫行为是他认为有意义的举动,比如自己做了这些行为就会消除灾难等,从而不断强化了一些行为。因此在每次心理咨询后,她都会布置一些行为治疗方面的家庭作业给来访者。

强迫症中重度患者会非常痛苦,不仅是浪费时间,工作效率低下,而且严重者无法正常工作、生活,不能出门,一旦出门,回家后就要耗费大量时间和精力来清洗等。李频蕾说,有些患者还会产生社交恐惧,不能与人交往,一直待在屋内,还会引发其他心理疾病如

抑郁等。

接受自己的不足 也允许别人的不足

强迫症被称为世界第四大心理疾病和第四大精神障碍,如果得不到科学引导和妥善治疗,强迫症症状发生到重度的时候,结果令人担忧。

那么,是什么原因导致了强迫症的发生?李频蕾说,不是患者意志力不坚定,首先是有生物方面的基础,如神经传导物质不平衡,大脑一直觉得“不够不够”,不得不去过度注意、过度紧张。此外,家族遗传因素、人格因素、社会文化因素、压力因素、后天环境都有关联。

有什么办法可以改善强迫行为?我们会运用认知行为疗法来进行心理辅导,让来访者明白一个道理:允许自己某些方面不如别人,万事没有完美的地步,接受自己的不足,也允许别人的不足,不要把严苛的标准强加给自己。李频蕾说。

李频蕾建议,在改善强迫行为方面,可以多增加运动量,多和朋友、家人聊天,增强时间观念,提高自我管理能力。家长必须注意为孩子营造有弹性、民主的教育环境,不要把严苛的标准强加给孩子。强迫症是相对比较严重的心理问题,如果长期没有得到缓解,有可能会影响正常的生活和社交,有时患者甚至会出现焦虑和情绪化。如果通过以上几种办法都无法改善,就要及时寻求专业心理人员的帮助,必要时可服用药物。

今明仍有中到大雨,局部暴雨

也许瑞城与夏天之间只差了个晴天

本报讯(记者 蔡玲玲 通讯员 余余鹏)进入小满的第四天,5月24日,杭州宣布入夏。而根据瑞安市气象台近30年的数据分析,我市常年入夏时间为5月26日。不过,这一次,我市不着急入夏,毕竟大家的着装都还是长袖长裤为主,怕冷的还裹着外套呢。在雨水的攻击下,人的体感依旧有些凉意。

据市气象台最新预测,我市未来一周

多阴雨天气。市区周五,多云到阴,局部有阵雨,夜里转阴有小到中阵雨或雷雨,局部大雨,19至26;周六,阴有中到大阵雨或雷雨,局部暴雨,20至22;周日,多云,局部阴有阵雨或雷雨,20至31。

为什么杭州已经入夏,我市的夏天却迟迟未到呢?主要原因是前段时间西北太平洋副热带高压偏弱,南方暖气流较弱,5

月中旬我市还出现了连续阴雨天气,天空云量较多,日照条件差,升温条件不足。此外,5月份的北方冷空气势力偏强,这些因素加起来,使得今年我市的夏天还没现身。

那么,我市离夏天还有多远?气象学上对于入夏有严格的标准,连续5天平均气温高于22℃,就进入气象学意义上的夏季。因此,只要阳光一出来,入夏也是分分钟的事情。