

爱心驿站清凉一夏

□记者 宋晓华

7月15日上午10时,市区文泽府邸商圈的柏油路面被晒得发烫,外卖骑手刘师傅拿着手机走进海纯小座的玻璃门内,一股凉意扑面而来。他径直走向靠墙的充电插座,把手机插上,“以前等单只能蹲树荫下,手机快没电时急得像热锅上的蚂蚁,现在这里啥都有。”

驿站里,保洁员王粉兄和保安陆立广正坐在靠窗的椅子上翻看报纸。王粉兄刚打完附近街区,额头上的汗珠顺着脸颊往下滴。“这驿站就跟家里

一样方便。”她指着墙角的微波炉,“早上带的饭热一热就能吃,不用像以前啃冷馒头。”陆立广也深有感触:“夏天太阳毒,冬天风刺骨。现在好了,驿站24小时敞开门,进来就能喝口热水、吹会儿空调。”

这样的场景,遍布亭湖的大街小巷。亭湖215个社区“暖心·安康”驿站像一颗颗散落的星辰,在商圈、街角、社区门口亮起暖光。“这哪是驿站啊,这是我们户外人的‘歇脚的家’。”刘师傅的手机响起接单提示音,他拔下充电器,带着刚灌满水的杯子,步履轻快地冲进阳光里。

大众时评

愿所有追梦者都能发光

□曾浩然

盐城奥体中心万人声浪如潮,16号球员单伟内心波澜激荡。然而当灯光熄灭、人群散去,这位“苏超”赛场的追风少年,便转身步入城市另一隅的烟火人间——在“海底捞”的喧嚣中,系上围裙成为服务员。他的可贵不在于传奇般的逆袭,而在于以最朴素的态度诠释了追梦的真谛。

单伟的足球之路布满荆棘:伤病截断职业坦途,家庭重担压在肩头,他没有沉溺于无法成为球星的遗憾,而是选择在火锅店为梦想续航——凌晨是服务员,白日追风者。既敢于直面生活的平凡,又始终将灵魂锚定在热爱的领域,单伟在两种身份间从容切换。

梦想的光环从不限于抵达山顶的荣耀,更体现在攀登途中的每一滴汗水。正是这份“低头赶路,抬头看星”的朴实坚韧,让单伟在凌晨的厨房与白日的球场之间,如同沸腾的火锅,在滚烫的磨砺中蒸腾出最浓烈的香气。人生最炽热的光华,无需等待完美的舞台,而是就在此刻立足之地,以全部的赤诚尽情绽放。

每个看似孤独的追梦者背后,都伫立着无数的守护者。单伟的光芒,不仅源于个人的奋斗,更映照出珍贵的社会支持:“苏超”作为群众性体育赛事的包容定位,母亲数十年默默托举的臂膀;海底捞店长特意设立的“进球奖金”;凌晨厨房里同事的鼓励……这些微小却坚实的支点,织就了梦想的托举之网。

单伟的故事,正是“苏超”精神的生动体现。“苏超”取消职业限制,为像单伟这样的普通追梦者搭建了一个展示自我、实现梦想的舞台。在这里,前中超队员与个体经营户同场竞技、企业白领与中学生并肩奔跑,只有对足球的热爱与追求,尽显顽强拼搏的体育精神。

俯身耕耘时不忘仰望星空,触碰星光时仍然扎根大地。在这个机遇与挑战并存的时代,愿每一个倔强奔跑的“服务员”与“追风者”,都能在各自赛道上熠熠生辉,纵然前方没有万众欢呼的看台,生命也会找到最辽阔的疆场。

让价格战成为价值战

□赵伟

“0元奶茶!”“3.6元凉皮!”“16.18元小龙虾!”最近,盐城的街头巷尾,外卖优惠信息如热浪般席卷。当一线城市的“薅羊毛”狂欢蔓延至盐城,这场由美团、淘宝团购、京东秒送掀起的补贴大战,让我们的消费者、商家和骑手们在享受短暂红利的时候,也感受着灼人的温度。

近年来,即时零售在县城等下沉市场展现出惊人的增长势头。这片下沉市场正成为新战场,但需要符合区域特色的发展路径。在这场席卷全国的补贴大战中,盐城作为典型三线城市,也面临独特机遇与挑战。

品质升级是盐城消费新需求。随着收入水平提升,盐城消费者不再满足于“送得到”,更要求“送得好”。京东外卖在盐城主打的“1小时精准送达”生鲜服务,月复购率达45%,显示品质服务的市场潜力。社区便利店可通过“代收快递+社区团购自提”组合,提升消费者进店率。针对“银发经济”,本地商家还可设置“老年专区”,提供大字

号标签、周二折扣日等适老服务。区域供应链优势待挖掘。本地农场可与零售商建立“田间到餐桌”直供体系。如东西瓜、滨海香肠等特色产品通过“包销定制”降低中间成本,既保证新鲜度又提升毛利空间。一些小的高超经营者,可以多家联合组成采购联盟,将大宗商品进货价压低,增强议价能力。

监管与平衡的艺术体现在通过科学方法与灵活策略实现动态平衡。本地商务部门可考虑建立“平台—商家—骑手”协商机制,防止平台过度压榨成本。7月15日,京东率先在骑手社保方面破冰,美团、饿了么随后跟进。相关部门可借此东风,推动新就业形态劳动者权益保障落地。

一杯0元奶茶背后,是透支的骑手、亏本的商家与不可持续的狂欢。我们需要的不是昙花一现的0元奶茶,而是一个消费者得实惠、商家有利润、骑手有保障的可持续生态。毕竟,商业的本质不是“烧钱圈地”,而是价值创造。这一朴素的道理,在补贴大战的喧嚣中更值得被铭记。



盐城发布微信二维码

盐阜观察微信二维码

政策赋能全民健康 体重管理催生“瘦身经济”新赛道

□记者 陶秋凤

近日,随着国家卫生健康委等16部门联合推动的“体重管理年”活动深入实施,我市正以一系列创新实践,将健康中国战略转化为市民可感可触的民生福祉。

从24小时智能健身房到精准营养配餐,从三甲医院减重门诊到全民参与的健身赛事,盐阜大地以科学减重为支点,撬动健康产业与市民生活方式的深刻变革。在这股健康浪潮中,“瘦身经济”应运而生,成为盐城消费升级与产业转型的新亮点。

全民健身热潮涌动

7月19日晚7时,燕舞健身广场羽毛球馆内,场地爆满,热浪翻腾。“得提前预约才有位置。”一家物业公司的负责人张新峰边擦汗边说。她和三个朋友办了年卡,常来打球,“锻炼身体,为降血脂。”

像张新峰这样因健康意识提升而走进健身场馆的市民不在少数。在新弄里一家健身房的动感单车教室,音乐声与呐喊声交织,30余名学员跟着教练的节奏奋力蹬车,汗水浸透了衣服。“国家都在喊我们减肥了,必须响应!”来健身的市民朱嘉笑着说,“我新办了年卡,现在已经减重5公斤了。”

为满足暴增的健身需求,盐城市场涌现出新业态。24小时智能健身房凭借“刷脸进入、器械共享、低成本更便捷”的特点受到上班族青睐。家住中南世纪城的王兵是常客。“每天只需花几元钱便可‘玩转’多种智能健身器械,在家门口就能享受便捷、优质、共享的室内健身服

务。”王兵说。

不仅如此,盐南青年体育公园也人气爆棚。公园内的足球场、篮球场、网球场等场地,每天都有众多市民挥洒汗水。公园以核心运动区配套多种商业服务,构建了特色商业服务空间。乐库1968冰雪运动时尚街区更将冰滑、花滑、街舞、VR科技体验等新潮运动融为一体,满足市民各种运动需求。

居家健身亦成风尚。幼儿园老师刘琪家中健身器材配备齐全,椭圆机、杠铃、哑铃、卧推凳、泡沫轴、瑜伽垫、筋膜枪等装备一应俱全,俨然一个小型健身房。“才40岁,就有脂肪肝了。今年我备足各种健身器材,在家里利用器械和健康管理App科学锻炼、控制饮食。”

美团平台数据显示,今年以来盐城“健身月卡”搜索量环比显著提升,特色运动场馆热度更是持续走高。

轻食产业崛起赋能

伴随运动健身的普及,“吃动平衡”理念深入人心,精准计算卡路里的轻食餐饮迅速崛起,成为“瘦身经济”的另一重要支柱。

原切牛排健身减脂餐热量350千卡,巴沙鱼块牛油果鲜蔬沙拉热量335千卡……在外卖App上,记者发现不少主打轻食低卡餐、减脂餐的餐饮店都标注了每份餐品的热量,以及三大营养素(碳水化合物、脂肪、蛋白质)含量,方便市民选择。

轻食消费热潮的兴起,影响着健康食材供应链的升级转型。落户盐南高新区的轻食品牌主理人王先生向记者展示了一份精准的营养配方:“我们严格按照蛋白质、脂肪、碳

水化合物三大产能营养素配比设计餐品,像这款招牌牛排鸡胸肉减脂餐,精选鸡胸肉、牛排与水煮蛋作为优质蛋白来源,搭配杂粮饭、胡萝卜、玉米粒、南瓜、西兰花、紫甘蓝等十余种新鲜食材,一份含碳水化合物35.8克、脂肪9.2克、蛋白质32.5克,非常适合减脂人群食用。”他特别强调,为保证餐品品质,门店严格从源头把控食材新鲜度与安全性。

“科学饮食是保持身体健康的基石,也是轻松管理体重的关键。”盐城市第一人民医院营养科主任高红兰指出,轻食通常食材低油、低盐、低糖,且会精准搭配食材分量,能有效避免过量热量堆积。

此外,传统餐饮行业也敏锐地捕捉到了轻食消费的热潮,纷纷增加轻食选项。“政策引导叠加市场需求,驱动市场快速增长,轻食餐领域潜力无限。”盐城烹饪行业协会会长徐加忠分析,随着消费者健康意识持续增强,我市轻食消费市场将会处于高速增长期。

体重管理重塑健康

政策引导下,科学减重的“主战场”也延伸至医疗机构。市卫健委将把开设规范化的体重管理门诊作为落实“体重管理年”活动的核心举措之一。目前,全市已有20多家医院开设减重门诊,后期还有多家医院陆续开设减重门诊。



盐阜观察

让文物“活”起来 “探宝说创团”线下海选走进盐城

本报讯(陈霄 记者 赵亮)日前,由江苏省文化和旅游厅、江苏省文物局指导,江苏卫视与盐城市博物馆联合打造的全国首档文博创意综艺节目《探宝说创团》盐城专场线下海选活动,在盐城市博物馆举办。这场以“让文物活起来”为核心命题的文化盛宴,通过传统与现代、专业与大众、艺术与科技的多元碰撞,为文化遗产的创造性转化与创新性发展提供了示范意义。

盐城市博物馆馆藏珍品“隋·青釉莲瓣纹八系罐”化身空间美学符号,其典雅釉色贯穿全场,打造沉浸式“探宝”场景。中国海盐博物馆(盐城市博物馆)相关负责人以“文物代言人”身份登台,将学术话语转化为生动叙事;文博专家突破传统讲解模式,以脱口秀形式解构文物密码;非遗麦秆画制作展演则让观众在指尖触碰中感知匠人心语。

这种“专家引领、大众共创”的模式,成功搭建起文物与公众的情感连接桥梁。“本次活动加入Rap说唱、淮剧新唱等创新环节,把现代潮流和传统文化相结合,达成了文化遗产的年轻化表达。”盐城市博物馆工作人员表示,本土原创说唱《盐博文物志》点燃现场,将盐城千年历史融入潮流节奏;国家级非遗淮剧与文物故事交融,传统唱腔演绎“盐系瑰宝”的前世今生。“古韵新声”的跨界实验,印证了文化遗产活化需遵循“以古人之规矩,开自己之生面”的创作规律,为传统文化的现代传承开辟新路径。

海选现场吸引众多观众参与的同时,还采取线上直播方式,呼吁更多观众通过脱口秀、短视频、数字艺术等多种

形式,讲述文物故事。这种“全民皆可”的开放姿态,彰显出新时代文化遗产保护已从“宿舍天地”走向“大千世界”,构建起政府指导、媒体赋能、社会参与的文博创新共同体。

“此次合作突破文物展示的时空边界,以沉浸式叙事空间、互动式参与场景、创新式跨界融合实现一场文博场馆的新实践。”市博物馆相关负责人表示,活动累计吸引线上线下观众超100万人次,相关话题阅读量突破1000万,真正实现了“让文物说话,让历史发声”。

达。江苏雄越石油机械装备制造有限公司则将所有阀门、油田井口产品的涂装、打磨等工艺全部交给绿岛中心,每年可降低9.8%的运营成本。绿岛中心打造了智能制造服务品牌,先后取得10多项发明专利,培育8家规模以上企业,预计今年实现开票销售30亿元。

中心合作,新上智能喷粉线等生产线。绿岛中心每年为坤歌公司喷涂1000多万只各类锅壳,有效保障该公司年产1500万台智能家电产品的目标。绿岛的表面处理中心建成国内先进的钝化、磷化发黑自动化生产线,业务覆盖30多家企业。苏盐阀门集团常务副总经理王寅说,把表面处理工序全部交给绿岛,公司产能同

比提升6%。绿岛中心每年为坤歌公司喷涂1000多万只各类锅壳,有效保障该公司年产1500万台智能家电产品的目标。绿岛的表面处理中心建成国内先进的钝化、磷化发黑自动化生产线,业务覆盖30多家企业。苏盐阀门集团常务副总经理王寅说,把表面处理工序全部交给绿岛,公司产能同

比提升6%。绿岛中心每年为坤歌公司喷涂1000多万只各类锅壳,有效保障该公司年产1500万台智能家电产品的目标。绿岛的表面处理中心建成国内先进的钝化、磷化发黑自动化生产线,业务覆盖30多家企业。苏盐阀门集团常务副总经理王寅说,把表面处理工序全部交给绿岛,公司产能同

比提升6%。绿岛中心每年为坤歌公司喷涂1000多万只各类锅壳,有效保障该公司年产1500万台智能家电产品的目标。绿岛的表面处理中心建成国内先进的钝化、磷化发黑自动化生产线,业务覆盖30多家企业。苏盐阀门集团常务副总经理王寅说,把表面处理工序全部交给绿岛,公司产能同

比提升6%。绿岛中心每年为坤歌公司喷涂1000多万只各类锅壳,有效保障该公司年产1500万台智能家电产品的目标。绿岛的表面处理中心建成国内先进的钝化、磷化发黑自动化生产线,业务覆盖30多家企业。苏盐阀门集团常务副总经理王寅说,把表面处理工序全部交给绿岛,公司产能同

东台:聚焦民生改善提升群众获得感

(上接1版)目前,107公里农村公路提档升级改造已完成95公里以上,桥梁改造完成23座,唐北线等路段的预防性养护预计10月份完成。

今年该市计划在行政中心、汽车站等重点场所加装231把充电桩,迎宾馆、汽车站、黄海森林公园等13个核心站点已建成205个超充和快充桩。东台全市累计建成115个充电场站、418个充电桩,交投“超充一张网”融合华为技术,实现光伏发电与充电负荷智能调配,让绿色出行更高效。

“不用跑老远,在驿站就能找工作,太方便了。”安丰镇居民李大姐通过九桥“懂你驿站”顺利找到一份保洁工作。今年东台市建设两个“家门口”就业服务站,九桥驿站已投入使用,每天更新招聘信息,东亭路支局驿站将在9月底完工,让群众“出门见岗、就近就业”。

(上接1版)“我们正推进数字化升级,打造柔性生产线。”陈晨指着正在调试的智能镀膜设备说。车间大屏实时显示着生产数据,通过MES系统实现

全流程追溯。据悉,企业已与本地3家配套企业建立协同研发机制,未来将形成产业集群效应。

今年以来,盐都区统筹新旧动能转换、增量存量优化、总量质量提升,全力构建“3+3+N”现代产业体系,精心布局“532”产业矩阵与“125”区域格局,推动一个个重点项目从“纸上蓝图”变为“地上实景”,为区域经济发展筑牢“压舱石”、激活“新引擎”。



加强生态文明建设

推进绿色低碳发展

