

端午节 这份消费提示请收好

本报讯（记者胡学敏 通讯员张竹 柳丹）近日，市市场监督管理局发布端午节期间消费提示，倡议广大消费者科学理性消费、文明绿色消费，提高自我保护意识，规避消费风险。

购买粽子，细心查验。要到正规场所购买预包装食品粽子，注意配料表、生产者和（或）经销商的名称、生产日期和保质期等标签信息是否齐全，谨慎购买流动摊贩加工的食品、“网红食品”等，警惕网络诈骗。

理性消费，精挑细选。面对商家的打折促销等活动，消费者应理性参与，按需购买产品，不因打折优惠而随意下单。办理预付卡前，应事先了解商家信用状况、相应规则，并签订详细的书面合同，约定好双方的权利义务及违约责任。在购买大宗商品签署合同时，要仔细阅读商家所提供合同中

格式条款的具体内容，避免误签不平等格式合同引发自身权益受损。

抵制浪费，倡导节约。根据个人健康状况、饮食习惯和用餐需求合理点餐、取餐，做到不浪费、不攀比、不炫耀，合理膳食、拒绝野味，争做绿色节约消费的倡导者和传播者。

简约适度，绿色低碳。拒绝购买使用贵金属、红木等贵重材料包装的商品礼盒。选购商品以实用为原则，购买简约包装产品，自觉抵制过度包装产品，拒绝为华而不实的包装买单。购物时尽量自带购物袋，减少包装物的消耗及其造成的污染。

此外，购买商品或接受服务中，消费者要注意索要、保留发票等购物凭证或者服务单据，一旦发生消费纠纷，及时依法理性通过正规途径维护自身权益。

“粽情”端午 文旅“飘香” 端午系列 文旅活动燃动狮城

本报讯（记者孙杰）木板大鼓表演、手工制作香囊、“美好好运河湾”群众朗诵演唱会……端午假期将近，我市将举办异彩纷呈的文旅大餐，让广大游客和市民共同品味民俗，感受寓教于乐的亲子时光。

民俗展览活动丰富多彩。沧州群众艺术馆将举行《我们的路程——沧州群众艺术馆76周年回顾展》《儿童绘画展》；沧州博物馆将以大运河为主题，倾力打造《“千年文脉·大运河”中国画家作品邀请展》，满足“看展族”的多种需求。

民俗体验各具特色。沧州博物馆将推出“粽情”沧博体验活动，邀请广大市民现场参与端午知识互动问答，手工制作香包和龙舟；沧州图书馆开展“诗词中的端午”公益

讲座和经典诵读故事会；沧州文庙举办射礼展示、端午祈福系列文化活动及投壶、蹴鞠等传统游戏，主打“文化味儿、民俗味儿、沧州味儿”。

在“粽游”狮城方面，吴桥杂技大世界精心安排了表演《龙跃神州》和大型杂技秀《江湖·秀》“端午特别版”，同时为游客提供养生香囊DIY、编织五色绳、挂艾草、点艾灸等端午传统习俗活动，一站地逛古城、品非遗、赏绝技。亲近自然，可到南大港湿地参与摸鱼、祈福、包粽子等活动。此外，运河市集、沧州园博会运河之都环球嘉年华、吾悦广场吾贰壹市集，让市民夜晚出行有得吃、有得逛……一系列全方位玩法抓住各群体的喜好，让市民轻松愉快过端午。



近日，新华区祁孟庄社区组织党员、居民群众开展了“相约端午，缝香为礼”的端午节活动，小小香囊寄托温暖的端午情意，受到辖区广大居民的一致好评。 杜新蕊 摄

460余家企业学习 “有限空间作业安全管理”

本报讯（记者鲁萍 通讯员刘晓宇）日前，市应急管理局组织开展有限空间作业安全管理专题培训，进一步加强和规范全市化工、医药、危险化学品、石油开采企业有限空间作业安全管理。全市460余家企业通过线上线下两种方式共同参加。

据悉，此次培训邀请中国化学品安全协会专家李同斌授课，通过案例分析、警示教育等方式，对有限空间作业相关法

律、法规以及标准规范要求授课，使参加培训学员全面了解了有限空间作业的安全生产要求及注意事项，进一步提升了安全风险意识和风险辨识能力。

培训以“安全生产月”活动为契机，通过播放安全警示片、进企业现场指导、分发宣传材料和专题培训等方式，切实提升企业作业人员安全意识，推动形成“人人讲安全，个个会应急”的良好氛围。

扎实开展“安全生产月”活动

减少消防安全事故发生 避免造成重大消防安全隐患

主城区住宅小区消防设施维修可申请维修资金

本报讯（记者郭玉培 通讯员杨立明 刘辉）今后，主城区住宅小区消防设施一旦出现故障，可紧急申请使用住宅专项维修资金。这是记者从市住建局出台的《沧州市主城区住宅小区消防设施紧急使用住宅专项维修资金实施办法》中获悉的。

据市住建局四级调研员张宏霞介绍，消防设施维修申请使用住宅专项维修资金使用范围是：室内外消火栓无水；消防给水系统瘫痪、无法满足灭火需求；火灾自动报警系统瘫痪或设施严重损坏；气体灭火系统瘫痪或过期；防排烟系统瘫痪或设施严重损坏；防火门

等防火分隔设施严重损坏；其他消防设施功能性障碍。对排查出使用范围内的火灾隐患，应由消防检测机构出具检测报告，明确故障范围及内容。

主城区住宅小区出现消防安全隐患时，由物业服务企业、业主委员会或三名以上业主持鉴定机构出具的相关证明材料，或由街道办事处（镇人民政府）出具的紧急维修情况说明向市住建局提出申请列支。市住建局协调物业服务企业、业主委员会、受益业主、第三方审价机构（预算超过1万元维修工程需要预算审核）、各方推荐的维修企业、居（村）民委员会等代表进行

现场勘查。第三方审价机构及各施工单位分别进行工程造价评估、编制工程预算及工程做法、施工方案制订。业主代表收集业主要意见，初步确定工程款项支付方式。第三方审价机构及各施工单位完成工程预算审核和施工方案后，及时通知市住建局。市住建局负责协调物业公司、业主委员会、受益业主。第三方审价审计公司、各施工企业、村（居）民委员会等代表人员召开评定会议。物业公司和业主代表及时将现场会议内容上传至相关业主群或在小区重点部位张贴公示，让相关业主及时了解企业各方维修工程施工内容，第一时间保障业主

知晓权，做到公开透明，防止暗箱操作。

同时，第三方审价机构专业人员根据施工企业施工维修方案，结合相关政策给出合理的维修工程预算。各方发表意见，业主代表依据各方意见选定施工方案和企业，形成维修资金使用绿色通道会议记录，并签订施工合同。选定的施工单位按照既定的施工方案进行施工，完工后申请人组织施工单位、监理单位、物业公司、业主委员会、业主代表等单位人员进行验收并填写验收资料，消防设施维修过程中需要支出的监理等费用按照有关规定列支。



日前，沧州职业技术学院以举办毕业生晚会的形式展示职业教育成果，武术、杂技、服装等多个专业的毕业生代表走上舞台，通过一个个文艺节目展示所学技能。 傅新春 摄

渤海新区黄骅市“新时代文明实践大讲堂”掀起学习热潮

本报讯（吕晓宣）“初夏的渤海湾，海风激荡，大潮奔涌，不远处的黄骅港内汽笛长鸣……”6月19日下午，位于渤海新区黄骅市学院路的新时代文明实践中心二楼会议厅，主讲人正在领读学习强国平台上“全面深入学习宣传贯彻党的二十大精神”专栏的《河北沧州：面向大海潮涌》的文章。

这是渤海新区黄骅市“新时代文明实践大讲堂”开展的第90场理论政策主题宣讲。据了解，“新时代文明实践大讲

堂”系渤海新区黄骅市新时代文明实践重点品牌项目之一，自2021年6月份正式启动，现已开展了90场，涉及党建理论政策宣讲、优化营商环境、事迹宣讲、文化传承、艺术授课、文学交流、读书分享、人才管理、医疗科普、心理咨询、家庭教育等20多个领域。宣讲活动通过“文明黄骅”抖音号、视频号同步直播，吸引粉丝将近6万人，有效整合了全区资源，建强了文明实践人才队伍，强化了实践中心对实践所站的示范

带动作用，发挥了文明实践中心宣传群众、教育群众、服务群众、凝聚群众的阵地作用。

接下来，渤海新区黄骅市新时代文明实践中心将从深入基层“走下去”、开阔眼界“带上来”、扩展范围“人民心”三个方面深入推进“大讲堂”品牌项目。

“双争”进行时

一片冰心育桃李

——记省五一劳动奖章获得者、南皮县安顺小学高级教师相贵君

本报记者 申 萍

见到相贵君老师时，她正在给学生上课。虽年过五旬、病后初愈，但她浑厚的声音、丰富的“体态语言”让课堂充满了激情和活力。“上好每一堂课是对学生表达爱的最好方式。”相贵君说。她坚守三尺讲台32载，醉心于小学语文教学的探索与研究。

南皮县安顺小学被中央教科所命名为“全国小学语文教改实验学校”后，相贵君勇挑重担、迎难而上，决心走一条特色教改之路。在相贵君看来，课堂不仅在教室，她带领学生一起走进田野，让学生观察自然、认识自然，抒发对自然的独特感受。“语文课，不仅要有语文知识，更要有生活体验。”经过实践、课堂锤炼，她构建了“情趣作文”“生活作文”“想象作文”“童话作文”

“绘本作文”等新作文教学模式，探索出符合小学生思维特点的教改之路。在她的指导下，学生们爱上写作，很多习作在各类作文比赛中获奖，发表在各种刊物上。

“我愿是一块丰硕的黑土地，让学生在这块沃土上快乐成长。”相贵君说，为了增加“黑土”的营养成分，她不断提升自己的业务水平。从教以来，她利用各种机会去参加进修学习，精心设计教案，承担课题研究。她承担的《小学生习作主动性的探索与研究》《小学实效性阅读教学策略研究》等县、市、省、国家级课题研究，均已顺利结题，这些研究成果在省骨干教师能力提升培训会上得到推广。“要给學生半杯水，自己必须先有一桶水。通过言传身

教，才能激发学生学习的内驱力。”相贵君说。

以“匠心”和爱心陪伴学生成长，是教育的最美样态。相贵君说，爱就是从不放弃每一位学生。2009年，相贵君接过同事手里的“接力棒”——教育患有先天性听障的学生张永岱。由于不适应新老师讲课方式，张永岱不专注、不写作业，甚至不愿意再上学。“怎样让孩子喜欢我，接纳我？”相贵君开始研究听障儿童的心理及外在表现，从简单的手语学起，给张永岱补课，在语文试卷作文部分写上一个大大的“好”字……一次次暖心的举动，让张永岱最后成了相贵君的“小跟班”。

一个老师的责任是点燃学生心中的火种，“学生心中都有属于自己的一把

火，老师只要将其点燃，以后就可以让他们自己去发挥。”当相贵君发现张永岱有运动天赋时，立即建议家长给孩子报跆拳道训练班。而且班里、学校有活动时，相贵君都给张永岱展示的机会和舞台。多年之后，张永岱经过努力坚持拼搏，成为一名专业的跆拳道运动员，在全国残疾人跆拳道锦标赛上，获得“两金一银一铜”，他还代表中国队参加在土耳其举办的第二十三届听障奥运会获得铜牌，为国争光。

听成长之声，享教育人生。在教学实践中，相贵君把发展学生的智力、培养学生良好的学习习惯、创设充满智慧的语文课堂、促进儿童的整体发展作为追求目标，以心育人。凭着爱心、耐心、信心，她所管理的班级学生品德好、纪律好、成绩好。她还先后被评为县、市、省、部级科研先进个人，市师德标兵、优秀教师、学科带头人，省骨干教师、学科名师、特级教师等。

劳模工匠风采录

粽叶飘香 亲如一家

中国二十二冶集团沧州项目公司开展端午节活动

本报讯（通讯员代文然 董薇）端午来临之际，中国二十二冶集团沧州项目公司为了丰富员工精神文化生活，开展“欢度端午，粽叶飘香”端午节活动，感受中华优秀传统文化魅力，提升团队的合作精神和集体荣誉感。

为了让员工过一个开心祥和的端午节，沧州项目公司精心组织了旱地赛龙舟、“手脚并用”趣味游戏、一起动手包粽子、领导送“艾叶香囊”并为员工送祝福等活动。

在旱地赛龙舟活动中，员工们组成两支龙舟队。一声哨响，在领队“一

二、一二”的指挥引领下，队员们带动赛龙舟游戏道具在跑道上快速行驶，配合默契，全力以赴，展现出团结协作和勇往直前的精神风貌。随后，“手脚并用”趣味活动在办公楼内进行，现场欢声笑语，员工身心得到放松。

端午节当然少不了包粽子。员工们一起来到食堂大展身手，其乐融融的大家庭氛围，让青年员工感受到第一次动手学包粽子的喜悦。公司党支部书记张伟为员工发放寓意祈福安康、驱邪辟邪的艾叶香囊，并向员工们送上节日祝福。

