

文明村镇

电站村 >>>

产业兴旺 乡风文明

□本报记者 张立

多年来,城厢镇电站村坚持生态为先,发展林果产业,并在此基础上闯出了一条独具特色的农文旅融合发展道路,还通过精神文明建设,培育文明乡风、淳朴民风。

20多年前的电站村是一个经济薄弱村。2005年,电站村开始引种葡萄,优良的品种、精心的栽种,让电站葡萄很快在太仓和周边地区打响了品牌。初尝林果产业甜头的电站村抓住机遇,建设太仓第一个生态园,还引进了西甜瓜、水果玉米等果蔬新品,并通过创办专业合作社,做大做优林果产业。如今

的电站生态园中,种有翠冠梨、草莓、蓝莓、枇杷、黄桃等,一年四季花香果硕。

此后,电站村又把特色林果与休闲旅游有机结合起来,探索农旅融合发展模式,建设了游船码头、开心农场、房车露营地、湖畔木屋民宿等一批乡村旅游配套设施,串起“食、宿、行、游、购、娱”六大要素,由点及面、串珠成链,构建完整的休闲农业产业体系,打造国际田园艺术综合体。2023年,全村农旅融合实现游客接待量40万人次,营业收入超5800万元。

电站村还全力推进精神文明建

设,打造自治、法治、德治相结合的乡村治理体系。如制定《电站花苑文明积分细则》,规范村民行为,逐步推进文明乡风深入人心;推广楼道管家、“有事好商量”等制度,倡导邻里团结、互敬互谅;创新建设并持续完善“文明公社 睦邻小家”邻里互助项目,营造睦邻友好新风尚,激发自治活力;发挥“乡贤”“睦邻帮”等群体作用,参与社区多元共治;将电站花苑划分为5大网格,每个网格有8~9名楼道长,楼道长作为“宣传员”“信息员”“调解员”,真正把小区事务处理在网格中,把矛

盾纠纷化解在网格中,推进乡风文明建设。

近两年,电站村还通过提档沿途绿化景观小品,增设文明标识标牌、灯杆旗等,在生态园中建成了4.3公里文明实践圈。近一年来,电站村累计开展新时代文明实践和志愿服务活动90余场,有效丰富了村民的精神文化生活。

现在的电站村,既是中国美丽休闲乡村、全国农业旅游示范点、国家级生态村,也是全国民主法治示范村、省级文明村。

文明家庭

周耀林家庭 >>>

以身作则
引领文明新风尚

本报讯(见习记者 缪卉蕾)周耀林是璜泾镇雅鹿村25组村民,他与爱人陶彩珍都是退休教师,他们在教育岗位上默默耕耘数十载,退休后,又将满腔热情倾注于公益活动,积极参加文明城市建设等工作,带头简办婚丧事宜、开展文明祭扫等,以身作则,示范引领村民遏制陋习,将文明新风吹遍全村。

2019年,周耀林加入移风易俗志愿者服务队,在雅鹿村和璜泾镇其他村社区开展志愿活动,发现有村民在婚丧嫁娶中存在铺张浪费行为,便主动上门劝导。周耀林作为共产党员,还积极发挥党员先锋模范作用,带头反对高额彩礼、简办婚丧事宜、推广文明祭扫,用实际行动引领村民摒弃陋习,倡导勤俭节约的新风尚。2020年1月20日,他带领雅鹿村25组村民签署移风易俗公约,25组成为移风易俗示范组,雅鹿村也以此为契机,全面开展移风易俗工作。

在周耀林家中,尊老爱幼、团结邻里、乐于助人的家风代代相传。周耀林的儿子和媳妇同为教师,他们坚守在三尺讲台上,为教育事业作贡献。同时,周耀林重视孩子良好的道德品质和生活学习习惯的培养。孙子周之帆是沙溪镇人民政府的工作人员,他立足本职工作,始终以饱满的工作热情、务实的工作作风做好各项工作,展现了家族的优良传统。

真心待人是周耀林全家的处世态度,他们与邻居和睦相处,经常为需要帮助的邻居解决燃眉之急,为构建和谐社区贡献自己的力量。



社交焦虑症

社交焦虑症,又称社交恐惧症、社交焦虑障碍,是一种常见的心理障碍。患者对在社交场合或人前表演(操作)存在显著的、持续的担忧或恐惧,担心自己会面临窘境,且一旦暴露于这些场合,就会引起焦虑反应。这种焦虑可能影响患者的日常生活,如工作、学习和社会活动。患者常常担心在社交场合出丑或被他人评价,导致他们避免某些社交场合或努力隐藏自己的焦虑。除了害怕负面评价,他们还可能体验到自我怀疑、负面的自我评价以及担心他人的反应。虽然社交焦虑症是一种常见的心理障碍,但它可以通过药物治疗和心理治疗得到改善,比较流行的心理疗法有社交技巧训练、实地暴露疗法、认知疗法和认知行为疗法。

(太仓市未成年人健康成长指导中心 何艺娟)

未成年人心理热线:53536161

本报讯(记者 沈雯 文/图)“我做的包子最好吃”“我做的香囊最漂亮”……7月初,市中小学社会实践基地里,一场“劳动周”主题实践活动热闹开展,参加活动的孩子们收获满满。

结合苏州市中小学“劳动周”主题实践活动,暑假期间,我市面向全市中小學生开放3项劳动实践课程。课程在接受全市中小學生预约的同时,积极与共建学校、单位合作,组织亲子劳动实践活动,得到了学生、家长的积极响应,共有近100人次走进实践基地参与活动。

在中式面点实践活动中,学生们了解中国面点发展历程、发面小知识,参与和面、等待发面,学做包子和花卷,并品尝自己做的面点;家长们带着孩子走进本草工坊,了解艾草的相关知识;“小小园艺工”在老师的指导下,对园艺大棚内的各种花卉进行修剪、整枝等,园艺大棚内生机盎然……学生们纷纷表示,纸上得来终觉浅,能够自己动手操作,才更有趣味、学得更多。家长们对这些活动也是赞不绝口。

在多彩的劳动实践活动中,学生们能够深切感受中华优秀传统文化



的魅力,体验劳动之美,感受生活之乐,有助于培养积极乐观的生活态度。新时代劳动教育在“五育”中占据重要位置,也是“五育并举”走向“五育融合”的重要路径之一。我市

教育系统积极整合资源,开展各类劳动实践活动,让学生们在真实的场景中“真干真做”,体验真实劳动过程,在劳中学、在学中劳,从而获得自己的感悟。

先进模范

李志辉 >>>

让残障群体与时代“同频共振”

本报讯(见习记者 宋沐恩)在苏州健雄职业技术学院,辅导员李志辉带领学生组建了一支新时代“助残”志愿者服务队,帮助残障群体与时代“同频共振”,紧密融入社会进步的脉搏。

李志辉与助残事业结缘于一次偶然的经历。在他的悉心关怀下,一位性格内向、不善交流的残障学生逐渐打开了心扉,积极规划起自己的职业道路,并实现就业。这一转变深刻触动了李志辉的心,激发了他帮助更多残障人士实现就业创业梦想的决心。

2019年,他开始积极组建新时代“助残”志愿者服务队。

为了解更多情况,李志辉走访了220名残障人士,撰写相关调研报告4万余字,梳理帮扶需求和痛点。针对残障人士在求职过程中面临的种种挑战,特别是信息闭塞与技能培训机会匮乏等难题,他带领团队创新思路,策划了一系列直播培训活动,指导建设残疾人网络直播实训基地,并通过承接“e起致富”苏货直播新农人培训、“善爱益家321+”残疾人咖啡

馆网络直播培训指导等项目,为残障人士搭建起展示自我、实现价值的舞台。他曾获太仓市十佳新人、苏州时代新人等荣誉。

李志辉表示:“希望通过数字化技能培训、职业生涯规划培训、办公软件培训等,帮助残疾学生融入社会,实现个人价值。”未来,志愿者团队将继续探索多元化的帮扶方式,利用现代科技手段,为残疾学生就业创业提供支持,同时,鼓励残疾学生在力所能及的范围内反哺社会。

文明单位

高新区 >>>

书香铸魂 文明引领

本报讯(见习记者 黄凤媛)近期,高新区举办了一场沉浸式阅读活动,以“在高新‘阅’见更好的自己”为主题,邀请书友齐聚一堂。在分享环节中,青年代表带来好书推介,一起畅谈感悟、分享体会,现场气氛热烈。

阅读是高新区精神文明建设的重要载体。高新区连续多年举办阅读节活动,不断深入推进全民阅读工作,加快构建学习型社会,引导全社会参与到阅读中来。通过阅读,居民不仅增长了知识,滋养了心灵,还提升了文明素养和道德情操。此外,依托中德跨“阅”高新区阅读节系列活动、文化艺术节和新思想进企业等文化活动,高新区打造了中德文化互融的特色品牌。

作为文明单位,高新区始终将精神文明建设视为推动高质量发展的核心引擎,通过一系列卓有成效的文化活动和文明实践,不断提升居民文明素养。除了阅读,高新区还广泛动员社会各界参与志愿服务,形成了庞大的志愿服务网络。以“德载高新 乐助公益”为主题广泛开展志愿服务公益活动,涌现出了“山村小书柜”、德载高新Yi企行、高新青梦荟、娄城车大夫等特色志愿服务活动,推动全区志愿服务常态长效。

同时,高新区还关注未成年人成长,引导青少年扣好人生“第一粒扣子”,彰显社会责任感和正能量。当前,高新区2024“七彩夏日”未成年人

暑期系列活动正在火热进行中,形式多样的活动丰富了青少年暑期生活,为他们提供了广阔的学习与成长平台。此外,高新区在文化建设中融入德国元素,开展了中德诗朗诵会、罗腾堡咖啡文化市集等一系列丰富多彩的文化活动,促进了中德文化不断交流与融合,提升了高新区的文化软实力。

近年来,高新区开展了乐享悦读、乐助公益、乐行文明、乐秀文化四大系列活动,通过阅读引领风尚、志愿服务助力、文明实践深入和文化互融创新等举措,提升了居民的文明素养和道德水平,为高新区高质量发展提供了强大的精神动力和道德支撑。

文明校园

高新区四小 >>>

以“美”润心
绽放精彩童年

本报讯(记者 沈雯)在高新区第四小学的校园里,流行着一种“乐乐币”,这种“乐乐币”的面值有1分、2分和5分。根据在校的优异表现,学生们可以获得“乐乐币”,而“乐乐币”可以用于日常活动和小礼物的兑换,这是该校的“乐乐币德育评价体系”。

高新区四小创办于2012年,学校以“绽放精彩童年,奠基幸福人生”为办学宗旨,着眼儿童发展,引导学生在张扬童年文化的同时,充盈现实的生活意义。啦啦操是该校的特色品牌,爆发力十足的动作加上有感染力的笑容,让啦啦操队员们多次登上各级各类舞台,并在2021年中国啦啦操俱乐部联赛中一举夺冠。啦啦操课外,学校还开设合唱、非洲鼓、木工、版画篆刻等特色社团,让学生感受美的熏陶,培养学生的审美情趣和创造力。

学校在“美育”这一宗旨的影响下,立足国家课程,创新特色课程,通过艺术熏陶、艺术实践培养学生的审美情趣、创新精神和文化素养,从而促进学生健康、快乐地成长。此外,学校还深挖独特的区域资源,致力于“工坊教育”探究。高新区四小相关负责人表示,近年来,学校借助“小工坊”课程学习,丰富学生“做中学、玩中学、创中学”的体验经历,常态化渗透思想道德教育,同时注重学生心理健康,倡导以体润心、以美润心,为学生健康快乐成长保驾护航,为文明校园建设添砖加瓦。

镜照文明
尺量风尚

陆渡街道探索移风易俗多元路径

本报讯(见习记者 黄凤媛)“钱阿姨,你要换点什么?”“我的诚信积分有240多分,今天想来换一袋米。”7月25日,陆渡街道红庙村红枫小区的“文明加油站”里,居民钱阿姨正在用自家的积分卡兑换生活用品。在红庙村,家家户户都有一张文明积分卡,村民可以用“积分”换取实打实的物品。

近年来,陆渡街道将移风易俗作为精神文明建设的重点,不断净化乡村社会风气。其中,红庙村的诚信积分制管理模式成为陆渡街道移风易俗工作的新亮点。在红庙村,村民参与垃圾分类、宅前屋后环境整治、绿化维护以及村里组织的清洁、植树等公益活动,均能获得相应的积分奖励。这些日常行为不仅美化了家园,更为村民积累了宝贵的“文明资本”。

诚信积分制的建立为村民的行为规范提供了“镜子”,设立了可量化的“尺子”,树立了可学习的“标杆”,有效激发了乡村移风易俗的新活力。为了确保诚信积分制的公正透明与有效实施,红庙村制定了具体的环境建设目标,如宅前屋后堆放率、垃圾分类准确率、公共区域清洁度等,将环境建设的具体行为与积分制度直接挂钩。红庙村还会定期开展小区清洁、绿化植树等活动,参与者也可获得积分。对于在环境建设中表现突出的个人或家庭,该村还将给予其额外的积分奖励或颁发荣誉称号。除了诚信积分制,陆渡街道在移风易俗方面还有不少探索,宣传小组通过入户宣传、发放和张贴倡议书等形式,反对婚丧事大操大办,积极倡导科学、健康、文明的生活方式。

陆渡街道相关负责人表示,下一步,陆渡街道将继续推广红庙村的成功经验,不断完善诚信积分管理机制,让更多地区受益于这一创新模式。同时,陆渡街道也将进一步加强对移风易俗工作的引导与监督,努力营造节俭养德、崇尚文明的社会风尚,为推进乡村全面振兴贡献力量。