

盘活闲置校舍,念好“产业经” “沉睡资产”变身增收活水

连日来,太湖县北中镇吴俊村豆粳厂内,机器运转、人员忙碌,大量豆粳从生产线上新鲜“出炉”。谁曾想,这里曾经是闲置的校舍,如今已成为吴俊村发展集体经济的“新阵地”。

盘活闲置校舍,让“旧场所”迸发“新活力”。过去,吴俊村黄溪小学因教育资源整合长期闲置,校舍设施逐渐老化,成为村集体资产中的“沉睡资产”。为摆脱这一困境,去年10月,吴俊村“两委”主动谋划、实地调研,结合村内农产品资源丰富的优势,决定将闲置校舍改造为豆粳生产厂房。经过精心修缮与功能改造,去年10月,680平方米的旧校舍焕然一新,教室变身生产车间,闲置场地成为原料堆放区与成品晾晒区,这不仅保留了校舍的建筑价值,更赋予其产业功能。

村干部带头生产,以“实干劲”撑起

“致富伞”。豆粳生产从原料处理到成品包装,涉及烫、切、晒等多道精细工序,且对生产时效与成本控制要求较高。为确保产业起步稳、效益好,村“两委”成员主动扛起生产重担,形成“干部带头干、群众跟着干”的良好氛围。

每天晚上,忙完手头的村务工作,驻村工作队队员和村干部便准时出现在豆粳厂。大家没有丝毫懈怠,迅速进入工作状态,有的仔细筛选优质大米、黄豆,确保原材料品质;有的精准把控浆体的浓稠度,这直接关系到豆粳的口感;经验丰富的村干部则负责烫制环节,米浆被迅速摊开、定型,金黄透亮的豆粳很快就新鲜“出炉”。随着切割机轰鸣的运作声,一卷卷豆粳被均匀地切成丝,铺开晒干后,再进行打包。

通过“自己动手、减少外包”的实

干方式,吴俊村豆粳厂最大限度压缩了人工成本,为集体产业节省了开支。据统计,吴俊村豆粳厂年产量可达10000斤,生产总值超10万元。同时,村干部还主动联动农户,帮助销售大米、绿豆等原料农产品,切实解决了农户“销售难”的问题,实现了“集体增收、农户受益”的双赢。

对接多方单位,用“联动力”打开“广销路”。产业要发展,销路是关键。为避免豆粳“酒香也怕巷子深”,吴俊村“两委”主动出击,多维度搭建销售渠道,为产品打通“出村路”。一方面,积极对接帮扶单位,凭借产品品质与真诚沟通,成功与安庆市第一人民医院、太湖县委社工委建立合作关系,帮助销售豆粳3000斤,打开了稳定的线下销售市场;另一方面,瞄准线上消费趋势,通过微信朋友圈、短视频平台等渠

道推广豆粳制作过程与传统风味,吸引线上订单。截至目前,线上订单超50单,销量达800斤。同时,充分发挥乡贤资源优势,邀请在外乡贤帮忙宣传推广,进一步扩大产品知名度与销售范围。凭借传统工艺制作的纯正口感,以及村干部“跑出来”的广阔销路,吴俊村豆粳深受消费者喜爱,逐步形成“产得出、销得好、口碑佳”的良性循环。

从闲置校舍到增收厂房,从村干部带头到群众参与,吴俊村豆粳厂的成功实践,不仅盘活了集体资产、壮大了集体经济,更凝聚了乡村发展的向心力。下一步,吴俊村将继续深化资源利用,强化干部担当、拓展产销渠道,探索更多乡村振兴新路径,让发展成果惠及更多村民。

全媒体记者 汪秀兵
通讯员 蔡军红 范华娟



家门口建起 文体活动中心

1月25日,位于望江县回龙社区的文体综合楼项目正在加紧施工。该工程规划建设地上10层、地下1层,总建筑面积6583平方米,总投资超2000万元,预计今年11月竣工。该项目建成后,将成为集文体活动、运动健身等功能于一体的公益性综合服务中心,进一步满足周边居民的文化生活需求。

全媒体记者 徐火炬
通讯员 吴珊 摄

现代农业筑基 多元产业赋能

近年来,怀宁县腊树镇立足资源禀赋,精准施策、多点发力,以现代农业筑基、多元产业赋能、物流体系搭桥,三大板块协同推进,勾勒出一幅产业兴、生态美、百姓富的高质量发展新图景。

腊树镇持续推动芝岭蔬菜产业园提质扩面,着力打造“特优”中高端蔬菜标准化基地,目前园区已建成高标准蔬菜大棚8万余平方米,配套净菜加工车间、冷库等设施,所产蔬菜远销上海、武汉等大中城市;同步推进

何源农牧万亩现代农业产业园建设,配套建设10万头生猪养殖、屠宰冷链深加工设施,发展智能温室蔬菜大棚等高效业态,形成“种养加”一体化发展格局。该镇规划新增800亩精品蓝莓园、2000亩连片黄桃基地,目前全镇已连片种植黄桃近2000亩,年产值近3000万元。

腊树镇深挖本地矿产、生态、文旅资源优势,推动产业多元协同发展。该镇重点保障三川项目运营,全力推进年产20万吨石英砂精深加工项目,

规划建设2000亩矿区及30亩加工厂区,积极培育龙王山周边产业聚集区,推动上下游企业协同发展,形成产业发展合力。在生态产业培育方面,该镇持续推进王居山森林质量提升和国储林项目,扩大麻塘湖生态养殖规模;实施3000余亩长河沿滩生态修复工程,建设农林资源化利用中心及配套有机肥生产车间,实现生态保护与资源利用双赢。在文旅融合发展方面,该镇积极谋划与石牌片区联合打造2500亩麻塘湖文旅综合体,配套建设28

公里环湖跑道、康养基地等设施。在物流枢纽载体建设上,该镇加快推进西南片现代智慧物流园建设,规划新建302万平方米仓储及综合服务设施,设置货物集散与调度中心,全面提升物流集约化、智能化水平。在配套服务优化上,该镇推进芝岭、白石综合能源补给站建设,开通农产品物流专线,精准衔接本地产业园区与市场;落实物流企业“代办帮办”服务,全力吸引物流资源集聚,为镇域产业发展打通物流“大动脉”。

(通讯员 檀志扬 邹佳庆)

抑郁症 ≠ “想不开” 科学护理是治愈的微光

丁莉

“你就是太矫情了”“别想那么多,出去走走就好了”“比你苦的人多的是,这点事不值当”——这些脱口而出的话语,常被当作安慰抛给抑郁症患者。可很少有人知道,这些看似轻描淡写的劝慰,却像一把把无形的利刃,刺向他们本就千疮百孔的内心。抑郁症不是“矫情”的代名词,也不是“散心”就能消弭的情绪波动,而是需要正视与尊重的精神疾病。患者深陷情绪泥沼时,需要的不是轻飘飘的评判,而是理解与专业支持。当前社会对抑郁症的认知仍存诸多误区,这些话语正是误区的直观体现。本文将结合精神科护理临床经验,带大家揭开认知迷雾,学会用温暖科学的方式守护患者心理健康。

抑郁症的生物学本质

要打破对抑郁症的误解,需首先认清其科学属性。从生理层面看,抑郁症患者的大脑结构与神经递质系统存在显著异常。研究显示,重度抑郁症(MDD)患者的海马体体积较常人减小约8%至20%,而海马体体积小会直接导致情绪调控能力下降。同时,血清素等“快乐递质”的分泌失衡,使患者难以感受愉悦,容易陷入持续的低落情绪。这些生理变化是抑郁症的生物学基础,无法通过单纯的“意志力”逆转。此外,抑郁症的发病与遗传因素密切相关,家族中有抑郁症患者的个体,其患病风险会显著高于普通人群;而长期压力、重大

创伤等环境因素,则往往是触发疾病发作的“导火索”。可见,抑郁症的发生是遗传、生理与环境等多重因素共同作用的结果。

抑郁症患者的日常护理指南

对于抑郁症患者而言,自我护理是贯穿治疗全程的重要支撑,其核心在于建立“温和的自我关怀”,而非以严苛标准强迫自己“振作”。许多患者患病后易陷入自我否定的怪圈,认为自己“没用”“拖累家人”,这类负面认知会进一步加重病情。因此,自我护理的第一步是学会“接纳疾病”——承认自己正处于困境中,如同感冒发烧需要休息与治疗一般,不必为此感到羞耻或自责。

在日常生活里,可通过建立规律作息来稳定生理节律。抑郁症患者常伴有失眠或嗜睡症状,固定的起床与入睡时间能帮助调节内分泌,为情绪稳定筑牢基础。饮食方面,多摄入富含Omega-3脂肪酸的深海鱼、富含维生素的全谷物及新鲜蔬果,有助于神经递质的合成,对改善情绪具有辅助作用。

运动是经科学证实的“天然抗抑郁剂”,但并非高强度健身训练,而是契合患者身体状态的温和运动。症状较重者可从短时站立、散步开始,促进内啡肽分泌;病情好转后可逐步增加强度。运动不仅调节生理,更能帮助患者重建身体连接,打破“久坐不动”的恶性循环。此外,“情绪日记”也是有效的自

我护理工具。患者可每天花10分钟记录情绪变化,标注引发情绪波动的事件及当时的想法,这一过程能帮助梳理思绪,识别反复出现的负面思维模式,为后续心理调节提供依据。

亲密关系者的支持之道

除了自我护理,家人、朋友等亲密关系者的支持对抑郁症患者的康复至关重要。然而,许多人常因缺乏正确认知陷入“支持误区”:如频繁说“加油,你一定能挺过去”会给患者带来“必须尽快好转”的压力;“我完全理解你的感受”若非真实体验易让患者觉得痛苦未被看见。正确的支持方式,首先是“倾听”而非“说教”——当患者表达负面情绪时,不必急于给解决方案,安静陪伴并用“我能感受到你的痛苦”“我会一直陪着你”传递接纳与温暖。其次,要帮助患者建立“小目标”。抑郁症会让人丧失生活掌控感,从“按时吃一顿饭”“出门买一次菜”这类小事做起,每完成一个目标能积累成就感,重建自信。同时,亲密关系者应密切关注患者状态,若发现自伤、自杀念头或行为,需立即寻求专业帮助,这是对生命负责。

专业治疗是康复的核心保障

需要明确的是,科学护理不等同于“自我调节”,专业治疗是抑郁症康复的核心保障。抑郁症治疗遵循“药物治疗+心理治疗”综合模式,中重度患者以药物治疗为基础。抗抑郁药物

通过调节神经递质快速缓解核心症状,为心理治疗创造条件。患者常顾虑药物副作用及成瘾性,实际新型抗抑郁药物副作用已大幅降低且无成瘾性,规范用药可安全有效治疗。心理治疗能改善认知模式:认知行为疗法(CBT)纠正负面认知,助力建立理性思维;人际关系治疗(IPT)改善社交功能,降低复发风险。存在严重自杀倾向或难治性患者,可采用重复经颅磁刺激(rTMS)、无抽搐电休克治疗(MECT)等物理治疗手段。

“想不开”的标签,本质上是对抑郁症患者深层痛苦的漠视,当我们以严谨的科学认知取代“玻璃心”“矫情”的偏见,用“我看见你的痛苦”的温和关怀替代“别想那么多”的苛责,借专业医生的精准诊疗、心理咨询师的心理疏导等专业支持助力康复,每一份理解的眼神、每一次耐心的倾听、每一个尊重科学的行动,都将成为刺破患者内心黑暗、照亮前路的点点星光。愿更多人能打破误解的壁垒,让规律作息的坚持、营养饮食的调整、温和运动的践行、情绪日记的梳理等科学护理的微光,汇聚成温暖的星河,陪伴每一位患者走出漫长的阴霾,重新拥抱生命的活力与对未来的希望。

(作者单位:安庆市第六人民医院普二病区)



新闻传真

打好应对低温雨雪冰冻天气“主动仗”

本报讯 近日,受强冷空气影响,望江县出现明显低温雨雪冰冻天气,并伴有大风天气,该县安全生产(防灾减灾救灾)委员会(以下简称“县安防委”)迅速启动应急协调机制,统一指挥、超前部署,组织各乡镇(街道)及各成员单位全力开展防范应对,切实保障人民群众生命财产安全和生产生活秩序。

在本轮低温雨雪天气来临前,望江县安防委即进入临战状态,组织气象、应急、交通、住建、供电等部门开展滚动会商,精准研判风险,并通过应急广播、短信、新媒体等渠道,及时发布预警信息和防范提示,指导全县提前做好应对准备。各成员单位闻令而动、各司其职,形成防范合力。交通运输、公安交警部门加强重点路段巡查管控与疏导,及时处置积雪结

冰路段;住建、水利、供电等部门全力保障城市运行“生命线”,加强设施防冻维护与应急抢修准备;各乡镇(街道)及民政等部门重点关注特殊困难群体,扎实做好防寒保暖、生活保障与安全宣传。以“雪”为令,打好“主动仗”。降雪发生后,各部门迅速响应,按预案全力开展应对。清雪除冰工作优先保障主干道、桥梁及重点区域畅通,应急抢修力量24小时待命。在望江县安防委统一协调下,全县上下联动、高效协同,有力维护了正常生产生活秩序。当前,低温影响尚未完全结束,望江县安防委将继续密切关注天气变化,加强应急值守与统筹协调,持续抓好各项防范与保障措施,全力巩固应对成果,确保社会面安全稳定。(通讯员 官清泉)

政策宣讲助回归 精准帮扶促新生

本报讯 为帮助即将刑释人员顺利回归社会,近日,怀宁县人社局应邀走进安徽省九成监狱管理局,为即将刑释人员开展了一场别开生面的就业和社保政策指导。

在马家湖关押点电教中心内,工作人员通过政策宣讲、互动答疑等形式,并利用PPT以“点亮未来,重绘人生”为题,为出监监区服刑人员详细解读了就业创业

和社会保障政策以及技能培训,并详细解答了服刑人员释放后普遍关心的就业安置、社会保障等问题。下一步,怀宁县人社局将加强与司法部门的协作,立足人社部门职能,为刑释人员提供岗位推荐、创业指导等就业服务,帮扶刑释人员回归社会、重获新生,促进平安建设。(通讯员 何伟)

“掌上”平台解民忧 犬患治理显成效

本报讯 “我们住户白天提心吊胆怕狗追,晚上被狗叫声吵得睡不着,楼道里还总能看到没清理的犬只粪便。”1月9日上午,望江县望华商城住户王先生通过小微权力“监督一点通”平台提交的投诉,道出了商城居民长期以来的困扰。

接到投诉后,望江县回龙街道纪工委负责人立即带队前往宝塔社区望华商城,通过“监控调取+入户走访+问卷统计”三重验证方式展开核实。经查,商城内共有7户居民饲养犬只,其中3户存在遛狗不牵绳行为,2户未及时清理犬只粪便,违反了《安庆市养犬管理条例》。1月9日下午,宝塔社区网格员逐户上门沟通。“王女士家养的是金毛犬,体型较大但性格温顺,主要问题是早晚遛狗不牵绳;李先

生家的泰迪犬虽然体型小,但半夜经常吠叫扰民。”社区工作人员在沟通记录中详细标注了每户犬只特点和存在问题。经耐心劝导,7户犬主均签署《文明养犬承诺书》,承诺做到“三必三不”——遛狗必牵绳、粪便必清理、疫苗必接种,不扰民、不伤人、不污染环境。“现在遛狗都自觉牵绳了,社区还专门规定了宠物活动区,既方便养犬居民,又保障了其他居民的安全。”王先生近日在小微权力“监督一点通”平台回访时评价道。

下一步,回龙街道将持续推广“掌上”平台,通过“大数据+网格化”精准捕捉民生痛点,推动基层治理从“接诉即办”向“未诉先办”升级,真正让“监督一点通”成为群众身边的暖心平台。(通讯员 吴忠琦 杨旭)

看不见的隐患 看得见的守护

本报讯 日前,宣秀区人民检察院检察官再次走访辖区小微诊疗机构,看到辐射安全许可证悬挂醒目,设备操作间独立规范,警示标识张贴到位,从业人员防护意识显著提升。这些变化主要得益于该院开展的“小微诊疗机构辐射安全”公益守护行动。

放射诊疗技术在现代医疗中应用广泛,CT、X光等设备为疾病诊断带来便利的同时,也伴随着看不见的电离辐射风险。“我们身边的医疗机构,是否存在辐射安全隐患?”2024年10月,宣秀区人民检察院检察官将监督目光投向与群众日常生活紧密相关的口腔诊所、宠物医院等小微放射诊疗机构,决定启动专项监督行动。走访结果却令人揪心,多数机构辐射防护意识薄弱。根据《中华人民共和国放射性污染防治法》规定,使用射线装置必须办理《辐射安全许可证》,但调查发现,不少机构处于“无证运行”状态。一家宠物医院内,工作人员手持便携式X光机随意走动,既无固定操作间,也未设置辐射警示标识;某口腔诊所负责人被问及许可证和职业健康体检时,茫然回应:“没听说过这些要求。”经营者的态度折射出小微机构辐射安全管

理的普遍缺失。2024年11月下旬,宣秀区人民检察院组织召开听证会,邀请人大代表、政协委员担任听证员,并召集辐射安全监管涉及的生态环境、卫生健康、农业农村等部门负责人共商共治。会上,检察官通报调查情况,解读相关法律法规,听证员结合切身经历展开热议,最终凝聚共识——辐射隐患必须重视,行政机关应打破壁垒、协同履职,共同守护群众健康安全。

听证会后,2024年12月,宣秀区人民检察院依法向相关监管部门制发检察建议,督促其对无证机构责令办证、规范从业人员职业健康管理,并开展全面排查整治。为推进源头治理,2025年1月,检察机关还将检察建议转化为人大代表建议,推动建立跨部门信息共享与协同监管机制,实现从“治已病”到“防未病”的制度跨越。看不见的辐射隐患,终究靠看得见的制度与行动来守护。这起公益诉讼案件,不仅推动了小微诊疗机构的规范化运营,更提升了公众的辐射安全意识——安全无小事,纵使风险无形,只要监管协同、主体尽责、群众知情,便能共同筑牢公共健康的隐形“防护墙”。(通讯员 陶建华)