



# 身边的榜样 无私奉献的他们 值得我们学习

株洲晚报融媒体中心记者/姚时美 通讯员/杨昆

2023年11月“湖南好人”候选人名单近日发布,共40人(组)候选人接受点赞评议。其中,株洲“环卫工驿站爱心早餐项目”发起人张满珍、八旬志愿者黄鹏飞、扎根乡村教育26年的教师蒋建秋上榜,市民可关注“文明湖南”微信公众号为他们点赞评议。

## 张满珍: 充满博爱的“最美志愿者”

张满珍是渌口区博爱志愿者联合会名誉会长。2018年,为了让早起工作的环卫工人吃上一口热乎的早餐,她带领团队发起“环卫工驿站爱心早餐项目”,每天为渌口区当班的环卫工人免费提供爱心早餐。5年来,她带领团队为环卫工人、孤寡老人提供了14万份爱心早餐。此外,张满珍携手博爱志愿者联合会还运营了“共享厨房”“残疾人帮扶中心”“户外劳动者港湾”等志愿服务品牌,为住院患者提供烹饪方便,帮助困难群众销售农副产品,为户外劳动者提供休息场所。2021年,张满珍被评为“湖南省最美志愿者”。



张满珍。通讯员供图

## 蒋建秋: 扎根乡村26年的“全国优秀教师”

蒋建秋是渌口区古岳峰镇向阳小学教师。1997年以来,蒋建秋一直在古岳峰镇任教。任教之初,蒋建秋主讲思想品德课,当时手中除了教材,没有任何教学资源。经过思索,她用水彩笔把教材中的插图,一幅一幅画在四开的画纸上,然后逐一粘在黑板上,娓娓动听地讲述着插图中的故事,让原本枯燥的思想品德课变得妙趣横生,格外吸引学生。2010年,蒋建秋应邀参加《争当“四好少年”活动手册》二年级教材的编写工作;2012年参加《国防教育读本》六年级教材的编写工作;2016年参加人教版部编教材《道德与法治》六年级上册教材的编写。2019年9月,蒋建秋被授予“全国优秀教师”称号。带着这份荣耀,蒋建秋仍旧扎根乡村一线,为农村孩子持续送上爱与知识。



蒋建秋。通讯员供图

## 黄鹏飞: 社区最年长的“管事人”

80多岁的黄鹏飞,是芦淞区建设街道何家坳社区年龄最大的志愿者。他是社区“编外”工作人员,又是街坊们的安全预警员。每天出门,黄鹏飞习惯在社区里到处走走看看,查看哪里有灯坏了,哪里有安全隐患。2023年春节,桥头社区27栋的化粪池出了问题,臭水外漏,漫到必经的梯道上,影响出行安全,而专业管道工要到节后才开工。黄鹏飞立即召集五六名得力的志愿者,前后整改5次,终于彻底解决臭水外漏问题。多年来,只要是黄鹏飞注意到的问题,他都持续关注,直到解决为止。



黄鹏飞。通讯员供图

### 聊天室

## “湿冷魔法”攻击来临 你准备好迎接株洲的冬天了吗

嗨,大家好!今天,株洲网事聊天室又和大家见面了,我是本期主持人徐不曾,欢迎您扫描二维码加入我们,一起聊柴米油盐,聊喜怒哀乐,聊各种有意义或者有意思的事。寒意悄悄入侵,株洲的冬天好像来了。前段时间“消极怠工”的冷空气终于支棱起来,这几天从被窝里爬起来,你是不是感受到了株洲天气“湿冷魔法”攻击的厉害。这应该是株洲冬天里最冷最难过的时候了。你准备好迎接株洲的冬天了吗?本期的聊天室我们一起来聊一聊吧!  
**沉默的带盐:**上周末“钟南山称近期将有新冠病毒小高峰”的新闻冲上热搜以后,我把家里以前存下来的口罩给找了出来,又趁着“双11”下单了一波口罩和消毒湿巾,打算最近出门都戴上口罩。冬天来了,大家都要更加注意自己的身体健康,特别是最近流感、肺炎支原体、新冠等叠加流行,身边感冒不舒服的太多了。所以即使天冷了,也还是要尽量保证办公室和家里每天开窗通风两次,可以利用人不在房间的时候,抓紧时间开窗,保证15分钟到30分钟以上的换气时间,还要勤洗手,减少感染风险。  
**麻将只胡一坨妈:**自从生了孩子,感觉身体大不如前了,特别是到季节变换的时

期,各种小毛病不断。最近因为工作原因,我熬了个通宵,身体就有些扛不住了。内分泌失调,抵抗力下降,荨麻疹找上了门。白天还好,一到晚上,浑身痒得难受,整夜整夜睡不着。被折磨了三、四天,我实在受不了还是去看了医生。特别这几天之内温度的大降,冷雨不停,小朋友也开始咳嗽了起来,周一送她去学校的时候,给她戴上了口罩,并且嘱咐她不要随便取下来。人到中年,生活不易,真心奉劝各位打工人,工作是大家的,身体是自己的,早睡早起,加强锻炼比什么都重要。  
**嘤嘤怪:**对吃货来说,冬天最幸福的事情,就是吃火锅!11月是吃火锅的最佳季节,热汤温暖后的幸福感,让人回味无穷。我是个“火锅脑袋”,夏天的时候还比较克制,怕上火再好吃也不敢多吃,到了冬天就按捺不住对高热量食物的渴望,每周都想撸一顿火锅。四川的麻辣火锅、北京的羊肉火锅、潮汕的牛肉火锅……对于吃货们来说都是必不可少的!在闲暇之余,约上几个亲朋好友,一起结伴去品尝美味的火锅,一边聊天一边吃着热气腾腾的美食,实在是寒冬中的最佳享受。没有什么不是一顿火锅解决不了的,有的话,再来一顿!

**文心怡:**立冬一过,就正式进入冬天了,万物都进入了冬藏的状态,咱们的身体也开始进入养生模式啦,养护好自己,来年身体才会更好。天气一冷下来的时候,我每天都会用热水泡脚,并坚持早晚搓揉脚心,不管在户外还是居家,都要穿好鞋和厚实一点的袜子,不让脚受凉。特别是敏感的人更应该注重防寒保暖,添加棉衣棉裤保暖,尤其要注意头部、胸背、脖子和四肢的保暖,天气不好的时候,尽量减少外出,外出时应做好保暖措施。此外,寒潮天气来临时,慢性病患者和心脑血管疾病患者更应注意休息,不要过度疲劳,适度增加体育锻炼,增强抵抗力,关注天气预报及相关部门发布的寒潮消息或警报变化,以便及时采取必要的防护措施。



扫码加入聊天室

### 热搜



#### “小迷糊”乘车坐反方向 民警接力帮助找家人

11月7日,株洲交警天元大队一中队民警正在天台路站高峰岗,一名白衣女子带着一名穿着校服的男孩迎面走来,称孩子好像坐错车迷路了,希望民警能提供帮助。民警耐心安抚哭泣的男孩,稳住情绪后得知孩子在石峰区读小学,放学后因为坐公交车坐反了方向来到河西找不到回家的路了,用手机电话联系其母亲也一时无人接听。过了一会,民警联系上了男孩的母亲,将孩子送到了神农城其熟人的手中,并叮嘱孩子注意安全。



扫码观看热搜视频

### 甜蜜“牵手”



#### “剁手”不如“牵手” 双十一青年联谊活动顺利开展

11月11日,中车株洲所团委联合中国航发动研所主办,由株洲新闻网、株洲小月老亿姐婚恋平台承办的“青春心动,恋爱行动”青年交流交友活动开展。中车株洲所团委,中国航发动研所20余名优质单身男青年与来自学校、医院等株洲企事业单位20余名靓丽女青年,共计40余名单身青年参加本次活动联谊会。



微信扫码观看视频

### 恰株洲



#### 新闻路这家粉店 干净得不像小吃店

一起来嗦一口黄豆排骨粉吧!张罗这家粉店的5个人,父母、女儿、亲家,还有女儿的闺蜜,几乎囊括了这个世界上最美好的关系。孙先生负责下粉,站在门口,总是笑咪咪的,忙而不乱。喜欢这家店的黄豆排骨粉,黄豆和排骨煨得软软的,养胃又养心。每次去吃粉,总会遇到加班的同事,感觉这里,就是我们的深夜食堂。



打开抖音扫码观看视频

## 商家“背刺”:头天付尾款次日降百元 专家:若宣传最低价或构成欺诈

本报讯(株洲晚报融媒体中心记者/谢嘉)“双11”结束了,关于它的话题仍不少。“好不容易在直播间抢了券,付了定金,没想到交了尾款后,第二天来了张更大的优惠券。”市民刘女士吐槽,她在淘宝上遇到头天付尾款次日降百元的情况,因为使用了平台满减和积攒的红包,退款损失大,只能默默承受。

### 商家“背刺”预付的消费者

昨日,市民刘女士讲述了自己购物经历。她平常爱穿品牌运动鞋,“双11”付尾款活动前,经常蹲在淘宝阿迪达斯直播间。“直播间会不时发放优惠券,我抢到面额最大的是‘1000减200’,感觉挺划算的。”刘女士说,10月31日晚上8点付完尾款后,没想到第二天就发现,官网直接放出了“1000减300”的更大额优惠券。刘女士算了一下,她虽然充值了购物金,但怎么算,都没有后面发放的大额优惠券实在。当天她就要求商家补差价,但遭到拒绝,对方称“接受退货退款”。刘女士说,她使用了平台其他优惠券和在平台积攒的红包,衣服现在也断码,退货退款造成的损失太大,所以就沒有再和对方沟通了,“商家随意变更优惠政策很不公平,感觉受了欺诈”。无独有偶,近日,多位消费者在黑猫投诉平台反馈,阿迪达斯在消费者付尾款后再度发放大额优惠券,价格下跌,“背刺”此前参与预售消费者。目前部分消费者通过淘宝平台介入等方式维权成功。

### 律师:促销规则一定要公平合理

如何看待商家以所谓的“最低价”诱导消费者参与预售,又随意变更优惠政策?中国法学会消费者权益保护法研究会副秘书长陈音江表示,无论阿迪达斯直播间有没有宣传其预售活动是最便宜、最实惠的,它的行为实际上都会对消费者造成误导。陈音江认为,如果阿迪达斯直播间事先宣传了

“最低价”,这种行为很可能会对消费者构成欺诈。依据《消费者权益保护法》规定,如果经营者构成欺诈,消费者可以要求价款三倍的赔偿,赔偿金额不足500元的按500元计算。另一方面,如果品牌事先没有类似的宣传,实际上这种促销活动本身对消费者也带有误导性,他们的知情权有可能会受到侵犯。消费者遇到这种情况可以收集好相关证据,与相关的经营者协商解决。如果协商不成,还可以向消费者协会或有关行政主管部门投诉。如果通过调解还不能解决的,甚至可以通过申请仲裁或在法院起诉等方式维护自己的合法权益。

### 薅羊毛新技巧:申请保价

今年“双11”期间,有着10年网购经验的欧阳女士,掌握了一项网购新技能:一键保价。“一件衣服就退了10元。”欧阳女士说,11月1日进入“双11”折扣降价,她之前购买的商品,点击申请保价,都获得了1元-10元不等的退款。与欧阳女士一样,李先生就通过“申请保价”,在京东退了100多元。李先生笑说,“申请保价”按钮得到了退款,可以说是薅羊毛新技巧。

记者调查发现,淘宝、京东、唯品会、拼多多、小红书等平台在保价功能上差距不小,总

的来说,拼多多、小红书没有保价保障,淘宝一键保价功能有待优化。部分平台保价中心“藏”得很深,进入保价中心至少需要经过3次点击,官方客服的按钮不显眼,如果不涉及到退款投诉卖家等情况,很多人甚至不会用到这一功能,“保价中心”界面的确不易发掘。

在淘宝、京东、唯品会,找到保价中心的路径大致相同,在“我的”界面找到“客户服务”,点击进入服务往往能找到“申请保价”“一键保价”的按钮。记者提醒,并不是所有商品都享受保价。市民赵先生在申诉保价时,商家就表示:店铺优惠券和平台红包不在保价范围内。

## 二中枫溪学校初中部 在2023年市“三独”比赛中创造佳绩

本报讯(株洲晚报融媒体中心记者/王晖 通讯员/李婉阁)日前,2023年度株洲市三独比赛落下帷幕,二中枫溪学校初中部学子郭瑞晴获得一等奖,夏悦宁、易俊希获得二等奖,左鑫悦获得三等奖,再创令人瞩目的佳绩。郭瑞晴的独奏一等奖、夏悦宁的独奏二等奖,指导老师是钟子煦。易俊希获得的独舞二等奖、左鑫悦获得的独舞三等奖,指导老师是易琼。自2022年9月建校以来,二中枫溪学校初中部紧跟二中集团优势发展,围绕拔尖创新人才培养,在办学理念、师资队伍、课程改革、校园文化、小初衔接、艺术教育等方面做了大量探索和实践,取得丰硕成果。学校从学生需求出



▲郭瑞晴在独奏表演中。通讯员供图

发,以发展学生核心素养为中心,充分挖掘学生个性潜能,促进学生全面发展,着力构建艺体课程体系,实现全方位育人需求。在这里,每一个学生都有机会得到全面发展,走向美好未来!