



上好退役返乡第一课

株洲开展退役军人培训,打通服务保障“全链条”

本报讯(株洲晚报融媒体中心记者/廖智勇 通讯员/康爱青 钟莎莎) 2023年,市退役军人事务局组织开展返乡退役士兵心理疏导、职业技能实训、定向定向式培训以及自主择业干部政治学习等7场不同类型的退役军人培训,满足了各层级、不同阶段退役军人需求,突出全生命周期服务。

适应性培训,军人退役返乡“第一课”

去年9月份,荣归家乡的退役士兵除收到一束鲜花外,还收到一张培训邀请函,随后他和70余名退役士兵一起参加了2023年度第二期城区自主就业退役士兵适应性培训。在讲师们的指导下顺利完成角色转换,调整好心态、规划好职业方向,或复学、或奔赴各行各业。

“士兵退役回归社会,需要一个心态调整的过程。”谢恩是市退役军人事务局创业导师团特邀导师,也是一名退役多年的老兵,对于如何引导小伙子们迅速完成角色转换,他经验丰富。

谢恩介绍,士兵退役返乡后,选择职业时高不成低不就,容易产生自卑心理,对地区经济发展形势不了解,导致择业创业没有方向。

适应性培训是退役返乡军人回归社会“第一课”,通过心理小课堂、就业创业典型现身说法等形式,帮助退役士兵重拾信心,树立正确的择业观。通过就业形势介绍、政策解读等,让退役军人及时了解当地各业态发展情况和前景。

2023年,市退役军人事务局组织开展了2期适应性培训,每一期时间为5天,内容涵盖政策宣讲、案例教学、经验分享、就业辅导、创业辅导、现场教学、交流座谈等,两期培训共有131人参加。

“无论课程设置、培训时长还是参训人数,都打破往年记录。”就业创业科负责人康爱青说。

职业技能培训 让退役军人成为企业招聘“香饽饽”

“他们学校培养出来的学员不弱于专业厨师学校学员,又吃苦耐劳,几家企业抢着要。”荷塘区某餐饮机

构人事部门负责人孙经理对株洲市南洋职业技术学校培训的退役军人学员评价很高。

作为我市退役士兵定点委培机构之一,株洲市南洋职业技术学校首期培训的学员,全部与用人单位达成就业意向。

该学校退役军人学员的高就业率,是我市加快推进退役军人就业创业工作的一个缩影。据统计,目前我市已实现退役军人就业人数58252人,约占符合就业条件人数的95.7%。全省遴选认定的自主就业退役士兵职业技能培训机构,株洲拥有15家,居全省前列。

株洲为促进退役军人就业,制定了一套自由度高、行之有效的培训管理办法。按照“自愿参加、自选专业、培训补贴”的原则,开展“订单式”“定向式”“定岗式”技能培训。去年一年,就有近百名退役军人学员通过培训,走上工作岗位。

专题培训,让退役军人成为行业佼佼者

近些年来,越来越多退役军人响应党和国家号召,扎根农村当“村官”。

去年9月份,市退役军人事务局组织来自各县市区的57名“兵支书”开展培训,请来专家、教授为他们上课,着力提升他们的政治素质、带富技能和基层治理能力。

去年11月,一批从事养殖业的退役军人走进湖南农业大学课堂,聆听教授授课,面对面接受专家指导。

尹志超是一名90后退役军人,在家乡从事黑猪养殖。此次到湖南农业大学参加培训,他听课很认真,课堂笔记记了10多页。“教授们讲得好,深入浅出!”他说,专题培训能有效提高自己的养殖业技能,直言自己“没白来”。

退役军人事务局党组书记、局长刘新宇表示,退役军人是重要的人力人才资源,是建设中国特色社会主义的重要力量,“要通过专题培训,帮他们补短板,让退役军人成为各个行业佼佼者,成为城市发展、乡村振兴的坚实支撑。”

首届中部六省高价值专利 大奖揭晓

6家株企获奖

本报讯(株洲晚报融媒体中心记者/成皎兰 通讯员/易楚薇) 近日,首届中部六省高价值专利大赛(以下简称“大赛”)公示获奖名单,株洲共有6家企业获奖,其中2家企业荣获一等奖。

本次高价值专利大赛中,株洲时代新材料科技有限公司“一种风力发电机齿轮箱减振器及其减振保护方法”、株洲时代华鑫新材料技术有限公司“一种耐电晕聚酰亚胺复合薄膜及其制备方法”获一等奖。株洲悍威磁电科技有限公司“一种电机的内风路”、湖南泛航智能装备有限公司“高功率密度离心风机及离心风机控制系统”获三等奖。

此次大赛由湖北、山西、安徽、江西、河南、湖南六省知识产权局联合举办,旨在引导创新主体和市场主体聚焦关键核心技术领域,开展高价值专利培育布局,提高专利质量,并通过大赛平台加强区域内高新技术产业有机联动和高水平互动交流,助力推动中部六省经济高质量发展。

2023年以来,株洲市以产业链为抓手,助力打造具有影响力、拥有核心技术竞争优势的高价值专利池,促进高质量成果转化。截至2023年6月,株洲市拥有高价值专利4522件,居全省第二。

饺子5种包法 你喜欢有褶还是无褶?

养老院里慰问活动好热闹

1月7日,株洲宏达电子陶瓷事业部职工来到城发共享之家颐养苑开展送温暖活动,与老人一起包饺子、唱歌,并送上新年大礼包。

分好肉馅、饺子皮,十余位老人围坐桌前,和志愿者们一起包饺子。85岁的陈奶奶手不是很稳,志愿者就把馅放在老人手中的饺子皮里。有的饺子没有褶、有的包得有褶有角,不到十分钟,一个大铁盘里就盛满了5种样式的饺子。

株洲晚报融媒体中心记者/杨凌凌 摄影报道



男子在民警劝说下放弃轻生念头。通讯员供图

本报讯(株洲晚报融媒体中心记者/沈全华 通讯员/魏天宇) “兄弟,站在上面很危险,先下来,有啥困难我帮你解决!”经过民警赵昊6分钟的暖心开导,一名欲跳桥轻生的男子终于回心转意,主动翻过护栏安全回到地面。

市民“捡到”萌娃

本报讯(株洲晚报融媒体中心记者/沈全华 通讯员/魏天宇) “警察同志,我刚才发现这个小孩一个人在路边,可能跟父母走失了。”1月3日晚上11时许,一名热心群众来到芦淞公安分局贺嘉士派出所求助,请民警帮助联系孩子家长并送回。

接到求助后,值班副所长陈龙锦将小男孩带到派出所值班室,第一时间向分局“情指行”中心报告走失儿童的体貌特征信息,及时向市局110接警台对接。在值班室内,民警谭凌志询问孩子家人信息,但孩子年龄小,说不清有效信息。民警只好一边安抚小男孩情绪,

民警接力帮找家人

一边分头寻找其家人。

30分钟后,分局“情指行”中心接到反馈信息称,石峰区有家属报警称一名叫“杨杨”的小朋友走失,体貌特征与该儿童相似。确认家属的身份后,“杨杨”小朋友的母亲赶至贺嘉士派出所。看到孩子平安无事,孩子母亲对民警表示感谢。

芦淞公安提醒,家长要时刻关注年幼孩子的动向,千万不要让孩子离开自己的看护范围,一旦发现儿童走失,请及时拨打110报警或者到附近的派出所求助,以免延误最佳救助时间、增大寻寻难度。

年轻人的这些省钱秘籍,你怎么看?

株洲晚报融媒体中心记者/谢嘉文/图

“引领时代潮流的年轻人,在省钱这件小事上,也没少用心。近日,喝完奶茶的年轻人盯上了奶茶保温外卖袋,在社交媒体上,各式各样的保温外卖袋爆改成各种通勤包。军大衣过冬、社区食堂吃饭、爆改

A 奶茶袋更日常更时尚

“袋子又厚又防水,质量挺好,外部图案也好看,用来当通勤包一举两得。”这两个月,24岁的株洲姑娘刘妍习惯用保温奶茶袋当通勤包,一个袋子可以用5、6天。

刘妍说,通勤不需要带很多东西,里面一般会放保温杯、纸巾、充电器等,不会放很重的物品,相比家中较重的通勤包,奶茶袋更轻巧好用。

不仅是刘妍,她身边的年轻同事也会用奶茶袋当通勤包,“只要点了奶茶就会攒下袋子当包包用。”自从拿奶茶袋当通勤包以后,她们不仅没觉得“丢人”,甚至感觉“真香”。大家一致认为,这样可以省钱,能让节俭变成一种习惯。

如今在年轻朋友的群体里,很多人攀比的是“怎么消费更有性价比”。大学毕业的市民小玲说,这是消费观升级,“年轻人主打不被薅羊毛”。

昨日,记者在社交平台上搜索奶茶保温袋,发现有很多网友都在发帖分享经验。还有人

B 阳台种菜乐当“城市农夫”

年轻人对种菜上头不是一天两天了,要知道十年前的“开心农场”可承载着一代人的青春,如今游戏真正照进了现实。

“我每天回到家,都要去阳台上看一下菜长得怎么样,看到它们一天天有变化,感觉十分治愈。”辣椒、大蒜、小葱……去年底,株洲97后的小颜在自家阳台上开辟了一块“私家菜园”。不过,和爸妈为了纯吃而种不同,小颜说,种菜不仅是解锁了一项隐藏技能,还是开启了一种生活方式,一种兴趣,甚至是一种社交。她将自己种菜的成果晒到社交媒体上,就收获了一大批好友的点赞。

如今在社交平台搜索“阳台种菜”,已满是“城市农夫”们对收获果实的欣喜和期待。在小红书搜索“阳台种菜”,相关笔记已经达到了近10万篇。

昨日,记者在网购平台随意点入一家销量

C 记账是攒钱的第一步

供职于株洲一家事业单位的刘菲,每月平均薪水6000多元,又是本地人,省去租房水电种种费用,她的口袋好像从来都没有吃紧过,但却是个实打实的“月光族”。

“这两年经济形势不好,突然有了压力。”刘菲通过朋友推荐开始记账,记录自己详细收入和支出,通过分析来控制自己的收支平衡,达到理财目的。刘菲说,记账让她有了“攀比”意识,在钱的问题上突然谨小慎微起来,再买东西,不像以前看上看就拎走,少不了货比三家。不知不觉,好像省钱成了一种习惯,而自己账簿上的数字也真的越来越少了。

“以前不记账的时候,天天刷卡,连收款单上的数字都很少仔细看。”刘菲表示,因为不必掏现金,对钱快失去概念了。自从开始记账,那些每天都在叠加的数字突然让我有点心疼钱了。“如何让数字增加得慢一点,总额少一点,好像成了我跟自己玩的一个游戏。”

跟刘菲一样,新手妈妈陈蓼说,以前就讨厌“穷算计”的人,如今她却也成了名副其实的“算

日常通勤包……株洲市民刘妍说,与老一辈“缝缝补补又三年”不同,当代年轻人所认可的“省钱”方式,是不失时尚、更不减体面,该省省、该花花。想知道年轻人都有哪些省钱大法?不妨看看这份“当代年轻人省钱秘籍”。

包的“省钱秘籍”

青铜段位:买旧款包包,品牌进入打折季,每件能省不少。

黄金段位:将想买的东西,放在购物车一段时间,随时关注价格波动。趁电商活动领券凑满减,以最低的价格拿下心仪的产品。

钻石段位:买基础款包包,通过搭配,把包的美学发挥到极致。

王者段位:奶茶保温袋,环保又实用,图案多,可以爆改得美美的。

吃的“省钱秘籍”

青铜段位:线上平台红包,团购活动,线下享商家满减优惠,新开的店铺优惠力度更大。

黄金段位:爱点外卖的年轻人混迹在社区老年食堂里。

钻石段位:一些临期食品或者当日未售出的商品,以超低的价格、“盲盒”的形式出售。

王者段位:照着美食视频学做饭,省钱还健康,自己动手种植葱姜蒜,只用一盒泥就好。

买的“省钱秘籍”

青铜段位:砍价黑话十级选手。可以等大妈砍完价后说,我也来两斤。

黄金段位:关注打折信息。超市一般晚上八点后,蔬菜、熟食、肉类都会打折;夜间光临附近的水果摊,也能有意想不到的收获。

钻石段位:每周定期采购临期商品,正好可以赶在过期前消灭掉,节约环保的同时又省了钱。

买的“省钱秘籍”

王者段位:养成了记账的好习惯,每周复盘,花销一目了然。努力绕开“冲动消费”陷阱。



自制便当包/我的新便当包
get✔️ 通勤包的尽头还得...
霸王茶姬



奈雪的茶通勤包袋哈哈哈哈哈
一包搞定!! 奈雪的茶保温...
霸王茶姬单杯保温袋改造 怒干三个小时 保温袋变托特包...



记录!跟着小红书做手工-奶茶保温袋改造包 有玉群会外
网友都在发帖分享奶茶保温袋使用经验。



阳台上种菜,年轻人也爱。

声音

网友“sunny”:我刚毕业,工资不高,自己和身边的大部分朋友都在记账和理财。如今,记账、比价、买特价已经成为自己新的消费观。

市民罗女士:早几年就在用饮料的保温袋了,每天拎着便当盒去上班,感觉很实用。

读者老谭:只有合理支配财富、培养风险意识,才能获得驾驭财富的能力,为个人的发展和成长铺设稳定轨道。

市民刘晓曦:在三平方米的阳台上种菜可是大有成就感了。

记者的话

万物皆可省,只要你有心。把钱花在刀刃上,买入更多能够切实提升自己生活品质的东西,才是当代年轻人崇尚“新节俭”的精髓所在。有的人省钱,是为了去音乐节尽兴玩一场;有的人省钱,是为了争取尽快报班学习;有的人是为了周末出门扫街,看看更真实的世界。当年轻人为自己的小期待、小梦想省钱时,省钱不再是一个辛苦的事情,而是为期待“浇水”的过程。