

推动职教资源下沉 赋能县域振兴突破

吉林工程职业学院双辽分院暨乡村振兴学院成立

本报讯(记者 王冬雪 吕行 高强)12月18日,吉林工程职业学院双辽分院、双辽市人民政府——吉林工程职业学院乡村振兴学院在双辽市职业中专正式成立。这是我省推动职业教育资源向县域延伸、精准对接地方产业发展的又一重要举措,标志着校地合作进入实体化运行、系统性推进的新阶段。



在与会嘉宾的共同见证下,双辽市人民政府市长董闯、市委副书记于兴荣,吉林工程职业学院党委书记李新,校长宋辉共同为吉林工程职业学院双辽分院揭牌,吉林工程

职业学院副校长沈成君、双辽市职业中专党委书记左玉卓共同为双辽市人民政府——吉林工程职业学院乡村振兴学院揭牌。

“双挂牌”的背后,是一套聚焦县

域技能人才培养的深度合作体系。此前,校地双方历经多轮研讨论证,共同制定了《关于试点开展服务县域经济技能人才培养项目实施方案》,明确以吉林工程职业学院双辽分院和乡村振兴学院为“双载体”,系统实施“金专业、金师资、金基地,金种子、新农人”五大建设项,统筹推进“3+3”中高职一体化贯通培养改革等20项改革任务,将优质职教资源精准对接县域经济发展,着力构建人才培养与产业需求深度融合的新机制。

随后,举行了“禾丰”“双电”两个订单班的签约仪式,也是此次合作的首批落地项目。为破解县域技能人才“留不住、用不上”的难题,吉林工程职业学院主动推动资源下沉、服务前移,与双辽市共同开展企业调研,通过深入双辽牧原农牧、四平禾丰食品等15家规上企业走访,梳理出畜禽生产、智能化养殖、电工焊工等岗位人才和技术培训需求,在原有的11个专业“3+2”中高职衔接培养基础上,试点开展“种子生产与经营、园艺技术、机电一体化技术、畜牧兽医、现代农业装备应用技术和电子商务”6个专业的“3+3”中高职一体化贯通培养,通过订单班培养模式实现县域经济急需技能人才

“本地招生、本地培养、本地就业”,为县域产业升级注入源源不断的人才“活水”。揭牌签约仪式后,与会领导嘉宾就下一步如何深化合作进行了交流。

为确保合作“蓝图”变“实景”,校地双方已成立由双方主要领导任“双组长”的工作领导小组及专班,建立起重点项目清单管理和“红黄绿”督办等制度体系。学院将实质性投入优质师资、课程体系与管理经验,双辽市则在办学空间、实训基地、政策配套上提供全力支持,携手构建“政—校—行—企”协同育人机制,真正实现优势互补、共建共享,共同打造服务县域经济发展的“校地合作升级版”。

从揭牌仪式到系统化实施,吉林工程职业学院正以职业教育改革“先行者”的姿态,积极探索资源下沉、服务县域的可行路径。此次合作不仅是校地双向奔赴、共谋发展的生动实践,也为推动职业教育精准服务乡村振兴与区域经济高质量发展提供了具有示范意义的“吉林方案”。

省教育厅相关领导、校地双方领导及相关职能部门负责人、企业代表及师生代表等参加活动。



随着新年的临近,连日来,市住建部门工作人员正紧锣密鼓地做好元旦、春节气氛营造工作,对城区的路灯进行全面检修,打造亮丽城市夜景。

本报记者 刘莉 摄

“轻养生”反映年轻人对健康的质朴向往

街谈巷议

如今,快节奏的工作与生活使亚健康问题困扰着年轻人。为保持健康状态,一些年轻人开始在有限的空间、碎片化时间内进行一些投资小、有一定效果的“轻养生”。近日,中国青年报社社会调查中心联合问卷网发布的一项有1334名青年参与的调查显示,97.2%的受访青年尝试过“轻养生”,食疗养生(59.8%)是受访青年尝试最多的“轻养生”方法。

00后大学生袁雅欣的颈椎问题是缩影:久坐族颈椎、腰椎问题频发,中药调理难坚持,养生馆项目耗时长,最终她转向每晚泡脚、久坐拉伸的“轻方案”。这种转变恰似一场健康管理的“降维打击”——当完整的一小时养生时间被拆解为三个二十分钟的碎片,当昂贵的理疗项目被替换为十块钱的艾草足贴,年

轻人用“最小成本”完成了一场对健康的“象征性补偿”。办公桌上,枸杞保温杯与电脑并存;手机里,“拍八虚”穴位图与社交软件共处;甚至有人将“轻养生”食品当零食,美其名曰“膳食丸”。这种带着幽默感的自我救赎,背后是年轻人对健康的朴素向往。

超六成年轻人自认小毛病不断,一成多坦言小病不断,这就催生了种种荒诞又可爱的养生场景:等地铁时用艾草锤敲打手臂,开会间隙偷偷拉伸肩颈,甚至有人将养生茶饮当作“续命水”。这种养生方式,像极了现代人与时间的游击战——在忙碌的缝隙中,寻找一丝喘息。

但“轻养生”的光环下,也藏着难以言说的困境。超六成年轻人承认“没毅力坚持”,超五成抱怨“信息太杂”,近四成直言“工作太忙”。当养生内容在社交平台泛滥时,评论

区总有人问:“坚持三天能见效吗?”这种速成心态,暴露出年轻人对健康的焦虑与对耐心的匮乏。更吊诡的是,当“轻养生”沦为流量密码,某些博主将复杂体质简化为“一杯茶解决所有问题”,让本应个性化的养生变成流水线上的标准答案。中药茶饮对亚健康人群或许有效,但疾病患者仍需专业诊疗——这恰是“轻养生”最危险的边界。

但换个角度看,“轻养生”的流行又何尝不是一场健康教育的破圈实验?调查显示,超五成的人信赖经验丰富的博主,超五成的人看重专业医生建议,这种“草根+权威”的双重验证,正在重塑健康认知。年轻人既会为回购买单,也会因无效盲目跟风,更值得欣慰。

“轻养生”的本质,是当代青年在健康与生活间的微妙平衡。它不像传统养生那样追求根治,而是承

认小毛病的常态化存在;它不强求完美坚持,而是允许“三天打鱼两天晒网”。这种不较劲的养生哲学,反而让健康管理变得更加可持续。泡脚、拉伸这些小事,做总比不做强。当养生从“必须完成的任务”变成“可以随时开始的习惯”,或许才是对抗亚健康最温柔的武器。

当然,“轻养生”绝非万能解药。它无法替代专业医疗,难以根治深层疾病,更可能因信息过载导致选择困难。但它的价值在于,让健康管理变得“可触摸”——当年轻人不再把养生当作负担,而是融入生活的细节,那些曾经遥不可及的“健康”,或许正以意想不到的方式悄然靠近。

在这个时间贵过黄金的年代,“轻养生”反映出年轻人对健康的质朴向往。它不追求完美,却实实在在;不承诺速成,却为养生添了几分烟火气。

(新华社)

结对护老暖人心
银龄关怀伴冬行

铁东区委社会工作部携手多家单位举办主题志愿服务活动



本报讯(记者 崔圣驰)为持续深化“四季有爱”志愿服务活动,扎实推进“暖冬守护·银龄关怀季”专项行动,近日,铁东区委社会工作部携手解放街道、团团爱心协会,联动辖区美团与淘宝闪购等新就业群体,举办“结对护老·银龄关怀季”志愿服务结对仪式。此次活动旨在构建常态化、精准化、社会化的为老服务新格局,标志着护老志愿服务网络向更深层次拓展。

结对核心环节聚焦于制度性联结与责任共担。活动现场,12名社区工作人员与外卖员代表签订结对协议,并领取专属帮扶联系卡,正式建立起“一对一”定点关爱关系。此举创新性将新就业群体纳入基层为老服务体系,充分发挥其熟悉社区、行动灵活、贴近居民生活的独特职业优势。结对后,外卖员们将在日常走街串巷、送货上门的过程中化身为关爱老年人的“流动前哨”与“平安使者”,通过“望窗察情”等细微之举,主动关注结对老人的日常生活与安全状况,实现对突发状况的早期发现、快速响应

与及时上报,构筑起一张由固定社区力量与移动新就业力量交织的安全网络。

铁东区委社会工作部始终坚持服务群众与关爱志愿者并重。活动现场还为外卖人员代表赠送了护膝、手套等暖冬关怀礼包。这份物资既是对他们积极投身志愿服务的肯定与关怀,更旨在激励他们持续发挥职业优势,与社区、志愿者团队携手同行,将便民服务精准送到老人家门口,让护老志愿服务既有力度、更有温度。仪式结束后,爱心志愿者、社区工作者与外卖员们迅速分组入户,开展反诈宣传、安全隐患排查、打扫卫生、捐赠衣物等服务活动。

此次活动的开展,是铁东区委社会工作部整合社会资源、创新服务模式、拓展志愿力量的一次生动实践。铁东区委社会工作部将继续发挥统筹协调作用,推动社区、社会组织、志愿者、社会慈善资源的“四社联动”,在为老服务领域深度融合,确保关爱老年人的暖流四季常伴,深化“四季有爱”志愿服务活动走深走实。

社区那些事

提升安全防范意识
营造清朗网络环境
北沟社区开展网络安全主题宣传活动

本报讯(记者 崔圣驰)为深入贯彻《中华人民共和国网络安全法》的相关要求,切实提升居民网络安全防范意识、营造清朗的网络环境,近日,铁西区北沟街道北沟社区新时代文明实践站以“网络安全为人民,网络安全靠人民”为主题,开展了丰富多彩的网络安全周宣传活动。

活动现场,社区工作人员通过发放科普手册、现场答疑等形式,向居民普及网络安全知识。同时,针对当前常见的网络诈骗、个人信息泄露、网络谣言传播等风险,工作人员结合典型案例详细讲解了《中华人民共和国网络安全法》中关于公民信息保护、网络安全行为规范的核心条款,明确网络空间并非法外之地,任何违法违规行为都将受到法律制裁。

在互动咨询环节,工作人员重点分享了实用防护技巧:不随意点击陌生链接、不透露身份证号、银行卡密码等信息,使用复杂密码并定期更换,公共 Wi-Fi 环境下不进行支付操作。此外,还提醒广大居民警惕 AI 换脸诈骗、虚假购物陷阱等新型网络风险,牢记“未知链接不点击、陌生来电不轻信、转账汇款多核实”的安全准则。

此次活动还倡导居民自觉履行网络安全义务,遵守法律法规,不传播有害信息,不参与网络违法活动,发现网络安全隐患及时举报,共同参与网络安全空间治理。通过通俗易懂的讲解和面对面交流,居民们纷纷表示对网络安全知识有了更全面的了解,学会了如何规避上网风险。

本次宣传活动将法律普及与实操指导相结合,有效提升了居民的网络安全素养和自我保护能力。北沟社区相关负责人表示,将持续开展常态化网络安全宣传,推动形成“人人为安全、懂安全、守安全”的良好氛围,为构建安全、健康、文明的网络空间奠定坚实基础。