

“食”此青绿之春日限定——

# 各色野菜青团上市，价格同比略低

京江晚报讯 春风春雨催生春日限定美食。记者昨天走访市场发现，各色野菜以及近年来流行的青团已经大量上市，线上线下均热销。市民“食”此青绿一饱口福。

由于疫情防控的需要，超市里客群较稀。这并不妨碍超市将野菜、青团等置于较为显眼的位置。价格方面，香椿头19.9元/500克，金花菜5.99元/500克，相较于往年还是比较亲民的。在超市线上销售端，价格略高，如红香椿11.8元/100克，马兰头5.9元/200克，带叶藜蒿2.8元/150克，苦菊5.4元/200克，观音菜(血皮菜)9.6元/250克。家庭主妇徐女士告诉记者，线上购买虽然贵一些，但是配送来的几乎是净菜，满额免配送费，直接送到小区门岗的外卖台上，胜在方便。

习惯在菜场附近摊头购买野菜的多为老年人。家住滨江



翟进 摄

新村的卢老先生每天负责买菜。他说，马兰头、野芹菜、春笋这些时令货慢慢多起来了，摊子上都是农民自采来卖的。“最近因为疫情防控，买菜的人明显少了。农民为求早点销完，价格也低了不少。”卢老先生说。

近年来逐渐流行起来的网红小吃青团也端上了市民的餐桌。青团制作方法并不复杂，一般用艾草汁拌进糯米粉里，夹以豆沙、莲蓉、蛋黄等馅心，

轻咬一口便散发出清淡而又悠长的青草香气。随着口味的创新创意，青团也出现了形形色色的新口味，如黑松露肉、菌菇牛肉、雪菜毛豆、芋泥乳酪等。不过大多数消费者还是觉得传统口味更具购买性，比如蛋黄肉松、传统豆沙。价格方面亦是高低不等。一些蛋糕房、面包店里手工青团每只售价在10元左右，而超市里有的品牌青团促销价9.9元/盒，内有4只。

(翟进)

## 雨水渐止，气温渐升 终于要有点春天的样子了

京江晚报讯 今年入春虽早，但细细一想，好像都没来得及认真感受过春天。气温一直在“乍暖”和“还寒”之间徘徊。昨天我市气温在5.4℃到7.1℃之间，再配上“风雨交加”，感觉从头冷到脚。

“不知道今年还有没有机会穿上春装了，我买了好多好看的春装，怕是没机会穿咯。”昨天，俞小姐很是惋惜地说。仔细一想，果真如此，入春没几天直接热成了初夏，拿到“初夏体验卡”没几天，气温又急转直下，春分还冷出了立冬的感觉。穿衣风格就在羽绒服和短袖之间切换就可以，春装根本没机会出场。

先不要觉得可惜，接下来几天，雨水渐止，气温渐升，天气开始要有点春天的样子了，很快春装就

有机会登场了。

今天我市阴有时有小雨，东北风5级阵风6到7级逐渐减弱至3到4级，气温在4℃到11℃左右，23日多云，气温5℃到15℃左右，24日白天多云，夜里多云转阴有小雨，气温6℃到19℃左右。不过春雨也是春日主角之一，25日又将有一次降水过程，注意及时关注天气变化。

(单杉)



## “十佳教师”评选工作启动

### 受表彰者总数中乡村学校教师不少于30%

京江晚报讯 “幼儿园、小学、初中、高中、大学5个学段各10名左右，受表彰者总数中乡村学校教师不少于30%。”近日，市委教育工作委员会、市教育局下发《关于开展2022年全市各学段“十佳教师”评选活动的通知》，启动2022年全市各学段“十佳教师”评选活动，弘扬尊师重教的良好风尚，充分展示我市教育工作者立德树人、爱岗敬业的感人事迹。

《通知》指出，全市高校、中小学(含职业学校、特殊教育学校)、幼儿园从事教育、教学、管理、服务工作5年以上的一线教

育工作者(中小学校级领导、幼儿园园长、高校县处级以上领导不得参评)，近几年已获得“十佳”教师称号的教师不予参评。

《通知》强调，推荐对象近5年满工作量教学，年度考核均为“合格”及以上等次，其中“优秀”等次不少于1次，学生或家长测评满意率不低于90%，须有市、区级及以上优秀教育工作者等综合表彰。

对于长期从事教育工作尤其是农村教育工作，默默耕耘、无私奉献，具有特别感人的事迹、具有广泛的社会认可度，申

报条件可适当放宽。对于在疫情防控、线上教学等方面有特殊表现的教师，申报条件可适当放宽。对于积极参加教师交流、支教和志愿导学活动(课后延时服务)，并在期间工作突出、成绩显著的教师，在同等条件下优先考虑。各地农村中小学、幼儿园申报对象不少于相应学段总人数的三分之一。

评选活动按照组织推荐和自愿申报相结合、主管部门评审和群众评议相结合，提高群众对评选活动的关注程度和监督力度，做到公开、公平、公正，确保评选质量。(唐守伦 古瑾)

### 中山路小学：

## “双减”从为教师“减负”入手

16日上午7时40分左右，市中山路小学蒋瑾老师来到学校“阳光餐厅”，自助选取了几种点心后开始就餐。这时，同是“春雨润花”班主任工作坊成员的沙水花老师来到蒋瑾对面用餐，两位老师交流起课后延时服务中学生管理的话题。如今，在中山路小学，教师们边吃“阳光早餐”、边聊工作已成常态。

据学校分管后勤的副校长周成华介绍，为解决部分教师早餐经常草率解决，吃不饱、吃不好的问题，学校抽调6名工作人员走出去学习白案制作技术，在学校以成本价向教师推出自助早餐。目前教师前来就餐的人数逐月增加，仅仁章校区每天就达七八十人。

推出“阳光早餐”，提升教师幸福指数，让教师精神饱满地开启活力充沛的一天，只是中山路小学落实“双减”新政、多措并举为教师“减负”的一个

缩影。校党支部书记、校长陶静告诉记者，“双减”新政实施以来，教师在校时间拉长、工作强度增大，如何为教师“减负”是学校领导班子思考的问题。在充分采纳广大教师的意见后，学校从后勤上保障、业务上关心、政治上爱护等方面入手，多管齐下减轻教师负担。

学校除每学期向教师发放调休卡外，还探索建立“延时服务积分制度”，根据教师参加延时服务的次数，安排每位教师每学期天数不等的调休福利。为进一步缓解教师工作压力，学校还由工会牵头，成立茶艺、钓鱼、瑜伽、户外运动等8个“优雅社团”，吸纳广大教师参加。3月8日，“优雅社团”之“插花社团”组织女教师开展插花培训活动，女教师们在一阵阵欢声笑语中，度过了一个轻松愉快的节日。

“双减”新政实施以来，教师工作压力增大，学校发现大

多数老师爱喝咖啡提神习惯后，经过集体研究，购置了18台胶囊式咖啡机，放置在校园的每一个楼层，供教师自助取用。

此外，学校还推出搭建平台、多元培训以及成雁领航、师徒结对等一系列机制，助力青年教师快速成长；精心打造优雅教育“核心圈”、课程创新“辐射圈”、课程移植“朋友圈”，培养更多的拔尖人才；期初开学、期末修业会，校主要领导坚持对学校“好人好事”进行集中宣讲；依托校园微信公众号、“晓黑板”等载体，每天对表现出色的教师进行表扬……

(谢峰 梅永生 朱秋霞)



## 残疾人雨天出行难

### 爱心组织采购食物送上门

京江晚报讯 21日上午，市颐康助老公益服务中心的工作人员和博爱车队的师傅，一大早就到菜场买菜，分装好后送到润州区符合居家养老服务条件的十多户困难残疾人家庭。

“鲁童妈妈在家吗？”颐康服务中心的工作人员敲开鲁童家的门时，鲁童妈妈惊喜万分：“你们怎么来啦？今天一早就下雨，没办法出去买菜，正愁着晚上弄什么菜吃，你们就雪中送炭了。太谢谢你们了！”

“正因为考虑到你们出行不方便，所以服务中心安排我们送点菜

过来。”工作人员周斌笑眯眯地关照，“疫情期间，尽量不要出门，如果出门一定要记得戴好口罩。”

镇江市颐康助老公益服务中心成立于2019年。从2021年12月开始，服务中心为润州区符合居家养老服务条件的139个残疾人，提供居家助洁、助行、助医等服务。近日，由于疫情原因，护理服务停止了，但他们关心残疾人的脚步没有停止。连续雨天路滑，考虑到残疾家庭出行难，他们主动送菜上门，切实解决残疾人的实际困难。

(马彦如)



日前，中山路中心幼儿园仁章园中四班开展春分主题教育活动。小朋友们通过挖野菜、识野菜、尝野菜感受春分时节的美好。

王金华 王舒 摄影报道



东方6+1(第22030期)  
中奖号码:9 9 4 2 5 9 狗  
福彩“3D游戏”(第22070期)  
中奖号码:6 1 8  
福彩“15选5”(第22070期)  
中奖号码:4 9 10 11 12



大乐透(第22030期)  
中奖号码:12 14 15 21 30+1 9  
体彩“排列3”(第22070期)  
中奖号码:7 0 2  
体彩“排列5”(第22070期)  
中奖号码:7 0 2 6 9