

练素珍

凭借职业技术活出自信和底气

前不久,记者在“春风行动”县区行活动中,了解到云冈区单亲妈妈练素珍通过当月嫂找到人生价值的故事,当时她正在河北阳原县住家上户,记者通过视频连线的方式进行了采访。

“一名合格的住家月嫂,最重要的就是全身心照顾好宝宝和宝妈,工作期间不能有任何分心。我有一对坚强自立的女儿以及‘云冈亲人’这个大家庭做后盾,这是我把工作做好的动力。”练素珍告诉记者,这次订单时长42天,客户是一对刚生头胎的年轻夫妻。

练素珍每天的工作安排得满满当当:准时为宝妈做好一日三餐月子餐,给宝宝洗漱、换衣服、做安抚,事事都要细致周到。由于客户是头胎,遇到事情就容易紧张,她更是打起十二分精神,时刻观察宝宝状态,认真记录孩子日志,宝宝的排便、饮食、睡眠情况都写得清清楚楚,让宝妈和家人能随时了解宝宝的状况。

“我不仅要精心照料宝宝,更要兼顾宝妈的身体恢复,用专业护理和贴心陪伴缓解宝妈的焦虑。客户一家把我当成家人,相处格外融洽。”练素珍说。

1982年出生的练素珍,过往满是坎坷与心酸。与爱人结婚后,为了贴补家用,她先后在饭店、工地食堂打过工,学会了做各种家常面点的手艺,下午有时间还会去肉铺兼职帮忙,打两份工每个月也只能



练素珍照顾宝宝(受访者供图)

挣3000多元钱。之后通过努力,在恒安新区买了房,又生了二女儿,但经济压力也水涨船高,日子过得格外拮据。

本以为日子能慢慢熬出头,可命运给了练素珍沉重一击,丈夫意外离世让她一夜之间成了单亲妈妈,独自扛起家庭的重担。

“那段日子是我人生最黑暗的时光。由于工地不景气,又先后在大学食堂、吾悦广场打工,还跟人合伙做过披萨店,每天起早贪黑连轴转,累到极致也不敢停下。”练素珍说,无数个夜晚她躲在被窝里

哭泣,第二天又强打精神去上班。她告诉自己,绝对不能倒下,她是孩子们唯一的依靠,不能让孩子跟着受委屈。

好在孩子们格外懂事,自小就学会了自立,从不抱怨。但为了挣钱养家,她忙得连陪孩子吃一顿饭、逛一次街都成了奢望。

一次偶然的机会,练素珍在网上看到“云冈亲人”的宣传视频,抱着试一试的心态走进了这个大家庭。“我擅长做饭,对照顾孩子、制作宝宝餐也有偏好,更重要的是,我深知为人父母的不易,打心底里愿意

用心呵护每一个宝宝。”练素珍说,专业培训让她系统掌握了母婴护理知识,而且公司承诺一次收费、终生复训,下户之后也能随时回来学习,这让她对工作充满信心。

“‘云冈亲人’的领导和老师们时刻惦记着我,耐心帮我对接合适的工作,上户住家时经常关心我,从不会让我独自面对难题。”练素珍说,最让她暖心的是,今年春节期间她从年前忙到农历正月十九,除夕都没能在家陪孩子,领导们得知情况后,特意到她家看望慰问了俩孩子。“这份来自大家庭的温暖,让我特别感激。”

“在‘云冈亲人’,我终于拥有了想要的稳定工作和生活,也活出了自己的价值。”练素珍说,做月嫂虽然很辛苦,但工资收入提高了一大截,下户之后,还能有时间拉着孩子的手逛街,陪着孩子吃饭聊天,一点点弥补过往缺失的陪伴。

她表示,会继续不断学习、提升自己,用更专业的服务、更细心的照料呵护每一位宝妈和宝宝,珍惜当下的生活,把日子过得越来越好。 本报记者 张志忠



我市开展生态环境执法能力提升培训

本报讯(记者 邱东芳)5月11日,为期两天的生态环境执法业务能力提升培训在雁北宾馆启动,全市生态环境系统相关人员全面“充电”。

今年8月15日,《中华人民共和国生态环境法典》将正式施行,这是继《民法典》之后,我国第二部以“法典”命名的法律,为生态文明建设和生态环境治理提供了有力支撑,执法工作的专业性和复杂性

也将进一步增强。

为加强生态环境法典宣贯,更好地适应新形势下的执法要求,市生态环境保护综合行政执法队特别邀请了生态环境部首席法律顾问、中华环保联合会副主席别涛博士进行专题辅导。我市生态环境系统工作人员、生态环境管委会成员单位相关负责人接受了培训。

此次培训内容丰富、针对性强,除了

法律法规解读,还涵盖执法程序规范、典型案例剖析、网络舆情应对、行刑衔接机制、执法装备操作以及队列训练等多个方面,通过系统学习、实战练兵,着力解决生态环境执法实践中存在的突出问题。培训现场互动交流频繁,答疑解惑气氛热烈,提升了执法人员在法律法规运用、执法程序规范、科技装备应用、风险防范应对等方面的综合素质和实战本领。

社区公益活动 致敬“最美军妈”

5月10日,灵丘县武灵镇沙咀社区党支部联合德贤爱心团,开展了“红心向党·情暖兵心”致敬最美军妈活动。

工作人员为到场军人母亲送上鲜花与祝福,志愿者提供免费理发服务,还进行了文艺汇演。工作人员与志愿者还走访慰问军人母亲、孤寡老人及五好家庭,送上慰问品与贴心关怀。

图为上门慰问军人母亲。

张宗昌 摄



扎实开展道路交通安全隐患问题专项整治

面包车硬塞11人 超员载客受处罚

本报讯(记者 刘剑)近日,市公安局交管支队八大队民警在省道203线巡逻时,查获一起面包车严重超员违法行为,及时消除了安全隐患。

当日,民警巡逻至省道203线兼铺路段时,发现一辆悬挂外地号牌的面包车车身明显下沉,立即示意其靠边停车。车门打开后看到车里挤满乘客,该车核载9

人,经清点实载11人,超员2人,超员率达20%以上。

面对民警询问,驾驶人称车上乘客均为从河北保定来大同务工的人。为图方便、节省成本,他让大家挤在一辆车内,并未认识到超员的严重危害。民警对驾驶人进行了批评教育,告知其超员易导致车辆失控、制动距离加长等严重后果,并

依法作出罚款200元、驾驶证记6分的处罚,责令其立即联系车辆将超员人员安全转运。

民警提醒:超员载客是严重交通违法行为,极易引发群死群伤事故。广大驾驶人切勿心存侥幸,务必自觉遵守交通法规,不超员、不超速、不疲劳驾驶。乘客也应提高安全意识,拒绝乘坐超员车辆。

资讯快递

以最佳心态备战省运会

市体校举办赛前心理讲座

本报讯(记者 陈杰)山西省第十七届运动会竞技体育项目陆续开赛,为帮助参赛运动员科学调节赛前心理状态,以最佳心态备战各项赛事,日前,市体育运动学校举办了运动员赛前心理讲座,本届省运会重点参赛运动员、教练员及相关训练管理人员到场聆听。

主讲老师针对赛前焦虑、压力过大、自信心不足等常见心理问题进行深入解析,帮助运动员清晰认识心理状态,找准问题根源。针对比赛现场的突发状况,还系统讲授临场心理应对策略、抗压心态构建、赛场专注力保持等关键技巧,有效提升运动员在高强度比赛中的心理稳定性。讲座最后的交流答疑环节,解答运动员与教练员在心理调节方面的困惑,提供个性化心理指导。

高考志愿填报 公益讲座走进社区

本报讯(记者 杨昱郁)正值高考志愿规划关键期,为解答广大家长与考生的困惑,10日,高考志愿填报公益讲座在平城区文瀛湖街道华北星社区开讲,专业老师答疑解惑、精准支招,送上实用、权威的升学指导。

授课老师结合山西新高考政策特点,深入浅出解读最新录取规则、志愿填报流程、院校与专业选择技巧,围绕分数定位、梯度填报、专业优先还是院校优先、热门专业就业前景等家长和考生关心的热点问题逐一细致讲解。

讲解过后进入互动答疑环节,家长们纷纷举手提问,针对自家孩子的成绩分段、兴趣特长、未来发展方向等现场咨询,老师一对一耐心分析、给出建议。