

视力一级残疾的她：

用手温暖他人，“推”出光明人生



■本报记者 汤怡晨
本报通讯员 葛研 图文报道

“丽君，我的肩膀不舒服了半个月，经过你的推拿舒服了不少，真是太谢谢你了。”“张阿姨，以后有哪里不舒服，都可以随时联系我。”在天宁区天宁街道小东门社区，只要一提到程丽君，居民们都纷纷竖起大拇指，为她的推拿技术和奉献精神点赞。

今年52岁的程丽君患有视力一级残疾，经过自身努力，通过考试获得了高级按摩师的资格证书。在残联的关心支持下，她在天宁街道辖区开了一家推拿店，每周固定半天免费为困难家庭、老年人提供按摩服务。“这么多年来，我并没有因为自己的眼睛残疾而自认是弱者，反而在做志愿服务活动的过程中觉得自己很强大。”

“小程每次给我按摩完，我都感觉背上特别舒坦，而且和小程聊天是一

件很幸福的事情。”养老院的老人们每月都期盼着程丽君去给他们推拿、聊天。程丽君对老人也一点不马虎，从背部到腰部，每一处都按得很认真，还会跟老人一起唠家常、讲故事。

多年来，程丽君一直坚持免费为社区老人进行推拿，慕名而来拜师学艺的残疾人也越来越多，程丽君毫无保留地免费教他们推拿技术。“我愿意尽自己的微薄之力去帮助更多有需要的人，让残疾同胞掌握谋生技能，参与、融入到社会中去，实现人生价值，贡献个人力量。”

2011年，程丽君带领20余名残疾人成立了小东门桥社区残疾人服务协会，通过提供机会与途径，让他们能够以自己的一技之长来服务群众，回馈社会，实现人生价值。协会每月至少腾出一天时间，为社区提供义务服务，在小区广场或长廊上为老年人推拿、理发、配钥匙、擦皮鞋等，累计服务时长超过10000小时。

“农民专家”高忠：

跨省种地，期待有个好收成

本报讯（何奕欣 周洁茹 金华）走在横林镇顺庄村的乡间小道上，二期600多亩高标准农田里，黄绿相间的水稻映入眼帘，甚是好。种植户高忠告诉记者，离水稻成熟收割还有1个月，今年的产量应该很不错。

高忠有着20多年种植经验，在安徽省无为市承包了近1600亩农田，被当地评为首批“农民专家”。他成立的农机专业合作社，有农机40多台（套），成员20余人，提供从种到收的全方位服务，带动了当地的农户增收。

“早前就有扩大种植面积的想法，从外甥口中得知，横林镇有高标准农田对外流转承包，去年6月，我就和妻子沈彩云一起，带着种植技艺来到顺庄村，成立了稻香禾家庭农场，注册了‘禾香景湖’大米品牌。”高忠告诉记者。

“这边的高标准农田设施都建齐

配足，尤其是水利设施，灌溉效率非常高。”在沈彩云看来，开车不到3小时跨省种地，是不错的选择。田间分布着5座泵站，只需按下按键，泵站就会抽取附近的水源，传送至防渗渠内，水流经由放水口进入农田，一天就能完成灌溉，还能根据田间需水情况，分区分片灌溉。

离农田不远的仓库里，停放着拖拉机、无人车、插秧机等6台（套）种植机械。由于两地种植同步推进，高忠经常“两头跑”，儿子高超从父亲那里习得机械化种植的技术，化身“新农人”扎根在顺庄村。眼下正是植保的关键时期，高超负责操作无人机喷洒施药，防治病虫害。

长久以来，高忠都专注从种植到粗加工再售卖的模式，如今萌生了转型发展的想法：“先种好地，有机会购置机器，将水稻加工成米后装袋售卖，打响‘禾香景湖’品牌！”

第三届全国公共就业服务专项业务竞赛落幕

我市选手喜获“全国十佳”

本报讯（常人社 秋冰 图文报道）24日至26日，由中国就业培训技术指导中心、中国就业促进会主办的第三届全国公共就业服务专项业务竞赛全国赛在四川宜宾落幕，我市选手张嘉欣喜获“全国十佳”。

张嘉欣来自武进区西湖街道社会事务办公室，比赛中，经理论知识、操作技能、情景案例、擂台赛等多个环节的比拼，她在全国33位参赛选手中脱颖而出，取得个人赛第四名的好成绩，并荣获“基层就业服务全国十佳选手”称号。同时，张嘉欣代表江苏省参加本次大赛团体赛，赢得铜牌。

另悉，在7月29日至31日举办的江苏



省第二届公共就业服务专项业务竞赛暨第三届全国公共就业服务专项业务竞赛选拔赛中，我市选派的6名选手，有5人在个人业务竞赛环节斩获“全省十佳”，在团体赛中荣获二等奖。

小编聊天 强冷空气已“发货”

■庄奕

26日起，一股全能型强冷空气影响我国。目前该冷空气离我市还很远，一直到本月底，我市白天的最高气温将维持在30℃左右。然而，从10月1日起，最低气温就一天更比一天低。10月4日的最低气温只有13℃，当天温差10℃。

除了冷空气，台风也可能来凑热闹。27日凌晨，热带低压已在巴士海峡以东洋面上生成，27日早晨5时其中心位于台湾省台东市东偏南方向约600公里的洋面上，预计该低压将以每小时5—10公里的速度向南偏西方向移动，强度缓慢加强，可能于未来24—36小时内加强为编号台风。市民要及时关注气象部门最新发布的气象预警信息。

2025 常州晚报

—— 自费订阅 超值回馈 ——

订报即送
大别山破壁灵芝孢子粉礼盒一份



◆凡自费订阅2025年度《常州晚报》的家庭订户，均可凭常州报业发行有限公司订阅发票享受惠赠礼品。

◆送太保“意外险”保单一份：自费家庭订户凭所填《赠险告知书》上被保险人实名信息向太保公司申请理赔。若符合理赔条件则最高赔付额10000元。

服务电话：18861138869 孙经理

全年订价360元

订报热线：

86602046

网上订报

扫码办理：



区域订阅热线

钟楼区：86978050

天宁区：86630814

新北区：88066989

武进区：88066581

经开区：88380700