



“西子号”与“美芳团队”交流，左一为刁倩茹。

■见习记者洪茜婷 文/摄

早上7时50分，刁倩茹准时踏上G32次高铁列车，今天是她的班组值乘的日子。

上了车，检查卫生、设备，整理座椅，立岗迎客，一切都井井有条地进行。她是杭州客运段金字招牌“西子号”乘务组的一名列车长，值

乘往返于杭州、北京的G32/G43、G42/G39次列车。谁曾想到这位做起事来妥帖有度、有条不紊的列车长今年才21岁，她所带的班组平均年龄23岁，清一色的90后。

第一次值乘，她累哭了

“做一名列车员是我的一个梦想，小时候经过车站，看见穿着制

服，列队而行的列车员就很向往。”2010年从学校毕业的刁倩茹，参加了杭州客运段的招聘考试，如愿当上了一名列车员。

“嘴含筷子微微笑，头顶书本练站姿”，沪杭高铁乘务员的培训选拔堪比空姐。为期3个月的集中封闭军事化训练中，刁倩茹和她的同事们需要学习高铁专业知识、服务礼仪、英语、手语、救护等课程，还要参加军训、突发事件应急演练。培训相当苦，压力非常大。

即使是经受了这样的高强度训练，第一次出车还是让刁倩茹记忆犹新。“我们上班的时候都不能坐下，从杭州到北京，再从北京回到杭州，整整站了15个小时。下班回到家，甩掉鞋子，就坐在地上哭。”

没生过孩子的她当了回接生婆

“毕竟是家里的独生子女，从小娇生惯养的，刚来的时候，碰见点

小挫折就委屈得不行。”“西子号”的乘务组组长滕月是刁倩茹的师傅，“每天的心情，阴晴圆缺全挂在脸上。我们做的是服务工作，一开始的时候真的很为她们担心。”

滕月告诉记者，她对于这群90后姑娘的看法发生改观是从后来的工作中开始的。往返于杭京之间的旅客，有很多是老人和重症病患者，需要特殊的照顾，“这群90后姑娘，虽说很有个性，却也是相当细心、耐心、有爱心的。看见可能有特殊需要的旅客，不用我刻意安排，她们就会主动去关注这些旅客，及时提供服务。”

7月6日，刁倩茹的班组在值乘G43北京开往杭州的列车时，一名孕妇在车上突然临盆。“当时我们都愣了，虽然我自己生过小孩，但还是第一次看见别人生小孩。”陈艳红是刁倩茹班组的一名成员，已有一个1岁多大的宝宝。“那天列车长表现得真的很好，我生过孩子的人都慌了，但是她很镇定，处理得很妥当，帮助孕妇顺利地生下了孩子。”

“当时我也特别紧张，大脑有3

秒钟是空白的。”刁倩茹说，其实她没有同伴们眼中那般镇定，当时就是想自己是列车长，必须冷静下来，按照流程进行操作，幸亏最后母子平安。

一路陪伴“小候鸟”

暑期到了，列车上多了很多的“小候鸟”，赶去和在外工作的父母团聚。每当看到这些孩子，刁倩茹都会特别留意，“很多小朋友第一次坐火车，很新鲜，但坐久了，会无聊，在车厢里乱跑。”为此，刁倩茹和她的同事们准备了一些给孩子们的飞行棋、画笔等等，“我们忙完手头的事就会过来看看他们的情况，陪他们一会儿。”

脱下制服的刁倩茹和她的同事们，爱吃、爱玩、爱闹，跟其他的90后无异，她们的身上也贴着许多90后的特色标签：性格独特、思维活跃、享乐主义……却在一次次往返于发地与目的地之间的行程上磨练出了坚毅的品格。在她们的花样年华里，学会了有爱心，有担当。

老病号变身太极达人

李浓：我要把国粹在民间传承下去

■陈慈林 文/摄

宁波车务段职工李浓，曾在浙江省国际传统武术比赛中，分别获得太极拳和太极剑两块金牌。捷报传到单位，熟悉她的老同事都感慨不已：几年间，李浓实现了从老病号到太极达人的华丽转身。

35岁就成了“老病号”

李浓1984年进入铁路部门工作，当过公寓叫班员、幼儿园保育员、列车广播员、车站客运员。

从35岁那年开始，李浓的腰椎和颈椎相继出了毛病，先是酸痛，后来是发麻。症状严重时，两手都不能平举，扫地时弯不下腰，每天早上起床都要爱人和女儿帮助拉一把。更让她难以启齿的是，连一月一次的例假也不再来了。这样的身体状况，自然无法坚持正常上班，三天两头要请病假，成了单位有名的“老病号”。

家人陪着她到处寻医就诊，不知吃了多少药、打了多少针，但效果都

不明显。在亲友们的建议下，李浓开始尝试慢跑锻炼，坚持了一年多，也没见效。李浓心里很难过，自己年纪轻轻，难道就真的要成为废人了吗？

练太极，焕发新生

一次偶然的机会，李浓在公园里看到一位60多岁的老太太带着一群人学太极拳。年逾花甲的老人，却身姿矫健，一招一式如行云流水，这让李浓羡慕不已。

等老太太休息时，李浓鼓足勇气上前攀谈。老太太叫徐玉梅，自小练习武术，已经教出过数千名徒弟。她告诉李浓，太极是中国传统武术中的一枝奇葩，其招式看似舒缓，其实刚柔并济。练习太极武术，是强身健体的好途径。李浓当即求老人收她为徒，老太太爽快地答应了。

练习的关键是身体的协调性和柔韧性，没有任何武术基础，又饱受病痛折磨的李浓连正常弯腰都很困难。徐老师因材施教，她让李浓从最简单的拗腿开始练习。起初李浓僵

直的腿只能抬到30厘米，再往上抬时，腿就颤抖着不听使唤，李浓想打退堂鼓。徐老师鼓励她说：“别泄气，你的这些师姐师哥们也是这样挺过来的。”在徐老师的鼓励下，李浓坚持每天早晚各练习一小会，咬紧牙关忍着疼痛，一点一点地往上抬。经过半年多的努力，李浓可以像其他学员一样把腿抬到胸部以上了。

接受采访时，李浓表演了劈叉和拗腿。拗腿时她的脚尖超过了1.6米的身高，腿和身体几乎成为直线，令人叫绝。

李浓向徐老师学了太极拳、太极剑，成为徐老师的得意弟子之一。不知不觉中，李浓的身体状况发生了显著变化：困扰身体多年的颈椎、腰椎痛都渐渐消失了；例假神奇地“回归”了。每次体检，她的主要生化指标全部达标，昔日的“老病号”再也没请过病假。

带徒弟比夺金牌更重要

几年前，徐老师到美国与女儿



李浓表演劈叉练习。

团聚了，李浓接过她的辅导任务，业余时间带着大家一起练习太极。李浓还买来许多武术套路的VCD和书籍，在辅导中不断创新，成为宁波市全民健身活动积极分子。

几年来，她先后参加过宁波市和海曙区的武术比赛，都获得了优异成绩。2012年，她代表宁波市参加了浙江省第九届国际传统武术比赛。在这次高手云集的国际性大赛中，她一路过关斩将，最后获得FD2组“杨氏24式太极拳”和“学府武当太极剑”两个项目的冠军，成为名符其实的太极达人。

2013年底，李浓调到台州站工作，经常凌晨四五点钟起床练习，车站附近几个村民从好奇到钦佩，后来都成了她的徒弟。当一年后李浓调回宁波时，当地村民练习太极蔚然成风。

回宁波后，她又收了四名徒弟，却推辞了一些比赛邀请。面对同事的疑惑，李浓说：“练武的最终目的是健身，不是为了夺金牌。国际比赛氛围已有体验，今后的目标是多带几名徒弟，替徐老师把武术这一国粹在民间传承下去。”

苦夏百业系列报道(三)

用汗水浇灌一个平凡的梦想

小吃摊主老谢：为了孩子，再熬一个夏天

■记者阮向民

盛夏的傍晚，依然是热浪翻涌。这个时候，谢百强推着他的小吃车出场了。

老谢摆摊的地方在杭州滨江联庄一区，联庄附近居住着很多外来务工者，而他们就是老谢小吃摊的主顾。撑起一把遮阳伞，竖起一块“正宗陕西肉夹馍”的招牌，老谢开始等待第一个光临小吃摊的食客。

夏天，真的难侍候

谢百强是最有资格进入“苦夏百业”的代表人物。他种过地，打过工，进过车间，上过工地，扫过马路。这么说吧，凡是苦脏累的活，几乎都没落下过。干过“百业”，却愧对“百强”。老谢说，种地，他手脚慢；打工，又缺点蛮力。如今他或许选对了行当，卖

老家的肉夹馍。

老谢是土生土长的陕西人，“要不我也不敢挂上这块正宗肉夹馍的牌子。”老谢说，虽然没有正儿八经地学过做这道名点，但有时候吃多了，也就懂了点门道。不是说久病还成医吗？

摆小吃摊，比起进车间，上工地，那就省力多了。但是说起杭州的夏天，老谢还是觉得有些可怕。“每天不知道要流多少汗。”老谢随身带着一只特大号的搪瓷茶缸，泡开的茶叶占据了将近一半的容量。每天就是靠茶水来补充出汗的消耗。

老谢的包里还放着两件汗衫，他说过一个小时就得换一件。“一来自己穿着汗水湿透的衣服不舒服，二来人家过来买吃的，闻到我一身的臭汗也过意不去。”老谢说，卖吃的，就得为别人想想。

良心活，宁愿自己多流汗

摆两个小时的摊，每天的准备工作却从吃完中饭就开始了。

“肉夹馍说起来简单，但要做得好吃，除了技术和调料，就全看是不是肯花时间了。”老谢说，做肉夹馍，最重要的是调腊汁肉。一块五花肉买来，先要清水漂两小时，焯水后，再在锅里放上调料炖两小时，这样才会有腊汁肉的风味。当然也有偷懒的办法，用高压锅烧，20分钟解决问题，但是口味就不同语了。

老谢说，“我宁可一个下午守着灶台，宁愿自己多流汗，也绝不用高压锅，做吃的，本来就是个良心活。”

同样是做肉夹馍的，有些图省事的，一次炖一大锅，完了放冰箱里能用上好几天。这也被老谢否决了。他说，夏天到了，更要注意食品卫生，每天少做点，大家吃得新鲜，自己也放心。

学附近的滨江租了个小房子，卖起了肉夹馍。

老谢说，摆了这个摊，虽然也起早摸黑的挺辛苦，但身体还能撑得住。收入虽然不多，但比起打工还多赚些。他说，自己很知足了。

为了孩子，再熬一个夏天

老谢夫妻俩来杭州，完全是为了孩子。大女儿出嫁了，儿子2012年考上了杭州一所大学。孩子一下子走那么远，做父母的放心不下。而且之前也听老乡说，在杭州打工工资挺高的。这一想，也就跟着过来了。

来杭州之后，老谢也找了几份工作，感觉有些吃不消。什么原因呢？原来老谢心脏一直不是很好，患有早搏，虽然不算严重，但总是个隐患。夫妻俩一合计，就在儿子大

学附近的滨江租了个小房子，卖起了肉夹馍。

老谢说，摆了这个摊，虽然也起早摸黑的挺辛苦，但身体还能撑得住。收入虽然不多，但比起打工还多赚些。他说，自己很知足了。

正是暑假，本来想带着孩子回老家去的。但老谢转念一想，过了暑假马上又要缴学费了，所以咬咬牙留在了杭州，再熬一个夏天。“儿子也要来帮忙，但我们也想，还是让他好好读书，多读点书，将来能找个好工作，这也是我们一家子的梦想了。”

明年，孩子就要毕业了，到那时，也是老谢夫妻俩该回家乡的时候了。“回家还是自己种点地，这样吃穿就不用愁了。孩子工作了，就要靠他自己努力了。一个大学生，总会有好前程的。”

说起这些的时候，老谢的眼睛在发光。

开化信用社： 反假币知识进村入户

近日，开化城关信用社分社利用业余时间给村民们上了一堂绘声绘色的反假币课程，教给村民最基础最实用的假币辨别知识。

首先给村民分发了反假币宣传资料，让大家都对真假人民币有了直观的了解；然后拿真币作道具给村民们上了课，重点通过“看”、“摸”、“听”、“听”的方法让大多数村民都初步掌握了如何辨别真假人民币，有些村民甚至还做了笔记，直夸信用社是家门口的银行，给大伙带来实实在在的好处。

这堂反假币课大大增强了村民们对信用社的认同度，同时也提高了客户的粘稠度。下一步，金村分社计划在各村的便民服务网点继续开设相应的助农服务，将普惠金融工作真正做到实处。

柯城农商行星级服务点评选助力“便利金融”

昨日，笔者在柯城农商行了解到，其辖区的“航埠镇北二村、航埠镇倪陈村、黄家街道吕宅村”三个助农服务点喜获“五星级银行卡助农服务点”。

“五星级银行卡助农服务点”的评选有效提升了助农服务点支付服务水平，促进农村地区“金融服务窗口”的规范化，满足农户对金融服务的需求。

近年来，为进一步实现“基础金融不出

村、综合金融不出镇”的普惠金融目标，柯城农商行将创造客户价值，促进金融和谐为自己的使命，以方便快捷、老百姓“自己的银行”为发展愿景，着力打造“便利金融”服务品牌。

同时，针对城乡金融资源配置失衡，农村金融服务不足的实际情况，着力改善区域金融服务，大力推进“农村金融便民服务点”建设。打造深入农村、接地气的“三

农银行”。目前，该行已布设ATM机具48台，网点自助银行33家，助农服务点239个，村级便民服务中心213家。形成以ATM机为先锋，便民服务终端为补充，无线POS为新锐，让农民足不出户就能享受便捷的金融服务体系。

据悉，该行接下来还将进一步加大应用示范村和星级服务点的创建力度，拓宽、提升普惠金融水平，把服务触角延伸到最基层、把产品带到最末端。

管莅宏 汪根珠

假币又出新手段，现金交易要小心

近日，江山农商银行虎山分理处连续收到两张冠字号码为D1M9167257的假币。

该系列假币仿真度非常高，单看正面很容易

看走眼，但仔细看背面不难发现固定人像水印浮于表面。手摸该系列假币可发现除正面右下角毛泽东头像外有明显凹凸感外，其他

部分均比较光滑。

在此提醒广大市民，现金交易有风险，交易时可尽量采用银行柜面、自助设备、网上银行、手机银行转账、汇款等方式结算，降低收到假币的风险。

汪璐 祝水芬

衢江联社： 廉政文化建设入常态

7月24日，衢江农信联社全体员工手机短信再次统一响起：“廉洁方能聚人，律己方能服人，身正方能带人，无私方能感人。联社纪委祝您周末愉快！”每个星期五的下午，衢江农信联社的廉政文化建设短信总会不定时地响起在各位干部员工的耳边，时时不忘提醒广大干部员工以身作则做好廉政工作。

该联社为了让廉政

余诗怡 程小芬

“不敢休”的根源

在于制度休眠

■阮向民

高度敏感的环境中，谁都不敢第一个提交休假申请，那么年休这件事，也就成了浮云。说到底，“不敢休”的根源在于制度的休眠。从《劳动法》到《职工带薪年休假条例》，国家实行带薪年休假制度，并出台了《职工带薪年休假条例》。然而，人社部调查显示，目前带薪休假的落实率仅有50%。在不少企事业单位中，按规定休假会被视为“偷懒”“事业心不强”，很多人想休假却不敢休。据国家统计局公布的报告，42.4%的职工“不休或未休完带薪休假”的原因是“担心休假影响前途”（据7月27日《人民日报》）。

带薪休假落实率仅仅五成，原因是多方面的，有怕影响收入不愿休的，有嫌申请手续麻烦不想休的，也有压根儿不知道年休这回事而不会休的。更多的劳动者是想休假却不敢休，因为怕戴上“偷懒”“事业心不强”的帽子而影响前途。

有心休假，无力申请。这是年休假落实率一直无法走出低谷的根本原因。从心理学的角度分析，人都有从众心理。正如受访职员说的那样，“领导都没休假呢，我们怎么好意思休？”处在这样一种对于年休假

一线风采

技不压身成大器

张镭，公路养护一线的技术尖兵

■通讯员杜娅玲
记者