

百姓故事

认认真真做好每一张烫皮

郴州日报·今日郴州客户端全媒体记者 陈卫

“李叔，还有烫皮吗？”“卖完啦，霸蛮做完最后一个，准备收摊咯。”4月10日晚，北湖区拥军路一九八医院门口，安仁烫皮小摊前，蒸笼一掀，白雾裹着醇厚米香扑面而来，刚蒸好的烫皮莹润透亮，摊主李小冬手脚麻利，撒料、卷皮、切段，一气呵成，递给等候的客人时，热忱地说：“这么晚下班，趁热吃啊。”

这是李小冬一天的第二站。每天早上7时，他会在石盖塘出摊；午后收拾家当，装车赶往十几公里外的一九八医院附近，重新支摊，一直忙到晚上七八点。

没有门面，没有花哨招牌，提前炒好的酸菜、萝卜干、海带丝等几样小菜一卷，就是他自创的“满堂福”烫皮。这个小摊在街头默默扎根很多年，直到前阵子，李小冬用“爱吃烫皮的李叔”

视频号随手发了几条出摊的短视频，意外火了。几天下来点赞飙升，评论区满是温情：有人一眼认出这口熟悉的烫皮，有人直言“馋哭了”，更多人追问地址：“我也要尝尝！”

“我就是简单记录一下，没想过会火。”李小冬一脸坦诚。

可热度循着香气找来了。有人驱车半小时，只为尝一口视频里那张“热气腾腾的乡愁”；有人带着外地朋友专程赶来，骄傲地说：“这是我们郴州的味道”；还有人拍下吃烫皮的视频@他，并留言：“‘满堂福’吃到了，超满足！”

李小冬不懂什么流量逻辑，只真切地发现摊前多了许多陌生面孔。常有年轻人在等候时间：“您就是网上那个‘爱吃烫皮的李叔’吗？”他憨憨一笑：“是那个爱吃烫皮的，也是那个做烫皮

的。”“做烫皮没有捷径，米要好，菜要炒得刚好，火候要准，味道自然好吃。”李小冬做的是地道安仁烫皮，守着老手艺，他每天凌晨泡米、现磨米浆，现做现卖。蒸出的烫皮薄而有韧性，滑嫩鲜香，一口下去，满是纯粹的米香。

“不用跑回安仁，在郴州就能吃到家乡味。”“我在福建刷到了，哪个帮我试试味道？”“可否打包到广东来，到付！”收摊后回看视频下面的留言，是李小冬最开心的事。在郴州打拼的安仁人不少，他的小摊，渐渐成了许多人安放乡愁的落脚点。

“李叔，老样子！”“好嘞，加辣对吧？”李小冬记性极好，熟客的口味他都默默记在心里。

老顾客刘伟说：“他家烫皮就是

实在，好吃。”“认认真真做好每一张烫皮，让大家吃得放心、吃得香。”李小冬说。

上午城郊，下午城中，李小冬推着流动小摊，一晃好几年。摊子不大，人气却旺。清晨的石盖塘，赶班的年轻人、买菜的阿姨、送娃的老人，纷纷驻足；午后的拥军路，陪护的家属、下班的医护、放学学生，成了常客。每天装车、赶路、重新摆摊，沉重的器具自己搬，每一道工序亲手做，辛苦不言而喻，他只淡淡一句：“做小吃累是累点，但心里踏实。”说话间，手上舀米浆的动作从未停歇。

李小冬的小摊，靠的是街坊邻里口碑相传，靠的是坚守多年、让人安心的老味道。“我希望以后大家提起‘爱吃烫皮的李叔’，会说一句，那是个认认真真做吃食的人。”他说。

真正的“流量密码”，从不是投机取巧，而是脚踏实地的付出与问心无愧的本分。

在郴州的街头巷陌，还有无数个“李叔”。凌晨炸油条的阿姨、深夜炒粉的大哥、背着工具箱爬楼梯的水电工、骑着电动车穿城而过的外卖员……他们没有豪言壮语，只有日复一日地早起、奔波与耕耘。

什么是美好明天？它不是凭空降临的奇迹，而是由每一个认真生活的普通人，一铲一勺、一砖一瓦奋力筑就。点点微光，折射出普通人的奋进与幸福，汇在一起，便是这座城市热气腾腾的温暖底色。

奋进与幸福最是动人心

陈卫

一张烫皮，两处摊点，三更灯火，四季奔波。郴州“爱吃烫皮的李叔”意外走红网络，吸引众人的不只是一口家乡味，更是普通人认真生活、奋力前行的滚烫模样。

李叔的走红，没有剧本，没有策划。凌晨泡米、现磨米浆、现做现卖，他守的是老手艺；一天辗转两

地，装车赶路、辛劳奔波，扛的是生计；对食客的轻声叮嘱、热忱相待，捧出的是质朴真心。正是这些不加修饰的日常，击中了网友们的心。

在流量被精心策划、人被精心包装的网络时代，李叔的意外出圈，恰如一缕清风，吹散了刻意营销的浮躁。人们追捧的，不只是一张烫皮，

而是背后那份“认认真真做好每一件事”的踏实与坚守。这份感动戳中的，是普通人的心声：生活从来不容易，但我们依然选择热气腾腾地向前进。

李叔不懂流量逻辑，却深谙做人做事的根本，食材要真，手艺要精，待人要诚。他用最朴素的方式证明，

文明实践：志愿服务在行动

志愿者为独居老人改造电力线路

郴州日报·今日郴州客户端（全媒体记者 周慧）4月12日，苏仙区福地志愿者协会组织专业电力志愿者深入社区，为独居老人家庭进行电力线路改造。

家住北湖区升平路纺织品站家属区的86岁独居老人袁爱平，多年来一直为家中用电问题所困扰。她所居住的房子建于20世纪80年代，电力线路自入住以来从未进行过系统检修。随着时间推移，线路老化、开关破损等

问题日益严重，家中多处电灯无法点亮，洗衣机、电磁炉等常用电器也因电力问题无法正常使用，给老人的日常生活带来了极大不便，更埋下了安全隐患。当天，苏仙区福地志愿者协会的5名专业电力志愿者携带工具和材料，前往老人家中开展电力线路改造工作。志愿者拆除了老化电线，重新安装了开关和线路，彻底解决了老人家的用电问题。“太感谢你们了！这下我晚上不用摸黑，洗衣做饭都方便

了！”袁爱平老人紧紧握住志愿者的手，由衷地说。

“阳光电力点亮福城”是苏仙区福地志愿者协会推出的公益项目，旨在为独居老人、困难家庭免费检修和改造电力线路，消除用电安全隐患，改善困难群众生活条件。苏仙区福地志愿者协会将持续摸排独居老人用电情况，建立台账，分批实施改造，让更多困难家庭享受到这项暖心服务。



4月12日，资兴市生态环境保护协会组织志愿者来到白廊镇湿地公园开展“保护好东江湖”净滩活动。大家手持夹钳、环保垃圾袋，沿着东江湖岸边清理垃圾。（通讯员 欧祖生 欧志英 摄）

“文明来敲门”走进南福社区

郴州日报·今日郴州客户端讯（全媒体记者 廖诗卉 见习生 张妍）4月11日，我市“文明进社区 有礼‘邻’距离”系列活动再出发。由郴州市好人协会志愿者组成的文明小队走进北湖区郴江街道南福社区，开展新一轮“文明来敲门”入户行动，将政策宣讲、消防安全检查、健康咨询及家政帮扶精准送达居民家中。

在残疾人李贞胜家中，志愿者仔细询问了他的实际困难。面对厨房脱落的柜子，志愿者现场拍摄视频记录，现场协调专业人员制定修补方案。消防宣传人员同步排查了电路与燃气隐患，健康咨询志愿者则为两位老人测量了血压、提供了用药指导。“感谢你们给我们带来了这么多实实在在的帮助。”李贞胜的妻子连连致谢。

“入户不是填表走过场，而是要摸清居民真正想要什么，再把服务送到居民家门口。”市好人协会会长周圣恒告诉记者。按照方案“文明来敲门—文明周周见—文明有惊喜”的三阶段闭环设计，此次走访收集的需求将决定后续“文明赶大集”的服务点设置和文明大舞台的活动流程安排。

据了解，自今年启动“文明来敲门”行动以来，志愿者累计走访居民超200户，寻找并展示“小区好榜样”数十人。目前，“文明不打烊”线上平台已同步开通，居民可随时展示才艺、推荐榜样、提出建议。

将“拙诚”融入课堂

——汝城县学校思政课决赛侧记

通讯员 唐璐

“拙诚是不做表面文章，只下实在功夫。”4月8日，汝城县2026年新时代学校思政课建设决赛举行。课堂上，一名初中同学说出了对“拙诚”的理解。与以往不同，这次思政课没有舞台化的布置，教室就是赛场，评委和观摩教师分坐两排，更便于直观地探讨与学习。

讲课人既是老师，也是“身边人讲身边事”。小学组一等奖课例《抗战老兵杨甲林》，讲述者杨丽雅口中的主人公，正是她的爷爷。课堂上，她讲述了爷爷的戎马生涯——1947年入伍，先后参加孟良崮、淮海、渡江等战役；1952年参加上甘岭战役，荣立二等功2次、三等功6次。

一次执行任务时遭敌机轰炸，杨甲林被埋在土石堆下，战友挖了3个多小时才将他救出，身上至今残留弹片。战后回乡，他从不居功，常说：“我能活到今天，很是幸运了！想起那些连姓名都没留下的战友……”讲到动情处，杨丽雅声音哽咽，台下不少师生也红了眼眶。

初中组二等奖课例《祁剧传承的百年回响》，讲述祁剧传承人陈繁眉本身就是祁剧第四代传承人。她从祁剧的历史讲起，梳理了汝城传统文化和传承精神，现场展示了祁剧造型、戏服和唱腔片段，让学生直观感受到传统艺术的魅力。

像这样扎根汝城本土文化的教学设计，贯穿了此次比赛的16堂课。初中组二等奖课例《以拙做事 以诚做人》，讲述老师何罗甄在互动环节中，一连串发人深省的问题被抛出：“我们身边还有哪些人身上，闪耀着‘拙’与‘诚’精神的光芒？”“他们做了哪些令你佩服的实干事迹？”“践行‘拙诚’从做事、做人上该怎么做？”

追溯“拙诚”精神的源头，它与汝城有着深厚的文化渊源。北宋理学鼻祖周敦颐写

下千古名篇《拙赋》和《通书》，系统阐述了“拙”与“诚”的思想。“拙诚”二字，既是周敦颐理学的核心要义，也早已融入汝城这片土地的文化血脉，成为湖湘文化重要的精神底色。

为将“拙诚”精神真正融入思政课，汝城县进行了系统深入的探索。本次赛事自去年12月启动初赛，经层层选拔，于今年1月完成片区赛角逐，最终，来自汝城县13所学校的16个课题同台竞技，覆盖小学、初中、高中3个学段。

现场在赛事教室最后一排设置观摩座位，小学组在录播室进行比赛，录播室与观摩室一墙之隔，可容纳30至40人，休息室也接入讲课视频，供观摩教师学习。来自全县各学校的172名教师参加观摩，他们手持记录本，刷刷地记录着、学习着，生怕错过任何一个教学细节。

“听完今天的思政课，我内心感触很深。作为沙洲芙蓉学校的学生，我们从小听着‘半条被子’的故事长大，更懂得今天的幸福生活来之不易。我会把这份感恩化作学习的动力，传承红色基因。”五年级学生欧阳俊霖说。

从课堂到赛场，再从赛场回到课堂，汝城县以一场场赛事，回答了“怎样上好思政课”这个时代命题。在此基础上，汝城县创新构建“四位一体”全域思政格局，推动思政教育从校园延伸至社会各领域——在筑牢校园思政主课堂的同时，面向机关事业单位、企业、农村、社区、新兴领域、网络空间及景区景点等场景打造特色思政课程，真正实现思政教育全域覆盖、全员参与、全程育人。

当历史的回响与现实的践行在教室中交汇，千年的文脉、红色的基因，便在一代代人的接力中，生生不息。

医学专家开展下乡义诊活动

郴州日报·今日郴州客户端讯（通讯员 宋素洁 李晚丹 蔡翠莲）近日，由“中国好人”谭鉴军牵头，湘南学院5名专家教授组成的义诊团队，在宜章县天塘镇开展下乡义诊活动。各村积极分子组成文明小队，为留守老人提供专项帮扶，确保每一位有需求的群众都能便捷享受优质医疗服务。

此次义诊精准对接乡村群众健康需求，涵盖老年慢性病、神经内科、骨科、中医科、疼痛科等重点领域。5名专家各展所长，耐心接待每一位就诊群众，

细致询问病史、查看病历、精准查体，结合专业特长给出针对性诊断建议和个性化治疗方案，同时普及疾病预防、日常护理及科学用药知识，引导群众树立科学健康观念。活动现场还为就诊群众免费送药，切实减轻群众就医负担，让惠民暖意直达人心。

活动现场暖意融融、秩序井然，前来就诊的群众络绎不绝，以行动不便的留守老人为主，他们带着既往病历有序咨询，专家们的专业与耐心赢得了群众一致好评。



品牌蔬菜 外销粤港澳

4月11日，苏仙区坵上镇坵上村村民在大棚里采摘红苋菜。坵上村拥有“湘江源”蔬菜品牌，是我市粤港澳大湾区蔬菜种植基地，目前该村已有3万平方米的蔬菜大棚。（通讯员 李加诺 摄）

（上接1版①）全国青联等大陆有关单位每年邀请岛内20个青年团队来大陆交流参访。

三、推动福建沿海地区在条件具备情况下同金门、马祖通水、通电、通气、通桥，增进金马民众利益福祉。

四、推动全面恢复两岸空中客运营直航正常化，进一步便利两岸人员往来。支持尽快恢复乌鲁木齐、西安、哈尔滨、昆明、兰州等城市两岸航班。支持金门共用厦门新机场。

五、在坚持“九二共识”、反对“台独”政治基础上建立沟通机制，为符合检验检疫标准的台湾农产品输入大陆提供便利。支持台湾农产品参与大陆各类展销会、对接会，拓展销售渠道。

六、完善涉台渔业准入管理，研究在符合条件的地区建设服务台湾地区远洋渔船泊

和远洋渔获物上岸的码头、泊位。研究为台湾远洋自捕渔获物在大陆销售提供便利。

七、为符合要求的台湾食品生产企业在大陆注册和台湾食品输入大陆提供便利。

八、研究在有条件的地方新设对台小额商品交易市场，支持台湾中小微企业依法依规开拓大陆市场。

九、允许引导导向正确、内容健康、制作精良的台湾电视剧、纪录片、动画片在大陆卫视频道和网络视听平台播出；汝城县也不止产辣椒“本体”，以此为原料的辣椒酱早就成了当地爆款……从季节限定里“掘金”，就要把“季节美味”变成“四季财富”，这离不开关键的深加工环节。

不管是水果，还是蔬菜，旺季做活鲜果销售与采摘体验并不难，但季节性挑战长期存在。通

（上接1版②）

加工赋能 让农产品的产业链不断延伸

“做足做活‘粮头食尾’‘畜头肉尾’‘农头工尾’文章，构建多元化食物供给体系。”这是破解农产品季节性供需矛盾、稳定生产收益的核心抓手。

北湖区华塘镇不只卖新鲜草莓，还有草莓干、草莓酵素、草莓酒等衍生产品；宜章县不光把脐橙卖出一颗15港元的高价，还建起无尘无菌脐橙果汁加工车间；汝城县也不止产辣椒“本体”，以此为原料的辣椒酱早就成了当地爆款……从季节限定里“掘金”，就要把“季节美味”变成“四季财富”，这离不开关键的深加工环节。

不管是水果，还是蔬菜，旺季做活鲜果销售与采摘体验并不难，但季节性挑战长期存在。通

过深加工延伸产业链，不仅能消化季节性过剩产能，还能将新鲜农产品转化为便于储存、运输的加工品，实现全年稳定供应。同时，深加工也赋予农产品更多功能属性，从单纯的食用价值转向健康养生、文化体验等多元价值，满足消费者多元需求。

但对比其他城市“一种小蔬果撬动亿元产业链”的例子，郴州还是“卖果子”的多、“卖产品”的少，还需提档次、强创新、延链条。

安仁臭皮柑的逆袭，或许能给我们一些启发。

从安仁走出的“枸士柑”饮品畅销全省，但它的原料是一种“废弃物”——曾经只能烂在树上的臭皮柑。

臭皮柑和枳壳，本是同根生，但命运大不同：未成熟的果实是枳壳，可入药，深受欢迎；但成熟的果子臭皮柑反而酸涩难

咽，无人问津。直到安仁县枸士柑生物科技有限公司成立，他们与湖南中医药大学合作，依托“药食同源”理念，研发出以臭皮柑为主要原料的健康饮品“枸士柑”。如今，它不仅成了安仁的明星产品，产品线还不断延伸，“升级”出臭皮柑果酒、要甘酒等新产品。

安仁的实践证明，“科研+企业+农户”同发力，不起眼的“土货”也能变成带动乡村振兴的“金果”。

从抢“鲜”上市的速度比拼，到农文旅融合的场景延伸，再到精深加工的价值提升，只有让季节限定成为乡村振兴的“金钥匙”，农民才能在每一个季节都能收获满满的幸福。