

35岁的陈沫峰被授予“福建省金牌工匠”称号,其成长道路充满波折,但他凭着热爱与执着——

## 把西餐做出“幸福的味道”

继获得福建省西式烹饪行业职业技能竞赛“福建西餐名师”称号,近期,西餐厨师陈沫峰被省总工会授予“福建省金牌工匠”称号,他是漳州唯一获此殊荣的西餐厨师。

“有目标的人生才有期望,有规划的人生才更精彩。”这是陈沫峰的人生信条,他与西餐的故事,有波折,却也励志。

初见陈沫峰,他笑容憨厚,却挡不住坚毅的眼神,双手还残存着淡淡的牛油香,是人们想象中资深厨师的样子,而他今年也才35岁。“其实我最早学的并不是西餐烹饪,而是学电工。”陈沫峰苦笑着说,他初中毕业后就读职业技术学校,选的是中式烹饪专业,但家人觉得这个专业没什么前途,就一直反对他往这条路走,尤其是父亲知道他的专业选择后非常生气,但他很坚持。“我父亲当时为了让我‘改邪归正’,还特地让我到他的工厂学电子技术。”陈沫峰说,即便这样,也没有阻挡他对烹饪的热情。

从职业学校毕业后,陈沫峰先后在市区多家餐馆与饭店历练。2010年,已经有近3年从业经验的他,经人介绍后毅然北上学习。而他不知道的是,这次的选择让他改变了人生的轨迹。

“我学的是中式烹饪,可没想到去北京后才发现要做的是西餐。”陈沫峰说,当时他一听到这个消息,整个人都懵了,因为之前从未接触过西式烹饪,



陈沫峰正在专心制作西餐

他很担心自己会做不好,刚去的那段日子很煎熬。所幸他烹饪功底还算扎实,同时还遇到生命中的贵人,就是他的妻子。陈沫峰的妻子当时在那家餐厅是西餐主厨,一开始两人没什么交集,但妻子看他学得用心,就经常过来指点他,久而久之,两人互生好感,走到了一起。

在北京生活了6年后,陈沫峰思乡之情渐浓,和妻子一番商量,决定回

乡创业。就在这时,又发生了一件让他意想不到的事。“当时演员成龙所属的‘成家班’公司有意开拓业务,看中了我在的餐厅,我差点就回不来了。”陈沫峰说,“成家班”盘下了他所在的餐厅,并一直挽留他们夫妻二人,他也有些动心想留下来,最后经过一番思索,他还是选择回来。餐厅原来的老板见他去意已决,很慷慨把厨房设备全送给他,这让他非常感动。

2016年,带着“做幸福西餐”的理念,陈沫峰回到漳州,开了第一家西餐厅,为了表达对妻子的感情,他的餐厅取名为“陈夫人的厨房”。“我刚创办这家餐厅的时候也遭遇了不少挫折。”陈沫峰说,他一开始担心餐厅的经营,没有招太多员工,都是家人在帮衬。创业初期每天都是起早摸黑,也遇到过顾客当着他的面嫌弃菜品不好吃,这让他备受打击。更让他差点崩溃的是,高强度的工作导致妻子流产,他一度想过自暴自弃。幸好家人不断鼓励他,妻子也陪着他走过这段困难期,他振作起来,在不断努力下,他的菜品受到了越来越多顾客的肯定,夫妻俩也重获爱情的结晶。如今,“陈夫人的厨房”由于保持品质稳定、不断推出新产品,越来越受市民欢迎,已成为漳州人的美食“打卡地”。生活和事业渐入佳境后,陈沫峰夫妻便想着回馈社会,闲暇时,他们经常为“宝妈”举办免费的烹饪课程。

但陈沫峰始终相信,越努力,越幸运。“虽然目前取得一些成绩,获得一些认可,但社会发展很快,我还要不断努力,紧跟时代的步伐,才能在这个行业里立足。目标明确,脚踏实地前行,终究会遇见令人期待的前景。”陈沫峰说。

◎本报记者 邹挺毅 文/图

## 家门口就有古筝公益课

居民乐了!

本报讯(记者 王琳雅 文/图) 11月22日下午,市区华元北苑小区传出一阵悠扬婉转的琴声。

这是小区居民在省歌舞剧院古琴演奏员、中国琴会会员、中国民族管弦协会会员韩艺梅和同事的指导下,抹挑勾剔,练习古筝。这也是韩艺梅在社区开设的首场中老年古筝公益培训课。

“中国传统五声音调叫做‘宫、商、角、徵、羽’……”活动一开始,老师先讲解古筝基础知识,并现场演示古筝散、泛、按三种音色。最令学员动心的,莫过于上手抚琴。在老师的示范下,学员开始尝试右手勾、挑两个基本指法要领。

随着老师一步步的引导,学员渐入佳境,由最简单的音阶递进,到学会一小句和弦演奏……

“这个古筝公益课太好了,老师非常专业,家门口就能学,收获很大。”林女士开心地说,活动为市民感受艺术熏陶创造了机会,也能从中感受传统文化、提升审美情趣。

“小区里的琴房场地有限,每节课只能报6名学员,我们计划采取分批错时的形式,为社区群众开展古筝公益课。”韩艺梅说,自己平日在福州工作,但她每周都会抽空回到家乡漳州,为自己开设的惠杭古琴公益教学实训基地授课。“家乡

是我梦想起航的地方,不管我的梦航向何处,我都希望能在家乡推广与普及古筝、古筝艺术,发挥漳州古琴制作技艺文化优势和作用,让古筝、古琴艺术走进千家万户。”



老师指导居民练习抚琴

## 老干部以诗词抒怀 宣讲党的二十大精神

本报讯(记者 陈细慧 通讯员 李青)“发白情仍在,人老未忘忧。不甘形隐退,依旧做黄牛……”近日,漳州市老干部活动中心的诗词爱好者举办了一场“筑梦新时代 丹心向党”专题诗词吟诵会,用诗词的形式宣讲党的二十大精神。

“我们老同志是时代巨变的亲历者、见证者,我们有很多的感悟和故事。党的二十大精神是一个很宏大的主题,要把它讲生动,讲到位,诗词是一个很好的媒介。”老同志诗词兴趣团队负责人白金坤说,市老干部活动中心号召广大老同志发挥特长,多形式、多角度进行宣讲。爱好诗词的老同志们经过多次交流探讨,以党的二十大精神为主题,以畅谈发

展变化、讴歌美好生活、磨砺初心使命为素材精心创作诗词作品,并甄选53首编印成册。93岁的市委党校原副校长黄彪虽行动不便,听闻这场活动,仍然饱含激情作诗两首,委托诗友代传。

老同志们作品最终以诵读的形式呈现。慢声长吟,低回咏唱,情到深处,老同志还采用闽南语吟唱的方式表达,熟悉的乡音让这场吟诵会散发着浓浓的“漳州味”,也让诗词里的“党的二十大精神”画面感更鲜明,代入感更强。“虽然离开了工作岗位,但我们时刻关注着党的声音,我们将努力用群众喜闻乐见的方式,用老百姓听得懂的话宣讲党的二十大精神,让党的好声音、好政策‘响’在基层,‘响’在群众心间。”白金坤说。

## 违停虽有错 把车弄坏也不该 警方正积极处理纠纷

本报讯(记者 邹挺毅)近日,市民林女士遇到一件糟心事,她的小车停在自家小区楼下,结果被人损坏,虽然有报警处理,但至今仍未有相关答复,这到底是怎么回事呢?

“我现在也很闹心啊,虽然违停我也有错,但这样不由分说把我车弄坏也不太好。”11月24日,林女士在接受记者采访时说。林女士住在市区玫瑰园小区,11月18日凌晨她下班回到家后,发现由于附近的天福园古玩城在修路,自己所在小区的车位都停满了。无奈之下,她只好把车停在一处靠近某商家的公共区域。醒来时,她发现手机凌晨2时44分收到一条短信:“你车停我门口,那我停哪。”林女

士看到短信后,心想着自己已挡了别人路,赶忙下楼挪车。哪知她刚走到车旁却发现后保险杠被撞一脚、后车牌被掰弯、前车牌也因为掰弯导致前保险杠破裂,倒车影像摄像头也遭破坏。

“当时看到这一幕我就懵了,感觉没必要这样吧。”林女士说,她随即拨打110报警,民警赶到现场询问了她的情况之后,拨打了给她发信息的商店店主电话,店主在电话里承认损坏了她的车辆,并指责她随意停放车辆,挡住他人店面。不过当民警让她马上过来解决时,对方却以都是林女士的错为由挂掉电话。

记者获悉,警方称该纠纷双方均有过失,目前正在积极协调当事人处理此事。

### 遗失声明

▲诏安县百竣药店不慎遗失诏安县市场监督管理局于2019年10月31日核发的营业执照正本,统一社会信用代码:91350624MA344W152E,现声明作废。

▲平和县小溪中心小学不慎遗失食品经营许可证副本(发证机关:平和县市场监督管理局),有效期至:2024年10月09日,许可证号:JY35306280030344,声明作废。

▲平和县吴小林、林丽华夫妇不慎遗失第一孩(吴添乐)出生医学证明,证号:K350063883,声明作废。

▲芗城区管师植、吴玉娟夫妇不慎遗失第一孩(管达)出生医学证明,证号:350202282,声明作废。

▲李梦婷不慎遗失漳州卫生职业学院药学系2020级中药学专业(4)班的学生证,证号:20201362号,声明作废。

### 声明

原址在草寮尾45号房屋,地段号东南878,拆迁面积超出原产权证面积,现拆迁安置于芗城区江滨花园20幢620号。今郑惠珍、刘素贞申请上述安置房权属登记,现按漳州市不动产登记中心要求登报声明。相关利害关系如有异议,请即日起壹个月内向漳州市不动产登记中心提出异议登记。逾期本人将按规定向中心申办不动产权证。

声明人:郑惠珍、刘素贞  
2022年11月24日

### 声明

原址在漳州市金湖村湖内45号房屋,现拆迁安置于漳州市芗城区西洋坪路88号金湖小区3幢1503号,芗城区芝山路43号金湖花园一期1幢901号,芗城区芝山路43号金湖花园一期1幢1501号。今陈彩英、颜丽娟、吴保琪申请上述安置房权属登记,现按漳州市不动产登记中心要求登报声明。相关利害关系如有异议,请即日起壹个月内向漳州市不动产登记中心提出异议登记。逾期本人将按规定向中心申办不动产权证。

声明人:陈彩英、颜丽娟、吴保琪  
2022年11月24日



沈梅阿婆(右三)与子女在一起

诏安县太平镇景坑村有位百岁阿婆,她叫沈梅。熟悉阿婆的邻里都说,阿婆看起来比她实际年龄还年轻,不仅身体硬朗,还心胸豁达。“能

有今天幸福美满的生活,全靠党和政府,要珍惜现在的幸福生活,不忘党恩。”这是阿婆常说的一句话。

沈梅出生于太平镇榕城村,经

## 百岁老人沈梅:生活幸福 不忘党恩

亲戚介绍嫁到景坑村,生四男一女。“景坑村地处山区,以前村民过日子,依靠种田和上山砍柴烧木炭卖钱。尽管我们夫妻日出而作,日落而息,生活还是过得窘迫。平时经常累得腰酸腿痛。”沈梅说。新中国成立后,丈夫张宇福开始做些小生意,家里条件也逐渐好起来。1965年,大儿子张群龙响应政府号召,入伍到部队服役,其他子女也开始能帮上忙,在沈梅夫妻的细心经营下,一家子的生活过得和美。

二十世纪八十年代,改革开放,为农村经济发展带来翻天覆地的变化。沈梅的儿女和大家一样,放开手脚发展多种经济。他们在创业中认识到,文化与科技在创办经济实体中的重要性,所以十分重视子女的文化教育。大儿子张群龙说:“这些年来,我家先后出了9位大学生。他们毕业后,有的到厦门,有的到广东,都发展得很好。”

2002年,张群龙兄弟商量要把父母住的老房子重新装修,改善下父母

## 百姓故事

的居住条件,沈梅夫妻说:“我们住习惯了,有钱你们留着让子女读书。”2010年,沈梅90岁高龄的丈夫因病去世。失去了相濡以沫66年的丈夫,沈梅及时调整好心态,依然过着起居有常、饮食有节的日子。早晨会挑上水桶到菜地里劳动,按季节种上各种蔬菜,她说:“自己种的蔬菜,不用农药,吃起来放心。”看到邻里一些孤寡老人生活困难时,沈梅会伸出援手,拿些钱或东西帮助他们,她经常说,“我们过去也是从艰苦生活走过来,现在生活好了,别人有困难,我们能帮忙就帮一下,大家生活好,才是真正的好。”

如今,已是五代同堂的沈梅,整个大家庭有100多人。每逢放长假的时候,在外工作的孙辈们都会回来看望她,跟她说着他们在外面遇到的新鲜事,让她乐得合不拢嘴,每当这时候,沈梅总是不忘教育子孙后代:“我们国家越来越富强,生活越来越好,我们赶上了这个好时代,要心怀感恩,努力工作,做对社会有用的人。”

◎沈良生 文/图



艺术家们在剪创作品



《防范新型冠状病毒从我做起》陈巧华作



《云开雾散》高少萍作

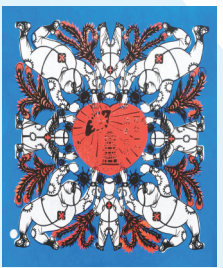
## 非遗剪纸传递战『疫』力量

11月20日,漳浦县剪纸协会组织剪纸艺术家,用传统民间艺术歌颂奋战在抗疫一线的“最美逆行者”。此番共剪出35幅剪纸作品,传播防疫知识,为抗疫助力加油。

陈秀莹 摄影报道



《致敬英雄》陈莉娜作



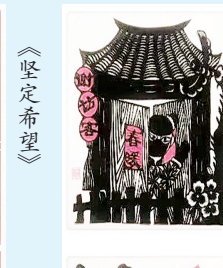
《万众一心抗疫魔》李小燕作



《疫情防控自觉遵守》卢淑蓉作



《坚定信心》陈燕榕作



《全民战『疫』人人有责》黄丽蓉作



《坚定信心》陈燕榕作

## 体重骤减10斤 14岁男孩被查出糖尿病 糖尿病低龄化要重视

本报讯(记者 杨婉真 通讯员 黄少婧 蔡巧燕)糖尿病是中老年人的专属?不。近日,漳浦14岁男孩小涂一个月内体重骤减10余斤,家长带他到漳浦县医院就诊,不料竟被确诊为糖尿病。

据了解,小涂身高174厘米,体重

达80公斤,近一个月以来出现口干、多饮、多食、多尿的症状,饭量较以往增加1倍,形体却日渐消瘦,减轻10余斤。经查,他的随机血糖竟达22.01mmol/L,糖化血红蛋白14.80%,均远高于正常值。最终小涂被诊断为2型糖尿病、高血脂症、高尿酸血症。

经治疗后,小涂血糖逐渐下降平稳,并掌握胰岛素的用法,病情好转后于11月16日出院。出院后,小涂表示将提高健康意识,调整自己的饮食及生活方式,积极控制血糖。

医生表示,近年来,糖尿病发病逐渐趋于低龄化,儿童及青少年的发

病率明显上升,尤其是肥胖儿童。医生提醒,糖尿病患者常伴有脂肪、蛋白质代谢异常,长期高血糖可引起多种器官,尤其是眼、心、血管、肾、神经损害或器官功能不全或衰竭,导致残废或过早死亡。因此,肥胖、糖尿病家族史、血脂异常和高血压等高危人群应及早进行筛查和预防,做到“早发现、早诊断、早治疗”。若确诊为糖尿病,可从饮食治疗、运动治疗、药物治疗、健康教育和血糖监测等五项综合措施进行积极治疗。