

在桐庐，出门就能实现“运动自由”

本报讯(记者 王珊婷)最近,国家卫健委启动“体重管理年”三年行动,倡导全民参与,普及健康生活方式。目前,桐庐已构建起便捷高效的健身环境,专业体育场馆、桥下公园、百姓健身房等多样化的健身场所早已融入百姓的日常生活,形成了覆盖广泛的“15分钟健身圈”。

跑步机、动感单车……在龙潭社区百姓健身房,各类专业健身器械一应俱全,居民在家门口便能享受运动带来的快乐。“我基本上一周来3至4次,来动一动,感觉整个人轻松了。”正在百姓健身房挥汗的市民陆奎宣表示,“家门口就有健身房,下楼就能实现‘运动自由’,锻炼变得方便许多,而且完全不用考虑天气,健身时间很灵活。”

龙潭社区党支部书记、居委会主任施雅琦介绍,百姓健身房于2023年8月份正式运营,以“普惠+公益”的运营模式吸引了周边居民。“我们社区百姓健身房由第三方公司进行运营,社



区对其进行监管。”施雅琦说,在公益时间段内,居民可以来百姓健身房免费使用健身器材。此外,健身房还推出八段锦、塑形等普惠课程,进一步满足了居民的多样化需求。

从社区健身房到桥下运动公园,从体育健身房到体育广场,桐庐已构建起覆盖全域的全民健身网络,步行10分钟即达的运动空间与城市肌理深度融合,形成了“处处可健身”的新常态。

全民健身设施建设也多点开花:凤川街道翊岗村、旧县街道鸿儒村等5个点位同步落地省级群众身边健身设施,与龙潭社区形成全域服务矩阵。

占地约1000平方米,集篮球场、乒乓球桌、健身器材于一体,凤川街道翊岗村多功能运动场地可容纳村民开展多元化文化健身活动。值得一提的是,该多功能运动场地前身是一处闲置空地,经过改造后,如今已成为乡村

文化体育活动的中心。

2024年,我县加大体育设施建设力度,新增“环浙步道”50公里、嵌入式场地1.26万平方米、省级群众身边健身设施3处及市级体育健身广场、金角银边空间利用项目等23处。

如今,对于桐庐老百姓而言,“全民健身”不再是一句口号,而是看得见、摸得着的生活图景,早已融入城市生活脉络。

桐庐少年“话”村志 寻访展示活动精彩纷呈

本报讯(见习记者 代瑞钰 记者 陈艺琨)近日,桐庐县少先队“我们的村志”寻访展示活动(决赛)暨红领巾讲解员大赛在县学府小学举行。来自全县10所小学的12支参赛队伍齐聚一堂,他们佩戴着鲜艳的红领巾,轮番上台用“童言童语”讲述着各个村庄的发展变迁。

比赛现场,选手们仪态大方、情感真挚,借助各类道具,通过视频、图文等方式为大家呈现了一场精彩的视听盛宴。县春江小学的青禾小队讲述了“新建村背后的故事”,队员汪闻楷作为新建村第三代村民,通过寻访活动,了解了老一辈村民为家乡发展集体移民的事迹,他告诉记者:“老一辈新建村人的精神深深打动了我,让我对家乡的情感更加深厚。”

“参加此类活动,能够有效培养学生的家国情怀,提升他们的表达能力和团队协作能力,让他们在成长过程中获得全方位的锻炼。”县分水实验小学教育集团校长钟利民表示,除了参加各类比赛,学

校在日常教学中也开设了各类实践和劳动课程,进一步提升学生的综合素质。

此次比赛是我县“三全五美”思政教育实施路径下,开展思政实践教育的生动范式之一,同系列活动还包括“我的家训”书写和“我的家史”研究,旨在引导全县中小学生深入挖掘家训家史,追溯村风民俗,培育家情乡情,传承中华文化。

近年来,我县深入推进大中小学思政教育一体化工作,深度挖掘语文、历史、地理、体育、艺术等各类课程蕴含的思政教育资源,开发学科育人小微课程。同时,充分利用晨会课、班会课时间,开展“思政晨会课”“思政主题班会课”等活动,采取演讲、讲故事、辩论等形式,打造特色思政晨会、班会课,不断打响“美美与共 桐心同行”县域特色品牌。

未来,我县将继续开拓创新,努力构建具有鲜明辨识度的桐庐“大思政”教育体系,积极打造桐庐思政课新样态。

报名已开始
邀你来当「巾帼推荐官」

本报讯(记者 姚思雯 通讯员 陈婷)为积极响应国家数字经济战略,充分发挥女性在直播新业态中的独特优势,近日,县妇联联合网上农博共同发起了“妈妈的味道”推荐官计划。

该计划旨在邀请赋闲在家的待就业人员、需要拓展销售渠道的女性创业者、对电商直播感兴趣的女性以及对直播电商已有一定经验的电商达人参与。

计划的核心内容为享受免费专业培训,由资深导师传授直播技巧、个人IP打造以及选品知识。完成培训后,学员将获得由县妇联与网上农博联合颁发的“巾帼推荐官”证书。此外,参与计划的学员还将享受妇联官方账号的联动宣传以及平台专属的流量扶持,并获得优质供应链资源。

目前报名已开启,报名截止时间为2025年3月25日,感兴趣的女性可以通过扫码填写申请表进行报名。咨询电话:县妇联0571-89545045、网上农博1775710122。

我县集中销毁百余件伪劣消防产品

本报讯(通讯员 何超 记者 金铁润)近日,我县开展消防产品打假宣传活动,进一步提高全社会对消防产品质量的辨别能力,鼓励广大市民参与消防产品识假、打假行动。

前期,县消防救援大队联合县市场监督管理局开展消防产品质量联合检

查时,抽检送样了城南街道一家酒店配备的过滤式消防自救呼吸器。经专业机构检测,该酒店配备的过滤式消防自救呼吸器被判定为不合格消防产品。

据酒店负责人介绍,这批过滤式消防自救呼吸器均为网上购买,没想到是不合格产品。根据检查情况,消防产品

质检员依法依规出具相关法律文书,要求酒店进行整改。最终,酒店负责人更换所有过滤式消防自救呼吸器,并将存在问题的100余个过滤式消防自救呼吸器上交至消防救援大队。

在活动现场,消防救援人员使用专业工具,对该批次100余个不合格的过滤式消防自救呼吸器进行了集中销毁处理。

同时,消防产品质检员向市民展示了灭火器、过滤式消防自救呼吸器、灭火毯等常见消防器材,演示各类消防器材的使用和维护保养方法,并提醒市民通过正规渠道购买消防产品,积极举报销售假冒伪劣消防产品的违法行为。

此外,质检员还向市民科普如何鉴别假冒伪劣消防产品,教大家通过查看产品标识、扫描二维码、登录中国消防产品信息网等方式,快速识破假冒伪劣消防产品的“伪装”。同时,通过真假消防产品的对比展示,让市民直观感受劣质产品的危害,提高警惕,避免“踩雷”。



县市场监管局举行民宿行业规范经营培训

本报讯(记者 程佳园 通讯员 许哲宇)近日,县市场监督管理局富春江所联合富春江镇卫生院举办了一场民宿行业规范经营培训活动,87家民宿经营者齐聚富春江镇慢生活体验区,共同学习行业规范“必修课”。

此次培训创新采用“法规宣贯+案例解析+服务对接”三维培训模式,围绕食品安全、纠纷化解和增值服务三个方面展开,全面助力民宿提升经营水平。

在食品安全方面,市场监管部门

推行“一店一档”标准化管理模式,筑牢食品安全防线,保障游客“舌尖体验”。在纠纷化解方面,创新推行“两前工作法”,要求经营者在交易前公示服务细则,在矛盾激化前介入调解。

现场,执法人员结合典型案例,剖析法律法规要点,指导业主明晰责任边界,规范操作流程,提升消费纠纷应对能力,将纠纷化解前置,做到“未诉先办”。

作为“富美100”攻坚行动的重要举措之一,县市场监管局还推出“3+

x”服务套餐,不仅涵盖证照办理、年报指导等“刚需”基础服务,还包括品牌建设、企银对接等“x项”定制增值服务,深受民宿经营者好评。

据统计,培训现场已帮助20家民宿完成年报填报,指导3家民宿申报食品经营许可证延续,解答问题12个。

下一步,县市场监管局将建立“培训-监管-服务”闭环机制,开展季度“回头看”检查,在加强日常监管的同时,为广大民宿经营者提供更多优质服务,助力桐庐文旅产业高质量发展。

街头“黑珍珠炸弹”大量出现 市民出行需小心



本报讯(记者 程佳园/文 单佳铭/摄)最近,桐庐街头出现大量“黑珍珠炸弹”,行人走过,不经意间踩上去,地上便会留下痕迹,停着的车辆也会受“攻击”,污渍很难清洗。

这些“黑珍珠炸弹”究竟是什么?县建发集团市政园林绿化工程有限公司工作人员钟袁林告诉记者,眼下正是香樟树果实成熟的季节,这些“黑珍珠炸弹”其实就是它的果实,最初呈绿色,成熟后就变成黑色,果实自然掉落的时间集中在3-4月份。

香樟树树形雄伟壮观,四季常绿,遮荫效果好,对净化城市空气的作用非常明显,县城白云源路、迎春南路等路段以及许多小区内公共绿化区域均有种植。“前两天的降雨也加速了果实掉落,不过持续时间不会太长,目前我们

已要求环卫工人增加打扫频次,加大对香樟树附近路面区域的清扫力度。”钟袁林说。

此外,市政部门也提醒市民,香樟果带有油性,其汁液会使路面湿滑,市民出行需小心,避免滑倒。建议车主停车时避开香樟树,以免车辆沾上汁液。

那么,如果不小心沾上香樟树果实的汁液,该如何处理?对于衣物来说,可以涂抹适量的洗衣液在污渍处,静置片刻后进行洗涤,以获得更好的清洁效果。若车身上沾染了汁液,可以先用潮湿的抹布覆盖在污渍上,而后用力擦拭;或者使用45℃的温水加入少许洗洁精,用抹布蘸取后进行清理。因其汁液呈弱酸性,若长时间不清洗,可能会腐蚀车辆表面的油漆。为此,务必及时清理。

森林防火

人人有责

守护绿色家园 • 预防森林火灾