

王峪景区服务中心：“黄金叶”飘香 开秤丰收忙



田间翻浪绿，烤烟香四方。时下，王峪景区服务中心的烟叶陆续进入采收交售期，忙碌了三个多月的烟农们迎来了丰收的喜悦。

9月18日，在王峪景区服务中心王村，满山烟叶肥硕葱郁，烤烟房内外烟农们紧张忙碌着，他们将采摘后的烟叶进行编杆、烘烤，离烤房不远处，烟农正将烤好的烟叶分级、扎把，准备销售。他们在忙碌中见证了一捆捆绿叶子向一沓沓“黄金叶”的华丽蜕变。

今年，王峪中心烤烟落实种植主体162个，种植面积2600亩，每亩大概收入6000多元，烤烟产业发展带动了当地群众增收致富。“我家今年种了20多亩，这周出了300杆左右，今年烟叶长势比较好，价格也比上年高，每斤能卖16块多。”烟农赵丽开心地说。

目前，烤烟收购已进入关键时期，王峪中心多措并举，维护烟叶收购秩序，最大限度保障烟农收益。王峪景区服务中心副主任李红光向记者介绍：“我中心协调公安、交警、烟草等部门及时成立烤烟稽查卡及烟叶收购秩序维护小组，在交通要道设立乡级稽查卡，各村因地制宜，设立村级卡点，严厉打击非法收购、囤积、流通等犯罪行为，维护正常收购秩序。”

近年来，王峪中心把烟叶生产作为农业增效、农民增收的重要途径，不断加大产业扶持力度，在烟叶种植、管理、采摘等各个环节为烟农提供全方位、精细化、保姆式跟踪服务，促进烤烟生产持续、健康发展，为加快乡村振兴注入不竭动力。孔令盼 郭晓俊

石哲镇大力推进人居环境整治工作

本报讯 为扎实推进农村人居环境整治行动，规范辖区门店经营秩序，营造干净、文明、规范、有序的生活环境，9月19日，石哲镇综合行政执法队联合市场监督管理所对镇域范围内商铺占道经营、乱放等问题进行了集中整治。

执法人员重点对振兴轮胎、爱玛电动车、天听修雅迪电动车等商铺进行了集中整治，对占道经营、门前乱堆乱放、车辆乱停乱放等行为进行耐心劝导，对店面外乱摆乱放物品进行及时清理，个体户及摊贩老板文明规范经营，让街道辖区环境有序化，街道管理规范化。

下一步，石哲镇将常态化开展街道辖区门店整治行动，确保整治效果不反弹，用实际行动推动人居环境卫生大提升、市场经营秩序转变。

“乡村振兴 法治先行”法律宣传暨优良品种展示活动在南漳镇酒村举行

本报讯 金秋九月，硕果飘香。为切实发挥法治宣传教育在实施乡村振兴战略中的服务和保障作用，9月22日，在第五届中国农民丰收节来临之际，市农业农村局、市农业综合行政执法队与县农业农村局、县司法局共同在南漳镇酒村举行2022年“乡村振兴、法治先行”法律宣传暨优良种子品种成果展示活动。

活动现场，通过设立咨询台、悬挂横幅，发放宣传资料、优质种子品种展示等形式，告知农民朋友如何选购种子、农药、肥料、兽药等农资。

通过此次宣传活动，进一步增强了群众遇事找法、依法维权意识，为加强法治乡村建设、助力全面推进乡村振兴营造了良好的法治氛围。

浩东

我县举办“喜迎二十大 聚焦精卫湖”湿地风光主题摄影大赛创作采风活动



本报讯 9月18日，县文联、县精卫湖国家湿地公园发展中心、市摄影家协会和县摄影家协会联合组织的“喜迎二十大 聚焦精卫湖”湿地风光主题摄影大赛创作采风活动启动。

此次摄影大赛以“精卫湖湿地风光”为主题，聚焦湿地生态美景，充分展示我县精卫湖湿地公

园丰富的旅游资源、优美的生态环境，打响叫亮长子精卫湖湿地风光品牌，有力推动文旅融合发展，为党的二十大召开献礼。

大赛征集作品将于10月底截止，将评出一等奖2名、二等奖3名、三等奖5名、优秀奖30名。

晓丹 凯翔

长子县开展“喜迎二十大 科普向未来”全国科普日宣传活动

本报讯 9月20日，我县在同新广场开展2022年“喜迎二十大 科普向未来”全国科普日宣传活动。活动由县科协牵头主办，县委网信办、教育局等承办单位。通过活动进一步弘扬科学思想、传播科学理念、倡导科学生活方式，在全县营造人人都是科普员、处处都是科普之所的良好氛围，掀起一场全民爱科学、学科学、讲科学、用科学的科普热潮，为全县各行各业发展集聚科普力量。

活动中，相关单位通过悬挂宣传条幅、发放科普知识手册、设立咨询展台等形式，积极向过往群众普及科普知识、医疗健康、防灾减灾等科普知识，倡导科学的理念和健康的生活方式，激发群众学科学、爱科学、讲科学的热情。此次活动累计发放宣传手册1000余册、科普手提袋500余个，科普围裙300余份。晓俊

文明长子·道德模范

长子公安再抓一名网上逃犯

近日，县公安局刑警大队成功抓获河北省市公安局上网追逃的诈骗犯罪嫌疑人一名。

9月23日，刑警大队民警通过对在逃人员梳理研判时，发现犯罪嫌疑人李某因涉嫌诈骗河北警方列为网上逃犯，并初步掌握犯罪嫌疑人李某的轨迹信息。经过缜密侦查、蹲守布控，办案民警于当天成功将其抓获。经讯问，李某对犯罪事实不讳。目前，犯罪嫌疑人李某已被依法采取刑拘措施，等待案发地公安机关解回。

公安机关再次告诫违法人员在逃人员，打消侥幸心理，认清形势，珍惜机会，主动投案才是唯一出路。

夏季治安打击整治“百日行动”

长子县卫生健康和教育局开展市场主体大讲堂政策宣传

为进一步优化卫体领域工作环境，进一步社会办医加快发展，按照相关文件精神，结合工作实际，为引领市场主体入市提供如下政策保障。

一、加强社会办医人才队伍建设。社会办医疗机构在百万卫生人才培养工程、住院医师规范化培训、全科医生培养、继续医学教育、参加学术活动、立项、重点学科和专科建设、职称评定等方面与公立医疗机构同等对待。平等吸纳社会办医医疗卫生技术人员进入各医学类行业协会、学术、职称评定和医疗机构评审委员会等组织。

二、提高社会办医服务能力。鼓励大型公

卫生健康 GUANZHU JIANKANG

长子县疾控中心 主办

运动常见六大误区，不要再犯错了！

运动时口渴，猛喝水或忍着不喝。当你感觉特别口渴时，说明身体已经处于缺水状态。即使在运动过程中，也可以适当补水，以防脱水。喝水应小口缓慢，每次不宜喝太多，而且水不要在运动前、运动中和运动后都要注意补水。

严重的疲劳感、浑身酸痛，还可引起肌腱、肌肉拉伤，甚至发生运动猝死事件。正确的锻炼方法，是从小运动量、小幅度、简单的动作开始，让机体有个适应的过程，大约半个月后，逐渐增加运动量，增强运动强度，动作也要由易到难，循序渐进。

应尽量减少负重、长距离行走和长时间站立，不要练习长跑、深蹲等。最好选择对膝关节没有损伤的运动，如游泳、骑车、散步等。

运动时出汗越多，减肥效果越好

很多人开始减肥时，总会说“我的目标是瘦到多少斤”，这其实从一开始就错了。减肥是指减去多余的脂肪，体重不一定下降。减体重可能是脂肪的减少，也可能是瘦体重(除脂肪外身体其他成分的重量，主要是肌肉)的减少，后者不是科学的减肥方法。女性的体脂率控制在25%以下为宜，如果低于10%就可能出

