

小区居民自治 追回失落“花园”

记者 邵美霞

昨日,天晴,竹景花园内,三三两两的老太太坐在楼道底下晒太阳聊家常,惬意得很。比起半年前,如今小区发生了翻天覆地的变化,景观河不臭了,绿化带的蔬菜不见了,小区道路中乱停的车子也码整齐……“我们希望通过居民自治,保证整改成果,让曾经的竹景菜园变回竹景花园。”刚走马上任的业委会副主任张志银藏着这么一个美好愿望。

竹景花园小区共有13幢居民楼,约300户人,其中一半以上都是拆迁安置户。曾经,小区也是有物业的,但运行了两三年后就撤了,留下无人治理的竹景花园,仅几年时间,花园就成了“菜

园”。眼看小区环境一日不如一日,小区居民也急了。去年县里将小区的道路、景观河整治列入旧城区改造范围。半年多的改造,小区环境终于有了改善。

靠什么保持改造成果,靠什么找回失落的“花园”?居民自治!

8月底,一场关于小区建设的“新革命”开始兴起。方门街社区和小区居民开会讨论,最后商定了一套方案。以社区监督引导、业委会落实带领、居民共同参与的居民自治管理模式进入竹景花园,大家一起开始了一场自我改造——9月中旬,社工带着投票箱挨家挨户敲门进行了不记名投票,13名楼道长,5名业委会委员,竹景花园的业委会就这样成立了。

郑建华,业委会主任,在运管所工

作,是位热心的年轻人,他想法多又热衷小区建设。张志银,业委会的副主任,古稀之年的退休干部,他说如今县里对小区整改,就似派来了“裁缝”给小区做衣裳,可衣服是小区里300户居民穿的,想穿什么款式的、什么料子的衣裳,还得再听听居民的意见,“我得负责搜集整理意见。”

业委会成立刚“满月”,却忙得热火朝天,一边制定小区居民公约,一边配合社区拆违,支持创“违建小区”。一周前,业委会召集13名楼道长开了一次会,由楼道长做各楼道居民工作,把占用公共空间的、私自搭建雨棚的,主动清理掉。楼道长便分头行动了,家里有违建的居民一看是多年老邻居来做工作了,也说不出口拒绝的话。

龙游华外 举行田径运动会

本报讯(通讯员 舒益宏)10月22日至24日,华茂外国语学校举行第十二届田径运动会。本次运动会为期三天,共设全员参与的规范跑步比赛、男女混合接力赛及由800余名学生运动员参加田径比赛三大项共计29个小项。

求实中专 举行法制教育讲座

本报讯(通讯员 许仁芳)10月17日,县求实职业中专邀请湖镇派出所干警徐伟来校为1000多名师生作了一场生动的法制安全教育讲座。

讲座中,民警以典型案例出发,分析了当前网络诈骗及防范措施,教育学生如何正确使用微博,杜绝网络犯罪。同时还教育学生注重良好文明行为习惯的养成,拒绝不良诱惑,珍爱生命。

野外课堂学鱼知识

本报讯(通讯员 朱丽丰)“鲁国国君把一条鲤鱼给了孔子,孔子就把儿子取名‘孔鲤’啊!”10月23日,龙和渔业园来了一群胸佩红领巾的孩子。

他们是寺后小学的学生,来龙和渔业园搞课外活动。孩子们观赏了该园鱼类展馆的各种热带鱼、海洋鱼及淡水鱼,还听“馆长”张双其讲解“活水养鱼”的模式和好处,开了眼界,丰富了知识。

县妇保院职工强身健体

本报讯(通讯员 蒋爱军)县妇保院以多种载体加强职工体育锻炼,丰富职工业余生活。10月份以来,工会在院内定期组织太极拳、瑜伽课,举行羽毛球比赛等,全院60余位职工积极参加各项体育活动,达到强身健体、增强体质的作用。

龙游农信联社普惠金融(78)



近年来,为深化“美丽乡村”建设,满足农村群众的文化需求,县农信联社出资助溪口镇石角村成立民生基金,用于民生项目开支外,还援助该村创建农家书屋,让更多的村民足不出村就能了解科技、金融等多方面知识,丰富村民的精神文化生活。图为村民在农家书屋看书学习。 叶丹华 摄

停电通知

因线路施工,现对官潭914线#101杆后段、新溪218线、溪新706线实行停电,具体安排如下:

停电时间及停电范围:
11月4日6:30-18:30
官潭914线#101杆后段停电范围:立达施工队、沃鑫铁路器材有限公司、渡贤头电站、高排坞电站、官潭、渡贤头、西山排、溪东、洪呈、龙山寺等客户。

11月4日6:30-19:00
新溪218线停电范围:徐呈村、中国石油天然气股份有限公司西气东输管道分公司。
溪新706线停电范围:石角村、浙江巨化化工矿业有限公司、浙江省交通投资集团实业发展有限公司龙游灵溪服务区。
雨天顺延
注意事项:严禁使用未通过验收的自备发电机。敬请广大客户谅解,并相互转告!

国网浙江龙游县供电公司
2014年10月27日

《家乡的夏馀桥》唱响幸福生活

本报讯(通讯员 王凌霞)“我的村庄很古老,祖先留下一座木板桥,这头连着千亩的良田,那头龙门街生意闹……”地圩村的这首村歌《家乡的夏馀桥》如今村民都在传唱。

“村歌一出炉,无论男女老少,个

个都在学唱呢。”该村党支部书记徐庭友满脸的自豪。50多岁的谢大妈识字不多,但她说歌曲中描述的地圩村历史和村容村貌的变化,唱出了大家的心声,所以她能把整首歌完整地哼唱下来。

地圩村的夏馀桥有60多年的历史,由于年久失修,曾屡遭洪水冲垮。2011年在政府的支持下,投入120多万元,重新修缮了老桥。歌曲的词作者李红便以夏馀桥为切入点,融入村子的文化、生活元素,酝酿创作了本村歌。

喝骨头汤补钙? 旧俗有误区



热线:18268966291 或 682291

记者 袁晓玲 通讯员 陆敏

每年的10月20日是世界骨质疏松日。如今,知道自己缺钙的人很多,经常补钙的人也不少,但对“如何补”却存在很多误区。

市民张女士的外婆患骨质疏松已经有2年了,因此她对补钙问题特别关注。不过,昨天,她却在微信朋友圈

看到“喝骨头汤补钙是误区”的消息。骨头汤不仅味道鲜美,更被誉为民间的补钙上品。难道流传了这么多年的旧俗竟是错误的吗?她给记者打来电话,希望能请教有关专家。

喝骨头汤到底能不能补钙?县人民医院骨二科副主任、主任医师张建良给出了否定的答案。“骨头汤里的含钙量并不高,不仅不能补钙,反而增加了油脂含量。”张医师解释,骨头的钙是和磷、盐结合在一起,是一个非常难以被溶解利用的化学成分。无论是高温,还是小火炖,都不能够把骨头里的钙完全解离出来。并且,骨头汤里的钙很难被胃酸分解,被人体吸收的几率也低。

“补钙首推以碳酸钙为主的营养补充剂,并适当补充维生素D增强钙

的吸收。同时要注意养成健康的生活方式。”张医师说,骨质疏松常常被认为是老年病,不过,如今却日渐出现“年轻化”趋势。这与他们不良的生活习惯,如熬夜、抽烟、酗酒、饮食口味重等关系紧密。

张医师曾接诊过一个40多岁的男病人,拍片后发现病人的骨头已经像老年人一样疏松了。原来该病人平时不喜欢运动,爱在网吧打游戏,日夜颠倒,吃的也都是泡面之类的,身体内分泌系统已经非常紊乱。

“宅男宅女们尤其要提高警惕。”张医师提醒,补钙的同时要注意与户外运动相结合,冬天多晒太阳,注意饮食均衡,不吸烟,少饮酒,饮用咖啡、茶、碳酸饮料等适量,养成良好的生活习惯。



龙游分社 许可证号:L-ZJ-GN09502

地址:龙游县体育馆一楼(太平西路143号)
电话:7012240 7338882 13505704284(654284) 13395707066

2014年十一月散客出游线路

杭州野生动物园一日游	11月1,8日	350元/对	普陀、朱家尖二日游	11月1,8日	700元/人
千岛湖一日游	11月1,8日	338元/人	厦门双飞三日游	11月7,12日	1060元/人
“美丽宋城、舞动江南”杭州宋城一日游	11月8日	178元/人	北京超值双飞五日游	11月4,11日	1560元/人
横店老年特价一日游	11月2,9日	199元/人	海南双飞五日游	11月5,11日	1699元/人
横店全景深度二日游	10月31日、11月7日	298元/人	海南、湛江、桂林、漓江、阳朔专列九日游	11月15日	1830元/人起
江西龙虎山赏秋二日游	11月5,6,7日	398元/人	成都、九寨沟、黄龙、乐山、峨眉山双飞七日游	11月3,10日	4390元/人
江南九寨沟-武义牛头山二日游	11月5,6日	298元/人	昆明、大理、丽江三飞六日游(限27-57周岁浙江客人)	11月5,10日	1190元/人
南京(含总统府)二日游	11月1,8日	398元/人	韩国首尔济州双飞六日游(光大推出)	11月22,27日	3199元/人
宁波象山二日游	11月1,8日	438元/人	泰国双飞六日游(光大推出)	11月15,22日	1299元/人
宁波招宝山、防空博物馆、东钱湖二日游	11月1,8日	378元/人	台湾环岛双飞八日游(光大推出)	12月7日	3680元/人
常州环球恐龙城万圣节二日游	11月1,8日	560元/人			



龙游青年旅游有限公司 许可证号:L-ZJ02209

微信扫一扫,旅游很简单! 龙游青年旅游公众号 ly7012618
发团计划,特价线路,自驾推荐,打折门票,精彩攻略,全知道。



2014年10月份线路重磅推荐:

1.海宁皮革城一日游	45元/人	出团日期:每周六	10.龙门古镇、富春桃园二日游	358元/人	出团日期:11月1日
2.横店一日游4点	298元/人	出团日期:每周六	11.北京一飞一卧六日游(含全陪)	1480元/人	出团日期:11月16日
3.淳安千岛湖一日游	358元/人	出团日期:11月1日	12.海南双飞五日游	1770元/人	出团日期:10月24日
4.杭州烂苹果乐园一日游	328元/对	出团日期:11月1日	光大丽阳推荐出境线路:		
5.横店二日游	398元/人(男55周岁,女50周岁)	出团日期:10月30日	1.泰国双直飞	1299元/人	出团日期:12月8,9日
6.普陀山二日游	780元/人	出团日期:每周六	2.台湾直飞环岛8日游	3599元/人	出团日期:12月2日
7.南京二日游	438元/人	出团日期:每周六	更多精彩旅游路线,敬请登陆龙游旅游网(www.lyqny.cn)		
8.宋城、杭州野生动物园二日游	345元/人	出团日期:10月29日	24小时报名热线:7012618 547010 13655702168(622168)		
9.厦门双飞三日游	999元/人	出团日期:10月29日	报名地址:龙游县荣昌路739号(流金岁月KTV旁)		