

长三角接单 大别山发货

“一块布”年营收1亿元



本报讯 4月1日,在岳西县古坊乡安徽功茗坊农业科技有限公司生产车间内,机器轰鸣、工人们忙碌有序,呈现出一派热火朝天的生产景象。公司主要生产布料、沙发套、椅套等,尽管地理位置较为偏远,但得益于长三角一体化战略的深入实施,位于浙江省的总公司与位于岳西县的两家分公司实时联动,实现“长三角接单,大别山发货”,公司年销售收入达到1亿元。

该公司负责人王强是古坊乡人,早年在外打拼,并在浙江省开办了一个纺织工厂。2010年左右,受到家乡

的召唤,王强决定在古坊乡建立一个新的工厂。2020年前后,面对长三角一体化发展的大好机遇,王强在岳西县城再新建一个工厂,实现三厂联动,增强市场竞争力。

王强进行了成本分析:“在人工成本方面,岳西县的两个工厂总体上能够节省大约20%,加之当地政府为返乡企业家开设工厂提供的各项优惠政策,综合考量,总体成本显著降低。”此举不仅实现了降本增效,还带动了当地居民就业。王强表示,仅岳西县的两家工厂就吸纳了近100名员工,年工

资支出超过1000万元。王永中是古坊乡本地人,已在公司担任裁剪工六年之久。他每月能稳定获得7500元的工资。对王永中而言,在家乡就能找到一份高薪工作,无需远赴他乡,这让他感到非常满意:“在工厂中,从事计件工作的缝纫工人每月能赚取大约4000元的工资。他们都是本地村民,上班路程仅需十到二十分钟,这让他们能够兼顾家庭,實在是再理想不过了。”

随着长三角一体化发展战略的深入推进,物流速度也得到了显著提升,这进一步增强了王强公司产品的市场竞争力。王强说:“岳西县的两家工厂承担了绝大多数内销商品的生产任务。顾客通常通过线上网店订购商品,订单接收后,我们的货品也需

要通过物流配送。一般而言,苏浙沪及周边地区的顾客两天内肯定能收到货品,而距离稍远的广东深圳等地,货品也仅需三天即可送达。”

近年来,王强的企业通过技术革新、产品升级等手段,持续增强自身的竞争力,展现出强劲的发展势头,在激烈的市场竞争中稳固了地位,订单源源不断。公司的产品不仅在国内市场销售,还远销至美国、德国、英国等国家。“外销订单一般都是在浙江接单,我们通过总体调配,决定由哪个工厂来生产,这样一来就能够快速地将外贸订单生产出来,增强自身的竞争力。”王强介绍,几家工厂外贸销售额每年稳定在4000万元左右,发展前景广阔。(全媒体记者 付玉)

育婴技能培训

3月31日,在望江县就业创业培训服务中心,回龙街道正组织辖区村(居)的妇女参与再就业育婴技能培训。

多年来,该街道与妇联和人社部门紧密合作,持续开展包括育婴、养老、厨师、美容美发等技能培训,成功助力百余名妇女掌握了就业技能,开展“送岗位、送政策、送技能”等就业服务活动,确保辖区零就业家庭动态清零,多措并举全面落实各项就业政策,推动更高质量的创业就业。

全媒体记者 黄有安
通讯员 吴珊 摄



金蕊摇风 铺展振兴新卷

春回大地,宿松县高岭乡的广袤田野宛如被大自然打翻了颜料盘,大片大片金黄的油菜花肆意绽放,绵延成无限的花海。

大户领航 点燃产业发展“新引擎”

高岭乡精准锚定特色农业发展方向,将油菜种植作为推动农业增效、农民增收的关键突破口。“咱们这儿的土地,肥沃得很,光照也特别充足,种油菜那是再合适不过!”枫林村种粮大户汪旺水站在田边,眼神中满是对这片土地的信心与期待,他率先签订了油菜种植协议,众多农户纷纷响应。高

岭乡乘势而上,积极推动合作,目前已成功签订66份油菜种植合同。每份合同都细致明确了双方权利义务,从种植面积的精准规划,到技术指导的专业保障,再到收购价格的稳定承诺,每一个关键环节都有章可循,让农户吃下“定心丸”,为油菜产业规模化、规范化发展筑牢根基。

科技加持,筑牢农业丰收“压舱石”

为了让油菜种植实现高产优产,高岭乡组建了一支由资深农技专家组成的服务团队,从油菜播种的第一天起,农技人员便开启全程守护模式。他

们密切关注油菜的每一丝变化,定期深入田间,详细记录油菜生长数据,根据不同生长阶段的需求,为农户量身定制科学的种植方案。在病虫害高发期,他们加大巡查频次,背着药箱穿梭在花海,现场示范防治技巧,手把手教农户如何科学用药、精准防控。通过面对面交流、手把手指导,农户们的种植技术不断提升,油菜产量与品质节节攀升,为农业丰收奠定了坚实基础。

农旅融合,绘就乡村振兴“新画卷”

春风暖,菜花黄,高岭乡的油菜花田摇身一变成成为热门旅游打卡地。漫

山遍野的油菜花竞相绽放,金黄的花海与错落有致的农舍、蜿蜒的乡间小路相互映衬,构成如诗如画的美景,吸引了大批游客慕名而来。游客们漫步花海,沉醉在花香中,拍照留念,享受着远离城市喧嚣的惬意时光。“以前只想靠着种地赚点辛苦钱,没想到油菜花还能带来这么大的旅游效益,这日子真是越过越有盼头!”农户孙四付望着眼前热闹的场景,脸上洋溢着幸福的笑容。油菜花不仅是丰收的象征,更成为连接农业与旅游业的桥梁,实现了“农业+旅游”的深度融合,绘就出产业兴旺、生态宜居、生活富裕的乡村振兴壮美画卷。

全媒体记者 付玉 通讯员 黄禾

亲,您的心脏还好吗?

刘 青

心脏是人体最重要的器官之一,它日夜不停地跳动,为全身输送氧气和营养。然而,现代生活方式和环境的改变,使得心脏病疾病成为威胁人类健康的头号杀手。据统计,中国每年因心血管疾病死亡的人数高达数百万。因此,了解心脏健康的重要性,掌握保护心脏的方法,是每个人都应该关注的话题。

心脏的结构

心脏由4个腔室和4组瓣膜组成:

左心房:接收从肺部来的富含氧气的血液。

左心室:将含氧血泵入全身(收缩力最强)。

右心房:接收全身回流的缺氧血液。

右心室:将缺氧血泵入肺部进行气体交换。

瓣膜:控制血液单向流动(如二尖瓣、主动脉瓣等),防止倒流。

心脏供血:心脏自身也需要血液供应,由冠状动脉负责(若堵塞会导致心梗)。

心脏健康的标准

判断心脏是否健康,可以从以下几个方面入手:

脉搏:正常成年人的脉搏为每分钟60-90次,节律整齐。过快或过慢都可能是心脏问题的信号。

血压:理想血120/80mmHg 血压过高会增加心脏负担,长期可能导致心脏病变。

舌头与面色:心脏健康的人舌头红润、柔软,面色明亮红润。如果舌头暗紫或面色发暗,可能是心脏功能受损的表现。

心脏健康的危险因素

睡眠问题:每天睡眠时间不足6小时或超过9小时,都会增加心血管疾病的风险。睡眠不足会升高血液中的炎性物质,而睡眠过多则可能导致血管钙化。

气温变化:极端气温(过冷或过热)会加重心脏负担,增加心肌梗死和冠心病的风险。

慢性疼痛:持续超过4周的慢性疼痛会导致焦虑、失眠等问题,间接影响心脏健康。

空气污染:长期暴露在污染空气中会引发肺部炎症,进而损害心血管系统。

不良生活习惯:吸烟、饮酒、高盐饮食、缺乏运动等都会增加心脏病的风险。

常见心脏疾病

高血压:长期高压损伤血管和心脏,增加心衰、心梗风险。

冠心病:冠状动脉粥样硬化导致供血不足,引发心绞痛、心肌梗死。

冠状动脉狭窄或堵塞,导致心肌缺血(心绞痛),严重时引发心肌梗死。

心律失常:心跳过快(如房颤)、过慢或紊乱,可能引发头晕、猝死。

心力衰竭:心脏泵血功能下降,出现呼吸困难、下肢水肿等。

心脏病常见的症状

胸闷、胸痛(心脏病最常见的症状)、心悸气短、乏力等。严重时可能出现心绞痛、晕厥甚至猝死。这些症状可能在活动、劳累或情绪激动时出现,也可能在安静时发生。如果出现这些症状,应立即停止活动,休息并尝试缓解症状。同时,建议您尽快就医,以便得到专业的诊断和治疗。

保护心脏的方法

健康饮食:多吃红色食物(如红豆、西红柿)蓝莓、猕猴桃和富含不饱和脂肪酸的食物(如苏子油),减少高盐、高脂肪食物的摄入。

适量运动:避免长时间久坐,每天进行30分钟的有氧运动(如快走、慢跑),可以增强心肺功能。

良好睡眠:保持每天6-8小时的睡眠时间,避免熬夜。

情绪管理:保持平和的心态,避免

过度焦虑和悲伤,这些情绪会加重心脏负担。

定期检查:尤其是高血压、糖尿病等高危人群,定期进行心电图、心脏彩超等检查有助于早发现心脏疾病。

心脏疾病的预防与治疗

预防措施:戒烟限酒、控制体重、避免过度劳累,是预防心脏疾病的关键。

治疗方法:对于严重的心脏病患者,可以通过介入手术、射频消融术、安装人工心脏起搏器等来改善病情。

心脏健康的日常小贴士

拍手:经常拍手可以刺激心脏经络,促进血液循环。

踮脚尖:每天踮脚尖20-30次,有助于为心肌提供足够的氧气。

静坐调息:每天静坐10-20分钟,深呼吸有助于放松心脏。

心脏健康是生命健康的基石。通过科学的生活方式、合理的饮食和适量的运动,我们可以有效预防心脏疾病,保护这颗“生命的发动机”让我们从今天开始,关注心脏健康,为自己和家人创造一个更美好的未来!

(作者单位 安庆市立医院)



新闻传真

早稻育秧忙 不负好春光

本报讯 田野春潮涌,春耕正当时。眼下正值早稻播种育秧的黄金时节,在桐城市孔城镇陷泥村,种植大户汪祚银正带领工人们有条不紊地开展优质稻育秧育苗工作,为全年粮食丰产丰收打下坚实基础。

4月2日,走进汪祚银的育秧基地,只见工人们熟练地操作着育秧播种流水线,从铺盘、撒土到播种,各个环节一气呵成。

“现在气温回升,正是育秧的好时机,我们必须争分夺秒,才能确保秧苗按时移栽。”往年汪祚银都是直播种植,出苗不齐,稻田整体产量低。今年汪祚银采用育秧种植。”

由于当地田块普遍狭小分散,只能采用传统人工育秧方式。采用人工点播方式,使用软盘育秧,可以较好地调节土壤水分,促进和控制秧苗生长,有助于后期的田间管

理。同时,传统的人工作业也为周边提供了一定的就业岗位。

“现在是备耕的季节,大户叫我们帮他干活,150元一天,哪里有需要,大户都会叫我们去做,挣家用的同时也照顾了家里。”工人伍先民笑呵呵地说道。

汪祚银的育秧工作只是当地春耕备耕的一个缩影。孔城全镇有15户大户正在开展自育工作,截至目前已育秧9000亩。

孔城镇长发种植业合作社采用温控大棚育秧,将制作好的秧盘放在大棚里面一一摆放齐整,在当地农技员的指导下调节大棚湿度、温度,催芽。大棚育秧正好避开3月底“倒春寒”的影响,提高了水稻秧苗素质和成苗率,为再生稻高产稳产打下了好基础。

(全媒体记者 查灿华 通讯员 伍素敏)

清明祭英烈 赓续红色志

本报讯 4月3日上午,桐城市大关镇开展“赓续·2025·清明祭英烈”活动,活动组织机关党员干部、入党积极分子前往胡埠村,庄重祭奠革命烈士倪宪章。

在倪宪章烈士墓前,气氛庄严肃穆。全体人员怀着崇敬的心情,缓缓向倪宪章烈士墓敬献花篮。花篮上的缎带随风飘动,寄托着大家对烈士的无尽追思。众人整齐站立,深深鞠躬致哀,向革命烈士致以最深切的缅怀和最崇高的敬意。随后,在鲜红的党旗前,全体人员共同重温入党誓词。

倪宪章烈士出生于桐城卅铺,年少时进入桐城中学读书,早早接受了马克思主义启蒙教育,满怀热忱地积极投身社会活动和团组织活动。1927年,大革命遭受严重挫折,在这风云变幻、革命形势严峻

的时刻,倪宪章毅然决然地加入中国共产党,自此将自己的一生与党的事业紧紧相连。他先后担任康家堰、吕亭、三十里铺党支部书记,在艰难的环境中,始终坚守初心。欧家岭起义失败后,皖中红军独立团突围部队被迫化整为零,分散行动。倪宪章在桐北一带继续坚持斗争,不幸于草鞋店被反动派逮捕,最终被残忍杀害于大关街,生命永远定格在了39岁。

聆听完倪宪章烈士的生平事迹,大家深受触动,纷纷感慨:“在这清明时节,缅怀先烈,让我们更加深刻地意识到如今幸福生活的来之不易。我们定会继承革命烈士的遗志,坚定理想信念,发扬斗争精神,在本职岗位上苦干实干,发光发热。”

(通讯员 丁仕琪 全媒体记者 许娟)

文明寄哀思 鲜花祭清明

本报讯 清明节期间,怀宁县黄龙镇通过献一束花、清扫墓碑等方式寄托哀思,将文明祭扫的新风吹进千家万户。

黄龙镇组织镇村干部、网格员、志愿者线上通过村居微信群、大喇叭,“乡村夜话”“板凳会”“敲门行动”等多种方式,向群众科普宣传传统燃烧祭祀活动对生命安全和生态环境的危害,详细讲解文明祭祀的好处,倡导群众用鲜花祭祀、清扫墓碑、植树活动、家庭追思等现代文明方式来表达慎终追远的感情,让“保护环境、文明祭扫”的理念深入人心。

黄龙镇组织平安办、综合执法大队、市监所等部门成立2个工作专班,规范祭祀用品生产、销售市场。清明期间累计检查商户25家,出动执法人员20余人次,宣传教育

商户40余人次。随着文明祭祀、绿色“清明”渐入人心,越来越多的商户、超市等以售卖祭祀鲜花代替不易降解祭祀用品,不少群众通过线上预订和线下选购的方式提前预订白菊、黄菊清明节花束,既表达了对亲人的哀思,又方便环保。

结合实际情况,黄龙镇设置森林防火暨文明祭祀宣传卡口11个,安排志愿者在各卡口开展宣传劝导志愿服务活动,同时,在镇公墓入口,志愿者们将鲜花送给清明祭祀群众,劝导他们舍弃使用香烛纸钱、塑料花、锡箔制品等祭祀用品,避免引起火灾和环境污染。截至4月4日,各卡口累计发放鲜花600余支,换取塑料花300余支。

(通讯员 刘泉 全媒体记者 许娟)

织牢森林防火“安全网”

本报讯 为切实做好森林防火工作,望江县凉泉乡积极行动、多管齐下,全面落实各项防火措施,织密森林防火“安全网”,全力守护森林资源和人民群众生命财产安全。

凉泉乡采用线上线下相结合的宣传方式,线上利用微信群、钉钉群发布森林防火科普文章与视频;线下在集镇、屋场、防火卡点等区域悬挂宣传标语,进驻张贴政府令,入户、进校园发放至广大群众的一封信。发动商户在电子显示屏上循环播放防火标语。截至目前,已悬挂横幅80条,发放一封信4000份,安排宣传车150台。

该乡组建专业巡查队伍,每日开展常态化巡查工作。重点检查林

区内是否存在违规用火、祭祀用火等行为,及时发现并消除隐患。同时,在林区主要路口设立固定卡点13个,乡、村、组安排专人在防火卡点值班值守,对进山人员和车辆进行检查,严禁携带火种进山入林。截至4月5日,共出动巡查人员500人次,发现并整改隐患2处。

为提升应急能力。凉泉乡加大森林防火装备投入力度,配备消防车1台、抽水泵2台,风力灭火机22台、灭火水枪15套、打火工具230把、防护装备80套、卡刀50把等,每日对各类防火装备进行检查和调试,确保装备性能良好、随时可用。

(通讯员 赵荣荣 全媒体记者 汪秀兵)