

天气逐渐暖 市民健身忙

□本报记者 李政孚

近几日,我市气温不断上升,春天的气息愈加浓烈,人们纷纷从室内走出来锻炼身体,享受醉人的春意。

清晨广场舞人数增

清晨,在阳光广场记者看到,这边,一群人在绕着广场徒步或跑步;那边,几队广场舞人群在不亦乐乎地跳着。晨练人群中年龄较大的占锻炼的绝大部分,虽然气喘吁吁,但人们仍旧享受着清晨清新的空气,脸上都洋溢着灿烂的笑容。来跳广场舞的张大妈说:“天气越来越暖和了,出来锻炼一下,挺舒服的,一天都精神!”市民王大哥也说:“年纪越来越大了,趁着天气暖和赶紧锻炼锻炼,身体好,心情也好!”站在广场放眼望去,晨练的人们成为清晨城市的一道美丽风景线。

健身器材无空缺

不仅广场舞和徒步的景象十分热闹,广场的各种健身器材上也无空缺,都是前来锻炼的人们。这边,两个孩子在比谁的动作做得更多更快;那边,老两口边锻炼边聊天,好不热闹。来锻炼的陈先生说:“健身器材挺锻炼身体的,身体的每个部位都能得到锻炼,多做点运动,身体会更好!”市民赵大姐停下正在做的运动气喘吁吁地跟记者说:“早晨出来,在健身器材上做运动,不仅可以锻炼身体,还可以愉悦心情,挺好的!”这边人们在健身器材上尽情地做着运动,那边陀螺在旋转,轮滑在进行,抬起头,风筝在空中飞翔……广场上各种运动进行着,如同一场盛大的运动会,场面十分热闹。

清晨锻炼益处大

据了解,清晨锻炼对人体的益处非常大。据白城中心医院专家介绍,晨练不仅可以提高免疫力,还能增强身体素质和肌肉力量,缓解心理压力和改善精神状况。晨练中,广场舞可以锻炼人们四肢的灵活性,球类运动还可以锻炼身体的协调性和手脚的反应能力,其他运动也都有很多好处。但是,需要注意的是,晨练方式要因人而异,要选择适合自己的锻炼方式,科学合理锻炼,从而增强体质,达到锻炼身体目的。



关注

3月6日,吉林省小品诗研究会第一次会员代表大会,在长春市绿园文化大厦隆重召开。吉林省小品诗研究会是中国小品诗创始人、白城籍著名诗人王殿芳发起的。经吉林省民政厅批准,由吉林省文联主管的学术性群众组织。

王殿芳在会上作了发言。她说,感谢吉林省文联和吉林省民政厅给予小品诗的肯定和支持。时代突飞猛进向前发展,社会深化改革,呼唤创新,文学领域也不例外,没有创新就没有发展。独树一帜、独具特色、自成一格的小品诗,是个新生事物,通过

吉林省小品诗研究会成立

小品诗研究会,集思广益,共同努力,定会更加成熟与完善。运用雅俗共赏、幽默风趣的小品诗,弘扬真善美,黜挞假恶丑,成为社会主义精神文明建设的正能量生力军。

大会通过了《吉林省小品诗研究会章程》,选举产生了理事会,选举王殿芳为名誉会长、朴连生为会长、黄秀林为秘书长、理事

20人。聘请张顺富、于笑然、刘殿芳为顾问。

省、市文艺界的领导、专家到会并讲话。最后,会长朴连生作了表态发言。他说,小品诗的出现和小品诗研究会的成立,开拓出了当代诗歌的一条新路。希望小品诗研究会全体会员携手共进,为中华民族诗文化创新而努力奋斗! (本报记者 汪伦)



连日来,通榆县市场监督管理局积极组织人员,加强对农资市场的监管,主要检查农资经营者进货台账、质量承诺(包括“两账两票一卡一书”和化肥市场“一票通”制度)等,严禁假冒伪劣农资商品流入市场。

杜克峰 本报记者张殿文摄

砸车窗偷小钱 巧布控苦蹲守 擒贼当场 东躲西藏

□成治国

2015年6月22日,镇赉县镇赉镇居民裴某来到公安机关报案称,自己昨晚停放在自家小区停车场的白色宝马X6越野车副驾驶车门玻璃被砸碎,档杆后面扶手箱里的60余元现金被盗,副驾驶前面仪表台上储物箱被敲坏。

镇赉县公安局刑侦大队城镇中队对此案展开了调查,通过走访小区群众,查看小区监控录像,很快发现了重点人形,经过进一步排查,判定镇赉县东屏镇居民郭某有重大作案嫌疑,且郭某为社会闲散人员,居无定所,案发后不知去向。2015年12月31日,镇赉县公安局将郭某上网通缉。

前不久,镇赉县公安局刑侦大队获得线索,有人看到郭某在镇赉镇庆安小区出现过。得到这一线索后,刑侦大队副大队长周新带领民警赶赴现场,对郭某进行抓捕。因为不知道郭某的具体住址,周新便带领民警守住庆安小区的出口,决定来个守株待兔。

下午3时许,有一名很像郭某的男子从一个单元门走出去,民警鲍元生、郑龙慢慢靠上去,前后夹击,将这名男子控制,并确认该男子正是被上网通缉的郭某。经讯问,郭某对其砸车偷钱的犯罪事实供认不讳。

面锦旗,可赵丹妮却说:“大爷,有做锦旗的钱,您老买点补养品,比锦旗更让我们安心,这个钱千万别花。”

面对未来,杨立业和赵丹妮希望他们的诊所能在建立标准化、精致化的先进口腔诊疗机构的同时,把更多的爱播洒向社会,让每一个人都拥有一口健康的牙齿,回馈承载他们创业梦想的白城人民。这对80后的年轻知识分子以火热的内心拥抱着白城这片土地,心怀大爱,永远站在患者的角度,为患者着想。他们的爱也许只是点滴细流,但他们却能把这点滴之爱融入社会,汇细流成大海,润泽大地。

大安市国税局加强新常态下的税收征管工作

今年以来,大安市国税局采取措施加强新常态下的税收征管工作。

主动适应新常态。该局一方面科学研判税收形势,积极应对,做好新常态下的组织收入工作。另一方面在“营改增”等税制改革的形式下,要增强大局意识和忧患意识,立足管理促增收,强化收入预测,深化税收分析,

分析增收点,找准漏征点,挖掘潜力点,提高收入质量,确保圆满完成收入目标。

注重重点税源分析。将重点税源作为税收分析的主要对象,实施动态跟踪监管,定期深入重点税源企业进行实地调查,对其历史发展情况、当前经营情况、涉税政策运用情况、财务管理及缴税入库情况等进行深入细致

的分析,确保准确掌握重点税源户的生产经营情况及税收收入增减变化情况,切实增强对重点税源户的控管能力。

着力提高税务人员的自身素质。针对干部现有素质能力同新常态下要求不相适应的问题,全面加强干部培训,力争将岗位练兵与外出培训有效结合起来。积极开展风险应对案例教

(上接一版)

如果说为幼儿上门服务是杨立业夫妻自己想到的公益项目,那么参加市、区两级卫生部门组织的爱牙宣传活动,他们夫妻也总是乐此不疲,积极主动参加,尤其是每年9月20日的爱牙日,海明路步行街上总能看到杨立业夫妻的身影。在爱心奉献中,杨立业的做法得到了妻子赵丹妮的大力支持。毕业于北华大学口腔医学专业的赵丹妮非常支持杨立业的选择,无论是离开省城来到白城,还是艰苦创业,她给予了丈夫杨立业最大的支持,并成为他的助手和事业伙伴。

2013年,杨立业夫妻双双加入农工党。成为农工党党员后,杨立业夫妻更是发挥所长,利用自己的口腔医学专长,在农工党白城市委的组织下,有针对性地为更多群众服务。在“国际科学与和平周”、“中国环境与健康宣传周”等活动中,杨立业和赵丹妮深入到幼儿园、学校为师生做口腔健康检查,并向师生赠送了保健牙刷和护牙器具,并进行口腔护理的宣教工作,更有针对性和实用性。

在杨立业和赵丹妮的诊所里,患者络绎不绝,痊愈的患者感激之情溢于言表。一位老人刚刚诊治完,他说想送给诊所一

百姓公认

中医治胃肠

白城博爱医院

不插管无痛胃肠检查30元

活动时间:4月1日-4月15日

6103222

幸福南大街(暨骨医院旁)

815519266

0436—

3323838