

# 诸葛镇面向全国招募运营商

5月31日,“乡”约诸葛“营”得未来——乡村运营在诸葛镇首届乡村运营商招募大会在万安山山顶公园举行。洛阳市农业农村局党组成员、副局长于红杰,洛阳市乡村振兴局党组成员、副局长张建新,区领导马少军,区直相关单位负责人参加。

杨沟的富硒小米养胃又可口,西棘刺的网红鸽子订单遍全国,倒盖村的特色蟠桃采摘即售罄……仪式现场,来自洛阳广播电视台的八位主持人化身诸葛镇各社区农副产品代言人,盛情向大家推介诸葛镇各社区的特色产业和优质农副产品。

产品。乡贤代表、社区党支部书记也纷纷走上舞台,为家乡代言。通过网络直播平台向广大网友推介诸葛镇得天独厚的区位优势。

活动现场,诸葛镇政府与龙山野奢高端民宿、跃龙谷高端民宿、刘沟沟域民宿一条街、四星级酒店、刘窑沟域开发、万安山玉川茶仙小镇等6个乡村运营项目进行集中签约。

诸葛镇历史文化厚重、乡村资源禀赋突出、交通区位优势便捷,近年来基础设施不断完善,村庄建设卓有成效,形成了

“一村一品”或“一村多品”的农业产业发展新局面,具备乡村运营的基础条件。此次活动面向全国招募乡村运营商,希望借此机会把新的理念、新的模式、新的业态引入乡村,以市场理念、市场思维、市场机制开展乡村运营,在运营中优化产业布局、盘活闲置资源、规范乡村治理、传承乡土文化、保护生态宜居,将辖区内乡村资源优势、生态优势转化为经济优势、发展优势,在与乡村资源的“嫁接”中,唤醒沉睡资源,带动乡村价值整体跃升,促进诸葛镇农业高质量、乡村宜居宜业、农民富裕富足。(张若含)



## 90后投资400万创业做自媒体是种什么体验?

在伊滨,投资400万元创业做自媒体是种什么体验?

韩阳阳,一个有着海外留学、杭漂4年经历的90后。作为一家合伙自媒体公司的主理人,他每天上午8点准时出门,驱车来到距家30分钟车程的中德产业园上班。

去年,韩阳阳和朋友合伙在中德产业园自购600平左右办公场地,创办了一家名为“果仁文化”的传媒公司。

这是韩阳阳第一次创业。刚回国那年,韩阳阳气宇轩昂,满怀憧憬地去了全国著名电商集聚地——杭州,想靠自己的努力做出一番事业。起初,他在一家电商公司做运营。初入职场,不善交际的他处处碰壁,用他的话说“生活总是不断教人成长”。经过不懈努力,他渐渐在公司站稳脚跟,半年后已经能独立负责运营项目,一年时间升任项目主管,期间曾多次带领团队荣获最佳团队奖。但随着年龄增长,在外漂泊的他始终没法安定,于是在2022年底果断选择了裸辞,回到家乡洛阳。

杭州的工作经历是韩阳阳的创业启蒙。“每个行业都存在一定信息差,谁能抢先利用信息差,谁就能抢占先机一步。”韩阳阳说。眼下,洛阳正着力建设青年友好型城市,伊滨区青年创业氛围十分友好,越来越多青年人纷纷回到家乡创业。“我也想抓住这个难得的机会,实现自己的创业梦想。”

回到洛阳后,韩阳阳瞄准了伊滨科技城未来发展潜力,经过多方考察,将公司选址定在中德产业园。“加上前期装修,总共投入约400万元。”

目前,“果仁文化”传媒公司主要业务是短视频代运营,前期将在洛阳免费帮助一些商家做IP孵化,后期会把直播带货作为主营业务之一,进一步实现公司增收。“去年冬天,我们尝试做了雪地靴销售,在直播带货上小试身手,销量还不错,今年想大干一番。”经过近一年的视频拍摄、短视频IP孵化、自媒体运营,韩阳阳更坚定了深耕洛阳新媒体行业的决心。

有人说“2023年玩自媒体已经晚了!”也有人说“你们是富二代创业,瞎整着玩的……”创业以来,韩阳阳也收到了不少质疑声。但是,策划选题、思考拍摄、出境直播、与粉丝互动、读数据、看流量……作为自媒体创业者,韩阳阳的每一天并没有大家想象的那么轻松。工作之余,他还将公司内部硬件设施环境、自身创业经历和心得体会等通过短视频vlog的形式呈现给大家,并一一解答粉丝疑问,作为应对质疑声音的最好回应。

与老一辈传统企业“埋头苦干”式创业相比,韩阳阳的自媒体创业主打一个“敢拼敢玩”。在忙碌的工作之余,他会不定期组织团队开展团建活动,离公司仅有2公里的中央公园成为了他们休闲娱乐的绝佳场所,平时来这里露营、游戏成为了他们放松心情的一种方式。

在韩阳阳的带领下,果仁团队已经融合了洛阳两家比较权威的短视频公司,并帮助上百家中小企

业解决短视频运营、账号IP搭建难题。仅团队前期发布的几条短视频,在全网就有近40万的播放量。账号后台陆续收到上百条商家关于解决自媒体营销方案的私信,一张张订单蜂拥而至……

“当下的时代人人都是自媒体,推动传统商家公司运营线上结合,会是新的发展趋势。”韩阳阳相信,青春不负梦想!通过努力,果仁文化,在洛阳,在伊滨,一定会有新的启程。(刘璐)



## 冠军诞生! 我区讲解员大赛圆满落幕

伊滨讯 6月9日,由区宣传文旅部主办的“我为伊滨代言”讲解员大赛决赛在双创会客厅圆满落幕。区领导马亚军、朱亚强出席活动。

初赛环节,来自四镇、区直单位、区属国有企业等103名选手同台竞技,用生动的语言、独特的视角、真挚的情感,结合自身经历与深切感受,声情并茂地阐述了“风起伊滨、勇立潮头”的时代风貌。经过激烈角逐,最终有22名优秀选手脱颖而出,进入决赛环节。

决赛舞台上,参赛选手们通过PPT课件、短视频等形式,绘声绘色地向大家展示伊滨这座产业现代、创新涌动、生态优美、民生幸福的活力之城,赢得了评委和观众热烈的掌声。大赛评委从参赛选手的仪容仪表、语言表达、技巧运用、讲解内容等方面现场打分、综合评定,共评出一等奖2名、二等奖3名、三等奖5名。

本次比赛,选手们相互学习借鉴,进一步提高讲解能力,提升讲解效果,更好地用声音传播好伊滨故事,用实际行动践行好伊滨风采,为魅力伊滨增添光彩。(董浩)

## 伊滨住建领域“安全生产月”活动启动

伊滨讯 6月7日,区住建局组织召开2023年“安全生产月”启动仪式暨安全管理培训活动,进一步推动参建项目树牢安全发展理念,落实安全生产责任,助推伊滨高质量发展。区党工委委员、管委会副主任何晓刚参加。

会议传达了学习了《2023年全区住建领域“安全生产月”活动实施方案》《关于进一步加强全区建筑工地消防安全专项整治工作的通知》,通报了近期安全生产检查反馈问题及整改要求,对安全生产月活动和安全生产专项整治工作进行安排部署。

会议要求,要加强组织领导,明确任务分工,周密安排部署,确保层层有人抓、事事有人管;要突出活动主题,以活动促工作,以活动稳安全,切实防范化解重大风险,夯实安全基础;要总结活动成效,及时报送工作进展,以高度的政治自觉、思想自觉、行动自觉,抓紧抓好专项整治工作。

下一步,区住建局将进一步普及安全知识,提升应急水平,筑牢安全生产责任,通过积极开展各项活动,加大执法检查力度,综合运用停工整改、警示约谈、通报批评等处罚措施,始终保持高压态势,为全区建筑领域高质量发展贡献力量。(王阿虎)

## 我区召开“乡村振兴河南专场”活动动员部署会

伊滨讯 6月8日,全区2022年乡村振兴河南专场“99公益日”活动总结表彰暨2023年“乡村振兴河南专场”活动动员部署会举行。区党工委委员、科技城管委会副主任史晓晓,区人大工委二级调研员、区慈善协会常务副会长和红梅、区慈善协会会长张耀民参加。

会议传达了学习了全区2023年乡村振兴河南专场活动方案,对2022年乡村振兴河南专场暨“99公益日”活动中涌现出的先进单位、先进个人、爱心企业等进行表彰。全区17个单位、19家爱心企业、13名先进个人、5个优秀组织受到表彰。李村镇作经验交流发言。

会议指出,慈善事业是社会文明进步的重要标志,是社会保障体系的重要组成部分,是加快推进中国式现代化的重要力量,要认真学习宣传贯彻党的二十大精神以及习近平总书记关于慈善工作的重要论述,深刻认识慈善事业对于推进共同富裕、完善社会保障、加强社会治理、弘扬优秀传统文化的重要意义,把满足人民群众对美好生活的向往作为慈善工作的奋斗目标,主动融入全区中心大局。

会议强调,要依法依规,营造浓厚氛围。强化法治思维,严格贯彻落实《慈善法》等法律法规,依法依规开展募捐活动,并切实履行信息公开责任,及时充分公开慈善资金的募集、管理和使用情况,接受行政监督、社会监督和舆论监督,为伊滨创建“首善之区”增光添彩。(倪睿 牛牧霖)

## 艾草喜迎丰收季 集体致富有奔头



风来蒿气如薰。6月6日,寇店镇干村社区集体经济合作社艾草种植基地,绿油油的艾草在风中摇曳,缕缕艾香扑面而来,沁人心脾,伴随着收割机的轰鸣作响,田野间呈现一派丰收的好景象。

干村社区党支部书记高新民正在田间指挥收割,他不时抱起一捆艾草,脸上写满了丰收的喜悦。“今年雨水足,艾草长势好,是收成最好的一季。艾草一年能收三茬,这是今年的头茬,亩产大概500公斤。合作社今年种了400亩,能为集体增加收入40万元左右。”提起种植艾草的收益,高新民信心满满。

艾草是多年生草本植物,市场前景好,且种植技术简单,便于管理,不仅使干村社区特色种植产业得到了发展,也让周边群众有了在家门口务工挣钱的机会。“艾草收割后,经过4—5天的田间自然晾晒,打捆机人地打捆

后,就由附近的艾草加工厂直接收购。”高新民说。

近年来,寇店镇大力调整农业产业结构,利用艾草易管理、产量高、一年可多次采摘等特点,引导各社区种植,促进农业增效,助力农民增收。干村社区艾草种植正是寇店镇调整产业结构、促进农民增收的缩影。该社区种植艾草已有七个年头,采取“社区党支部+集体经济合作社”模式,发展艾草种植。经过多年的种植管理,该社区积累了丰富的艾草种植管理经验,已经形成了“一村一品”特色产业。

下一步,干村社区将以“五星”支部创建为契机,明确“产业发展带动乡村振兴”发展思路,积极谋划产业布局,持续壮大集体经济,全力打造“干村艾草”品牌,编织艾草种植、加工、销售的产业链条,带领社区居民昂首阔步迈向振兴道路。(朱海丽)

## 田间地头的“志愿红”

李村镇“三夏”生产现场,随处可见身着红色志愿马甲的志愿者。他们活跃在田间地头、农户粮食晾晒场地,帮助广大农户收割、运输、晾晒小麦,成为夏日里一道别样的风景。

连日来,李村镇各基层党组织纷纷召开“志愿服务践初心、护航‘三夏’保丰收”为主题的主题党日,社区党员干部、驻社区第一书记、普通党员、入党积极分子纷纷走进田间地头,开展志愿服务活动,助力打赢夏粮抢收攻坚战。

石罢社区党支部书记姬江峰带领社区干部,提前到207国道联系收割作业车辆,社区两委干部包组包户包地块,协调车辆迅速有序收割。同时,社区还成立了以党员志愿者为主体的运输志愿服务队,组织运输车辆3台,深入田间地头,助力社区

群众抢收小麦。

新民社区党支部组织了一支15人的夏粮抢收小分队,积极联系收割机,安排专门农机车辆帮助群众运送小麦,确保颗粒归仓。

方建华是区政法信访部驻袁沟社区第一书记。近段时间以来,他和社区党支部书记吴金彩一起,带领社区干部每天早上6点准时来到田间地头,组织协调机械车辆抓紧抢收;组建雨前抢收小分队,带头帮助群众收割小麦;主动上门走访困难户、老人户和家中缺少劳力户,帮助群众解决生产、晾晒等问题。连续多天,方建华都是忙到凌晨2点多才回家休息。6月3日下午,袁沟社区小麦全部收割完毕。方建华又走进社区居民袁跃

军、袁继高等25户脱贫户家里,逐户核实种粮面积、收粮入仓等情况,帮助贫困户算清收入账,谋划“三夏”生产计划……

魏小芳是魏村社区今年刚转正的新党员。在社区第一时间成立“三夏”生产志愿服务队后,她主动请缨,为外来农机作业人员提供饮水、食宿保障,全天候保姆式服务。居民代表魏宏克,以前经营过一段时间联合收割机,有丰富的农机维修作业经验,他积极协助农机手排除突发故障。居民魏荣贵,利用自己家三轮车,免费为困难群众以及在外务工无法返乡而缺乏劳动力的居民运送小麦达70余车次……

今年“三夏”期间,李村镇共成立45支党员志愿服务队,已帮助群众收割麦子13000余亩。(吉雅致)

### 健康科普

### 注意这些健康误区!

误区一:做菜多放油盐,味道好

为了做出好吃的饭菜,很多人都喜欢多放油和盐。随着年龄增大,家中长辈的味觉开始退化,做菜时加的盐就更多了。其实,盐吃多了对健康危害很大。大量的研究发现,钠摄入过多会增加高血压、脑卒中等心脑血管疾病以及胃癌等癌症的发病风险。一项覆盖195个国家和地区、有关饮食结构造成的死亡率和疾病负担的研究发现,中国因饮食问题引发的死亡数据中,排在第一位的就是钠摄入太高,也就是盐吃得太多了。

误区二:不吃肉蛋,防三高

“三高”是引起心脑血管疾病的重要原因。不少人认为预防“三高”不能吃油,甚至不能吃肉,这种认识过于片面。适量吃油不仅能提供人体所需的脂肪酸,促进人体吸收维生素等有益物质,还能预防胆结石。即便是节食减肥的人群,每天也需要至少摄入20克膳食脂肪。蛋白质是身体必需的营养物质,不仅是细胞构成的要素,也是身体能量的来源之一。建议每天吃一个鸡蛋,即便是高血脂患者,也可以适当摄入胆固醇。

误区三:水果太贵,舍不得吃

新鲜的水果含有丰富的胡萝卜素、维生素C和维生素E。胡萝卜素能保持人体组织器官的健康,维生素C和维生素E可延缓细胞老化。此外,水果普遍含有膳食纤维,具有促进胃肠蠕动和代谢废物排出、预防便秘的功效。因此,适当吃水果对保持身体健康、预防衰老都是有好处的。(来源:河南疾控)