

秋天,在这些景区释放活力

丰收的金秋,各种美食轮番登场,大家是不是都已经贴上秋膘了?瞅着蹭蹭上涨的体重别愁,咸宁这些景区里有各种“运动指南”,吃饱喝好迈开腿,健康生活有滋味!

第一站:室内滑雪嗨翻天

想体验滑雪,现在在咸宁已不是件难事,际华冰雪·香城滑雪场,约3.9万方的整馆面积,豪华配置堪称华中室内滑雪场No.1!会玩的潮人们早就买好了早鸟票。

不管是什么样的滑雪装备,滑雪装备商店里应有尽有。

滑雪区大体分为娱雪区和滑雪区,滑雪区有初级、中级、高级三条赛道,还有儿童雪道可供游玩;娱雪区约2900平方米,包括南极科考站、南极乐园、“雪龙号”科考船、破冰之旅等娱乐项目。

看各路滑雪大神们在雪道上演现实版“速度与激情”,想学的话,场上滑雪教练一对一专属教学,快速上手新技能,带你驰骋冰雪。

地址:咸安区桂花大道咸宁北站口



第四站:茶园骑行新意境

单车骑行可以说是较为舒适放松的一种运动方式了,穿梭在茶香弥漫的生态茶园,听风声、鸟鸣、铃声、树叶沙沙声……走走停停,不负秋日好时光。

迎着慵懒的风骑行,欣赏原汁原味的郊野风貌,满目清新的翠色悦目怡神,每一处都是不一样的美。

骑行茶香深处,游玩茶圣长廊、飞来塔、福人广场、福人亭……看尽秋日的田野,在一湾山水的怀抱里,用骑行感受生命的美好。

在这里,沿途的风景和欣赏风景的心情就足够将这一天过得充实,参观九井峰茶文化博物馆,科普茶知识、茶文化,品味老物件里保留下乡愁的缩影。

地址:通城县沙堆镇港背村



第二站:电子射击趣体验

bang~bang~~到蜜泉湖旅游度假区里释放压力,还没体验过VR的小伙伴们可不能错过啦,瞄准、射击,一气呵成,子弹命中靶心的一瞬间,解压又娱乐。

别忘了打卡三大必玩项目:丛林漫步中充分调配自身的平衡能力,坑爹过山车趣味亲子互动体验,增进家庭成员间的关系,坐上生态卡丁车,听风声掠过,抛开烦恼与不开心。

沿着蜜泉湖临水栈道上散步,或是躺在沙滩椅上稍作休息,堆堆沙堡,吹吹湖风,运动中享受舒缓的惬意。

地址:嘉鱼县二乔大道武侯坡



第五站:隼水划船赏美景

秋天的故事,就用一场酣畅淋漓的运动来作为开头吧,隼水河上上游,满载一船秋色,平铺十里湖光,收获满满秋日的仪式感。

绿波荡漾,微风徐徐。在浪口温泉度假区的隼水划船,约三两好友挥动船桨,来一次水上竞赛。撑起竹篙,在竹筏上悠然自得。

在水与天之间缓缓而行,乘船于其中,湖光山色交相辉映,通过船艇,将自己交付于自然,阳光透过沿河树木洒下来斑驳的光影,温暖又治愈,浪漫又诗意。

欣赏浪口乡渡、冷家小筑、柴门犬吠、柳絮飞、舟摇鸬鹚等二十六景,放松畅游一整天。

地址:崇阳县白霓镇浪口村



第三站:泡泉慢跑乐无穷

这个夏天,最想做的事情就是来一场慢跑呀!如同一首节奏明快的轻音乐,第一个音节就从春泉庄开始,除了大家所熟悉的沐泉养生胜地,这里的运动休闲项目一个也不少。

春泉玫瑰园里,先带你来场久违的农耕体验,挖红薯,采蘑菇,喜悦驿站银杏道骑行,山湖垂钓,赏一湖晚霞,翩然欲醉。

背靠葱郁山林,温热的汤池里,泡着用古法秘技精心打造的“砖茶汤泉”,用生态健康的“自然疗法”,舒缓身心压力,边泡泉边赏美景美食,私密性极强。

尝粤式私房菜和湖北特色菜,畅玩CS,挥汗篮球场,还有美学营地,篝火音乐会,每一个相伴时光,都是秋的独家记忆。

地址:赤壁市茶庵岭镇五龙山路(温泉大道)1号



第六站:九宫登山森呼吸

几近晚秋,每逢早晚空气中凉意更深,运动为冬日做好准备,还有比登山徒步更合适的吗?

把自己调到燃脂频道,呼吸一下山林里面清新的空气,做一些低强度的远足运动,登高望远,千峰如画尽收眼底。

青山点红妆,松柏和黄栌、银杏斑斓各异,红绿相间,沿着蜿蜒曲折的山路向景色深处走去,领略沿途绝美的自然景观,身心都被充足的氧气以及林间的清风所治愈。

登一趟九宫山,云端上露营、徒步、品茶,呼吸新鲜氧气,缓解各种屏幕带来的眼部疲劳,放松紧绷的情绪,得到心灵的深度放松。

地址:通山县九宫山镇



(本报综合)

吃在咸宁

蛋酒

本报记者 陈希子



蛋酒可不是酒,是将米酒混合鸡蛋,做成一碗佳酿,是咸宁人餐桌上的常见美食。入口香甜,蛋花入口即化,顺滑的口感真是一绝。

蛋酒香浓可口,色淡而甘甜,口感极佳,尤其秋冬季,喝一碗蛋酒,顿时觉得身子暖和。咸宁人过早,面窝和油条都是油炸的面食,表皮酥脆,内里孔多绵软。将油条和面窝咬一口,在蛋酒中轻轻泡一泡,油条和面窝吸满了汤汁,比豆浆更香浓更甜美。

在米酒煮沸之时,店主顺手拿起一枚鸡蛋,在锅沿上“当”地一磕,极快地将亮晶晶的蛋清和黄澄澄的蛋黄在一个瓷碗里搅匀,倾倒在沸腾的米酒里,用长柄铁勺伸进锅内搅和一下,顺势舀起半勺米酒倒入瓷碗里荡一荡,将碗里粘存的蛋腥味除去,再回倒入锅。

这个时候,锅内的蛋酒已经涨了许多——蛋清与酒中所带的米粒翻滚着白花花的波纹,蛋黄则似金灿灿的菊花盛开其中……一碗嫩香的蛋酒便做好了。

端在手上,如果是冬天,在暖双手的同时,喝了更是暖胃;倘是夏天,则需用瓷勺舀起来,释放一下热量,喝着才爽口润肺。

小时候上学,街边有家早餐铺子,店面不大,分两列摆着几张长桌。门外较宽的台阶上,一字儿摆着制作蛋酒和面窝的两个煤炉及操作台。

小店陈设简陋,但收拾得干干净净,因而生意很是红火。小店的蛋酒香甜,喝了解渴,面窝吃了充饥。特别是肚子有些饱感后,喝上几口蛋酒,面窝的油膩立即被冲淡,而那清雅的蛋香和酒香,与面窝在口中的余香纠缠到一起,直把还差稍许饱满的肚子填充得恰到好处。

当然,并不是吃早餐时才有蛋酒。逢年过节,家中来客时,咸宁人也会用一碗香甜的蛋酒待客,寓意着大家“好客”的心意,传递出浓厚的亲情、友情。

不需格外打听咸宁哪家的蛋酒好喝,你找一家生意好的、食客多的,基本没错,顾客盈门就是最好的广告。尤其你往一些老城区走,往居民小巷走,往菜市场、小区门口走走,往往都有收获,那里有真正的本地风味。

出行贴士

如何预防“旅馆病”

外出旅游,出差或参加会议,需在旅店、招待所、宾馆食宿,如不注意,就可能感染性病和结膜炎、肝炎、疥疮等“旅馆病”。

1. 房间内要经常开窗换气。一般宾馆虽然备有空调,但常年门窗紧闭,气温恒定,室内空气得不到流通,为了预防疾病,旅客们应每天打开门窗通风,特别是夜间就寝前和早晨起床后,一定要开窗通风20分钟左右,使空气对流,以保持室内空气的清洁度。

2. 洗漱用具要自备,绝不使用浴盆。住旅店或宾馆,每天免不了要洗脸、洗澡、漱口。注意不要使用公共洗漱用具,如毛巾、浴巾、漱口杯、面盆等。洗澡应采取淋浴,避免使用浴盆,洗脸也应在水龙头下用流水冲洗为宜。

3. 上厕所尽量使用蹲式而不用坐式。坐式马桶最容易使人感染一些传染病。为安全起见,最好将清洁的卫生纸垫在马桶上再用,或者使用一次性马桶垫,安全又卫生。(本报综合)

崇阳:创清廉窗口 做满意服务

本报讯 通讯员袁露、尧欢报道:“您好,我们是县纪委监委工作人员。我们想了解下您刚才在办理业务过程中有没有遇到麻烦?有什么意见建议……”近日,崇阳县纪委监委干部在县政务服务大厅开展“清廉窗口”建设暗访活动。

大厅环境整洁、窗口规划整齐、办事指南详细醒目、工作人员热情耐心……如今,走进县政务服务中心,舒适的办事环境、良好的服务让前来的群众眼前一亮、频频称赞。

据了解,为有力有效推动清廉窗口建设,县政务和大数据管理局在大厅开展“党员示范岗”“文明示范岗”和“红旗窗口”的评选活动,激发窗口工作人员干事创业热情,营造比学赶超的氛围,打造阳光的服务环境。此外,还开展常态化作风建设,开展“空、蛮、懒、假”作风问题专项整治行动,对标对表开展自查自纠,共收到自查表230份,发现3大类问题共10余个,目前已整改完成。

同时,县纪委监委发挥“室组地”联动作用,组建2个专项督查组,以明

察暗访、实地调研、“体验式”监督的方式,深入该县政务服务中心大厅医保局、卫健局等41个进驻窗口和11个乡镇的便民服务中心,对服务态度、规范审批、廉洁自律、群众满意度等方面开展全方位监督,并进一步畅通监督举报渠道,除公开举报电话外,还在大厅人流量多的地方张贴“二维码举报”海报,发动群众随时随地对服务窗口进行监督,解决窗口办事“痛点”“难点”“堵点”问题。截至目前,该县纪委监委已对政务服务办事窗口开展专项检查5个,已督促其整改。

“窗口服务质量的好坏,直接影响优化营商环境和清廉机关建设的成果。”县纪委监委相关负责人表示,下一步将在深挖问题线索上下功夫,从严从快查处窗口工作中存在的违纪违法问题,对监管缺位、履职不力等行严肃追责问责。



咸安税务局优化线上自助缴费体验 手机扫码就可缴纳社保医保

本报讯 通讯员江恒洁、陈明报道:近日,为进一步方便灵活就业参保人和城乡居民缴纳“两险”,咸安税务局联合汉口银行咸安支行推出了个人社保扫码直缴功能,简单易操作的流程获得了缴费人一致好评。

“有了缴费二维码,只要会玩微信,都可以自己缴,心里感觉更踏实了。”在咸安税务干部的指导下,双溪桥镇杨堡村村民徐前新通过微信扫码完成医保缴费,前后不到5分钟。

“过去手机缴费操作复杂,很多村民缴纳城乡居民基本医疗保险都是选择由村组代缴或者他人代缴。每年集中缴费期一到,我们的工作压力就很大,这种扫码直缴的方式不仅能有效避免出错、保证资金安全,还大大减轻了我们村干部的工作负担。”双溪桥镇李容村支部书记袁汉龙对扫码直缴的方式赞不绝口。

为扩大政策知晓面,减轻基层工作压力,咸安税务局组建社保工作专班,深入全区13个乡镇办、179个村(社区)开展网格化宣传,广泛宣讲社保缴费时间、缴费标准、缴费方式等,积极推广楚税通、鄂汇办、支付宝扫码、电子税务局批量缴等多种自助缴费渠道,累计发放《个人社保线上缴费操作指引》等宣传手册1.5万余册,在乡镇、村(社区)便民服务中心投放个人社保缴费二维码200个。

据统计,2023年度咸安区个人社保缴费当前已完成33.6万余笔,其中,线上自助缴费业务量占比超90%,足不出户就能完成缴费业务,居民体验大幅提升。

“咸安税务局将坚持创新思维,立足纳税人缴费人的实际需求,持续优化办税缴费流程,不断提升广大经营主体和人民群众的满意度和获得感。”咸安税务局党委书记、局长甘锐锋表示。

拍卖公告

受委托,湖北泉盛拍卖有限公司对位于咸宁市咸安区向阳湖乡(镇)国口洲淡水养殖池塘五年承包经营权进行公开拍卖,现将有关事项公告如下:

一、标的物基本情况 位于咸宁市咸安区向阳湖乡(镇)国口洲淡水养殖池塘五年承包经营权,面积约52.51亩,五年整体起拍价:11.027万元整,竞买保证金:10万元整。注:本公司以现状拍卖,成交金额不因实际面积发生变化而作相应调整。

二、竞买人资格 1. 中华人民共和国境内的法人、具有完全民事行为能力自然人和其他组织均可申请竞买,不接受联合体竞买。

三、报名的时间和地点 有意竞买者请于2023年11月16日16时前向湖北泉盛拍卖有限公司交纳竞买保证金(以到账时间为准),索取拍卖文件并办理竞买报名手续,报名截止时间为2023年11月16日17时。

四、拍卖时间及地点 拍卖时间:2023年11月17日9时。

拍卖地点:咸宁市咸安区金桂路99号咸安区公共资源交易中心2号开标室。

五、展示时间及地点 自公告之日起在其所在地公开展示,湖北泉盛拍卖有限公司以现状进行公开拍卖。

六、注意事项 1. 本次拍卖采取增价方式拍卖,按价高者得的原则确定竞得人。 2. 本次拍卖的详细资料和要求详见拍卖文件,竞买人可于报名截止日前到湖北泉盛拍卖有限公司获取拍卖文件。

七、联系方式和银行账户 (一)湖北泉盛拍卖有限公司 联系人:喻女士 电话:0715-8278999 13545575552 网址:www.hbqspm.com 地址:咸宁市咸宁大道39号国际大厦A座19层

(二)银行账户 户名:湖北泉盛拍卖有限公司 开户行:咸宁市工行泉塘支行 账号:1818000509200009211

湖北泉盛拍卖有限公司 2023年11月3日

遗失声明

李双双遗失咸宁市悦莱美医疗美容诊所有限公司营业执照正、副本及公章一枚,统一社会信用代码:91422301MACWXG8N0B,特声明作废。

李双双遗失咸宁市悦莱美医疗美容有限公司营业执照正、副本及公章一枚,统一社会信用代码:91422301MACWWEY95C,特声明作废。王炳慎遗失湖北涪洲置业投资有限公司公章一枚,统一社会信用代码:91421200564858934T,特声明作废。