

草履蚧成虫刺吸树木嫩梢嫩芽将影响树木生长

昌吉市“一缠二涂”防治草履蚧虫害

本报讯 通讯员贾兴旺、张三珠报道:连日来,昌吉市园林化管理中心针对市区部分地段监测发现的草履蚧虫害,采取“一缠二涂”措施物理化学方法并用,开展草履蚧虫害“歼灭战”。

草履蚧是园林早春主要害虫之一,其卵和初孵若虫在树干基部表土中越冬,越冬卵于次年3月上旬孵化,若虫出土后爬上寄生树木主干,会刺吸树木嫩梢嫩芽,严重影响树木生长。

昌吉市园林化管理中心坚持勤监测、早发现、早防治和预防为主,综合施策防治病虫害,从3月24日开始,组织园林植保专业技术人员深入泉州路绿轴公园、北京路下行线等32亩草履蚧虫害易发生地段,在采样株树周围地表浅土层搜寻草履蚧卵块,掌握草履蚧虫情底数,制定防治计划。昌吉市园林化管理中心根据草履蚧的生长习性,抓住最佳防治时期,用阻隔法对虫害较轻的路段采用物理方法防治,即在树干距地面1.2米处缠绕15-20厘米宽的塑料胶带,给树干戴上“项圈”,以杜绝草履蚧攀爬伤害树木的嫩梢、嫩芽。园林植保技术人员还在胶带下部的树干上涂刷石硫合剂,以阻隔若虫上树,这样可以使阻隔率达到98%以上;对出现虫害较重的地段则采用化学方法防治,即以1:100的比例用敌杀死配废机油,在树干基部涂宽度为



近日,昌吉市园林化管理中心技术人员针对市区部分地段监测发现的草履蚧虫害,采取“一缠二涂”措施进行防治。图为技术人员涂刷石硫合剂以阻隔害虫上树。

贾兴旺 摄

10-15厘米的毒环,用以拦截触杀害虫。截至目前,昌吉市园林化管理中心采取“一缠二涂”阻隔法,已经物理防治树木5500株,化学防治树木312株。

昌吉市园林化管理中心党总支

书记高雅琳说:“我们将继续跟踪检测草履蚧的发展情况,根据害虫的上树情况,再次对上树的草履蚧若虫进行药物触杀,从而有效防治草履蚧虫害蔓延,为全市的园林植保工作打下良好的基础。”



近日,昌吉市滨湖河中央公园管理处组织人力,清理滨湖河道和湖底干涸龟裂的青苔沉淀物。青苔也叫青泥苔,是丝状藻类的俗称,在夏季会大量繁殖污染水体。青苔衰老时会变成棉絮状,漂浮于水面,湖水干涸后覆盖于湖底的青苔会龟裂成片,俗称“蛤蟆皮”。

本报记者 谢军仁 摄

呼图壁县开展全国中小学生安全教育日活动

本报讯 通讯员穆亚丽报道:3月28日,呼图壁县消防救援大队在县第二中学开展全国中小学生安全教育日活动,进一步加强学校消防安全教育工作,着力提升师生抵御火灾的应对能力。

活动中,消防宣传员为第二中学1000余名师生讲解了消防安全知识,上了一堂独具特色的消防安全教育课。授课结束后,学生们在教师的组织下,有序开展消防安全疏散逃生演练。

大家捂住口鼻,弯腰撤离,将学到的逃生知识运用到演练中来,在演练中增进自己对突发事件的防范、自救能力。

呼图壁县第二中学学生陶闰仄说:“我学习到了许多关于消防的知识,也懂得了一些逃生的技能,还学会了如何使用干粉灭火器去灭火,收获真是不小。”

随后,消防宣传员详细讲解示范了干粉灭火器的使用方法和步骤,模拟了火灾现场,进行灭火实训,让大家

更加直观地掌握灭火器的使用方法和灭火原理。消防人员还介绍了消防车辆装备的性能特点和使用技术要领等,进一步增强师生的消防安全意识,提高校园抗御火灾的能力。

呼图壁县消防救援站站长阿合买提江·吐尔逊说:“我们将通过各种形式大力推进消防知识进校园活动,进一步增强学校师生的消防安全意识,通过学生带动家庭、通过家庭带动整个社会去关注消防,切实提高全民消防安全意识。”

防疾病 保健康

春天来了

如何科学动起来

俗话说,一年之计在于春。适当运动是恢复身体状态的良方。运动起来,给全年的好身体开个头!

春天来了,如何正确运动? 如何选择合适的运动强度? 运动前后注意什么? 国家健康科普专家库专家、北京积水潭医院急诊科主任医师赵斌日前做客健康大家谈直播间,就上述问题为网友朋友进行了权威解答。作为资深马拉松跑步爱好者的他,结合自己多年跑步健身的经验,告诉大家如何科学动起来。

春天适合哪些运动

赵斌教授:春天,万物复苏,春暖花开。春天孕育着新的希望,昭示着新的开始,但如果没有一个健康的身体,一切都是可望而不可及。保持身体健康不是写出来的,也不是说出来的,而是做出来的。

春天适合什么样的运动? 我给出的答案是,春天最适合进行亲近大自然的户外运动,如走路、骑行、慢跑、登山等。春天少有极端天气,不冷不热,适合户外运动。春天万物生长,空气清新,户外运动的舒适感强。这个季节,可以选择的户外运动方式有很多,适合各个年龄层次的人和不同健康状况的人。春天已至,快动起来吧! 总有一款运动方式适合你。

怎么判断运动强度是否合适

赵斌教授:合适的运动强度对于身体的健康至关重要。运动强度过大,会给身体带来损伤。运动强度不够,对健康影响微乎其微。所以,要想有一个好的身体,就要选择一个合适的运动强度。运动强度合适是针对每个人来说的,要根据自己的年龄、身体状况、有无基础病、平时运动量的多与少来决定。

普遍适用的原则是:循序渐进、量力而行。我跑步坚持了17年,现在可以跑全程马拉松,但最初我单次跑4公里坚持了10年,然后过渡到5公里、10公里。这就好比,一口吃不出一个胖子,运动亦如此。不管选择何种运动方式,运动过量都会导致心率加快,疲劳感不易缓解。因此,除了循序渐进地增加运动量外,主要应关注心率和身体的疲劳感,这既简单易行又比较准确。

仍以跑步为例,随着运动者逐渐适应合适的运动强度,跑的距离会越来越长,跑的配速会逐渐加快。这时,心率并没有随着跑步的距离增加和配速的加快变得更快,疲劳感会很快消失,这就是合适的运动强度。

运动前后有哪些注意事项

赵斌教授:在运动之前,每一个人都要对自己的身体状况进行简单评估。

★1.观察身体有没有不适症状。

★2.有没有运动的欲望,是否心甘情愿去运动。

★3.睡眠是否充足。睡眠不足者不适合运动。

★4.运动时,最好不要空腹。运动前适当补充一些能量,如香蕉、碳水化合物等。

★5.如果选择户外运动,天气状况也很重要。极端的天气不适合运动,如寒冷、大风、雾霾等。遇到气温低的天气,户外运动时要注意保暖。

★6.如果选择跑步,跑之前做一些拉伸动作,开始跑的速度不要过快,慢慢调整。

运动结束后,也不要马上停下来,应该做一些拉伸放松活动。特别是跑完步后,要看心率反应,感受心跳快不快,能否马上恢复到正常的心率水平。同时,也要看运动后身体的疲劳感是不是可控。评估运动后身体的状态,决定下一次选择什么样的运动方式、运动量和运动时间。

来源:学习强国