

# 瑞周刊

今日4版 NO.8401  
2025年3月15日 星期六  
责任编辑 黄君君 编辑 项乐茹

瑞报

## 致读者

春光无限好,正是瘦身减肥好时节!随着气温回暖,万物复苏,人体的新陈代谢也逐渐加快,正是减肥的黄金期。全国政协委员张文宏近期表示,体重管理不仅是追求外在美,更是预防慢性病的重要手段。

春天到来,不妨从调整饮食开始,多吃新鲜蔬菜、优质蛋白和粗粮,减少高糖高脂食物的摄入;同时结合户外运动,如慢跑、骑行、散步等,既能享受春光,又能燃烧脂肪。科学减肥贵在坚持,循序渐进,避免盲目节食或过度运动。让我们趁着春光,开启健康瘦身之旅,拥抱更轻盈、更活力的自己!

## 一周回眸

### 探寻瑞安产业崛起密码 5个“百亿镇街”强势出圈

这是一则来自上望街道振奋人心的消息!2024年,该街道规上工业产值累计完成102.4亿元,首次跨越百亿元大关,跻身“新贵”!成为我市继塘下镇、莘塍街道、东山街道、南滨街道之后,第五个规上工业产值突破百亿元的镇街。

2024年,我市共有1653家规上工业企业,其工业产值突破1500亿元,同比增长9.7%。其中,5个镇街组成的“百亿俱乐部”贡献了全市68%的工业产值。

这些“百亿镇街”的背后是一场跨越30年的产业进化,暗藏着中国县域经济转型的典型密码:强平台、创新力、数字化。

### 瑞安新春系列招聘会助力就业开新局

“育婴师、养老护理员、整理收纳师,无证人员可培训,持证人员包就业。”3月8日,新城控股瑞安吾悦广场前面人声鼎沸,“春风送岗促就业 精准服务暖民心”——2025年春风行动新春系列现场人才招聘会在此举行,我市家政服务市场在此设展,吸引众多人前来围观。

当天,共有72家企业到场,为各类中高级管理行政人才、技能人才、一线普工操作工、大中专技校毕业生及各类失业在家待就业人员等,提供财务、管理、外贸、导购、服务员、技术工等岗位1687个,现场共收到简历530份,达成初步就业意向284人。

### 为海岛添绿 北麂山灯塔志愿者林多了19名“新成员”

近日,温州航标处携手温州市灯塔值守志愿者协会开展以“绿动海岛守护灯塔”为主题的植树活动,来自武汉、上海、杭州、温州等地16名2024年志愿者代表及历届志愿者代表相聚北麂山灯塔。

此次活动,志愿者们成功栽种了19棵罗汉松,并为它们挂上了以志愿者名字命名的“专属树牌”,也为北麂山灯塔志愿者林增添了一抹新绿。

### 瑞安人熟悉的“厨工”味道将回归 我市“一站式”服务 助力百年老厂焕新“重生”

“领取食品生产许可证后立即开启设备调试及批量生产,预计5月1日前市民就可尝到熟悉的‘厨工’味道了!”3月10日,浙江厨工酿造有限公司顺利通过“大考”,成功领取食品生产许可证,得知消息后,该公司副总经理吉贺激动地说。

因为这不仅标志着这家创立于1870年的“皆春官酱园”(厨工酿造前身)在经历2014年经营困境“歇业”后重获“新生”,更意味着这家百年老厂在产业升级的浪潮中再度扬帆起航,焕发新的生机与活力。

## 外宣亮点

《瑞安:低成本信贷资金快速直达基层 金融惠企打通“最后一公里”》  
(3月9日 温州新闻联播头条)

《智能改造送上岛 瑞安北麂居民用上“稳定电”》  
(3月9日 潮新闻客户端)

《温州瑞安早茶香飘四海 各地茶商抢“鲜”采购》  
(3月12日 人民网)

《浙江北麂山灯塔志愿者为岛添“绿” 志愿精神生生不息》  
(3月13日 中新网)

《瑞安开展香鱼增殖放流 飞云江来了9万“新移民”》  
(3月14日 《温州日报》)

国家喊你减肥啦  
一起动起来

张欣/摄影 章鸣/制图

为何“减” | 张文宏呼吁大家“弄得瘦一点”

怎么“减” | 运动达人分享健身秘诀

去哪“减” | 瑞安人的健身地图在这里



扫一扫,看专题

>>>第2-4版