

沃野田畴绘丰景

当农田成了风景

张婷

春回大地，万象 耕 新。眼下正值春耕播种的关键时节，在武陵源区广袤的田野上，一条条新修的机耕道纵横交错，一片片规整的农田阡陌相连，农户们抢抓农时开展春耕播种，高标准农田建设带来的新图景，正为当地农业高质量发展注入强劲动能。

在协合乡李家岗村，种粮大户李建国正驾驶着新购置的旋耕机在田间忙碌。过去田块分散、道路狭窄，农机进地难，现在田成方、路相通、渠相连，机械作业效率翻了一番！李建国算了一笔账，高标准农田建成后，每亩水稻种植成本

降低约15%，预计今年春播面积将扩大30%。

武陵源区地处武陵山脉腹地，耕地零散、地块狭小曾是制约农业发展的难题。近年来，当地以乡村振兴为契机，将高标准农田建设作为破题关键，整合资金、整治土地、贯通沟渠，让 巴掌田 成为 整片田， 补丁地 变身 高产田。2024年至今，全区新建高标准

农田超1000亩，改造提升2000余亩，土地利用率提升30%，机械化作业覆盖率达80%以上。

农田的蜕变不仅装满 粮袋子，更激活了 农旅融合 的新动能。协合乡连片稻田与吊脚楼相映成趣，游客挽起裤腿体验插秧农事。中湖三千亩油菜花海与奇峰秀水美不胜收，吸引游客驻足拍照，周边民宿、农家乐借势增收超万元。农田成了风景，

游客来了，我们的腊肉、蜂蜜也卖得更俏！开农家乐的覃大姐忙着打包土特产，笑容灿烂。

高标准农田是端牢 饭碗 的根基，更是乡村振兴的 希望田。区农业农村和水利局相关负责人表示，未来将推动农田建设与生态保护、农旅融合深度结合，让每一寸土地都成为丰收的沃土。

春风拂过山野，种子埋入新田。如今，在武陵源区层峦叠嶂的群山之间，层层梯田如链似带，农机轰鸣声与农人的笑语交织成曲，春耕的忙碌与科技的赋能，让绿水青山间的 丰景 触手可及。



生态果园美如画

黄岳云

眼下正是桃花、梨花盛开的黄金期。3月24日，走进慈利县金慈街道桑木溪村的卧龙池生态果园，只见修剪整齐的晚秋梨、秋月梨、冬梨已开满白色花朵，黄金蜜桃、花落红桃、冬桃树上粉红色、乳白色的花朵竞相盛开，成群的野蜂穿梭在花间，果园风景如画，美不胜收。

果树下一种成片的小花草引起了笔者的好奇。卧龙池生态果园负责人宋小平介绍说，这种小

花草当地村民叫它草籽，书名叫紫云英，是一种被广泛认可的优质的绿肥作物。紫云英的茎叶在土壤中腐解后能大量地增加土壤中的有机质和氮、磷、钾、钙、镁及各种微量元素。

在380多亩的果园撒播紫云英，一方面能抑制杂草生长，一方面形成底层层花景，耕翻后又可作为绿肥。一年种植两次，为生态果园添肥又添景，避免了果园冬季光秃的景象。

宋小平介绍，通过近3年来在果园里撒播紫云英的实验，不仅让果园增加了观赏性，园里杂草也少了，土质也肥了，果品品质也提高了。每到秋季采摘季，前来采摘的市民络绎不绝，呈现出一果难求的景象，潜心打造的生态果园在成为当地乡村旅游打卡景点的同时，也给当地带来了良好的经济效益和社会效益。

科技赋能 促农增收

全媒体记者 李茜

地考察，引入水肥一体化系统。副镇长陈家付介绍，莫家塔村270亩示范田率先完成水肥一体化设施系统，不仅有效解决了传统灌溉方式的弊端，还显著提升了村集体经济收入。旱涝不保的日子一去不复返了！向左坤感慨，手机端实时调控让药效、肥效、水效三提升。

科技赋能下，廖家村镇特色产业全面开花，现有高标准优质茶叶种植示范基地450亩、高标准农田180亩、村集体粮油轮作

模式350亩、烟叶340亩、粽叶200余亩。同时积极推进茶叶、烟叶、蔬菜、优质稻、中药材等产业的基地化、有机化和品牌化建设，今年还计划扩种黄蜀葵500亩。

我们要让土地生金、生态增值。陈家付表示，下一步将深化一村一品布局，通过标准化生产、品牌化运营，使廖家村镇的农业发展更加高效、绿色、可持续。

这里春茶已开采

张芬 张菁

栽的成活率能达95%以上，这批茶苗生长周期短、品质优，两年后即可进入丰产期。

依托独特的光热资源优势，通过标准化种植管理，婉嘉生态茶园提前迎来早春茶采摘期。十几名采茶工背着竹篓穿梭于茶园，娴熟地将嫩芽采入篓中，采茶工张兰香指尖翻飞，已装了大



半篓嫩芽，她笑着说：我们每天六点半到这里采茶，手脚麻利的一天能挣100至200元，春天茶多，收入更高！在婉嘉生态茶园，像张兰香这样常年在茶园务工的村民有80余人，大家通过管护茶园、采茶等季节性务工，人均年增收近万元，真正实现了家门口就业。临近午时，刚采摘下来的茶鲜叶陆续进入加工车间，经过萎凋、杀青、揉捻、烘干、提香等工序，蜕变为清香四溢的成品茶。

春天来了，茶香正浓，大家不妨来茶园走一走，体验采茶、制茶，喝一杯春茶！张家界婉嘉生态农业有限公司负责人吴金娥说道。作为省级农业产业化龙头企业，公司不仅打造了集种植、养殖、加工、销售于一体的生产链条，还积极探索 茶旅融合 新模式，推出采茶、制茶体验项目，以一杯春茶串联起生态观光、农事体验、特色消费，助力当地形成以茶兴产、以产促富 的乡村振兴新路径。

我市对6家旅行社 6名主播开展集中约谈



本报讯(黄华苹)3月21日上午，市委网信办、永定区委网信办联合永定区文化行政综合执法大队、市场监督管理局针对涉嫌虚假宣传的6个平台直播账号及6家相关关联旅行社进行了集中约谈。

约谈会上，区委网信办对平台直播账号周周环游记(82844404115)、中国张家界全季旅游(Ivyouxxxy)、欢乐旅行家(37076165828)和张家界广角国际旅行社有限公司所发布的

纯玩0购物 与其直播间公布行程不符，涉嫌虚假宣传进行了通报。永定区文化市场综合行政执法大队、市场监督管理局分别对被约谈对象进行了警示谈话。

市委网信办从强化行业自律、严格监管执法、加强宣传教育等方面，要求各相关部门做到依法监管，各旅游从业者做到诚信经营，切实维护国内外游客权益，共同维护好 国际张 金字招牌。

下一步，市委网信办、永定区委网信办将进一步加大巡网力度，跟踪约谈直播账号和相关旅行社整改情况，对拒不整改的将联合相关部门坚决依法打击处理。

唱文明 传新风 学雷锋志愿服务活动暨 送戏下乡 演艺惠民活动启动

本报讯(陈枝 罗乐)3月23日清晨，武陵山脉笼罩在蒙蒙细雨中，永定区后坪镇喻振海艺术工作室前的文化广场却早已人声鼎沸。随着《八部傩鼓》震天响起，一场融合志愿服务精神与传统文化魅力的 学雷锋志愿服务活动暨 送戏下乡 演艺惠民活动启动仪式 拉开帷幕。

活动现场，气势磅礴的土家族《八部傩鼓》拉开序幕，十二个精心编排的节目依次上演：既有展现白族风情的《白族欢歌》，又有以古风舞韵演绎家国情怀的《丽人行》，既有幽默诙谐反映时代新貌的小品《万万没想到》，更有将社会主义核心价值观巧妙融入唱词的阳戏新唱《盛世欢歌》。节目融合了张家界阳戏、花灯、汉戏等

地方艺术形式，巧妙融入社会主义核心价值观价值与新时代文明理念，让群众在视听享受中感悟精神力量。

本次活动以 文艺表演+志愿服务 模式，注重将非遗传承与美丽乡村建设深度融合。张家界阳戏、汉剧小戏等植根本土的非遗剧种，通过《称爹》《砸碑》等展现乡村新风尚的经典剧目焕发新生，生动演绎文明乡风新图景。活动同步开展关爱他人、关爱社会、关爱自然等志愿服务，通过非遗展演与志愿服务的对接，真正让传统文化传承与新时代文明实践建设在田间地头同频共振，化作美丽乡村建设的创新载体，为乡村振兴注入文化动能。

本次活动由市委宣传统战部、市文化旅游广电体育局主办。

儿童肥胖危害多 专家为 小胖墩 减重支招

新华社记者 顾天成 龚雯 黄薇



近日，北京儿童医院临床营养科体重管理门诊 正式开诊。开诊现场，大量家长慕名而来，为家中 小胖墩 寻求专业减重建议。

中国疾控中心数据显示，当前，我国6岁至17岁儿童青少年超重肥胖率约为19%。肥胖给孩子们带来哪些健康危害？如何掌握儿童减重 科学密码？记者走访多地儿童医院。

肥胖导致的慢性病向儿童青少年蔓延危害大

北京儿童医院临床营养科主任医师黄鸿眉为近期接诊的14岁患儿小明感到着急：他身高170cm，体重89kg，因高血压在心脏内科住院治疗，还伴有血脂异常、高尿酸血症和糖耐量受损。

黄鸿眉介绍，由于小明血压偏高，家长担心运动风险，并不鼓励其参加运动。门诊中类似情况不少，家长没有意识到孩子体重超标，反而觉得孩子胖些可爱，直到出现肥胖并发症才开始重视。

儿童肥胖容易诱发高血压、糖尿病、脂肪肝等疾病，这些慢性病向少年儿童蔓延会带来极大健康危害。浙江大学医学院附属儿童医院院长傅君芬表示，肥胖还会影响儿童的运动能力及骨骼发育，对行为、认知及智力产生不良影响。

复旦大学附属儿科医院内分泌代谢科副主任医师裴舟指出，儿童超重和肥胖的诊断标准和成人有差别。成人主要依靠体重指数(BMI)来判断，但儿童不同年龄、不同性别的诊断标准不一致。

调查研究发现，儿童期肥胖的产生主要是脂肪细胞数量增多，而成人期主要是脂肪细胞体积增大。6岁至7岁肥胖儿童成年后肥胖率约为50%，10至19岁肥胖青少年中，超70%会发展为成年肥胖，并增加相关疾病风险。必须将肥胖扼杀在萌芽阶段。裴舟呼吁。

掌握这些 科学密码，帮助儿童科学减重

国家疾控局发布《学生常见病多病共防技术指南》、四部门联合制定《中小学生超重肥胖公共卫生综合防控技术导则》 这些国家级儿童青少年体重管理文件中，不约而同提及 营养 科学减重 等关键词。

专家指出，吃、动、减 是儿童减重的 科学密码。

我为家长们推荐一个 黄金餐盘法则，即1/2非淀粉类蔬菜、1/

4优质蛋白(鱼/豆/瘦肉)、1/4全谷物。黄鸿眉强调，智慧饮食不是让儿童青少年节食，而是重塑饮食结构。建议每日精制糖摄入少于25克，减少加工食品及反式脂肪摄入，每口咀嚼20次、单餐用时超20分钟。

在运动方面，建议每周运动5天，每天60分钟，强度组合推荐 30分钟有氧+20分钟抗阻+10分钟柔韧。运动方式上，可选择孩子感兴趣且能坚持的运动，如舞蹈、球类、障碍跑等。

黄鸿眉说，减重需遵循渐进原则，家长应建立 营养 运动 监测 管理闭环，避免采取极端节食等损害健康的减重方式，用科学方法帮助孩子构建受益终生的健康生活方式。

何种情况可能需要寻求专业医疗帮助？裴舟表示，家长要正视肥胖问题，避免拖延到出现严重并发症才来院就诊。需就诊的情况包括孩子BMI达到肥胖或超重标准，出现颈部、腋下等部位黑棘皮，腹部皮肤纹纹，出现多饮多尿、睡眠打鼾等症状。

专家指出，不能将体重管理门诊当做 减肥速成班，体重控制是漫长过程，需长期坚持，生活方式干预是减重核心，需要严格自律，其他医疗手段都是辅助。

突破这些 瓶颈 堵点，有效防控 小胖墩

在临床上常遇到，部分家长误将 多吃 等同于 营养好，忽视高糖零食、久坐行为对健康的长期影响。傅君芬表示，提升家庭健康素养、推广科学喂养理念成当务之急。

也有家长在网上表达，部分减重措施落实起来 有心无力。比如课业压力导致家中学龄儿童日均运动量不足1小时，睡眠不达标；电子屏幕使用时间超2小时，久坐与过量碳酸饮料摄入等。

对此，北京儿童医院临床营养科专家团队建议，构建家庭、校园、医疗三方防护网，打破 致胖闭环。家庭端推行 健康加油站，开展亲子烹饪实践；校园端实施 五色营养餐盘，创新课间运动模式；医疗端建立多学科联合门诊，开展人体成分分析、代谢指标监测。

裴舟表示，与部分欧美国家已批准多款儿童减肥药相比，我国尚未有药物获批。临床治疗依赖基础性干预，对中重度肥胖患儿缺乏有效医疗支持，本土化药物研发及治疗指南更新亟待加速。

专家呼吁，儿童肥胖防控需从治病 转向 治未病，构建家校医协同治理体系是打破儿童 胖循环 的核心路径。让全社会共同行动起来，重塑健康轨迹，为下一代筑牢健康体重的防线。

(新华社北京3月25日电)