

“十四五”期间我国森林覆盖率超25%

据重庆日报消息 建设美丽中国是全面建设社会主义现代化国家的重要目标。“十五五”规划建议专章部署“加快经济社会发展全面绿色转型，建设美丽中国”。

四季流转，美丽中国“调色盘”不断增新绿。“十四五”期间，国土绿化完成建设任务5.49亿亩，森林覆盖率超过25%，为全球贡献了约四分之一的新增绿化面积。

这五年，绿进沙退。“三北”工程攻坚战打响，与传统治沙不同，各地宜乔则乔、宜草则草、宜灌则

灌、宜沙则沙。以路治沙、光伏治沙、产业治沙等模式，让多地焕发新的生机。“三北”工程三大标志性战役完成建设任务1.64亿亩，进一步夯实了北疆绿色长城、生态安全屏障。

这五年，“三绿”并举。2024年全国林草产业总产值超过10万亿元，带动6000多万人就业增收，全国生态护林员队伍稳定在170多万名。在江西，油茶树下套种中药材……



扫码看更多内容

重庆：微农机化解山地种植难

光明日报记者 张国圣 李宏 本报记者 吴鑫袁

央媒市媒看潼南

清晨，重庆市潼南区崇龛镇柿花村的种植大户李发平早早地开着改装后的旋耕机开沟起垄犁下地了。随着清脆的马达声在薄雾中响起，机身两侧加装的开沟犁划过田垄，旋耕、开沟、起垄一气呵成。

“这三道工序，以前要换三种机器，现在一台机器就能一次全部搞定。”李发平语气透着轻松，“效率提高了，成本降了三成，油菜苗的长势也更好了。”

潼南丘陵面积接近80%，是重庆重要的鲜销蔬菜保障供应基地。由于农村劳动力日益紧缺，大型农业机械在丘陵地带又难以施展，如何规模化种植成了潼南农业的一道难题。

转机始于10多年前的一次“铁牛手术”。当地一家农机厂的厂长奚正富，带领科研团队通过数控切割与精密焊接，在中小型旋耕机上加装一副开沟犁，后来又逐渐改进成同时能干三种活的旋耕机开沟起垄犁。

“这台机器上还加装了施肥器，旋耕的同时还能深埋肥料。”奚正富说，改进后的旋耕机开沟起垄犁今年在潼南的作业面积超过30



旋耕施肥播种机正在田间作业。

万亩，油菜、萝卜、甘蓝“都能伺候”。

重庆境内山高谷深、沟壑纵横，山地和丘陵占辖区面积的98%。因地制宜研发、改进适应山地和丘陵的各种微型农业机械，使重庆成为“中国微耕机之都”，全市微耕机年产量占全国总产量的三分之二。

微农机破解了山地丘陵地带的耕种难题，将大量零碎的“鸡窝地”“巴掌田”纳入规模化产业化的高效农业。据奚正富介绍，仅

在潼南投入使用的就有旋耕机开沟起垄犁、手扶式播种机、无人植保机等10余种共3万多台套微型农机，这些微农机覆盖耕作、播种、收获全生产环节。

“你看这履带多稳当，坑洼路、烂泥地都不怕，一车能装400多斤！”在潼南区柏梓镇哑河村柠檬基地，誉鑫生态农业有限公司负责人尹明军正开着履带式农用搬运机来回穿梭，车斗里码得整整齐齐的柠檬散发着阵阵清香。

在潼南区龙形镇水口村的柠檬基地，微农机展现了另一种“打开方式”：两台农用无人机稳稳地悬停在果林上空，待机身下5个果框全部装满后，便掠过起伏的丘坡，不到1分钟已稳稳落在山脚的集中转运点。

“以前收柠檬全靠人工肩挑背扛，这地方坡陡路滑，年轻人嫌累，老年人怕摔。”基地负责人庞高烈满意地看着刚卸下的柠檬，“现在无人机1分钟1趟，一架无人机一天能运15吨。”（来源于光明日报）

元方率队赴重庆机电集团对接工作

本报讯（记者 蒋坐吕洁）12月5日，区委书记元方率队赴重庆机电集团对接工作，与集团党委书记、董事长赵自成座谈交流。

重庆机电集团总经理陈瑜，副总经理周奎、蒋敬旗，区委副书记张翱，副区长杨述兵参加。

元方代表区委、区政府感谢

重庆机电集团对潼南发展的关心支持。元方说，当前潼南正深入学习贯彻贯彻党的二十届四中全会精神，认真落实市委六届八次全会部署，扎实推动科技创新和产业创新深度融合，推进传统产业转型升级，积极培育新兴产业和未来产业，着力构建现代化产业体系。重庆机电集团与潼南产

业发展契合度高、合作面广，希望双方进一步加强协同联动，围绕产业转型升级、低空经济、科技创新等领域强化务实合作。潼南将进一步优化营商环境，让企业安心投资、放心发展。

赵自成对元方一行表示欢迎，并介绍了集团发展情况。他说，集团正紧扣全市“33618”现代

制造业集群体系，深耕装备制造产业，构建形成高端装备、交通装备、电子信息、特色轻工4大业务板块，不断提升核心竞争力。潼南发展环境良好、市场空间广阔，将充分发挥自身在人才、技术、产业链等方面优势，结合双方当前与长远发展所需，谋深谋实产业合作，努力实现互利共赢。

区人大常委会召开专题询问中国柠檬第一品牌建设推进工作会议

本报讯（记者 彭春 刘文静）近日，区人大常委会在区行政中心礼堂召开专题询问中国柠檬第一品牌建设推进工作会议。区人大常委会主任张彬主持并讲话。

会议听取了区政府关于中国柠檬第一品牌建设推进情况的报告、区人大常委会调研组关于中国柠檬第一品牌建设情况的调研

报告，与会人员围绕智慧柠檬生产基地、柠檬物流中心、“潼南柠檬”区域公用品牌等建设工作进行了专题询问。

张彬认为，此次专题询问锚定发展大局，调研深入细致，共识凝聚有力，为下一步工作指明了方向，凝聚了合力。他强调，要提高政治站位，深化思想认识，切实增强品牌建

设的责任感使命感。要压实整改责任，狠抓工作落实，全力破解品牌建设的堵点难点问题。要强化跟踪问效，凝聚工作合力，确保品牌建设各项任务落地见效，不断提升潼南柠檬品牌影响力和产业竞争力，为乡村振兴、区域经济高质量发展作出新的更大贡献。

区人大常委会副主任陈建

区政协召开十一届四十六次主席会议

本报讯（记者 张凡 陈芷琦）近日，区政协召开十一届四十六次主席会议，传达学习习近平总书记纪念胡耀邦同志诞辰110周年座谈会上的讲话、求是杂志发表习近平总书记重要文章《因地制宜发展新质生产力》及市委六届八次全会精神等。区政协党组书记、主席欧汉东主持并讲话。

会议建议，“十五五”时期，要将因地制宜发展新质生产力摆在更加突出的战略位置，立足潼南资源禀赋与产业实际，以科技创新为引领，推动产业布局优化和传统产业转型升级，运用人工智能等现代技术，促进产业智能化、高效化。同时要精准把握产业变革趋势，抢抓低空经济等新兴产业机遇，为区

域经济高质量发展注入新动能。

会议强调，要强化委员政治责任，坚守履职为民理念，重点聚焦涪陵大罐区建设、电网建设、天然气勘探开发、电力高专建设等关键课题深研细究，提出务实性举措，助推潼南现代化建设。要全面提升提案工作质效，通过系统化培训和完善提案办理机制，

提高委员全流程履职水平。要建强骨干信息员队伍，拓宽信息收集渠道，强化上下沟通与专委会作用，提升社情民意信息工作质量。要有序组织委员开展专项民主监督，确保“委员民主监督直通车”平台年度目标圆满完成。

会议还审议了其他相关事项。

2026全国征兵进行时

2026年全国征兵（男兵）月6日至2026年8月10日24时
应征报名今天（12月6日）开始
如何进行报名？有哪些注意事项？指南来了。

报名对象

高中（含中专、职高、技校）毕业生及以上文化程度的青年（含高校在校生），年满18至22周岁（2004年1月1日—2008年12月31日出生）；

普通高等学校本专科毕业生、上半年符合毕业条件的毕业生班学生，年满18至24周岁；研究生毕业生及在校生放宽至26周岁；

初中毕业文化程度男青年，年满18至20周岁。

报名方式

登录全国征兵网：www.gfbzb.gov.cn

报名前须完成兵役登记

当年12月31日前年满18岁的男性公民，应当按照法律法规规定履行兵役登记义务。已经进行过兵役登记，有参军意向的可直接参加网上应征报名。

初次兵役登记时间：1月1日至9月30日

全国征兵（男兵）2026年应征报名时间

上半年应征报名：2025年12月6日至2026年2月10日24时

下半年应征报名：2025年12

2026潼南菜花节“花海主理人”限时招募中

2026年潼南菜花节筹备已火热开启，现招募“花海主理人”合伙办节，让你躺赚2026年第一桶金，赏花+当老板两不误。



扫码看更多内容

02

2025 年 12 月 8 日 星期一
责编 王鹏 刘莉 美编 郭星

潼南新

把习近平总书记的殷殷嘱托
全面落在重庆大地上

聚力奋进谋新篇 实干笃行启征程
——区委十四届十一次全会与会同志围绕全会精神谈体会话落实

本报记者 陈芷琦 李彦亭

12月4日，区委十四届十一次全会举行。全会审议通过的《中共重庆市委关于制定潼南区国民经济和社会发展的第十五个五年规划的建议》（以下简称《建议》），为“十五五”时期潼南区高质量建设主城都市区和渝西北战略桥头堡擘画了宏伟蓝图。全会精神在与会同志中引发强烈反响，大家结合工作实际谈认识、谋举措，纷纷表示将以全会精神为指引，以实干实效推动潼南发展再上新台阶。

区规划自然资源局党组书记、局长 谭欣

区委十四届十一次全会为潼南描绘了新蓝图，区规划自然资源局将坚决贯彻落实全会精神，为潼南全面实现“十五五”发展目标提供坚实支撑，为区域协同发展重大战略通道等做好空间预留，持续优化城市规划布局，促进空间集聚利用集约，坚持存量提质增效，优化产业用地布局，以高水平规划支撑高新区等重点区域空间需求，高效服务旧城更新。完善国土空间规划“一张图”，强化空间协同，保障产业、教育、医疗、交通、能源等重大项目落地。系统提升国土空间规划和自然资源治理能力，强化自然资源要素高效配置及底线安全管控，落实土地要素市场化配置改革要求，坚决守牢耕地保护红线，加强地质灾害风险防控。

区住房和城乡建设委员会党组书记、主任 马斌

区住房城乡建委将认真贯彻全会精神，聚焦全区战略任务，坚持“投资于物”与“投资于人”相结合，一体推进好城区、好小区、好房子、好物业建设，为全区发展贡献住建力量。一是落实重点任务。服务好化工企业环保搬迁和电力高专建设，着力化解住建领域矛盾纠纷，打造新时代红岩先锋变革型组织。二是助力人口集聚。围绕“做大人口规模”，加快建立多主体供给、多渠道保障、租购并举的住房体系，吸引人口向城区集中。三是改善城市品质。统筹推进城市体检与城市更新，稳步实施城中村、城市危旧房和老旧小区改造，提升城市功能品质。四是提升治理能力。统筹发展与安全，从“提升基础设施韧性、加强工程质量安全监管、优化物业服务管理、深化住建数字化赋能、强化人才队伍建设”五个方面，系统提升城市综合治理能力，加快建设宜居、韧性、智慧城市。

区交通运输委党委书记、主任 李林直

全会精准擘画了未来五年新潼南建设的宏伟蓝图，为编制全区“十五五”综合交通运输发展规划指明方向。区交通运输委将把学习贯彻全会精神转化为推动交通事业发展的强大动力，争当潼南经济社会高质量发展的开路先锋。科学构建“内畅外联、通达四海”的综合交通运输体系，细化完善铁路、公路、水运、物流等重点领域发展目标，确保交通规划与全区发展大局同频共振。重点推进渝遂高铁、武潼安高速、潼南港等重大交通项目，深入开展“交通惠民”建言征集活动，广泛吸纳

人大代表、政协委员、民营企业、基层干部和人民群众意见建议，加快实施蜀省干线升级改造、农村公路提质增效工程，持续优化公交线网，积极发展多式联运，探索发展数字交通、绿色交通，为现代化新潼南建设铺就坚实交通大道。

区农业农村委主任 胡广建

区委第十四届十一次全会聚焦“十五五”规划，思路清晰、措施有力，令人深受鼓舞，倍感振奋。接下来，我们将深入贯彻落实习近平总书记关于“三农”工作的重要论述，紧紧围绕全面推进乡村振兴、加快建设农业强国的战略部署，坚定不移走好高质量发展之路，全面对标“十五五”发展目标任务，强特色、筑高峰，积极争创国家农业高新技术产业示范区，以农业科技现代化引领农业现代化。着力做强“潼南柠檬”战略资源，推动“潼南柠檬”引领亚洲、影响世界。持续壮大油菜、萝卜、小龙虾等特色产业，在特色种业、数字农业、有机农业、农产品加工等关键领域攻坚发力，为加快农业强国建设贡献潼南力量。

区卫生健康委党委书记、主任 唐凡云

我们将深入学习贯彻区委十四届十一次全会精神，坚定不移实施健康优先发展战略，加快推进全区医疗卫生高质量发展。一是推进龙头医院建设，争取省市级头部医院与区人民医院、区中医院在管理、学科、科研和人才等全方位紧密合作，持续优化医疗资源融合发展；二是强化公共卫生体系，升级公共卫生服务能力，推动将健康融入所有政策；三是实施强基工程，加快推进“一院一策”建设，支持基层卫生院打造“一院一特色专科”，实现“大病不出区，小病不出镇”的分级诊疗要求；四是健全中医药发展体系，加强中西医协同发展，提升中医药科研技术水平；五是促进人口高质量发展，建成婚孕育“一站式”服务中心，大力发展普惠托育，加快医养结合全产业链发展；六是加强人才队伍建设，推动AI赋能行业发展，加强医德医风和行业作风建设，全面改善就医体验。到2027年前，争取实现三甲医院零突破，居民主要健康指标达到全市先进水平，为建设现代化人民城市提供良好的健康根基和人口根基。

区国资委党委书记、主任 周兴文

区国资国企系统将深入贯彻落实本次全会精神，聚焦国企核心功能和战略使命，精心谋划“十五五”时期新一轮国资国企改革，以市场化推进战略性重组和专业化整合，持续调整优化国有资本布局。引导国企聚集主责主业，加快市场化、实体化转型发展，做实经营、做轻资产、做强收益，增强国企更高质量履行战略使命的能力和水平。不断完善国企现代化治理体系，集团化管控、实体化运作、集约化经营、信息化管理，打造更多主业清晰、服务中心、创新驱动、治理完备和市场竞争力强

区大数据发展局党组书记、局长 李杰

区大数据发展局将坚决贯彻落实全会精神，夯实筑牢一体化平台底座支撑能力，强化拓展治理中心主轴实战能力，系统提升应用场景赋能实效，迭代完善数字化履职能力体系，力争各项关键指标评价在全市保持最前列。坚持需求牵引、重在应用，谋划打造一批高频亟需、务实管用的“小切口”应用。深入实施“AI+行动”，打造一批标杆AI+综合场景，推动城市治理模式创新变革。联动区域发集团、重庆电力高专，共建大数据产业研究中心及实训基地，充分发挥政企校合作优势，重点发展数据标注产业。落实数据产权制度，加快推进数据要素运营中心落地，鼓励各方有序参与数据采集生成，推进数据融合开发利用，支持各类主体开展基于数据的差异化创新。

区融媒体中心党委书记、主任 蒋亮

区委把大力推动融媒体改革纳入“十五五”重点任务。我们要深学笃行习近平文化思想，深入学习贯彻党的二十届四中全会精神和市委部署要求，按照区委对“十五五”宣传思想文化高质量发展的谋划，突出“移动化、视频化、社交化”，坚持“全媒体、多业态、市场化、科技型、门户化、伙伴群”工作思路，推动主流媒体系统性变革，谋深谋实“1235”融媒路径和重点抓手。锚定一个目标，建设互联网新型主流媒体和本地综合服务商；突出两个关键，增强主流媒体舆论引导力，增强文化传媒核心竞争力；筑牢三大支撑，打造更有传播力的平台、生产更有影响力的内容、锻造更有战斗力的队伍，加快打造有影响、效益好、覆盖面广的融媒体品牌。建好“重庆潼南”门户端，围绕区委中心工作同频共振，抓好宣传主业对内强信心、对外强预期，努力为潼南经济社会高质量发展营造良好氛围和有力舆论支持。

区公共资源交易中心党组书记、主任 罗红刚

区委全会绘就了潼南“十五五”发展宏伟蓝图，我们深感责任重大。区公共资源交易中心将坚决贯彻落实全会精神，自觉将工作置于全区发展大局中谋划推进，聚焦主责主业，以高效要素配置服务高质量发展。一是全力保障重点项目，服务发展大局。主动对接“十五五”期间重大工程和民生项目，完善“绿色通道”服务机制，保障项目高效入场、顺利实施，以交易效能支撑区域发展。二是深化区域平台协作，融入双城经济圈。加强与川渝毗邻地区在交易规则、信用信息、CA互认等方面的合作，拓展与绵阳、遂宁等地的远程异地评标，提升平台综合服务能力。三是加快智慧交易建设，推动提质增效。深化全流程电子化交易，探索人工智能、大数据在智能评审、风险预警等场景的应用，推广电子保函等惠企服务，切实降低市场主体交易成本。四是持续优化营商环境，激发市场活力。以市场主体满意度为导向，进一步简化流程、压缩时限，推动建立跨部门协同服务机制，着力疏通交易堵点，营造公平、透明、可预期的公共资源交易环境。

潼南高新区党工委副书记、管委会主任 尤长清

本次全会是“十五五”新征程即将开启的关键时刻召开的一次十分重要的会议，既高瞻远瞩，又符合实际，为潼南区“十五五”发展擘画了蓝图、指明了方向、明确了路径。潼南高新区将深入学习贯彻全会精神，加快构建现代化产业体系，坚持特色鲜明、质量优异，突出智能化、绿色化、融合化方向，做强做优工业主引擎。集群发展化工新材料、食品及农产品加工、机动车回收拆解及零部件再制造等优势产业，培育和前瞻布局新型电力装备、低空经济等若干战略性新兴产业、未来产业，做强潼南高新区。同时严格落实“化工业化”“污染化”“风险化”要求，扎实推进工业园区北区化工企业环保搬迁，全面完成环保督察问题整改。

双江镇党委书记 严治兵

双江镇将迅速学习宣传、积极贯彻落实全会精神，紧扣区委赋予双江的“一化两融”发展定位布局，完善“1366”发展思路，扬优势、创特色、重实干、争上游。突出品牌牵引提质党的建设，立足红色本底和青年群体，打造“红焰青锋”党建品牌，高质量完成村（社区）换届，推进基层阵地和工作“两个规范化”，争创重庆市清廉村居最佳实践案例。突出特色优势加快产业发展，坚持优存量、拓增量、提质量发展壮大柠檬产业，统筹古镇文旅资源、乡村美丽庭院、重大文旅项目等，注重“轻资产”，打造“休闲游”，建设农文旅融合示范镇，为潼南打造巴蜀文化旅游走廊新兴目的地贡献双江力量。突出人民至上改善社会民生，大力推进“2场4路”建设，解决停车难、出行难问题，逐步建设美丽场镇，有序推进医疗卫生次中心建设，坚持“简单实用”迭代升级“智游双江”综合场景，积极承接涪琼大灌区建设不断完善乡村基础设施。

塘坝镇党委书记 陈志伟

区委十四届十一次全会深入学习贯彻党的二十届四中全会和市委六届八次全会精神，谋划全区“十五五”高质量发展，为奋力开创现代化潼南建设新局面作出全面部署，我们倍感振奋，干劲十足。接下来，塘坝镇将坚决贯彻区委工作安排，锚定“区域支点镇”与“乡情美味小镇”双轮驱动发展定位，立足资源禀赋狠抓落实。聚焦产业升级，坚持柠檬产业扩面提产优模式、特色水产优质错峰增产产值；聚焦乡村建设，集合农业旅游文化体育多维元素，以打造高新区东区生活休闲服务基地为突破，推进以天印村为核心的运动乡村建设；聚焦民生保障，攻坚场镇治理、电网改造等重点项目，完善设施补齐短板；聚焦基层智治，用好网格和“141”基层智治平台，治理隐患、优化预案；聚焦全面从严治党，守住红线底线，持续优化营商环境，为全镇高质量发展提供坚强保障。

崇龛镇党委书记 管小波

崇龛镇将认真学习贯彻全会精神，坚持以高质量发展统揽全局，加快构建现代化产业体系，以更多高质高效的标志性成

果作出崇龛贡献。持续做好农文旅深度融合文章，创新谋划布局新场景，擦亮菜花游金名片。扎实推进乡村全面振兴，坚持特色鲜明、质量优异，壮大优势产业。聚焦精技术、育良种、延链条，全力推进油菜生产提质增效；紧盯找土地扩规模、优技术提单产、严标准提品质、扩出路优服务，奋力打造潼南柠檬高品质产区、新技术试点区、融合发展示范区和品牌文化展示区；支持引导、全力护航企业通过西部陆海新通道、中老泰冷链班列、萝北口岸、黑河口岸等将柠檬销往全球，为潼南柠檬“引领亚洲、影响全球”贡献崇龛力量。

龙形镇党委书记 陈淳

区委全会为潼南种业创新发展定位了新坐标。接下来，我们将坚持以党建为引领，着力做好“种业”这篇大文章，让传统优势焕发新的光彩。积极对接国家及市、区各级科研力量，推动科技成果转化，将现有油菜制种基地升级为规模化、标准化的标杆示范区。在巩固油菜制种基本盘的同时，审慎试点水稻、玉米等粮油蔬菜作物的制种，逐步构建多元发展的种业格局。通过有效整合科研机构、种业企业、种植主体和农户资源，推动产学研用深度融合，为将我区建设成为“重庆现代种业创新基地”提供更加坚实的支撑。

太安镇党委书记 张志

太安镇将聚焦“三个示范”，推动区委十四届十一次全会精神落实落细。一是在农业科技运用上作示范，切实履行属地责任，强化土地要素保障，优化营商环境，为农业特色产业发展奠定坚实基础；加大招商引资力度，立足地方资源禀赋，壮大集体经济和扶持民营企业发展。二是打造未来乡村，在和美乡村建设上作示范。以太安鱼美食文化为核心，推动一二三产融合发展；完善基础设施、提升公共服务水平，加强基层治理，改善群众生活品质，不断提升其幸福感、获得感。三是统筹发展与安全，在平安稳定建设上作示范。开展矛盾纠纷多元化解，常态化开展隐患排查整治，强化道路交通安全监管，抓实“一老一小”等重点群体安全保障工作，全面筑牢安全发展屏障，以一域平安服务全区发展。

田家镇党委书记 廖欣

田家镇将深入学习贯彻全会精神，切实把思想和行动统一到区委决策部署上来，立足“同城化”“产城融合发展组团”新定位和使命，全力以赴为潼南化工园区环保搬迁工作当好排头兵，保质保量完成征地拆迁工作，坚决不给环保搬迁工作拖后腿；全力以赴为招商引资和电网建设项目搞好保障工作，坚决做到项目建设到哪里，镇上门服务就延伸到哪里；全力以赴为存量企业



萝卜丰收。

萝卜大量上市 日供市场200吨

本报讯（记者 陈俊霖 何云飞）“冬吃萝卜夏吃姜，不劳医生开药方”。眼下正值冬季萝卜采收旺季，全区各地的萝卜种植基地一片繁忙，新鲜的萝卜不仅为市民“菜篮子”增添了清甜滋味，更在广袤田野间勾勒出发收增收的喜人图景。

近日，记者走进柏梓镇龙庙村萝卜种植基地，放眼望去，连片的萝卜田绿意盎然，翠绿的萝卜缨下，一个个圆润饱满的白萝卜紧紧“抱”住泥土。农户们弯腰拔萝卜，动作娴熟利落，不一会儿就装满了

身旁的箩筐。这些萝卜将在24小时内运往四川、贵州等地的农贸市场，端上消费者的餐桌。

“我们基地今年种了35亩萝卜，现在每天都能收10吨，有30多位村民帮忙采收。”种植大户奚亚非擦了擦额头的汗，笑着向记者介绍，“今年天气好，萝卜长得特别好，口感脆甜，客商早就订好了，不愁卖。”

据了解，目前全区种植的萝卜品种除渝笋3号、元宝外，还有玉尊、秋王等优良品种，均通过绿色食品认证，不仅深受国内市

场青睐，还出口至俄罗斯、韩国、日本等国家，成为潼南对外输出的特色农产品名片。

“目前全区萝卜正值采收期，每天稳定供应市场200吨，能充分满足冬季市场需求。”区农业科技推广中心蔬菜产业发展站站长陈启武表示，今年萝卜种植规模总面积超10万亩，覆盖太安、桂林、柏梓等8个镇街，预计全年产量突破65万吨，产值将突破8亿元。接下来，将持续跟进技术指导，帮助种植户打通销售对接环节，同时大力推广轮作模式，助力种植户稳产增收。

“暖经济”背后的健康追求与服务升级

本报记者 李彦亭

入冬以来，我区各大健身房迎来了客流高峰，“室内健身”已成为不少市民抵御寒冷、健康运动的热门选择。跑步机上的挥汗如雨，力量区的阵阵低吼，瑜伽垫上的舒展身姿……一股由内而外的“暖经济”热潮，正让这个冬天“热”了起来。

晚间黄金时段健身“一位难求”

晚上七点，正值健身高峰时段，记者在隆鑫中央大街力唯美健身房看到，跑步机、动感单车等有氧器械上几乎满员，力量区内也是人头攒动。

“天气冷了，户外运动不方便，就来健身房‘打卡’。”正在跑步机上挥汗如雨的市民吴先生告诉记者，他坚持冬季健身已有三年，“冬天运动完，出一身汗，感觉整个人都通透了，不仅能御寒，还能缓解工作压力。”

在热火朝天的动感单车房，刚上完一节课的李女士脸色红润地和同伴交流。“冬季聚会多，怕长胖，更怕衣服穿不进去。”作为一名二胎妈妈，她今年首次尝试冬季健身，“来这里不只是减肥，更是我自己的‘充电时间’。跟着音乐疯狂踩单车，把所有烦恼都甩掉，整个人都轻松了。”

据该健身房相关负责人介绍，入冬以来，客流量比平时增加了约30%，尤其是傍晚6点到9点，常常出现“一位难求”的局面。“为了应对客流高峰，我们增加了巡场教练的频率，确保器械使用安全和指导及时，同时也加强了通风和清洁消毒工作。”

“燃脂”“塑形”成冬季主打 私教课程受青睐

冬季由于穿着厚重，容易“藏肉”，加之年末聚会增多，不少市民将健身目标锁定为“燃脂”和“塑形”。因此，在旺盛的市场需求下，私人教练课程变得格外抢手。

“最近来咨询和购买私教课的会员明显增多，课程排得比秋天还满。”某健身房教练告诉记者，冬季健身由于天气和衣着



教练指导学员训练。



健身房内人头攒动。

原因，容易让人产生惰性。而私教课程通过预约制起到了很好的监督和督促作用，同时能根据每个人的体质、体能和目标，制定个性化的“燃脂塑形套餐”，如针对腰腹、臀腿等局部塑形，或高强度间歇性训练（HIIT）等，确保在安全的前提下达到最佳锻炼效果。

“自己练可能半小时就累了，但在教练的鼓励和指导下，能完成更高强度的训练，每次练完都感觉特别有成就感。”一位刚结束课程的市民说。

除了传统力量训练，搏击操、动感单车等能让人快速热身、大汗淋漓的团体课程也成为冬日里的“香饽饽”。在动感单车室里，数十名健身者在教练的带领下奋力蹬车，气氛热烈。

“为健康投资”渐成共识 健身房多举措“保温”

面对激增的冬季健身需求，健身房也纷纷推出“保温”举措，留住这股热潮。记者了解到，在迎接客流高峰的同时，



市民在动感单车区运动。

城区多家健身房不断提升服务质量和环境体验，提前检修供暖设备，确保室内温度适宜，并在淋浴间提供充足的热水和吹风机。部分场馆还贴心地为会员准备了暖身茶饮，

让健身市民在温暖、安心的环境中锻炼。

其次，健身房在保留热门课程的同时，还引入了更具趣味性和互动性的冬季特色项目。除了传统的年卡、季卡，不少

记者手记

健身房里的“热力参数” 测量潼城发展新温度

近日，记者通过走访城区多家健身房，目睹了夜幕下的健身热潮。这涌动的人潮与挥洒的汗水，折射出我区市民生活态度与区域发展气象的深刻变迁。这不仅仅是一种健康追求，更是一种活力向上、充满自信的生活哲学的生动实践。

健身热潮是我区市民生活品质提升的“可视化”答卷。人们只有在满足了基本生活保障之后，才会将更多资源与精力投入到对身心健康的管理上。市民们愿意为健康投资、为体验付费，这本身就是社会发展进步最直观的证明。从“生存”到“生活”，再到追求“生命质量”，健身房里的每一个身影，都是

我区迈向更高品质生活的鲜活注脚。

健身热潮也彰显了市民精神面貌的“焕新升级”，一种积极进取的现代性表达。健身，尤其是规律性的力量训练与有氧运动，是对自律、毅力与目标的锤炼。上班人员下班后坚持“打卡”，年轻人比拼“体脂率”，这背后是拒绝慵懒、崇尚效率、追求卓越的价值观。这种精神气质，与我区在高质量发展道路上所需要的奋斗精神、拼搏劲头同频共振。一个在健身房里能战胜惰性、突破极限的群体，想当然能在工作岗位和城市建设中展现出更强的韧性与创造力。这种由内而外的活力，是城市发展最宝贵的动能。

当然，热潮之下也需冷思考。如何引导行业持续健康发展，确保服务质量和安全标准；如何推动公共体育设施与商业健身服务互补，满足更广大市民的多元化需求；这是摆在城市管理者面前的新课题。

我区健身房里的“热辣滚烫”，测量出的是这座城市向上的温度与蓬勃的脉搏。它告诉我们，潼南的活力，不仅体现在经济数据的曲线里，更蕴藏在每一位市民规律跳动的心脏和自信舒展的笑容中。这股对健康与美好生活的执着追求，正是我区面向未来，最深厚、最持久的竞争力所在。

“人才夜市”让夜间经济与就业服务双向赋能

本报讯（记者 邓瑜欣 唐茺涵）日前，由重庆市人力资源和社会保障局主办的“2025年‘不夜重庆’就业创业服务主题活动”在潼南区隆鑫中央大街举行。活动以“不夜重庆 就在身边”为主题，融合招聘服务与夜市消费，为零距离促进就业、支持创业注入夜间经济新活力。

本次活动采用“夜市+招聘”模式，将夜间经济与人才对接有机结合，为企业和求职者搭建轻松便捷的交流平台。现场共有33家企业设展，涵盖先进制造、现代服务、软件信息技术等多个行业，提供电商主播、普工、月嫂、网络工程师等600余个就业岗位。招聘专区依托“渝悦

就业”支付宝平台与“渝职聘”微信小程序，实现线上线下同步联动，打造数字化人岗匹配场景。

活动现场同步设置政策咨询与就业创业指导专区，为求职者提供就业扶持、社保参保、培训补贴等“一站式”政策解读服务，同时通过“渝悦就业”及“渝职聘”平台，引导参与者获取求职招聘、技能培训、创业咨询及补贴申领等全链条服务。

此外，主办方通过上述平台提前发放1万元无门槛夜市消费券，限活动当天在指定摊位使用，推动资源向重点群体倾斜，支持低成本创业与就近就业。

► 求职者向工作人员询问招聘信息。



提升从业人员应急处置能力

我区开展邮政快递业消防应急暨急救演练

本报讯（记者 吕洁 陈芷琦）日前，潼南邮政管理局举办邮政快递业消防应急暨急救演练活动，强化寄递渠道消防安全管理，提升从业人员应急处置能力。潼南邮政公司及辖区内中通、圆通等快递企业负责人、安全管理人员及一线人员参训。

活动现场，消防专家结合邮政

快递行业特点，聚焦仓储分拣区域防火要点、易燃包裹识别方法等核心知识，重点演示灭火器与消防栓的规范使用流程，为参训人员带来专业讲解。

实操演练环节，现场模拟邮件分拣中心突发火情的紧急场景。随着“火情警报”响起，演练迅速展开。参训人员在引导下快速有序地

撤离至指定安全区域，整个过程紧张有序。疏散完成后，医疗救援培训随即开展，专业人员现场演示了止血、包扎等基础急救操作，逐一指导参训人员练习，确保大家能基本掌握急救救护技能。

潼南申通有限公司现场主管张勇表示：“通过本次消防应急演练，我学会了灭火器的使用和心肺复

苏、创伤包扎等知识，了解到了火灾发生时的逃生技巧和应对方法，提高了应对突发事件的能力。”

“接下来，我们将持续开展常态化安全教育培训，指导各企业梳理完善应急预案，切实保障人民群众生命财产安全及寄递服务安全稳定。”潼南区邮政业发展安全中心行业管理负责人杨煊说。

本报讯（记者 何云飞 通讯员 王清）近日，区青少年活动中心精心策划的“小青柠”·色彩奇遇记彩绘活动温馨举行，辖区70余名青少年齐聚一堂，以画笔为媒、以色彩为翼，在创作中收获快乐与成长。

活动现场，指导老师详细讲解石膏彩绘的基础技巧、色彩搭配逻辑及安全注意事项，鼓励孩子们“打破参考局限，画出专属风格”。孩子们有的精心规划配色方案，一笔一画勾勒细节；有的则大胆混搭红蓝撞色，打造个性服饰纹样，现场洋溢着童真与欢乐。

经过两个多小时的创作，色彩鲜艳、造型各异的作品相继出炉。孩子们捧着“得意之作”相互展示、合影，脸上满是成就感与幸福。

据悉，“小青柠”彩绘活动作为区青少年活动中心系列品牌活动之一，通过趣味艺术实践，为青少年搭建创意展示平台，让孩子们在色彩世界中感受艺术魅力，培育积极审美情趣。下一步，该中心将持续聚焦青少年成长需求，开展更多形式多样的文化活动，为全区青少年健康快乐成长保驾护航。

（上接1版）张宇昊表示，潼南位于川渝柠檬产业带核心区域，潼南柠檬已成为重庆农业优势特色产业的美丽名片。市农科院将继续发挥科技、人才、信息等方面优势，更好对接产业需求、开展技术攻关、推动成果转化、提供科技服务，助力潼南柠檬产业健康可持续发展。

元方认真听取发言，不时与大家交流讨论。他说，大家的发言系统专业、见解独到，深受启发，我们将认真梳理、专题研究，把好建议转化为推动工作的举措。元方指出，现代农业是潼南独特优势，柠檬是潼南现代农业的一张“王牌”，推动潼南柠檬高质量发展，需要汇聚政府、企业、科研三方力量。希望各位专家一如既往地关心支持潼南，各位企业家继续扎根潼南、做大做强，潼南将持续优化营商环境，构建良好产业生态，合力把潼南柠檬打造成为具有全国影响力的知名品牌。

画笔绘童趣
色彩伴成长

正确认识流感病毒耐药问题

近日,有专家表示“流感神药”奥司他韦、玛巴洛沙韦等“已出现耐药情况”。12月2日,这一观点引发关注,流感病毒相关耐药问题随后登上热搜。不少网友焦虑,耐药是否成为普遍现象?耐药问题影响严重吗?感染流感病毒后再次感染是不是就意味着耐药了?围绕这些公众的困惑,科技日报记者联系采访了相关专家。

第一问:耐药情况真的出现了吗?

“结合我院流感病毒监测数据,奥司他韦当前耐药率仍处于较低水平,仅在个别免疫功能低下患者中检测到病毒株对药物敏感性略有下降。”河北邯郸市人民医院院长、主任药师李楠告诉科技日报记者,“相较而言,玛巴洛沙韦的耐药问题较为突出,我院接诊的部分使用该药物治疗的患者中,已发现病毒逃逸突变、药物敏感性降低等现象。”

12月3日,中国疾病预防控制中心发布的最新一期流感监测周报显示,第48周,国家流感中心对15株甲型H1N1和14株乙型流感毒株进行神经氨酸酶抑制剂耐药性分析,所有监测流感毒株均对神经氨酸酶抑制剂敏感。

“流感监测周报中的神经氨酸酶抑制剂,代表药物包括‘奥司他韦’,它抑制住病毒表面神经氨酸酶,阻止病毒颗粒从感染细胞释放扩散。”李楠解释,医院的观测数据与国家流感中心“绝大多数毒株对

神经氨酸酶抑制剂敏感”的结论完全一致。

玛巴洛沙韦的耐药性问题一直受业内关注。李楠表示,从药物作用机理上看,它的靶点更加“纵深”,从源头上组织病毒复制关键步骤中的关键“工具”——一种RNA聚合酶,但由于其攻击病毒的靶点“聚焦”,单个核酸突变就可能出现耐药。

2024年国际期刊《抗病毒研究》上的一篇研究论文显示,2022—2023年日本流感季期间,公众使用玛巴洛沙韦治疗后,出现了特定碱基突变的耐药流感病毒毒株。

每年的流感流行毒株或有不同,但流感监测周报记录显示,2025年3月31日以来收检的部分流感病毒均对聚合酶抑制剂敏感。

第二问:耐药问题影响严重吗?

“流感药物耐药情况客观存在,但需理性看待。”李楠表示,当前耐药株并未成为主流毒株,对疾病的诊疗并未产生较大影响,但如何避免耐药毒株发展壮大为主流毒株,归根结底是合理用药问题,这对于任何感染性病原体的诊疗都非常重要。

从肺炎支原体到结核分枝杆菌再到乙肝病毒、艾滋病毒等,感染性病原体均受耐药问题困扰,是相关领域的重点研究方向。

耐药株出现后,如果该药物仍高剂量使用,导致敏感株丧失竞争优势,耐药株就会大量繁殖占据主导优势,这被认为是耐药性“被固

定”的主要原因。

此前发布的《流感联合抗病毒治疗中国专家共识》提到,尽管目前流感病毒耐药率低,但单药治疗可能诱导耐药菌株的筛选。深圳市第三人民医院院长、南方科技大学医学院副院长卢洪洲此前表示,流感病毒变异快,尤其在免疫抑制人群、儿童等特定群体中,现有药物耐药性可能发生。对于重症、危重症患者或免疫低下者,单药治疗不足以快速抑制病毒复制,病毒排毒时间延长,难以达到诊疗效果。

耐药毒株的“稀释”目标和临床需求使得联合用药成为专家共识。近期有多个国产流感新药获批上



市,为临床上兼顾合理用药和诊疗效果提供了更多的选择。李楠表示,创新药物在传统神经氨酸酶抑制剂与RNA聚合酶抑制剂的基础上,进一步拓展了抗流感病毒治疗的药物选择维度。

第三问:公众如何使用抗流感药物?

随着耐药性成为热点,不少误解也随之而来。有网友认为,甲流治好后再次感染就是耐药了,应该换一种药使用。

对此,李楠进行了纠正:重复感染与药物耐药完全不同,也无直接关联。当前流行的流感毒株类型多样,人体感染某一种毒株后产生的特异性抗体,对其他类型毒株基本无交叉保护作用,才导致了重复感染。耐药是由于病毒发生基因突变,药物对其抑制作用显著下降引发的症状无改善,病毒核酸检测持续阳性等问题。

“不要随意增减剂量,剂量不足是诱发病毒耐药的重要因素。不要症状缓解就停药,按疗程完成治疗才能避免病毒残留导致的复发或耐药;也不要盲目囤积药物,长期存放易失效。”李楠强调。

也有不少人认为,感染了吃药就能好,不用打疫苗。对此,李楠特别提醒,接种流感疫苗才是平稳度过流感季的最经济、最有效手段,抗流感药物只能作为辅助治疗选择,无法替代疫苗的预防作用。

(来源于科技日报)



随着冬季进补时节来临,膏方养生再度成为市民关注热点。为引导公众科学服用膏方,由上海市卫生健康委、市中医药管理局、市疾控局、市爱卫办主办,上海市健康促进中心承办的“上海健康播报”特邀上海中医药大学附属曙光医院专家,针对冬日膏方服用常见问题提供专业、实用的指导。

膏方服用便捷化 但须“一人一方”

针对市民担心制作繁琐的问题,专家指出,目前正规医院提供的膏方多采用独立小包装,便于携带、保存和定量服用,服用时只需以开水冲化即可。一般一料膏方根据组方大小,有60至100包左右,如果早晚服,可服用一个半月左右;如果一日一包服,可服用两三个月。专家建议市民通过正规医院高年资中医师辨证开方,并委托医院规范加工,以保证品质与疗效。

专家还特别提醒,膏方的精髓在于“一人一方,辨证施治”,需根据个人体质、健康状况等个体差异定制。不建议盲目购买网络上的通用型成品膏方,因其可能无法精准匹配个人需求,且存在药材质量、工艺规范等方面的隐患。

多类人群可辨证调理 服用讲究多

对于“上班族”普遍存在的疲劳感,膏方可通过辨证施治进行调理,如气虚、阴虚、湿重或心因性疲劳等均适用。冬季格外怕冷、手足不温的人群,多属阳虚或气血不足,服用对症膏方有助于改善循环与代谢。

服用期间,需注意与饮食的协调。专家建议,服用膏方时应避免同时饮茶,尤其浓茶,最好间隔1至2小时,以免影响药效吸收。服用期间如同时食用西洋参等补品可能造成重复进补,一般不必叠加。此外,应避免与大量酒精同服,如遇感冒、发烧等时应暂停服用。

慢性病患者与特殊人群需谨慎评估

专家解释,针对糖尿病患者,规范制作的膏方每日摄入添加糖量可控,且组方常兼具辅助调节血糖之效,因此糖尿病患者可在医生指导下服用。高血压患者服用膏方则需保持清淡饮食,避免饮酒、浓茶及辛辣食物,膏方有助于整体调理、平稳血压。

对于哺乳期产妇,除非出现明显虚弱症状且经医生评估,一般不建议服用,以免影响乳汁口感。肿瘤患者术后或化疗后,在急性反应缓解、消化功能恢复的基础上,可经中医师评估后,将膏方作为长期调理的辅助手段。

隔年膏方可保存 重新服用建议再评估

服用膏方期间,如果碰到感冒、发烧、咳嗽、肠胃炎等时,要停用膏方;加上有的人忘吃或漏吃,那么膏方在当年可能会没吃完。若因故当年未吃完膏方,可冷冻保存至来年,但专家仍建议在新一年服用前重新咨询医师,根据身体最新状态调整用药方案,以实现更精准的调理。(来源于央广网)

冬季膏方进补吃对了吗?专家呼吁『一人一方,辨证施治』

现阶段检出的病原体均为已知常见病原体

多地预计12月中旬可能迎来流感高峰

中国疾控中心监测数据显示,哨点医院门急诊流感样病例呼吸道样本检测阳性的病原体中,流感病毒占近45%,我国已进入呼吸道传染病高发季节。其中,学校聚集性疫情报告进一步增多,5至14岁病例组检测阳性率明显高于其他年龄组。

中国疾控中心研究员彭质斌介绍,2025年至2026年的流行季以甲型H3N2亚型为主要流行株,也存在着甲型H1N1亚型和乙型流感的共同流行。现阶段,检出的

病原体均为已知常见病原体,没有发现未知病原体及其导致的新发传染病。

专家提示,如怀疑感染流感病毒,可通过快速抗原检测或核酸检测进行确诊。

北京儿童医院门诊部主任李豫川建议,5岁以上、病情较轻的患儿,病程中若没有出现严重咳嗽、呕吐、腹泻,可以优先考虑互联网就诊,提高就诊效率,减少交叉感染。

“5岁以下儿童是感染流感后发生重症的高风险人群。”北京儿

童医院呼吸中心主任医师秦强提醒,特别是2岁以下幼儿或有基础病的患儿,如出现持续高热、发热后常规退烧药效果不佳、精神差、活动耐力下降、饮食量下降或腹泻脱水等表现,需及时就医、接受专业诊治。

中国疾控中心监测数据显示,流感活动将继续上升。多地预计12月中旬可能迎来流感高峰。

“接种流感疫苗是预防流感最经济、最有效的手段之一。”上海市疾控中心免疫规划所所长黄卓英

表示,流感疫苗能显著降低重症和死亡风险,尤其对儿童、老年人、慢性病患者等重点人群保护效果明确。

专家提示,面对流感季,既不必过度恐慌,也不能掉以轻心。公众应保持良好个人卫生习惯,包括勤洗手、多通风、科学佩戴口罩、尽量避免前往人群密集场所等。对于老年人、5岁以下婴幼儿、慢性基础疾病人群和孕产妇等,一旦确诊,建议遵医嘱尽早口服抗病毒药物,减少重症发生。(来源于重庆日报)

抗流感药物销量增加 医生提醒勿盲目使用

天气寒冷,呼吸道传染病进入高发期,流感病毒传播迅速。在学校、托幼机构和养老院等人群密集的场所有易发生聚集性疫情。中国疾控中心病毒病所国家流感中心主任王大燕介绍,本次流行季,5—14岁病例明显多于其他年龄组。

中国疾控中心病毒病所国家流感中心主任 王大燕:

疫情高发原因包括气温下降使室内活动增多、空气流通差,空间密闭利于病毒传播。流感病毒感染后全身症状明显,易引发高热、头痛、肌肉酸痛等,有人形容是“中毒”症状,这主要是感染流感病毒后人体释放的强烈的炎性因子反应导致的。重点人群集中在5岁以下婴幼

抗流感药物销量增加 医生提醒勿盲目使用

目前相关抗流感病毒药物销量如何?又应如何科学预防、正确用药?来看记者的采访。

记者走访郑州市区多家药店了解到,近期奥司他韦等抗流感药物销量普遍有所上升,部分药店反映,销量较前期增长约70%。在郑州一家医院记者看到,药品调剂窗口前排起了取药长队。据药师介绍,近

期抗流感病毒药物的审方与调配量较上月有所增长。记者采访中了解到,不少患者就诊时主动向医生提出开具奥司他韦等抗病毒药物的要求,但医生诊断后发现,其中部分患者并非流感,而是普通感冒或其他呼吸道疾病。

郑州大学第一附属医院药学部副主任药师 张婉:

奥司他韦以及玛巴洛沙韦这类药物仅针对流感病毒有效,而对于引起普通感冒的其他病毒是没有任何治疗效果的,所以说这类药物使用的前提是必须要经过医生的诊断,明确或者高度怀疑是流感之后方可使用。

随着流感病毒进入高发期,患

病人数增多,那么密切接触流感患者的人群,是否属于流感易感群体,需要药物预防吗?

郑州大学第一附属医院儿科呼吸主任 张素琴:

如果是家中有患甲流的儿童,那么与这个儿童密切接触照护的家长建议给予奥司他韦预防,或者是老人、儿童、有基础疾病以及免疫功能本身就非常低的这些患者,也是要建议给予奥司他韦提前预防的。(来源于央视网)

