



初夏，万里长江，碧水泱泱、百舸争流；长江经济带生机勃勃，活力奔涌，气象万千。

新时代以来，习近平总书记的目光始终关注着壮美的长江。围绕长江经济带发展战略，习近平总书记先后主持召开4次座谈会，始终强调坚持共抓大保护、不搞大开发，始终强调走生态优先、绿色发展之路。在2023年主持召开进一步推动长江经济带高质量发展座谈会时，习近平总书记强调，谋长远之

势、行长久之策、建久安之基，进一步推动长江经济带高质量发展，更好支撑和服务中国式现代化。

近年来，长江经济带11省市锚定生态优先、绿色发展，以生态保护为基、经济发展为要、文化传承为魂……(来源于重庆日报)



扫码看更多内容

## 元方在全区村(社区)党组织书记代表座谈会上强调

# 建强基层党组织战斗堡垒 齐心协力推动潼南现代化建设

本报讯(记者 蒋坐吕洁)5月26日，全区村(社区)党组织书记代表座谈会召开。区委书记元方主持会议并讲话。他强调，要深入学习贯彻习近平总书记关于党的建设的重要思想，全面落实党中央决策部署和市委工作要求，牢固树立和践行正确政绩观，建强基层党组织战斗堡垒，齐心协力推动潼南现代化建设。

区委副书记张翔，区领导刘艳、罗全良参加。

座谈会上，8名村(社区)党组织书记结合基层实际，围绕基层党组织建设、乡村产业发展、基层治理

等方面说发展、讲问题、谈措施、提建议。在认真听取发言后，元方说，大家的发言真切朴实、鲜活生动，真实反映了基层声音，充分体现了全区村(社区)党组织书记在持续巩固拓展脱贫攻坚成果、产业发展、乡村治理等工作中勇挑重担的责任担当。相关部门要逐项梳理、认真研究，切实把意见建议转化为推动工作的有效举措。

元方指出，今年是“十五五”开局之年，也是常态化帮扶纳入乡村振兴战略统筹实施的第一年。全区村(社区)党组织书记要树牢“一盘棋”思想，在全区发展大局中找准定

位，科学谋划工作举措，努力做到以一域之光为全局添彩。要旗帜鲜明讲政治，铸牢对党绝对忠诚的政治品格，扎实推动树立和践行正确政绩观学习教育走深走实，切实增强基层党组织凝聚力和战斗力。要真抓实干促发展，发挥好示范带头作用，大力发展柠檬、蔬菜等特色农业，做强新型集体经济，探索发展农村电商等新模式新业态，千方百计推动农业增效益、农民增收、农村增活力。要扎根基层办实事，始终把群众安危冷暖放在心上，着力解决急难愁盼问题，持续推进人居环境整治，多元化解矛盾纠纷，不断提

升群众获得感、幸福感、安全感和认同感。要清正廉洁守底线，坚持“做人要正、做事要实”，严格遵守廉洁自律各项规定，高标准、严要求推动各项工作落地见效，以扎扎实实、可感可知的业绩树立形象、取信于民。

元方强调，当前正值汛期，要坚持把防汛减灾救灾作为头等大事，进一步扛牢压实责任，密切关注雨情水情变化，扎实开展地质灾害和中小河流安全隐患排查整治，提前做好转移避险预案，加强防汛物资储备和应急演练，统筹做好值班值守、信息报送等各项工作，切实维护人民群众生命财产安全。

本报讯(记者 蒋坐吕洁)5月27日，区委书记元方主持召开保险业助推潼南高质量发展座谈会，深入学习贯彻习近平总书记关于金融工作的重要论述，凝聚政企共识、汇聚行业合力，推动全区保险业提质增效，赋能潼南经济社会高质量发展。

重庆金融监管局二级巡视员黎光荣，区委常委、常务副区长曾伟参加。

座谈会上，人保财险重庆分公司、安诚财险重庆分公司、平安财险重庆分公司、太保财险重庆分公司、中华财险重庆分公司、阳光财险重庆分公司、永安保险重庆分公司、中国人寿重庆分公司、平安人寿重庆分公司、人保寿险重庆分公司有关负责人围绕提升服务质效、推动实体经济发展、增强风险防控能力等方面作交流发言。

元方代表区委、区政府向重庆金融监管局和各保险机构长期以来对潼南发展的支持帮助表示感谢。他说，保险业作为现代金融体系的重要组成部分，在促进经济增长、保障社会民生、推动社会治理等方面发挥着重要作用。近年来，在重庆金融监管局的关心支持和各保险机构共同努力下，全区保险服务能力持续增强，发展质效稳步提升，为潼南现代化建设提供了有力支撑。

元方指出，今年是“十五五”开局之年，也是潼南现代化建设关键时期。希望各保险机构牢固树立服务优先理念，充分发挥经济减震器和社会稳定器功能，聚焦保障和改善民生、防灾减灾、服务实体经济等方面，大力提升保险保障能力和服务水平，助力筑牢经济安全网、社会保障网和灾害防控网，更好助推潼南经济社会高质量发展。潼南将进一步优化营商环境，积极搭建政经企常态化对接平台，提升服务保障水平，构建良好产业生态，共同推动保险业持续健康发展。

## 元方主持召开保险业助推潼南高质量发展座谈会

## 元方带队赴重庆海关对接工作

本报讯(记者 蒋坐吕洁)5月27日，区委书记元方带队赴重庆海关对接工作，与重庆海关党委书记、关长谢斌座谈交流。

重庆海关党委委员、副关长陈海，副关长秦云兵参加。

元方感谢重庆海关对潼南发展的关心支持。元方表示，潼南正深入学习贯彻习近平总书记视察重庆重要讲话重要指示精神，主动服务和融入国内国际双循环，一体推进建通道、强枢纽、畅经贸、促产业

各项工作，发展壮大开放型经济，加快推进潼南现代化建设。希望重庆海关一如既往地关注潼南，在提升通关便利化水平、拓宽开放通道等方面给予更多指导支持，助力潼南以高水平开放促进高质量发展。

谢斌表示，潼南区区位优势突出，产业特色鲜明，高质量发展势头强劲。重庆海关将持续发挥职能作用，继续支持潼南培育特色优势产业，更好融入内陆开放综合枢纽建设，扩大高水平对外开放。

## 种瓜不用愁销路 订单结出致富瓜

### 走百村看百业

本报讯(记者 陈俊霖)近日，柏梓镇的5000余亩西瓜陆续成熟上市。连片大棚整齐有序，瓜藤繁茂，瓜果饱满，田间果香四溢。当地依托订单农业模式，打通产销堵点，实现西瓜稳产畅销，让特色西瓜产业成为群众增收致富的支柱产业。

在柏梓镇朱家村西瓜种植大棚内，西瓜长势喜人，农户们忙着采摘、分拣、转运。当地采用大棚管护、水肥一体化滴灌、绿色防控等标准化种植技术，搭配有机肥科学管护，有效提升西瓜产量、甜度与品质，保障上市瓜果质量达标。

“订单农业最大的好处就是稳销路、稳价格，解决了农户最头疼的产销问题。”朱家村党支部书记傅小林介绍。为破解传统农业经营难题，镇村主动对接市场，与商超、水果批发商建立长期合作，推行订单种植、保底收购模式。农户按标准统一种植，彻底摆脱滞销、压价困扰。同时，产业规模化发展带动土地流转、村民就近务工，让村民实现多重增收，筑牢富民产业根基。



势，收益也稳定可观。

“现在都是先有订单再种瓜，成熟后收购商上门采收，我们只管把西瓜种好就行了。”当地种植大户刘涛告诉记者。以往凭经验种植、零散售卖，品种杂乱、收益不稳定。如今根据订单需求栽种8424、美都等优质品种，全程标准化管护，瓜果品质统一、适配市场需求，依托错峰上市优势，

单点突破，全域赋能。目前，柏梓镇以西瓜订单种植为突破口，立足本土农业优势，大力推广标准化、订单化种植，统筹镇村产业布局，因地制宜发展西瓜、柑橘、蔬菜等特色农产品，打造出“一村一品、全域增效”的农业发展格局。下一步，柏梓镇将持续优化瓜果品种、提升果品品质，完善产销对接机制，扩大订单种植覆盖范围。同时延伸农业产业链、提升产品附加值，擦亮本土农业特色品牌，让特色产业为群众稳增收、乡村快发展提供有力支撑。

采摘装框的西瓜。

## 区第十八届人大常委会第45次会议召开

本报讯(记者 张峻豪 徐利)5月27日，区第十八届人大常委会第45次会议召开。区人大常委会主任张彬主持会议并讲话。

区人大常委会副主任宋燕、刘昌荣、王万华出席会议。区政府副区长罗全良、徐燕，区监察委、区法院、区检察院等相关负责人列席会议。

会议听取和审议了区政府关于社会保障工作情况的报告、关于2025年度生态文明建设情况的报告、关于长江上游油菜制种高地建设情况的报告、关于《区人大常委会关于检查〈中华人民共和国消防法〉〈重庆市消防条例〉实施情况报告的审议意见》办理落实情况的报告，听取和审议了区检察院关于生态环境和资源保护公益诉讼检察工作情况暨2025年度相关工作开展情况的报告。

张彬强调，社会保障是民生安全网、社会稳定器，关系千家万户的切身利益，要进一步优化政策供给，提升经办服务效率，补齐社会保障工作短板，推动社保从有向好转变，不断增强群众获得感、幸福感、安全感。要倍加珍惜既有的生态环保成果，扛牢潼南作为长江上游重要生态屏障的区域责任，努力形成更多具有潼南辨识度的生态文明建设成果。要进一步释放油菜制种潜力，立足资源禀赋和产业基础，推动油菜制种与粮油加工、乡村旅游等深度融合，助力乡村全面振兴。要坚持问题导向、聚焦重点，完善常态化监管与应急机制，以更高标准更实举措筑牢消防安全防线，保障群众生命财产安全，护航全区经济社会高质量发展。

## 潼南2026年一季度居民收支同步增长

本报讯(记者 邓瑜欣 唐茵涵)2026年一季度，潼南区坚持以人民为中心的发展理念，经济运行平稳向好，城乡居民收入稳步攀升，消费市场潜力持续释放，民生保障扎实有力，城乡发展更趋均衡。

据国家统计局潼南调查队抽样调查，经重庆调查总队核定反馈，2026年一季度潼南区全体居民人均可支配收入11231元，同比增长5.5%，增速稳健。分城乡看，城镇居民人均可支配收入13754元，

增长4.7%；农村居民人均可支配收入7027元，增长6.0%，农村居民收入增速快于城镇，城乡居民收入比由上年同期的1.98:1缩小至1.96:1，城乡收入差距持续缩小。消费市场同步提质升级，一季

度全区全体居民人均生活消费支出5861元，同比增长5.0%。其中，城镇居民人均消费支出6756元，增长4.3%；农村居民人均消费支出4369元，增长5.6%，农村消费增速高于城镇，城乡消费差距逐步收敛。

### 导读

2版

座椅“上岗” 道路“瘦身”  
潼南校园周边“微改造”改出民生“大幸福”



## 座椅“上岗” 道路“瘦身”

# 潼南 | 校园周边微改造 改出民生大幸福

本报记者 张凡 陈芷琦

5月26日,记者从区城市管理局获悉,按照全区城区道路交通安全和品质提升综合治理的统一部署,我区以学生出行安全为核心,率先在人民小学开展“一校一策”试点工作。通过一系列精细化的交通“微改造”,不仅疏通了城市脉络,更打造出了校园周边交通治理

的全新样板。正值学生上下学的高峰时段,如今人民小学周边的道路一改往日拥堵,呈现出井然有序的新气象。曾经,每逢接送高峰,校门口人车混行、车辆乱停的乱象,总是家长和市民心头的“烦心事”。为了彻底扭转这一局面,区城市管理局

联合公安、交通等部门,对周边交通动线进行了全方位的“把脉问诊”与优化重塑。

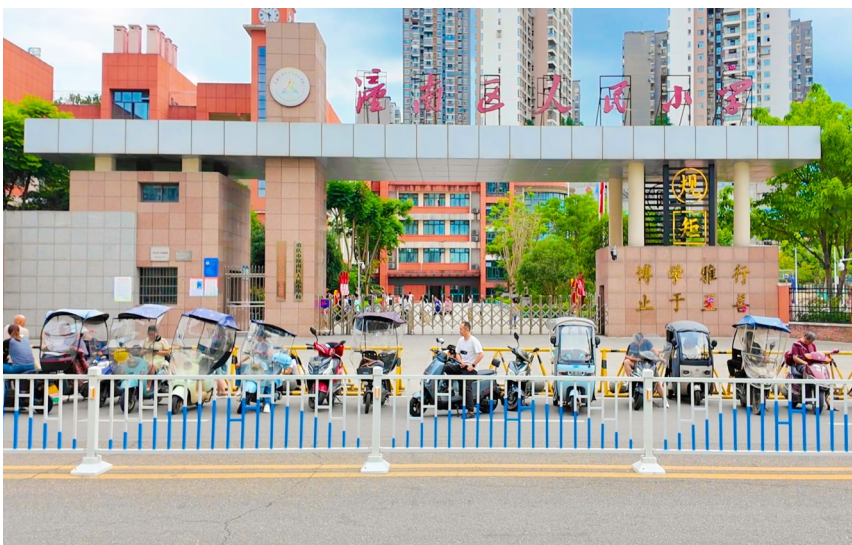
在提升道路通行能力上,治理团队下足了“绣花功夫”。通过对东风大道与金佛大道交叉口实施“2进2出”改造,并顺利完成区检察院对面路段的右转专用车道拓展工程,

有效打通了路口“瓶颈”,大幅提升了车辆通行效率。同时,针对人车混行的安全隐患,旧校门左侧人行道上加装了100米长的隔离护栏,实现了人车分流,为孩子们筑牢了步行的安全防线。

精细化治理不仅要“疏堵”,更要“开源”。针对家长关心的停车难题,区城市管理局在金佛西路两侧规范施划了两三轮车停车位100余个,并在新校门车行道两侧增设了44个“即停即走”车位。此外,周边闲置地块也被盘活,扩建为1处两三轮车停车场和1处小微停车场,累计新增停车位144个。前来接孩子的家长邱先生深有感触:“现在不仅有了即停即走车位,汽车和两三轮车也都有了‘专属车位’,来接学生时明显感觉到秩序比以前好多了。”

硬件设施在升级,人文关怀的温度也在传递。过去,家长接孩子只能在校外站着干等,而如今,旧校门口的人行道上引入了社会资源,配置了24套休闲桌椅和1套直饮水机。家长尹女士高兴地告诉记者:“以前来接孩子都只有在那站着,现在大家可以坐到椅子上等他们出来,这个变化太贴心了。”

区城市管理局相关负责人表示,下一步,将总结人民小学的成功经验,根据每所学校周边的实际情况,逐步推开,全域推广“一校一策”治理模式,持续织密校园安全网,让更多市民享受到城市精细化管理带来的便利与幸福。



人民小学新校门外车辆停放井然有序。



改造后东风大道与金佛大道交叉口“2进2出”道路。

近日,厦门某学校升旗仪式上一名女教师为身旁男士撑伞的画面,被恶意解读为“讨好校领导”,引发全网讨伐。然而真相却是,这位男士是女教师刚做完手术、年近七旬的返聘老教师父亲,女儿撑伞实为尽孝。短短24小时,温情一幕被断章取义成全网闹剧,当事人遭受了无妄的网络暴力。

为什么一份纯粹的孝心,会被恶意曲解成这样?

很多时候,刻板印象和“有罪推定”成了谣言最好的温床。只要校园里出现“年轻女性”与“年轻男性”同框,部分网友便自动代入“下属与领导”的权力叙事,将朴素的正义感异化为不分青红皂白的偏见,宁愿脑补“职场逢迎”的狗血剧,也不愿相信纯粹的亲情与善意。

短视频时代流量至上的恶意传播,更是谣言发酵的催化剂。发布者刻意掐头去尾、隐藏真相,用煽动性文案制造对立以收割流量。发视频只需几秒,辟谣却难如登天,极低的造谣成本与极高的澄清代价,让“开局一张图,内容全靠编”的乱象屡禁不止。

面对“造谣一张嘴,辟谣跑断腿”的困境,根治这种“心病”,必须从道德与监管两端同时发力。

从道德层面来看,网络空间并非法外之地,更不是道德洼地,践行网络公德是每位网民的必修课。大众对职场特权的痛恨本是正义感的体现,但一旦异化为不分青红皂白的“看图定罪”,理性便让位于偏见。网民应当学会“有所不为”与“有所为”:既要守住底线,不盲目跟风、不随意宣泄情绪;更要主动“有为”,在按下转发键前多一份理性的等待与对事实的敬畏。只有当“让事实跑在情绪前面”成为共识,才能避免朴素亲情被流量狂欢肆意践踏。

从平台监管来看,绝不能让短视频平台成为谣言的“放大器”。部分发布者深谙“情绪比事实更容易传播”的套路,刻意掐头去尾、制造对立以收割流量。对此,网络平台必须压实主体责任,筑牢审核关口。一方面,要升级技术防控体系,对恶意剪辑、断章取义的内容及时拦截下架,对屡教不改的违规账号坚决予以限流或封禁;另一方面,应完善谣言标签与辟谣机制,一旦发现争议信息及时标记并置顶权威辟谣内容,阻断虚假信息的传播链条。

网络生态的清明,既需要法治的利剑高悬,也离不开道德的自觉与平台的监管。唯有让造谣者付出实打实的代价,让理性发声成为主流,才能真正治愈“造谣”这种网络心病,守护好我们共同的精神家园。

涪江锐评

## 区市场监管局

# “靶向式”监管守护群众“油瓶子”安全

本报讯(记者 丁怡然 通讯员 周文豪)近日,区市场监管局集结市、区两级食品安全检查员、日常监管骨干及抽样检测人员组成联合检查组,深入辖区植物油生产企业,开展了一场专项风险排查与技术帮扶行动。通过“现场排查+抽样检测+闭环整改”的全流程监管模式,既为企业合规生产“把脉问诊”,又为产业提质增效“开方抓药”。

检查组一行先后走进企业的原料仓库、生产车间与成品展示区,对照食品生产许可标准,对原料储存、生产管控、标签标识等关键环节实施了“穿透式”检查。在原料仓库,执法人员细致查验了桶装原料的容器材质与储存环境,严格核对进货台账,从源头排查潜在风险;在成品展示区,检查组对瓶装植物油、调味酱料的配料表、保质期等信息逐一“过筛”,现场反馈疑问项目,并“点对点”给出整改方向与优化建议,帮助企业完善质量管理体系,规避合规风险。

在排查隐患的同时,抽样检测工作同步跟进,通过实验室的精准数据排查质量安全死角。针对检查中发现的问题,区市场监管局建立了详细的问题清单,明确整改时限与要求,实行严格的“销号管理”,确保隐患整改闭环落地,真正实现“发现一个问题、解决一类隐患、规范一片行业”的监管实效。

下一步,区市场监管局将持续聚焦食用植物油等重点食品领域,常态化开展风险排查与技术帮扶,推动企业落实食品安全主体责任,强化全链条管控,以“严监管+优服务”的双轮驱动,助力辖区食品产业高质量发展,切实守护好群众“舌尖上的安全”。

## 银发传薪火 青春正当时

# 潼南这场宣讲让“党恩”与“法治”润心田

本报讯(记者 陈俊豪)为深入推进青少年思想道德建设与法治安全教育,厚植爱党爱国情怀,近日,2026年重庆市“老少同声颂党恩、携手奋进新征程”主题活动巡回报告会走进潼南。老中青宣讲员与莘莘学子齐聚一堂,共上一堂有高度、有温度的“人生大课”。

在潼南第一中学,宣讲员带来了《学法规于心 守规则于行》专题宣讲。没有照本宣科,而是结合青少年身边的鲜活案例,将《民法典》中晦涩的法律条文转化为通俗易懂的“家常话”。从校园生活到人际交往,从权益保护到行为底线,宣讲员以案释法、以理明规,引导学生们在潜移默化中树立法治思维,真正让法治精神在心中落地生根。

同日,在潼南第一中学,一场关于《强化“三观”正能量 争当“三好”青少年》的宣讲同样热烈。宣讲员



宣讲员给同学们讲解民法典相关内容。

扣新时代青少年的成长使命,深入浅出地阐述了如何树立正确的世界观、人生观和价值观。台上谆谆教诲,台下凝神倾听,宣讲员勉励广大

学子锤炼品德、勤学善思,努力成长为品德好、学习好、身心好的新时代“三好”少年,以昂扬的青春姿态奔赴新征程。

整场宣讲既有思想引领的高度,又有贴近生活的温度。同学们认真聆听、细致记录,现场氛围庄重而热烈。

“这场宣讲让我受益匪浅,不仅学到了实用的法律知识,更明晰了肩上的责任。”潼南中学学生黄多多感慨道,“今后我会严守法规,端正态度,努力提升自我,争做有理想、敢担当、能吃苦、肯奋斗的新时代青少年,用实际行动践行青春使命。”

银发传薪火,少年承初心。此次活动充分发挥了关工委“五老”人员的银发力量,以老带新、以讲促学,实现了法治教育与思想教育的同频共振。下一步,潼南区将持续深耕青少年思想引领工作,常态化开展各类育人宣讲,凝聚老少同心奋进的合力,引领辖区广大青少年坚定跟党走,在新时代新征程上书写精彩的青春答卷。

小渡镇

# 藤藤菜抢鲜上市 年产值将超3000万

本报讯(记者 张凡 张峻豪)近日,小渡镇800多亩藤藤菜基地迎来采摘旺季,每天有超7万斤脆嫩的藤藤菜源源不断销往重庆中心城区,整个生产周期总产值预计突破3000万元。这把初夏的“时令菜”,正成为推动当地农业现代化与村民增收的“致富菜”。

基地,青翠欲滴的藤藤菜生机勃勃,数十名务工群众正在采摘。基地每天采摘的鲜菜会立即送往车间进行捆扎与分拣装配,并在包装箱内精细地加入冰块降温保鲜,确保所有藤藤菜实现“当天采摘、当天发送”。

科学的种植管理让基地的采摘周期得以大幅延长。重庆丰谷农业发展有限公司负责人吴克明介绍:

“我们的空心菜每天有四五车送到重庆中心城区。由于品种选择的是柳叶泡杆空心菜,口感更加脆一点,很受消费者喜欢,这得益于大棚管护与智能设施。基地的采摘期从3月中旬就可以开始,一直持续到10月中旬,实现超长周期的不间断供应。”

产业兴旺的背后,是现代农业园区对周边现代乡村劳动力结构的

重塑。藤藤菜基地不仅带来了可观的经济效益,也为当地村民搭建了“家门口就业”的稳定平台。“在基地务工一个月能挣到四五千块钱,日子越过越踏实。”正在大棚内忙碌的务工群众陶祖宁笑着说。

下一步,我区将继续深化农业科技应用,延伸蔬菜产业链条,让特色产业红利惠及更多周边群众。



800亩空心菜基地航拍。

# 速度与默契的巅峰对决 50米接力赛燃爆全场

本报讯(记者 张凡 李彦亭)疾风知劲草,跑道见真章。近日,潼南区第六届运动会暨第十二届职工运动会田径项目50米接力赛激情开跑。作为田径赛场“最短距离的团队作战”,该项目不仅展现了绝对的爆发力,更将团队协作的魅力发挥到了极致。

比赛过程中,发令枪响,第一棒选手弹射而出,瞬间点燃了全场的热情。50米的距离虽短,却对选手的反应速度、交接棒技术提出了严苛要求,各支代表队势均力敌,场上局势几度反转,选手们展现出了惊人的默契,每一棒交接都行云流水,几乎在允许的极限范围内完成了交接,甚至肉眼可见地“零减速”。

“50米接力不仅要求个人能力达到巅峰,更要求选手之间建立起绝对的信任。每一次完美的交接,都是无数次训练磨合的结果。”现场裁判员表示。

“参加这次运动会,感觉非常激动,各位选手的实力也很强,希望大家在之后的比赛项目中都能够取得好的成绩,展现出风采。”潼南高新区综合部干部徐鸣鸣说。

这项“短飞人”之间的对决,不仅展示了我区干部职工昂扬向上的精神风貌,也进一步推动了全民健身的热潮。

## 田家镇

# 筑牢基层健康防线

本报讯(记者 张凡)近日,田家镇卫生院紧扣“签约有实感,服务有温度”主题,在镇人流聚集处利用赶场天开展家庭医生签约宣传与义诊活动,将健康服务直接送到群众家门口。

活动当天,由全科、中医科、公卫科医护人员组成的志愿服务台人头攒动。医护人员现场为过往群众免费测量血压、血糖,并耐心解答各类慢性病用药疑问。前来续约的居民李奶奶说:“去年签约了让我放心,今年医护人员经常上门、电话随访,让我感觉更加安心。”

据了解,为了让公共卫生服务触手可及,卫生院打破过去“坐等上门”的传统模式,依托“健康骑手”家庭医生团队主动下沉。团队重点面向辖区内高龄、失能、长期卧床以及居住偏远的居民,提供精准、便捷的上门医疗照护,将诊疗送到家门口,把指导做在床头边。

田家镇卫生院相关负责人表示,家庭医生签约服务是一份长久的承诺。下一步,卫生院将继续深化“健康骑手”服务模式,做实做细后续履约服务,让医疗服务真正暖到群众心坎里。

## 卧佛镇

# 生态修复与防洪堤建设 加速绘就“幸福河”实景

本报讯(记者 张峻豪 李彦亭)初夏时节,万物勃发。近日,记者走进卧佛镇复兴河生态修复与滨江防洪堤建设现场看到,机械轰鸣、人影穿梭,挖掘机长臂挥舞,工人们各司其职、紧张作业,一派热火朝天的建设景象,昔日的“施工图”正加速变为触手可及的“实景图”。

作为卧佛镇的“母亲河”,复兴河因长期河道淤积,每逢汛期便面临漫溢等风险,严重影响沿线群众生产生活和生态安全。为从根本上消除隐患、修复水生态环境,卧佛镇联合相关部门全面启动复兴河生态修复与滨江防洪堤建设工程,为这条河流“强筋骨”“焕新颜”。

“卧佛这一段,主要是城镇中间的彩虹步道沿线,绿化植物已经种植完成。其他河段中,石笼护岸已完成两部分施工,目前正推进剩余区段的绿化作业,我们将优先在雨季前完成石笼护岸安装,确保河道行洪畅通,后续再推进绿化美化工程。”据复兴河水生态修复治理工程技术负责人严彦育介绍,项目预计今年九月全面完工。

# 科技赋能成长 艺术点亮青春

本报讯(记者 徐利 张峻豪)连日来,重庆八中潼南中学举办以“鉴院如新,青春如你”为主题的第十一届科技艺术节系列活动。活动以多元载体彰显“四鉴文化”的育人内涵,充分展示了学子们的青春风采,厚植了校园文化底蕴,营造出德智体美劳全面发展的良好育人氛围。

本次科技艺术节内容丰富、形式多样,兼顾艺术性、科学性与趣味性,全方位展现了同学们的综合素养。文艺展演环节以班级和社团为主体,全程由学生自主策划、编排、演绎。一个个精心准备的节目轮番上演,歌声悠扬动人,舞姿灵动轻快,既有温情满满的合唱表演,也有活力四射的动感展示。两个多小时的演出中,现场掌声雷动,氛围热烈,高潮迭起的精彩表现成为校园里最动人的青春风景。

“能站上科技艺术节的舞台,和



科技艺术节活动现场。

同学们一起完成合唱表演,我特别激动。”重庆八中潼南中学学生彭俊博分享道,“学校搭建的这个平台,不仅让我敢于展现自己的才艺,更让我感受到了团队协作的力量,也

收获了满满的自信与快乐。”

科技体验区更是人气爆棚,成为学子们探索未知、点燃创意的乐园。操场一侧,3D打印机飞速运转,同学们亲手操作,真切感受着科

技的神奇魅力。机器人表演区里,机器人灵活完成各种动作,精准的操控、有趣的互动,让同学们驻足惊叹。此外,科学试验区的火山喷发小实验、生物科技展示区的奥秘探索,以及闲置物品交换区的热闹场景,都让同学们沉浸其中。

重庆八中潼南中学学生刘鉴萱说,“无人机手工制作和火山小实验让我印象最为深刻。这次活动更加坚定了我探索科学、追求美好的决心。”

重庆八中潼南中学艺体处主任熊军表示,“学校将持续以科技启迪智慧,以艺术涵养气质,以体育强健体魄,让莘莘学子在竞技中成长、在创新中突破、在展示中绽放风采,努力培养具有深厚文明素养的鉴院君子,助力学子们全面发展、逐梦远航。”

## 建强龙头中学

# 罚后炮不如防前哨

刘莉

近期,福建漳州杨梅泡药、双汇肉制品抗生素超标两大食品安全事件接连曝光,引发全民热议。一农一工、一鲜一熟,接踵而至的个案敲响警钟,食品安全,防患于未然才是重点,亡羊补牢式的处罚终究只是“马后炮”。

时令杨梅鲜甜多汁,是夏日大众喜爱的鲜果,却被部分商贩利欲熏心,用脱氢乙酸钠、三无甜味剂药水浸泡保鲜增甜,务工人员坦言“自己都不敢吃”。此次事件中,多起行政、刑事立案落地,严厉惩戒有效震慑了违法乱象。无独有偶,国民品牌双汇再陷食品安全危

机,其子公司生产的猪肉产品被检出林可霉素远超国家食品安全标准,老牌龙头企业的监管疏漏,让消费者的信任再度受损。

雷霆处罚当然必要,但事后的罚单填不满消费者的信任裂缝,被追回的那几百公斤问题杨梅,换不回整个产区滞销、品牌蒙尘的损失。处罚是底线,不是终点;防患于未然,才是食品安全治理的真正题中之意。

食品安全没有“事后补救”,只有“事前严防”。餐桌安全的守护,不能依赖事后的雷霆问责,而要扎根全链条常态化管控。对食

品生产者而言,必须守住诚信底线、扛起主体责任,摒弃侥幸心理,严格遵守生产标准,严把原料采购、加工储存、出厂检验每一道关口,从源头杜绝不合格产品流入市场。龙头企业更应发挥标杆作用,完善全流程溯源体系,主动排查风险隐患,而非被动接受监管处罚。

监管层面更要转变治理思维,从“事后严罚”向“事前预防、事中管控”前移。针对果蔬保鲜、畜禽养殖、食品加工等高危环节,加大常态化巡查、随机抽检力度,细化行业监管标准,补齐小众农

产品、上下游衔接环节的监管短板。同时畅通群众举报渠道,构建监管抽查、行业自律、社会监督的立体化防控体系,让违法违规行为无处滋生。

民以食为天,食以安为先。处罚可以震慑一时,却无法守护长远。从田间到餐桌,从生产到流通,每一个环节都应当成为安全防线的前哨,而非漏洞百出的短板。必须“冒”雨绸缪、“防”冒杜渐,才能让百姓真正吃得安心、吃得放心。食品安全是底线工程、民心工程,食品安全没有“下不为例”,只有“万无一失”。

## 遗失声明

兹有重庆市潼南区社会保险事务中心非税收入一般缴款书票据2张(票据编号:000572543、000572544)因搬办公室遗失,上述票据在遗失时均为空白票据,发现遗失后,我单位高度重视,已立即内部排查并完善了票据管理流程,为明确相关经济责任,防止票据被不当使用,特此声明该2张票据作废,由此引发的一切经济与法律责任均由我单位自行承担。

兹有潼南县老欧蔬菜种植场基本账户开户许可证(开户行:重庆农村商业银行股份有限公司潼南支行桂花分理处,账号:1720010120440000756 开户许可证核准号:j6530048112901)遗失,声明作废。

# @电动自行车车主 看完你还敢“飞线充电”吗？

电动自行车为我们的生活带来便利，但因违规充电、停放等问题也存在诸多消防安全隐患，“飞线充电”就是其中之一。“飞线”长期经

受风吹日晒、人为扯拽，存在老化、接触不良、短路等多重风险，极易对电动自行车造成损伤进而引发火灾~

## 相关案例

2025年9月7日，云南文山某小区内1辆电动自行车突然起火，并以极快的速度引燃了周边停放的6辆电动自行车以及车库设施。据了解，本次火灾由违规改装的电动自行车电池在“飞线充电”的过程中发生故障引发。

2024年8月16日，江西上饶某小区内一居民楼外凌晨失火，据悉，在约10分钟时间内，有8辆停

放在楼外的电动自行车被烧损，火灾还造成该栋楼上部分居民家具被熏坏，经济损失预计达3万元。经调查，事故由该栋楼5层的居民“飞线充电”引发。

2024年4月9日，上海宝山区某小区，三辆电动自行车及周边绿化带起火。幸好周边居民及时报警，未造成人员伤亡。据违法嫌疑人徐某交代，为了贪图方便，当晚10点，他从一楼客厅用拖线板将电线拖至室外进行“飞线充

电”，没想到在3小时后引发火灾。因过失引发火灾，徐某被警方依法行政拘留。

## 什么是“飞线充电”？

飞线充电是指通过私拉电线（通常是从室内或其他电源处接出）为电动自行车、电动汽车或其他设备进行充电的行为。

“飞线充电”有哪些危害？

- 通宵充电易致过充私拉电线充电缺乏自动断电保护装置，长时间充电（尤其是夜间无人看管时）易导致电池过充、过热，引发鼓包、变形甚至爆炸。锂电池在过充状态下易发生热失控，燃烧猛烈且难扑灭。
- 堵塞通道危及逃生违规车辆多停放在居民楼出入口、楼梯间等疏散通道，一旦起火会释放大量有毒烟气并形成“烟囱效应”，直接堵塞逃生路径，增加人员窒息及踩踏风险。
- 环境侵蚀加速老化裸露电线长期暴露于雨水、露水和高温暴

晒环境中，绝缘层加速破损老化，易引发漏电或短路。

4. 劣质布线暗藏隐患临时线路多使用非标插座、劣质延长线，易因电流过载或接触不良引发火灾。垂挂电线易磨损断裂，增加触电风险。部分居民甚至使用无绝缘保护的“麻花线”，短路时可能直接引燃周边可燃物。

## 相关实验

从楼上“空降”电源线和插线板，给电动自行车充电到底有多危险？



## 小编提示

“飞线充电”是一种极其危险的充电方式，不要等到火灾发生了才追悔莫及~

## 电动车安全须知

你需要注意这些事！

### 1. 合理控制时间

按电瓶容量大小计算一般在8-10小时内就能完成充电。



### 2. 不要私自改装

不要私自改装电池、改动线路、拆除限速装置，加装音响、照明等。

### 3. 购买合格的电动车

不要贪图便宜购买非标准或超期使用的电动车，会增加驾驶风险指数。



### 4. 禁止飞线充电

私拉乱接电线的行为容易导致线路短路并引发火灾，电线长期暴露在外风吹日晒，在天气突变下易引发安全事故。

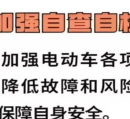
### 5. 禁止在楼道内停放

楼道中的电动车一旦起火，会直接阻断消防逃生通道，产生有毒的气体使逃生难度升级。



### 6. 加强自查自检

日常加强电动车各项检查，降低故障和风险指数，保障自身安全。



# 正大量上市！关于荔枝的消费指南来了

最近，荔枝正大量上市。很多网友会有疑问：哪种荔枝更甜？怎么保存不容易坏？为什么有人吃完会口干舌燥、牙龈肿痛，甚至出现所谓的“荔枝病”？一文讲清。

## 荔枝糖含量是西瓜的近3倍

排名	水果	含糖量 g/100g
1	荔枝	15.2
2	芒果	13.7
3	樱桃	13.0
4	菠萝	11.4
5	苹果	10.4
6	桃子	8.4
7	哈密瓜	7.9
8	西瓜	6.2
9	草莓	4.9

荔枝的糖含量为15.2克/100克，是西瓜的近3倍，同时也比很多其他夏季水果都高。

一颗中等大小的带壳荔枝约25克，可食部约为70%，去壳去核后果肉约18克。如果一次吃下10颗荔枝，将会摄入27.36克糖。

## 不同人群一次吃多少荔枝合适？

### 不同人群，荔枝一次吃多少合适？

- 健康成年人**  
• 中等大小荔枝最好控制在15颗以内。  
• 吃荔枝当天，榴莲、苹果、芒果、菠萝、香蕉等高糖水果少吃一点。  
**15颗以内**
- 儿童**  
• 不要空腹吃，家长在旁监督，避免果核呛咳。  
3岁以下：少量品尝，最好不吃  
4-5岁：5颗左右  
6-10岁：8-10颗  
11-17岁：10-15颗
- 糖尿病患者**  
• 控制在100克以内，约6颗，大一些的要更少。  
• 建议安排在两餐之间食用。  
**100克以内 约6颗**
- 减脂、控制体重人群**  
• 建议不超过10颗。  
• 每100克荔枝热量约71千卡，是杨梅的2倍多，吃多小心长胖。  
**不超过10颗 100克 71千卡**
- 老年人群**  
• 消化能力减弱，甚至可能营养不良或肝糖原储备不足。  
• 最好一次不超过5颗。  
**不超过5颗**

## 怎么挑选荔枝？

### 选购荔枝，学会“三看一摸一闻”

- 看果壳颜色**  
成熟荔枝多呈鲜红色，也有红绿相间或黄中带绿。表皮明显褐色、黑色，多半不新鲜。  
鲜红色 (优质) | 红绿相间 (中等) | 黄中带绿 (可食) | 褐色、黑色 (不新鲜)
- 看果皮**  
果壳较薄、脆，外壳完整。无裂口，无滴水，龟裂片较大且规则，成熟度和口感通常更好。  
果皮薄脆 (优质) | 果皮厚硬 (中等) | 裂口、滴水 (不新鲜) | 龟裂片不规则 (不新鲜)
- 看果柄**  
选择果柄新鲜、绿色或褐色，无发黑、无干枯霉变的。  
果柄新鲜 (优质) | 果柄发黑 (中等) | 果柄干枯 (不新鲜)
- 摸手感**  
轻轻捏一捏，选有弹性、偏硬的，说明水分充足、较新鲜。  
有弹性、偏硬 (优质) | 偏软、发粘 (不新鲜)
- 闻气味**  
荔枝清香较好，若有酸味、酒味或霉味，不建议购买。  
荔枝清香 (优质) | 酸味、酒味 (不新鲜) | 霉味 (不新鲜)

## 荔枝如何保鲜？

### 荔枝保存具体怎么做？

- 挑坏果：**  
先挑出变质、破损的坏果。
  - 简单清洗：**  
大盆的可简单清洗，沥干或晾干水分，保留果柄。
  - 包好再放：**  
不要堆叠太紧，容易失水或氧化变黑。用透气网兜或保鲜纸包裹，放进保鲜袋，不要密封，也可放透气保鲜盒。
  - 冷藏保存：**  
放在冰箱冷藏区，温度设置4-8℃。
- 小贴士：建议尽快食用，口感和风味更佳。

## 荔枝吃多了，会发生什么？

口干舌燥、喉咙不舒服、牙龈肿痛……

吃荔枝出现这些症状，主要“元凶”是荔枝高糖惹的祸——

高糖刺激口腔黏膜，吃得越多口腔中会残留不少糖，形成高渗透压环境，口腔黏膜细胞脱水，所以就产生了口干舌燥、喉咙发干发涩的感觉。

糖分促使微生物滋生：吃完荔枝不

及时漱口，牙缝中隐藏的荔枝果肉和口腔中残留的糖分会促使微生物滋生，相当于给细菌提供了养料，代谢产酸，刺激牙龈组织引发炎症反应，表现为牙龈红肿。

## “荔枝病”

所谓的“荔枝病”，其实是荔枝引起的急性低血糖，也叫低血糖急性脑炎综

合征。症状主要表现为头晕、乏力、出汗、面色苍白、心悸、恶心、腹痛、腹泻，严重者可出现突然昏迷、抽搐、心律失常、呼吸困难、血压下降甚至死亡。

荔枝病的发生大多是在“空腹+吃多了”的情况下出现的。这是因为荔枝中含有两种有毒氨基酸类似物：次甘氨酸A和亚甲基环丙基甘氨酸，这两种成分会阻断氨基酸、脂肪酸、甘油等物质转化成葡萄糖的通路，导致血糖无法维持，便会出现低血糖，严重时危及生

命。空腹大量食用时，血糖更容易降下来，从而增加发病风险。

这几类人群属于“荔枝病”的高危人群，尤其需要注意——

儿童：属于高发群体，肝糖原储备少，容易发生荔枝病。

营养不良人群：肝糖原储备不足，难以维持血糖。

糖尿病患者：本身血糖调节能力受

损，风险增加。

空腹吃很多荔枝的人：触发荔枝病机制，风险较大。

吃未成熟或半成熟的荔枝的人：这类荔枝中含有较多甘氨酸A和亚甲基环丙基甘氨酸，更容易增加低血糖风险。

一般人群不必有“荔枝病焦虑”，只要做到“不吃未成熟的荔枝+别空腹吃+别大量吃”，就不用担心“荔枝病”找上门。