

冬水田里养出肥美小龙虾

□ 重庆日报记者 刘冲

再过几个月，大足区龙石镇明月村冬虾养殖户孙浩的37亩冬虾就要上市，最近他接到了不少求购电话。“错峰上市，品质也有保障，所以价格达到了120元/斤，还供不应求。”孙浩说。

简短的话语中，蕴含着供求关系的基本道理——小龙虾一般集中在夏季上市，冬虾并不多见，因而切中了市民需求的大足冬虾，成为市场上的“爆款”。

食物供给多元化，国家粮食安全根基才更牢。今年世界粮食日及全国粮食安全宣传周，强调“践行大食物观 保障粮食安全”主题。如何践行“大食物观”，全方位多途径开发食物资源？大足冬虾这一区域性品牌给出了答案。

养出冬虾源于一次“美丽的失误”

要养出肉质充足、肉质肥美的冬虾，好的种源是前提。

孙浩所养殖的品种是棠香(重庆)智慧

农业科技有限公司(下称棠香公司)的大足冬虾。

这个品种冬虾的诞生，源于该公司创始人韩永琴的一次“失误”。

2012年，韩永琴在铜梁区福果镇养殖了40亩小龙虾。然而到了收获季，韩永琴发现因为养殖用水来自水库，导致鱼卵被带人小龙虾养殖区，虾苗几乎都被吃掉了。同时，高温天气也影响了剩余虾苗的生长。

次年，原本打算重新投放虾苗的韩永琴发现，水田里剩余的小龙虾孵化出不少抗逆性强的二代虾苗。韩永琴将这批虾苗筛选出来在夏季投放，冬季上市以提高收益，意外开启了“夏选种、秋育苗、冬春卖全国”的反季节养殖模式。

经过多年探索，韩永琴培育出体质健康、规格合适、出苗时间可控的虾苗，这也是冬虾养殖技术的核心。

2018年，韩永琴带着种苗来到大足铁山镇从事稻虾养殖，孙浩的冬虾养殖之路由此起步。在韩永琴的带动下，连同孙浩在内，共有326户农户发展冬虾养殖3.3万亩。

与此同时，大足区与农业企业合作，陆续培养了23户百亩以上稻渔综合养殖大户。

目前，该区稻渔综合种养面积4.5万亩，2022年稻渔水产品产量达3900吨，实现综合产值超2亿元。

核心技术让小龙虾“越冬”提前上市

优质种苗有了，如何才能保障小龙虾成功“越冬”，成为占领市场的“利器”？

“重庆没有冬季冰冻期，这是养殖冬虾的气候优势。”韩永琴介绍，即便如此，要想小龙虾安稳“越冬”，还需要保持稳定的温度。

为此，她与多个水产专业机构合作，打造了反季节小龙虾养殖系统，通过光伏大棚和外置供热罐提供18℃—28℃水温，不仅可以保证小龙虾成功“越冬”，还能比其他产区提前45天左右上市。

确保了种源和气候优势后，近年来棠香公司还专注于研发专用的虾饲料，以提高冬虾的满肉率，又通过人工繁殖，提高了冬虾繁殖率。

“大足冬虾育苗是以生态为基础，可以实现养殖尾水“零排放”促进循环农业的发展。”韩永琴介绍，通过稻虾共生模式养殖可以实

错峰上市的冬虾进军华东市场

目前，3.3万亩大足冬虾有效填补了江苏盱眙、湖北潜江等全国小龙虾主产区冬春的市场空白，成为了冬春地区华东地区许多城市的小龙虾重要供应地，每斤价格能达到120元。

记者还了解到，为进一步推动“大足冬虾”走向更广阔的市场，大足正强化稻渔综合种养标准体系建设，推动大足冬虾地方标准制定，扶强扶优“大足冬虾”区域品牌，同时，大足区正联合四川比邻市区开展渝西小龙虾市场建设，推动大足小龙虾卖向全国。

而在种质资源方面，该区正筹备建设水产育种创新中心，与相关企业、院校联合开展育种联合攻关，培育选育生长速度快、抗病能力强、遗传性状稳定的小龙虾品种，提高规模化供种能力，同时大力开展小龙虾秋苗繁育、春季抱卵虾生产研究，适应错峰上市需要。



高升“双晒”展开和美乡村新画卷

为高升的一名教育工作者，有责任和义务让孩子们从小了解家乡优秀传统文化，让高升竹文化、竹编传统技艺传承下去。“近年来，我们把竹编纳入到日常课堂教学中，结合竹文化、劳动课程、美术课程特点开展竹编校本课程，让孩子们在竹编技艺学习和制作中，培养像竹一样的精神品格，推动优秀传统文化薪火相传。”

中央财经大学会计学院研究生客座导师韩伟华今年到高升参与投资做生态农业相关的项目，深切感受到高升是一个人杰地灵、产业兴旺、乡村环境非常好的地方。“‘双晒’视

频中介绍，高升凭借成渝地区双城经济圈建设中轴线的区位优势，成为大安农业园区核心区。不仅有3000多亩的柠檬基地、枇杷种植基地，柑橘、无花果、黑山羊、中药等特色农业产业，还充分利用优质的旅游生态资源，打造采摘经济、精品石刻文化旅游线路、以“桃花”为主题的取景地等农文旅融合新路径，为乡村振兴注入新动力。”韩伟华对高升未来的发展非常有信心，“下一步，我们希望乘借‘双圈’建设‘东风’，扩大规模，在高升打造以‘桃花’为主题的影视基地，也为高升打造现代版‘桃花源’出一份力。”

高升镇好山、好水、好民风绘就了和美乡村幸福底色。在让不少游人向往的同时，也让“双晒”视频成为一封家书，激荡起在外游子的思乡之情。

重庆速腾机械制造有限公司总经理袁勇作为土生土长的高升人，在看到高升“双晒”视频后，不禁感叹家乡发生的巨大变化，“乡村公路变宽了，村民的房前屋后变美了，乡风更淳朴了，河流也变回儿时的清澈了。”袁勇告诉记者，他以后想回乡安居乐业，也祝愿家乡产业更壮大、村民更幸福、百岁老人越来越多。

新渝报讯(记者 何美林 实习生 彭茜)

10月19日，大足区镇街“晒产业·晒产品”专题推介活动迎来第十一期高升镇篇。本期“双晒”以“兴业，从家开始”为主题，通过主持人和嘉宾品读一封封家书，道出高升镇在竹文化传承、农文旅产业发展等方面取得的良好成效，为观众徐徐展开一幅宜居又宜业的美乡村新画卷。

“笋”长为“竹”的过程，节节高升。百年来，高升人沿袭、传承着“竹的文化与精神”，使得百姓生活品质也在步步高升。如今，竹编课、竹竿舞、竹编体验馆等一系列与竹文化相关的各类项目火热开展，推动着高升竹编传统技艺和“竹文化”内涵焕发时代光彩。

高升镇中心幼儿园园长徐洪娇表示，作

资足常乐 交通先行

10月20日，市民登上大足中教至安岳何家湾的公交车。当天，这条跨省公交线路正式开通。该线路是继2020年12月大足中教至安岳双龙线路后，重庆市大足区联合四川省资阳市开通的第二条跨省公交线路。线路全程12公里，共设站点19个，全程票价3元，运行时间为06:35—18:30，进一步满足毗邻地区居民出行需求。

新渝报记者 张琦 通讯员 蒋文友/摄



□ 新渝报记者 毛双

最近几天，市民小李总是无故烦躁、焦虑，甚至出现嗜睡的情况。担心自己患上情绪病，于是她到医院看了心理医生。

“我从前两天开始，心情莫名地烦躁，即便晚上睡得很早，第二天还是睡不醒。”小李今年29岁，平时乐观开朗，没有情绪病史。经过诊断，医生说小李并无大碍，出现这些症状，很可能是“悲秋综合征”作祟。

究竟什么是悲秋综合征？如何缓解这种症状呢？对此，记者采访了大足区人民医院睡眠心身中心主治医师裴昌贞。

“悲秋综合征，就是在秋天因景色萧瑟而

使人产生的凄凉、苦闷之感，出现焦虑、抑郁情绪的一组症候群。”裴昌贞说，进入秋天，日照减少、气温降低，草枯叶落、花木凋零，有些人会触景生情，引发心中凄凉的情绪，从而产生忧郁、烦躁等情绪变化。

裴昌贞进一步补充道，因为季节变化带来的景象、日照、工作压力等，会导致人的激素水平变化。现代医学研究发现，人体大脑底部一个叫“褪黑素”的腺体，在秋天会分泌过多的“褪黑素”。“褪黑素”能促进睡眠，但分泌过多容易使人精神萎靡不振、疲惫不堪、

秋天，警惕“悲秋综合征”

郁郁寡欢等。

“悲秋综合征很普遍，不必恐慌。”据调查发现，至少15%的人群会在秋天出现这样的情绪体验，其中，以老年人多见，但现在也在逐步年轻化。

如何缓解季节性的悲伤情绪，裴昌贞建议多晒晒太阳，通过阳光的照射，让褪黑素的分泌减少，让情绪兴奋起来；同时，还可以多参加体育锻炼，使身心愉悦，以减少不良的情绪产生；此外，可以食用牛奶、鸡蛋等蛋白质，增强身体耐受力，也可以食用

莲子、小麦、红枣等具有安神作用的食物来调节。

“最重要的是保持乐观心态，注意自身的心理调节，如何去宣泄、释放自己的情绪非常重要。”裴昌贞说。

与此同时，裴昌贞提醒，如果通过以上方式都没办法恢复，并且有明显的失眠或嗜睡，情绪波动如精神消沉、思维迟钝、异常倦怠等影响自身正常生活的情绪病前兆，建议可以适当向心理医生求助，预防情绪病发生。

中教镇长者食堂正式开放

新渝报讯(记者 犹骥 余杰文/图)“魔芋烧鸭、红烧肉、番茄蛋汤，好吃又便宜，很符合我们老年人的口味。”10月19日，大足区中教镇长者食堂在观寺庙村正式开放，迎来了第一批20多位长者就餐。73岁的一社老社长唐开富和老伙计们一边用餐一边谈笑，不住地感叹如今的好政策。

远离中教镇的观寺庙村是市级贫困村，村里在家的60岁以上老年人有135位，还有低保和五保群众69人、一二级残疾群众10人。为了解决他们的就餐问题，中教镇与村里的埂生基(重庆)生态农业有限公司采取合作共建的方式，依托该公司的职工食堂，办起了全镇第一个长者食堂。中教镇民政和社会事务办主任龚怀书

告诉记者，食堂主要提供午餐和晚餐，老年人每餐只需要缴费6元，就能享受两荤一素一汤的营养餐食，还能辐射周边金盆、碑坳两村的老年人。对于行动不便的老人，食堂还将提供送餐上门的服务。

埂生基公司不但要负责提供安全、卫生、营养的餐食和良好的就餐环境，还要自担亏损的风险。因为合作中，食堂按零利润原则运营，若每月就餐长者不足1500人次，将无法获得镇政府相关补助。对此，公司负责人表示，他们发展蚕桑产业得到了中教镇人民的大力支持，公司运营食堂也算是对父老乡亲的一点回报。

下一步，中教镇将认真梳理、总结该食堂的运营经验，在有条件的村(社区)开办长者食堂，服务更多群众。

首款高端型自行式房车即将面市

新渝报讯(记者 犹骥 通讯员 刘帮海)近日，记者从重庆凯瑞特种车有限公司获悉，该公司精心打造的首款高端型自行式房车即将面市，不仅是在新领域探索的创新突破，更为房车车友带来了新的选择。

这款房车结合现代科技和传统工艺设计理念，打造出既具有现代感又不失古典韵味的高端豪华房车。车身线条流畅，采用高强度钢材打造，具有良好的抗震性和耐用性。在内部设施方面，该款房车同样表现出色。车内空间宽敞，装饰豪华，配备了高级沙发、液晶电视、独立空调、厨房设备和洗浴设施，让乘客在旅途中也能享受到家的舒适和便捷。

安全性是该款房车的另一个重要特点。车辆配备了最新的安全系统，包括防抱死刹车系统、电子稳定程序、倒车雷达等，能有效保障乘客的安全。同时，车辆还配备了GPS导航系统和紧急呼叫系统，让乘客在旅途中无论身处何处都能得到及时的帮助。

凯瑞公司相关负责人表示，该款高端型房车可满足人们对高品质生活的追求，让人们在享受旅行的同时，也能拥有舒适的体验，感受到家的温暖。此次推出高端型房车将进一步提升公司在特种车辆市场的竞争力，也将为中国的豪华房车市场带来新的活力。

大足首期求职能力实训营招收33名学员 助力青年群体就业

新渝报讯(记者 李东 陈柯男)日前，由大足区人力资源和社会保障局、重庆资源与环境职业学院主办的大足区首期求职能力实训营在重庆资源与环境职业学院开班。

据悉，青年求职能力实训营项目是人社部针对青年人就业难题，组织专家团队，根据各行各业对人才的需求和青年群体的求职特点，在充分调研和广泛试点的基础上开发的一套实训课程。本期实训营共招收33名学员，学员以大足区应届毕业生为主。实训营为期6天，课程以职业能力培养为导向，以就业能力提升为核心，邀请就业指导专家和资深HR进行演讲、头脑风暴、角色扮演、路演、企业参访等沉浸式教学方法，为学员们传授自我认知、团队协作、岗位分析、模拟面试等实用干货。

“本期实训营对符合条件的训练对象免除所有费用，实训合格将颁发结业证书。实训结束2周内，会跟踪学员就业情况，对没有就业的学员一对一优先推荐就业岗位，并继续提供职业指导等就业服务。”大足区公共就业和人才服务中心主任周前云介绍。

经开小学 诗韵校园 浸润童年

□ 新渝报记者 犹骥 通讯员 谭艳

校园文化建设是社会主义文化建设的重要组成部分，也是学校个性魅力与办学特色的体现。近年来，经开小学精心创建诗意校园，全力推进诗教文化，积极营造诗意课堂，着力构建诗意课程，诗词教育取得丰硕成果。

为了将诗词教育打造为经开小学的特色，学校从启动该项工作之初就成立了诗教工作领导小组，负责诗教工作的具体落实。同时邀请重庆市诗词学会专家指导团队和经开区诗联学会诗教志愿者小组助力诗教进校园工作。

诗词在净化孩子们心灵、陶冶情操、培养道德修养和提升审美情趣的同时，也给校园注入了新的活力。该校语文组组长旷年兰说：“为了让孩子读的诗词更符合儿童的认知，我们全校的语文老师一起研讨编写了诗词读本，孩子学到六年级至少可以学习300首古诗词。”除了将语文课、德育课作为诗词教育的主要阵地，学校还将诗教活动融入各学科课堂中。“诗之画”“诗之舞”“诗之操”已成为美术课、音乐课、体育课的重要内容。

为了给校园诗词爱好者提供交流的平台，帮助其了解诗歌鉴赏、创作方法，学校在2017年成立了“巴岳新苑”诗社，创立之初便吸引了众多诗词爱好者的加入。小诗人们在双桥经开区诗联学会志愿者和老师的指导下创作诗词，用诗歌抒发内心的情感世界。

2018年，经开小学被授予“重庆市诗教名校”称号，成为大足区首个市级诗词教育名校。

走进经开小学，无处不在的诗意润物细无声地浸润着孩子们的心灵。墙上的诗词书法作品、大厅过道诗教活动摄影展板、楼道精心布置诗词文化墙等都有诗词呈现。学校广播站专门开设“为你读诗”版块，上下课铃声用的也是诗词，每个班上的黑板报都有“每周一诗”的专属版块。每天14:00—14:20，琅琅的诗词诵读声总是在各班准时响起。

交通事故陷困境 司法救助解民忧

新渝报讯(记者 张玮 通讯员 黄丽妃 董琴)近日，大足区人民法院办理了一起因交通事故致困的当事人申请国家司法救助的案件。

据了解，2021年4月，救助申请人赵某因机动车交通事故导致颅脑损伤，构成一级伤残，造成赵某各项损失112万余元。2022年12月，大足区人民法院作出民事判决书，判决事故责任人蔡某赔偿33万余元。

然而，在执行过程中，执行干警穷尽所有执行措施，仅执行到位0.2万余元，且未发现被执行人有其他任何可执行的财产。

因赔偿款难以兑现，且赵某夫妻二人均系精神残疾，无子女，属特困供养人员。执行干警遂积极引导并帮助赵某监护人于2023年6月向大足区人民法院提出国家司法救助申请。

法院综合考量救助申请人的困难程度、伤残等级、判决金额及过错责任等各方面因素，决定给予救助申请人赵某司法救助金13.5万元。

为确保救助金专款专用、用到用好，法院干警主动与镇政府、村社、赵某监护人沟通联系，了解赵某生活需求，制定救助金发放方案，切实保障赵某某长远生活问题。下一步，大足区人民法院将继续坚持以人民为中心的司法理念，以“应救助尽救助”为原则，加强与大足区人民检察院、大足区公安局等部门沟通协调，探索多元救助新路径，切实发挥司法救助纾困解忧的作用，彰显法院为民情怀。



老人们正在就餐。