

小城文旅如何“有颜有味”？

今年“五一”假期，小城文旅“风景这边独好”。

除了山东淄博、甘肃天水、河南开封热度依旧外，簪花、寻乡村古镇、追逐“蓝眼泪”等成了新的文旅热点，带火了泉州、婺源、平潭等一批三、四线小城。

某旅游平台推出的“五一”旅游趋势洞察报告显示，四线及以下城市旅游、县域市场酒店、景区门票预订订单分别同比增长140%、68%、151%，增速均跑赢全国大盘。

不禁要问，在大城市文旅越来越“卷”的当下，小城缘何脱颖而出？在未来的文旅市场中，又该如何继续讲好“小城故事”？

01

怎样理解小城游的爆火？一位文旅从业者对记者表示，这是偶然，也是必然。

不同于以往，游客为了避开人流，被动选择“反向游”，此次小城游里，许多特色小城成了游客主动选择的唯一目的地，体现着新消费理念与新文旅业态的“双向奔赴”。

选择小城，不挤也不贵。对许多游客来说，旅游不再是休闲的目的，而只是休闲的一种手段，比起“行万里路”，他们更想要的是“每一步都算数”。因此，相比于大城市里上车睡觉下车拍照、挤破脑袋排队打卡的旅游体验，更多人选择了在小城感受岁月静好，拥抱真实的体验感。

而在获得感上，大城市与小城也有差距：同样的花费，在大城市只能买来车票，在小城市却能买到景区门票，将大城市的“凑活”平移到小城，换来的就是一份“安逸”。

走进小城，有颜更有味。为何小城游普遍升温？在更松弛的消费体验外，小城独有的“原生态颜值”与“人间烟火味”更为关键。

比如，今年“五一”，以寻访中华古建筑、体验民间非遗等为主要内容的“新中式”旅游成为风潮，许多未经过度开发的历史古城、民

俗名城备受青睐。

而此前出圈的淄博烧烤、天水麻辣烫、开封王婆说媒等文旅热点，也无不说明，游客旅途中的“小确幸”“市井气”充满期待。大家选择小城，就是为了脱离大城市的喧嚣浮躁，感受小城市里人与人的朴实交往，让生活节奏慢下来，给灵魂以短暂的栖居。

小城文旅还赢在出奇制胜。相比于大城市已进入存量阶段的文旅开发，小城文旅开发成本更低、增量空间广阔，能安放更多元的消费场景。

往远了看，去年的村超、村BA已经带火了榕江；往近了看，今年“五一”期间，浙江上虞、江苏溧水也因引入音乐节而人气火爆。更毋庸提许多小城已经配套了现代化的基础设施，处在省城“一小时高铁圈”“两小时自驾圈”内，为这样的特色体验再添了一份便捷保障，令不少游客欣然前往。

02

如今，小城文旅热度正盛，但热闹之余，我们更需要冷静思考。应看到，在少数火爆的小城之外，仍有大量小城在文旅发展中错过了力气、走入了误区。

比如，规划走偏，乡愁变味。人们不选大城市选小城，就是因为能“望得见山、看得见水、记得住乡愁”。这也启示着小城，发展文旅，既不能大量拆旧建新，破坏原始风貌，也不能毫不修饰，坐等游客上门。

现实中，许多小城正是把握不好这个“度”，才换不来市场美誉：一些地方修“人造古街”，商业化气息盖过了原始的城市风貌，引起游客反感；一些地方将老社区收归一处经营管理，尽管保住了建筑，但原住民已经搬迁，老街变成了户户闭门的“空街”；还有一些地方招募村民做演员，把日常生活演给游客看，虽然保证了一定的文旅体验，却让游客感到“被忽悠”，留下不好口碑。

03

可以想见，在“小众游”“平替游”渐成风潮的当下，会有越来越多小城得到关注，浮出流量水面。这对小城来说，既是利好，也是大考，需要主动作为、积极应对。

深挖下沉的资源。小城体量有限，“押注”文旅业，需要看到回报周期，撬动更大红利。

黄国庆认为，小城在打造文旅产品中，一方面要掘地三尺，提炼寻找当地的风土人情、历史文脉，给小城故事创造精神载体，让游客能与当地深度连接，形成“地方依恋”；另一方

面，也要有意识地站在市场的角度和区域旅游的高度进行规划，让旅游资源间彼此链接，延长旅游消费链。

在今年“五一”假期，重庆就立足自身地形地貌特色和前沿科技发展，推出了低空飞行消费周活动，让时兴的低空经济与古老的大足石刻等景区有机联动，丰富了游客游玩的维度，实现文旅产品1+1>2，积累了市场口碑。

调动多方，形成合力。文旅虽是服务业，也可以成为地方的支柱性产业，这其中，能否调动人力很关键。

眼下，海南万宁、江西景德镇等地因为气候适宜、生活惬意等原因，吸引了许多年轻人，与“数字游民”旅居，这在为当地带来人气的同时，也扩容了当地的旅游市场，许多艺术展览、精致消费、户外嘉年华得以落地生根。

而一些原本不事旅游的小城，因为有了乡贤的返乡置业，让现代化的民宿取代了低效率运行的农家乐，农旅融合有了全新面貌。足见，人才的参与才是文旅活力的根源，也是小城应抓住的重要机遇。

辩证看待时代机遇。对小城来说，追风很重要，但不被风刮倒更重要。发展文旅不是制造“盆景”，一张照片、一段视频、一道美食当然可能让游客心驰神往，但只有扎实的软硬件配置和真诚细致的服务，才能换来人来人往。

一鸣惊人值得艳羡，但厚积薄发才是常态，回看此次火爆的一众小城，它们当然赢在自身资源独特、产品稀缺这类“长板”，却也赢在它们相比于大城市也不落下风的文旅建设，赢在它们几乎没有“短板”。只有正视这样的发展规律，不盲目跟风、上马，才能让更多小城开出文旅的“繁花”。

站在更长远的周期来看，小城游升温并不仅仅是文旅市场发展的注脚，也是新的趋势，我们可以相信，在未来，会有更多小城成为新的旅游风向标，让人们看到更多生动的“小城故事”。

据上游新闻

220千伏邮亭变电站集中检修进度过半

新渝报讯(通讯员 宁星 赖小龙 文/图)5月6日，在220千伏邮亭变电站集中检修现场，近40人组成的队伍正在热火朝天地进行施工作业，检修进度已完成超50%。

据了解，220千伏邮亭变电站始建于2001年，主要担负大足双桥经开区及永川三教园区供电任务，历经23年，部分设备老旧，存在运行隐患，对该站做一次彻底全面的“大手术”十分有必要。为更好服务供区经济发展，该站成立了集中检修党员突击队和青年突击队，采用“站内110千伏设备全停、主变轮停”的快速检修方案，满足在度夏前检修完毕的要求。

“为了保障检修进度，我们根据工作内容和作业风险进行整体安排，提前将施工风险低、配合度低的工作预留至‘五一’期间开展，全力保障集中检修工作保质保量完成。”该站站长张亮说。

据悉，此次集中检修工作以“一标两零”(标准化、零缺陷、零违章)为目标，将安全管控提级，调整现场施工人员结构，加设专责监护人，确保“安全有人管、现场有人守、工作有人盯”。

下一步，220千伏邮亭变电站集中检修将开展1号主变大修、新装刀闸及断路器调试等工作，将建成更加安全稳定运行的电网基

点，为城市建设筑牢发展根基。

工作人员正在进行检修。



是母亲，更是榜样

□ 新渝报记者 毛双 文/图

“李医生，我是专程从贵州过来的，之前陆陆续续吃了十多年的药，一直没见起色……”“不晓得怎么回事，我从昨晚就开始拉肚子，到现在已经拉了4次……”“医生，我女儿最近老是咳嗽……”

5月8日一大早，大足区中医院名医馆11号诊室，前来就诊的病人络绎不绝。坐诊的医生是重庆市名中医李玲辉和助理徐玮，李玲辉负责把脉、问诊，徐玮则默默记录病例和处方。

两人配合默契，但很少有人知道她们是一对母女。对于徐玮而言，母亲不仅是母亲，她还是同事、老师、合作伙伴。

“妈妈就是我人生的灯塔，永远照耀着我前进的方向。”徐玮说。

从医44年

李玲辉今年69岁，老家三驱镇。从小体弱多病的她，立志成为一名医生。

1976年，高中毕业后，成绩优异的李玲辉如愿考上了成都中医药大学。大学期间，她表现优异，成绩名列前茅。然而，毕业后她放弃了去大医院工作的机会，选择回到老家三驱镇。

“我排行老大，家人也都在老家，我想离他们近一些，也能帮忙照顾一下。”李玲辉说。

1980年1月，李玲辉正式入职三驱镇卫生院。当时卫生人员的条件有限，李玲辉常常一个人干好几个人的工作，接诊、打针、输液通通都得自己干。因为当时高学历的医生在镇上很少见，李玲辉“大学生医生”的身份很快便传开了，找她看病的病人最多的时候一天达到200人。

李玲辉耐心、亲切的态度和专业的医疗技术也得到了医院和病人的认可。

“当医生就要不断精进自己的医术，还要具备良好的医德，对病人要有爱心和耐心。”李玲辉说。

在忙工作的同时，李玲辉个人问题也没落下，没多久她便结婚生子。1983年，大女儿徐玮出生。

在卫生院工作期间，李玲辉的名气越来越大，好几次有重庆市区的医院来“挖人”，但都被她婉拒了。

“我还是想留在大足，为家乡的医疗事业出一份力。”李玲辉说。

1986年，李玲辉因表现突出，被调到大足区中医院。新的环境和工作平台，让她对自己的工作有了更高的要求。随着临床经验积累，李玲辉的医术也有了进一步的提升。

2006年，李玲辉通过考核，获评“重庆市名中医”的称号，除了大足本地人找她看病外，甚至有不少外地人来找她。

“当看到病人被治愈的那一刻，作为一名医生，这种自豪和开心是什么都给不了的。”李玲辉说。

2009年，李玲辉退休后被医院返聘，周一到周五的工作日上午都会坐诊。

如今，返聘15年后，她依然对自己的工作保持着十足的热情。在她的办公桌里，放着几本最新的中医书籍，闲暇时她都会拿出来阅读、研究。

“医学一直在进步，我们也要随时更新自己的知识，不能‘掉队’。”李玲辉说。

成为同事

“小时候就觉得妈妈特别忙，有时候晚上都要加班。”在女儿徐玮的记忆中，母亲李玲辉工作特别忙，因为没时间陪伴孩子，母亲经常把她带到医院。

在徐玮幼小的心里，作为医生的母亲就是一个“超人”，不仅能帮病人治病，还能做艾灸、药浴，但凡家中有人伤风感冒，她总能轻松应对。

久而久之，潜移默化间，徐玮萌发了一个心愿，就是跟妈妈一样当医生。

后来，徐玮考上了临床医学专业，2003年毕业后也入职了大足区中医院，和妈妈成为了同事。

徐玮是儿科的医生，在临床诊治过程中，经常会遇到一些西医治疗效果不佳的病症，这时候，她就会寻求母亲的中医“支援”，让李玲辉为患者诊治，效果甚好。

“中医更温和，非常适合一些慢性疾病的调理。”徐玮说，尽管自己学的西医，但在母亲的耳濡目染下，结合临床工作实践，她也对中医产生了浓厚的兴趣。

2020年，李玲辉全国基层名老中医药

传承工作室在大足区中医院成立，工作室主要职责是中医教学、人才培养等。徐玮主动报名，成为了7个成员之一，正式“拜师”李玲辉。

之后，徐玮和李玲辉在工作中的联系更加紧密，作为学生和助理的身份，她经常跟着李玲辉一起诊疗。两人同坐一张办公桌，李玲辉为病人诊断，她就在旁边一边听，一边静静地用电脑记录下病人的病历和处方，就好像小时候在母亲旁边伏案写作业。

“她学得很快，很有悟性，这一点我很欣慰。”李玲辉说。

在母亲的教授下，徐玮学得格外用心，对中医文化的了解也更加深入。

“妈妈不仅是妈妈，更是老师，无论是生活和工作，她都给了我很多帮助。”徐玮说。

携手前行

去年，大足区中医院提出组建临床营养科，发展中医药食同源成为其中一项重要工作。徐玮作为这项工作的牵头人，李玲辉则作为中医药专家，对此提供指导和帮助。

“许多食物即药物，它们之间并无绝对的分界线，把这些药材研发成产品进行食用，能起到一定的保健养生作用。”徐玮说。

去年中秋节，母女俩和医院药食同源研究团队合作，通过将可食用的中药材加入月饼，主导研制了两款养生月饼，大获好评。

“研究药食同源，不仅要尽可能发挥药材的药用价值，还要兼顾口感。”李玲辉说。

为此，母女俩经常一起探讨药材的药性、使用剂量、食用方式等。

“过段时间就是端午节了，我们目前正在研制中药养生粽系列，其中有一款贴合端午时节的艾草粽。”徐玮说，艾草在中医中有温经止血、散寒止痛等功效，但口感苦涩，如何将艾草运用到粽子的制作中，还能有不错的口感，这一点很重要。

为了解决这个问题，母女俩除了理论交流，回到家还一起制作，通过反复调整，最终做出了满意的艾草粽。

“中医真是博大精深，需要学习的东西太多了。但无论遇到什么困难，妈妈就像是‘定心丸’，只要有她在，再难的问题都能迎刃而解。”徐玮说。

记者手记

感恩人生中的第一位老师

母亲节即将来临，这是一个属于母亲的节日，一个让我们深深感恩的日子。在这个特别的节日，让我们将目光投向那位无比重要却又常常被我们忽略的人——母亲。

或许大多数人的母亲都是平凡人，没有李玲辉那样的光环，工作中也给了我们建议和帮助，但这丝毫不影响她在我们心目中的地位。对于母亲，我们有太多无法言说的感动和爱。

从小到大，母亲不仅是我们生命的孕育者，更是我们成长道路上的第一位老师。她教会我们如何迈出人生的第一步，如何说出第一句话，如何用筷子夹起第一口饭菜。她的言传身教，如同春雨般润物无声，深深地烙印在我们的心田。那时

候，母亲在我们眼中无所不能。

长大后，经历工作和生活中的困难之后，我们发现，原来母亲不是万能的，她们的唠叨也总是没完没了。然而，她们的爱却从未减少。

俗话说“养儿一百岁，长忧九十九”，大概就是最好的体现。从孩子呱呱落地的那天起，父母的心思就全在孩子身上。每一次哭闹、不听话都牵挂着父母。唠叨何尝不是出于爱呢？

如今，随着我们的成长，母亲也慢慢老去。在母亲节来临之际，让我们共同向母亲表达最深的敬意和感激，让我们用实际行动来回报母亲的关爱。愿天下的母亲节日快乐，健康、幸福！

我国首批适老化无障碍版药品说明书上市

重庆已提交试点申请

近日，我国首批适老化无障碍版药品说明书已正式上市。记者8日从重庆市药监局获悉，该局已于今年3月向国家药监局提交药品说明书适老化及无障碍改革试点申请，让更多老年人及视力障碍者“看得清”“读得懂”。

内容太多字太小 药品说明书对老年人不友好

家住杨家坪的曹女士告诉记者，自己经常伴有“三高”的80岁母亲去医院看病、开药。以降血脂的“瑞舒伐他汀钙片”为例，密密麻麻正反两面说明书，小5号的字体，连她自己看着都有些吃力，更何况已经高龄的母亲。

曹女士提出的问题具有一定普遍性。记者采访发现，不少老年人及一些有视力障碍的人群都反映，长期以来，药品说明书内容太复杂加之字号太小，不少老人即使戴上老花镜也难看清楚内容。

药品说明书除了是为医生及患者提供药品必要信息的主要途径，同时也是药品的重要法律文件。药品说明书里详细写明了药品的适应症、用法用量、不良反应、禁忌症、注意事项、贮藏方式、有效期等都内容，对患者来说这些都十分重要。然而由于查看不方便，不少患者都是取出药之后，把药盒及说明书一扔了之。

字体大大大 首批适老化药品说明书上市

去年底，根据国家药监局《药品说明书适老化及无障碍改革试点工作方案》要求，《药品说明书(简化版)及药品说明书(大字版)编写指南》和《电子药品说明书(完整版)格式要求》也开始发布实施。我国药品说明书适老化及无障碍改革试点名单(第一批)也同步公布，上海、江苏、浙江、山东、湖南、广东省市为试点省份，首批包含657种药品。

根据相关要求，简化版药品说明书在保留药品成分、性状、功能主治等重要信息的基础上，对原说明书的字体大小、行距、字距等进行了优化调整，合理化安排，形成适用于患者阅读的说明书格式，鼓励选用四号及更大字体。药品说明书(简化版)标题、提示内容、警示语、项目名称等要醒目，可适当加大加粗。另外，鼓励电子药品说明书(完整版)字体中文使用黑体或者宋体，电子药品说明书(完整版)应支持缩放功能。

资料显示，截至目前已有约270种药品通过备案，首批适老化无障碍版药品说明书已正式上市，一些试点城市已可以买到。记者走访了重庆部分药房，目前尚未发现该类药品说明书上柜。重庆医药(集团)股份有限公司有关负责人接受记者采访时表示，目前“适老化”无障碍版药品说明书暂未进入该集团零售终端，但旗下和平药房连锁店在零售药品时，执业药师都会将药品的用法、用量等关键核心信息单独写在药盒上，叮嘱购药者按要求服用。

重庆已递交试点申请

据重庆市药监局有关负责人介绍，重庆正积极参与此次试点工作，已向国家药监局提交7家药品上市许可持有人的42个药品批准文号的试点申请。

该负责人表示，简化版药品说明书的推出，旨在解决传统药品说明书存在的“看不清、看不懂、不便携带”等问题，提高患者的用药体验。同时，也是为了更好地保障患者用药安全，避免因对药品信息了解不足而导致的用药风险。

未来，重庆市药监局将继续加大药品说明书适老化及无障碍改革试点工作力度，为更多患者提供更加便捷、安全的用药服务。

据上游新闻

大足消防联合龙石镇开展防灾减灾宣传

新渝报讯(记者 张玮 通讯员 李川)为进一步增强群众防灾减灾意识，增强社区火灾防控能力，日前，大足区消防救援支队联合龙石镇人民政府深入社区、学校、商铺等地，开展防灾减灾宣传活动。

此次活动以“人人讲安全、个个会应急——着力提升基层防灾避险能力”为主题，通过发放宣传资料、上门指导检查、宣讲防火知识、现场答疑解惑等多种形式，向广大市民群众普及消防安全知识，传授火灾防控技能。

活动中，消防宣传人员和政府工作人员走家串户，将《电动自行车消防安全提示》《社区消防安全常识》《家庭消防安全常识》等资料发放到每一户居民手中，详细讲解了家庭用火用电用气的注意事项和常见误区，消除安全隐患。

此外，针对近期国内发生的火灾事故案例，消防宣传人员和政府工作人员还特别强调了加强防灾减灾防控工作的重要性，并提醒广大商户、学校、小作坊等负责人时刻绷紧安全这根弦。同时，消防宣传人员还针对不同场所的特点，进行了个性化的消防安全指导。

镇街动态

回龙镇中心幼儿园建设书香校园

新渝报讯(记者 邓小强 通讯员 欧茜)读书启迪智慧、培根铸魂。近日，大足区回龙镇中心幼儿园举办以“阅见智慧，书启未来”为主题的读书月成果展示会暨颁奖典礼，多形式展示读书月活动成果，持续引导幼儿热爱读书，学会读书。

活动现场气氛热烈，孩子们喜气洋洋，大方地上台分享读书体会，展示讲故事、解说等口头表达能力。现场还摆满了孩子们自己制作的故事绘本。回龙幼儿园举行颁奖仪式，向阅读之星们赠送图书，鼓励他们做爱读书、善读书的好孩子。

小故事中蕴含大道理，传递价值观。学生和家長合作表演绘本故事，通过生动再现《愚公移山》《龟兔赛跑》《森林家园》等故事，诠释真善美的理念，传播人与自然和谐共生的文化，表达爱国主义情怀，宣传读书带来的丰富收获。