

长江上游首条江海直达航线首航成功，意味着什么？

□ 新华社记者 李晓婷 李爱斌 王全超

5月11日15时45分，自浙江舟山港而来的万吨级江海直达船“创新5”轮成功抵达终点站重庆江津珞璜港，标志着长江上游首条江海直达航线首航成功。这也是万吨级江海直达船首次抵达长江上游地区。

一条新航线的开通为何如此重要？长江穿越11个省区市，横跨我国东中西部。一直以来，江海联运是广大中西部地区重要物流运输方式。

据了解，进境大宗货物搭乘国际大型海船自东部入海口入境，再经由长江黄金水道深入西部腹地。以往，大型海船需在舟山港减载换乘小型海船，行至长江中下游港口再换乘江船，才能顺利进入长江上游。从舟山至重庆需花费约35天，时间长、流程多、货物损耗多。

重庆市口岸物流办水运物流处处长康建表示，“舟山—重庆”江海直达新航线正式贯通，特定航线江海直达船得以穿越三峡大坝直连江海，江海“同程”减少了长江上下游水路运输中转环节，并提高货物运输安全性和物流预期。

长期以来，长江上游地区为何难以实现江海直达？此次江海直达航线又为什么“能”？从湖北宜昌至重庆的660公里的川江航道属长江上游，流经丘陵和高山峡谷地区，落差高，航深和航宽不足。100多年前，英国人立德乐驾驶利川号蒸汽机船进入重庆，由

此打开长江航道机动船航行历史。

重庆海事局副局长沈建介绍，三峡成库后，长江上游航道条件改善，但库区、回水变动区及自然航段并存，通航条件复杂多变，部分水域在低水位时期航道弯曲狭窄、水流湍急，通航条件较差。

武汉创新江海运输有限公司安全总监邓忠诚说，常规载重海船船型较大、吃水深、结构强度大，难以达到三峡船闸吃水要求和航道航行条件，无法通过三峡。

为保障长江上游江海直达航线顺利开通，重庆市口岸物流办协调武汉创新江海运输公司和舟山市相关部门，主动对接船型设计创新，探讨江海直达运输的组织方式。

“创新5”轮船长吴加福说，万吨级“创新5”轮既符合近海行驶标准，也符合三峡大坝过闸通航要求，并且是一艘LNG双燃料动力船舶，节省了燃料成本，更加绿色低碳。

新航线开通后，西部地区又将迎来哪些发展新机遇？

“西部地区物流难题将得到进一步破解。”重庆市口岸物流办主任杨琳说，“随着舟山—重庆江海直达航线开通，西部地区货物经长江黄金水道出海时间缩短了20天左右，货物损耗率降低至0.3%以内，长江黄金水道潜能进一步释放，为西部开放发展拓展出新空间。”

重庆地处长江经济带与“一带一路”联结带，长江黄金水道、西部陆海新通道、中欧班列等多条国际物流通道在此交汇。重庆市综合经济研究院院长丁瑶说，江海直达航线运



江海直达船“创新5”轮抵达重庆江津珞璜港。新华社记者 王全超 摄

行成熟后，将提高西部陆海新通道服务周边省份能力，推动重庆发挥内陆开放综合枢纽作用，释放西部陆海新通道、“一带一路”、长江经济带联动发展效益，助推西部地区更好服务于以国内大循环为主体、国内国际双循环相互促进的新发展格局。

江津区副区长冯在文表示，依托多式联运快速发展，重庆枢纽港产业园正推动上下游产业集聚，与泰中罗勇工业园等中外产业

合作项目联动发展。同时，积极承接东部地区、沿江地区产业转移，不断提升对内对外开放发展能级。

“创新5”轮预计在5月下旬开启回程测试，将重庆长寿的钢材、贵州的磷矿运往舟山港。下一步，重庆、舟山将推进航线常态化开行，推动回程货源组织、船舶建设打造、航线安全方案优化提升，强化长三角与成渝地区双城经济圈的联动发展。

世界防治肥胖日——

饮食运动双管齐下 拒绝负“重”前行

吃好、中午要吃饱、晚上要吃少’，这是有一定道理的。”李玲辉说。

为什么提倡早上要吃好？李玲辉表示，经过一晚上的睡眠、消化，起床时胃很空虚，急需补充能量。早上要吃好，就是早上要保证营养充足，营养搭配均衡一点，早餐既要有淀粉类的主食，如面包、粥、饼等，也要添加适当的蛋白质，如牛奶、肉、豆制品等。还可以搭配一些水果、蔬菜。

在午餐安排方面，经过上午的工作、学习，可能已经消耗了很多能量，午餐可以继续

补充一些能量，主食、菜、肉，品种可以稍微复杂一点。

晚餐可以稍微清淡些，略微素一点，但也要保持营养充足，热量微低一点，而且尽量选比较容易消化的食物，否则会影响晚上的睡眠。“合理安排早中晚餐，一定不要暴饮暴食。”李玲辉说。

此外，为了避免肥胖，烹饪方法也至关重要。李玲辉表示，相比于不健康的煎炸、蒸、煮和炖能在减少热量摄入的同时保持食物的营养价值。少吃盐，既可以降低饮食欲望，也

能减少钠盐的摄入。含糖量极高的碳酸饮料、高热量的酒和高脂肪含量的坚果要少吃，这些食物容易导致体重增加。

在运动方面，李玲辉建议，每日要保持适当的运动量，根据自己的身体承受能力，选择适合的运动方式。如果生活中没有完整的时间运动，可以利用上下班、午休时间走路等方式保持运动。

李玲辉提醒，若是肥胖情况比较严重，通过饮食调节和运动都没有办法改善，必要时可以到医院，在医生的指导下，采取药物进行干预。

男子网恋两年“女友”竟是男人

下，陈某于当天到派出所投案自首。

据了解，陈某在龙水一工厂上班，因为无聊想找人聊天，打游戏没有钱买装备，便想通过诈骗来挣钱。陈某认为，女性更容易找到目标，于是在注册App时选择性别为女性，根据附近搜索功能寻找目标，后添加了韦先生的微信，称自己就在大足一服装店上班。

在陈某的甜言蜜语攻势下，韦先生主动提出要对方交往。陈某则以“要要朋友就要给她买东西”为由，让韦先生为其点外卖、买空调、买项链、给见面路费等等骗取钱财。

为了让韦先生相信其为女性，陈某还经常将同一个女性博主的生活照发给韦先生或发到微信朋友圈。但每次韦先生要求见面、视频或语音通话时，陈某总是以“工作忙、没时间、旁边有人不方便、身在外地”为借口拒绝。

“我本以为只是在骗我钱，但我从没怀疑过他的性别。”“女友”始终不愿见面，韦先生非常无奈。

当民警告知他对方是男性时，韦先生感到非常惊讶。他表示之前也有过怀疑，一直

保持半信半疑的态度继续跟对方“交往”。直到近日，陈某的微信账号被冻结，不能用于聊天转账，韦先生联系不上对方，才发现被骗。

经讯问，陈某对自己假扮女性身份进行网络诈骗的犯罪事实供认不讳，并将所骗资金全部退还韦先生。

目前，陈某已被依法采取刑事强制措施。警方提醒，网络社交软件拉近了人与人之间沟通的距离，但同样也隐藏着各种各样的骗局。网恋骗局层出不穷，请广大市民朋友提高警惕，谨慎交友。

新渝报讯(记者 毛双 实习生 宾振宇)5月11日，是世界防治肥胖日。2024年世界防治肥胖日主题是“防治肥胖，拒绝负重前行”，意在呼吁每个人付诸行动，共同应对肥胖问题。

肥胖问题不容忽视，它是引起多种慢性病的重要危险因素，会诱发糖尿病、胰岛素抵抗、睡眠呼吸暂停综合征、高血压、高尿酸血症、多囊卵巢综合征、肿瘤等疾病，严重危害人体健康。

如何防治肥胖呢？对此，大足区中医院名医馆副主任医师李玲辉说，预防肥胖的关键就是“管住嘴 迈开腿”，“吃”与“动”是最重要的两大方面。“吃”与“动”结合起来，养成良好的生活习惯，从而科学合理地维持体重。“合理饮食特别重要。俗话说，‘早上要

新渝报讯(记者 张玮 实习生 宾振宇)网恋两年的女友，究竟长什么样?“女友”迟迟不愿见面，直到报警他才发现对方竟然是个男人。日前，大足警方通报了这起网恋诈骗案。

近日，韦先生来到大足区公安局南门派出所报警，称其在2021年底，通过交友App认识了一个自称“维维”的网友，对方称头像照片就是其本人。双方加微信后不久便确认了恋爱关系。“交往”期间，对方以各种理由向其索要钱财，共计约11000元。

接警后，南门派出所民警立即展开调查工作；结果发现，与韦先生“交往”的犯罪嫌疑人陈某竟是一名男性。在民警的耐心劝说

换新后，旧家电去哪了？

来看废旧家电的“奇幻漂流”

□ 重庆日报记者 周盈 邱小雅

日前，我市出台《“爱尚重庆”消费品以旧换新实施方案》(以下简称《实施方案》)，细化实化地方具体政策措施，全面推进消费品以旧换新。“真金白银”的补贴刺激下，消费品以旧换新将迎来热潮。

据第三方统计显示，当前重庆范围内家电保有量超1亿台，每年报废的家电约400万台。同时，根据《实施方案》目标，力争到2025年，废旧家电回收量较2023年增长15%以上；到2027年，废旧家电回收量较2023年增长30%以上，全市年均更新家电超400万台。

那么，换新后，废旧家电会去哪里？来跟着记者一起沿着旧货回收循环利用的各个环节，体验这趟废旧家电的“奇幻漂流”。

一个月回收近3000台废旧家电，业务量增长30%以上

重庆渝北区空港一家回收服务站里，放着冰箱、电视、电脑主机等旧家电，工作人员许特正忙着进行装车分类摆放，这段时间站点业务量增长了30%以上。

“我们站点占地2000平方米左右，四月中旬以来，每天收到的废旧家电基本在100台左右，一个月下来收了近3000台废旧家电。”许特告诉记者，以前客户多以散户为主，回收来的大多是居民或者附近商家淘汰的电器，在全面推进以旧换新政策之后，电器商城和卖场就成了废旧家电的主要来源地。

从事回收工作近十年，许特也曾做过流动回收，但回收的货源不稳定，相较而言，“以旧换新”回收渠道依托公司平台运营，片区清晰，责任明确，回收的货源量也有了保障。

别看只是回收废品，背后也有不少学问。“家电价值和内部压缩机、硬盘、元器件等零件有一定关联。一开始也不懂，回收得多了，公司也经常培训，慢慢地对废旧家电就熟

悉起来了。”许特说，比如电视屏幕的元器件比外壳就更有再生利用的价值；经过深加工，铜材料会生成粗铜块，或精工做成铜棒、铜板、铜带，进入工业领域。

“回收的家电如果不算太旧，翻新一下，可以直接拿去二手市场卖。不适合这么处理的，就要拆掉，回收进厂。”许特告诉记者，不管是否流经二手市场，废旧家电最后的归宿大多走向环保拆解。

部分零件“变废为宝”，拆解效率可达150台/小时

记者走进位于双桥经开区循环经济产业园的重庆中天电子废弃物处理有限公司厂区内，只见一台台废旧电视机正排着队，由工作人员检查后，被放到处置生产线的传送带上。

拆除电源线、拆除后壳、机内清理、CRT(阴极射线管)解除真空、拆除电路板……经过13道工序拆解，一台废旧电视机便被拆分成单独的电源线、电路板、高压帽、喇叭、电线等数十种零部件。拆解出来的铜、铝、塑料、稀贵金属等材料分类后将出售给有需求的企业，另一部分则进入专业处置单位等待被处理。

据了解，这里每天要处理五六千台废弃电器电子产品。“我们主要对废旧电视、冰箱、空调、洗衣机、电脑等进行拆解与资源化综合利用。2023年我们共回收二手电器183万台套，拆解180万台套，产值4.3亿元，同比去年增长11%。”重庆中天电子废弃物处理有限公司总经理张兵说。

“在拆解的众多工序中，最重要的环节之一就是质检。我们采用‘单台称重+贴条码’的方式，每一台电器对应一个条形码，注明了该电器的名称、规格、型号、重量等信息。利用条形码，在后续的储存及拆解过程中能对该电器进行有效的追溯。”张兵介绍，目前车间共有五条生产线，分别对应空调、洗衣机、



重庆市中天电子废弃物处理有限公司生产现场。(资料图) 新渝报记者 熊雅雯 摄

CRT电视、液晶电视及冰箱拆解线。主要以人工和机械拆解相结合的方式将电器拆分为各个零部件，再分类收集，每条生产线效率可约150台/小时。

“废弃电器电子产品是典型的集资源性、污染性于一身的固体废弃物，妥善回收处理就能发挥较高的资源价值。”张兵说，经过资源化回收，能够减少从矿石中提炼新金属的次数，既节约了自然资源，又降低成本，一举多得。

打通行业“堵点”，预计将拉动以旧换新市场消费超300亿元

市商务委党组成员、副主任彭和良表示，家电消费历来是居民消费的重要组成部分。随着城镇化进程的加快，家电消费已由增量市场时代逐步进入增量与存量并重的时代，重点消费品以旧换新市场空间巨大。

经初步测算，2024年我市包括家电、汽车、家装厨卫消费品以旧换新，中央及市级财政资金将投入超2.4亿元，预计将带动区县投入3亿元、带动各类企业、金融机构和平台累计投入超15亿元，将形成超20亿元的以旧换

新政策规模，可拉动市场消费超300亿元，实现1:1.5的政策放大效应。

在重庆工商大学成渝地区双城经济圈协同发展研究中心研究员莫远明看来，推动大规模设备更新和消费品以旧换新，是培育发展新质生产力的客观要求，也是产业转型升级的必然选择。

“当前以旧换新市场空间巨大，产业链上下游面临一些机遇，如推动产业升级改造，释放投资消费潜力，带动相关投资，有效拉动和扩大内需，促进节能降碳，淘汰落后产能。由于加大对新技术、新设备的投入，新产品投放市场，给生产加工方带来直接的收益；消费者也获得新的消费体验。”莫远明说。

莫远明认为，当前废旧回收行业还存在资源的回收和循环利用缺乏顶层设计，缺少实操指南和标准，绿色低碳消费政策未全面落实，废旧回收行业企业规模普遍较小等“堵点”。

对此，他建议，必须立足于培育发展新质生产力的要求，优化政策调控，加强产业链上下游的协同创新，推动产业集聚，加快构建覆盖全面、运转高效、规范有序的废弃物循环利用体系，促进废旧回收行业高质量发展。

电力“红马甲”志愿服务照亮乡村

新渝报讯(记者 张琦 通讯员 罗永恒)“老化的电线可能出现漏电、接触不良，引发火灾等问题，我们帮你更换室内的线路，还用线管保护起来，会更加安全。”近日，国网大足供电公司组织青年志愿者前往雍溪镇慈云村，开展“光暖万家”助力乡村振兴公益行动，在改造电力线路的同时，向村民讲解用电安全知识。

“光暖万家”助力乡村振兴公益行动是在共青团重庆市委指导下，国网重庆市电力公司联合国家电投重庆公司、正泰公益基金会共同开展的助力乡村振兴的志愿服务行动，将免费为大足区雍溪镇慈云村、渝北区石船镇石壁村等19个“光暖万家”助力乡村振兴示范点的农村困难家庭进行房屋内的老旧线路改造和亮灯提升工程，进一步提升农村家庭的生活幸福指数。

当天，国网大足供电公司的16名青年志愿者分成4个小组，上门对受助家庭开展了走访调研。在实施老旧线路改造和亮灯提升工程过程中，志愿者为受助家庭重新敷设电缆和线管，更换老旧的开关、电灯、灯座、插座。同时，他们还向受助村民发放《家庭用电小知识》，宣传用电政策和常识，提醒村民安全用电、节约用电。

该公司负责人表示，将依托网格化电力服务，定期开展回访，了解改造后村民的用电情况，常态化开展安全用电宣传工作，将安全用电、科学用电送到用户身边，切实提高客户的获得感、幸福感和安全感。

大足区第三届运动会 棋牌比赛落幕

新渝报讯(记者 何美林)5月9日至10日，大足区第三届运动会“互助保障杯”棋牌(象棋、围棋、桥牌)比赛在区体育中心篮球馆举行。本次比赛由大足区委、大足区政府主办，大足区总工会、大足区体育局承办，吸引了全区各部门(园区)、镇街的57支队伍共270余名选手参与角逐。

赛场上，参赛选手们凝眉思索、排兵布阵、你来我往。经过两天九轮的激烈比拼，三个比赛项目采用积分编排制分别决出了部门(园区)队和镇街组的团体前8名队伍，以及各项目的个人名次(象棋前16名、围棋前8名、桥牌前8名)，现场颁发奖金、奖牌等奖励。

警民联手救助受伤雀鹰

新渝报讯(记者 张玮 实习生 宾振宇)5月10日，大足区公安局铁山派出所接到辖区幼儿园报警，称一只像老鹰的鸟掉落在园区内，疑似受伤，请求民警处理。

接警后，民警立即赶赴现场，从外表看该鸟身长约15厘米，翅阔而圆，尾较长，上体呈灰褐色，头后杂有少许白色，胸前具褐色横斑，鼻尖像小弯钩，双爪锋利，属于小型猛禽，其中一只翅膀受了伤。民警仔细检查其伤势后发现，该鸟十分虚弱，随即决定先将其带回派出所。

民警就地取材用纸箱将鸟装回派出所后，立即联系大足区林业局工作人员到场，通过他们辨识，该鸟是一只雀鹰，是一种捕食能力极强的空中猎手，多以其他小鸟为食，善于在茂密的树林中穿行，系国家二级保护动物。

因无法通过肉眼观察确定其受伤程度及原因，为了让雀鹰尽快得到救治，民警配合林业局工作人员将其送走，进行专业的康复和照顾。

目前，受伤的雀鹰已被带走进行专业救治，待其伤势好转，恢复野外生存能力后再放归大自然。

警方提醒，野生动物易携带病菌、病毒，在遇到受伤野生动物时，请第一时间与林业部门或者公安机关联系。

镇街动态

通桥街道 举办青年创业就业交流会

新渝报讯(记者 罗冠骁)5月8日，大足区通桥街道天星社区党群服务中心举办“团聚青春 创享未来”青年创业就业交流会，以切实助力青年发展，进一步培养当代大学生创业兴趣，提升其就业能力。

会上，大足区人力社保局相关负责人围绕高校毕业生住房补贴、创业补贴、用人单位吸纳就业社会保险补贴等政策，以及各项政策的文件依据、申报标准、办理流程等进行了详细解读，内容丰富，实用性强。

“我们学习的电子商务专业，但是现在AI智能发展可能会替代带货主播，请问老师是不是应该继续坚持学习这个专业？”“没有长期的职业规划，阶段性的规划时常因为遇到困难而放弃，请问老师有什么建议？”在座谈交流环节，学生代表们畅所欲言，把自己遇到的困扰和亟待解决的问题“摆上桌”，很多话题引起了强烈共鸣，相关职能部门负责人耐心倾听，不仅对问题进行解答，还给予了针对性的建议，坚定了大家创新创业的信心，同时也激发了大家创新创业的热情。

下一步，通桥街道将继续聚焦企业人才发展需求，通过常态化举办人才座谈会、送政策进企业等活动，着力当好人才服务的“宣传员”“指导员”“服务员”，推动各项政策真正落地见效，为大足区经济高质量发展提供强有力的人才保障。

万古镇 民营企业助老送关爱



5月12日，大足区民营经济协会万古分会组织民营企业爱心会员来到万古镇万福养老服务中心，开展敬老、孝老、爱老活动，以弘扬中华传统美德，营造孝老爱亲的社会氛围。当天，会员们为老人们提供了常规健康体检、修剪指甲、理发等服务，还赠送了价值6000余元的慰问品及医疗健康大礼包。 新渝报记者 谭显全 摄