

闲步林间、骑行运动、安居民宿…… 这条玉峰山春游路线请收藏

□本报记者 万桃利

最美人间四月天,这段时间,阳光和煦、温度适宜,正是户外踏青的好时节?去哪儿才能充分享受这美好的季节?这份玉峰山春日游览路线或许可以给你一些灵感:闲步林间、骑行运动、安居民宿……快来玉峰山品味春日密语,感受春天的惬意美好。

第一站:玉峰山森林公园

繁华都市生活之余,去山里听听林间清脆的鸟叫,看看阳光穿透树叶的间隙,无比惬意。线路第一站,我们来到有着“重庆之肺”美誉的玉峰山森林公园。

步行在这里,呼吸之间都带着天然的新清和芬芳,帮你洗去一身的疲劳。林间分布着长5公里的临崖步道、3.7公里的龙门登山步道,让你来一场说走就走的“洗肺”之旅。漫步临崖步道上,沿途可观赏到银杏、红枫、肾蕨、波斯菊等各种植物,站在依山脊而建的崖边观景台上,可远眺鱼复工业园和龙兴工业园日益繁盛之景。

第二站:花岛湖骑行

在临崖步道不远处,还散落着一条充满野趣的自行车道。自行车道全长5.2公里,宽3.5米,起点在车马坪,途经樱花基地、松树林、花岛湖,与430米人行道相接。自行车道坡度平缓,适合不同年龄人群骑行放松。路面采用彩色沥青铺设,更加平稳、顺畅。长长的红色自行车道,与周围绿色的山林、波光粼粼的湖面相互映衬,静谧中显出活力。

骑行期间,时而穿过松林,时而绕过农家小院,你可以在一张一弛中享受着不同的景致,骑行至花岛湖2公里的环湖骑行道时,这里的景色更加惊艳,波光潋滟的湖水与周边松林相互映衬,不知名的吊桥讲述着光阴的故事,扑鼻的野花香弥漫于湖边车道,如此惬意而美好。

第三站:火星美莓·玉峰山草莓谷

绿帽红衣,春光映衬下的草莓,总是那样鲜美诱人。喜欢体验采摘乐趣的市民可以去玉峰山镇早土村2社的火星美莓·玉峰山草莓谷摘草莓和姬松茸。

草莓园采用有机改土、地膜覆盖、蜜蜂授粉等栽培方式,不打膨大剂,不打甜蜜素,不打催红素,主要有红颜、红玉、陶珠、建德红、白草莓等多个品种,各有特色。

走进草莓园,枝头一颗颗待采摘的草莓,犹如



美丽的花岛湖

一个个喜庆的红灯笼,超高的颜值分分钟撩动游客的“少女心”。自然成熟的草莓娇艳欲滴,味道清甜爽口。

除了草莓,这里的姬松茸也破土而出,探出了红褐色的“脑袋”,露出了白色菌柄,长势喜人,大家也可现场体验采摘蘑菇的乐趣。

第四站:陌野·拾光里

玉峰山上的民宿有很多,风格各不相同,线路最后一站,向大家推荐陌野·拾光里民宿。白墙黛瓦,暖灯摇曳,这个民宿小院虽然没有“大牌”民宿的奢华,但清幽的院子,精美的墙画却很让人放松心情。

民宿不大,但五脏俱全,不仅有书屋,还有卡拉OK,动静皆宜,能满足不同人群的需求。你可以在小木屋里悠闲地喝茶,也可以尝尝玉峰山特色花椒鸡,都是选用的乌皮跑山鸡,鸡肉与浓郁的花椒清香交织,入口鲜香麻辣,嚼劲十足,食后回味无穷。

不想回家,在这里留宿也是不错的选择,房间整体风格简单干净,每间房都可以观林景,远眺群山、坐看云起,带着一股清新自然的气息。



红彤彤的草莓惹人爱



陌野·拾光里民宿

绿荫环绕的玉峰山

本组图片由区文旅委提供



机场快车上车点

受访者供图

机场快车 K01 线增加车辆及班次

本报讯(记者 唐春琳)重庆交通控股集团两江公交公司发布消息,因民航夏季以来,来渝旅客持续增长。从4月10日起,机场快车K01线增加车辆、加密班次、提前开班,以满足旅客的出行需求。

据悉,从3月26日起,中国民航进入2023年夏航季,江北国际机场新开加密多条航线;同比2022年夏航季,共新增开11个

新航点,每天起降的国内航班也将超过960架次,客流量持续攀升。而机场快车作为中心城区全时段、无缝衔接空地的交通保障,针对中国民航新开加密航班,客流量也是持续攀升。机场快车K01线从江北国际机场T3航站楼一站直达解放碑,途经观音桥、人民大礼堂、解放碑、洪崖洞等特色景点和商业中心,方便来渝旅游观光、商务出行的旅客。

从4月10日起,机场快车K01线增加5台车辆、40个班次,双向提前开班。其中江北国际机场T3航站楼的发车时间,从上午9:00提前到8:30,一直到航班结束后30分钟;而解放碑发车时间,从上午10:00提前到早上5:30,一直到晚上21:00。而班次间隔从60分钟/班,改为30分钟/班,满足不同时段出行需求的旅客。



参赛队伍激烈比拼,争夺名次 本报记者 王彦雪 摄

渝北区第十五届中年男子篮球赛顺利落幕 金山英雄篮球队获得本届冠军

本报讯(记者 王彦雪)4月8日下午,渝北区全民健身中心武术馆内,渝北区第十五届中年男子篮球赛决赛正式开打,经过激烈比拼,金山英雄篮球队获得冠军。

据悉,本届中年男子篮球赛由区体育事业发展中心主办,区篮球协会承办,于3月18日正式开赛,共吸引了16支队伍参加,参赛选手年龄均在40周岁至55周岁之间,历经小组赛、淘汰赛两个阶段,最终金山英雄篮球队以及金山英雄篮球队闯入最后决赛。

决赛一开始,双方队员就保持了昂扬的斗志,场上你来我往好不热闹,快速抢断、假动作过人、远投三分……伴随着场边的加油声,现场十分热闹。双方的比分更是从一开始就陷入胶着状态:25:23、

28:25、39:37、49:49……经过激烈比拼,最终,金山英雄篮球队技高一筹,将最后比分定格在51:54。当结束哨声响起,全场迸发出热烈掌声,无论是队员还是观众都在为这场精彩的比赛欢呼叫好。

决赛结束后,区体育事业发展中心、区篮球协会相关负责人为获得冠军赛季军的队伍颁奖,还颁发了体育道德风尚奖以及优秀裁判员奖。

区篮球协会相关负责人表示,渝北区第十五届中年男子篮球赛的举办不仅锤炼了篮球运动员坚韧不拔的意志,还培育了他们精诚协作的团队精神,更充分展示了中年人顽强拼搏、积极向上的精神风貌,已经成为了我区篮球项目赛事的一个品牌。

宝圣湖街道万湖社区: 开展免费健康体检 护航老人健康晚年

本报讯(记者 杨荟琳)为优化老年人健康和养老服务供给,增强老年人获得感,切实让老年人享受到国家基本公共卫生服务福利,近日,宝圣湖街道万湖社区开展“真情关爱老年人健康”免费体检活动。

在体检过程中,医生们仔细检查老年人的身体状况,详细询问既往病史、日常生活及目前用药等情况,并有针对性地给予解答和健康指导,提醒老人实时监测血压血糖,引导、帮助老人养成良好

卫生习惯和健康生活方式,提高健康水平。体检结束后,医生为每位老人建立健康档案,以便更好地为他们提供后续医疗服务。工作人员耐心细致的服务受到老人们一致好评与赞扬。

社区相关负责人表示,开展免费体检,不仅让老人切身感受到基层公共卫生服务带来的“看得见、摸得着”的实惠和好处,也进一步提高了社区老人对健康的认识,让“老有所医”更有温度。

增强老年人健身意识 讲好老年人健身故事 我区召开老年体育宣传工作暨培训会

本报讯(记者 蒋婧 通讯员 张治民)为加大对老年人体育工作的宣传力度,讲好老年人健身故事,近日,我区召开老年体育宣传工作暨培训会,安排部署全区老年人体育宣传工作任务,提升老年体育信息交流的宣传能力及报道水平。

会议指出,要深刻认识老年体育宣传工作的重要意义,让广大老年朋友真正树立起“多去运动、少去医院”和“我运动、我健康、我快乐、我长寿”的观念,增强老年人自觉健身的意识。要高度重视老年体育宣传文化工作,大力宣传老年体育竞赛、培训、交流展示活动,推广普及科学健身知识;讲好“渝北健

康老人”故事;宣传交流好“银龄健康之家”创建取得的成果,助推老年体育阵地建设;宣传展示老年体育发展成就以及老年体育组织发挥积极作用的先进事迹。

就如何开展好老年体育宣传工作,会议要求,要加强老年体育宣传工作的领导,建设稳定的老年体育宣传报道队伍,积极撰写宣传报道稿件和踊跃投稿,运用多种形式提升宣传报道工作质量。

会议通报表扬了“喜迎二十大,推进新时代全区老年体育工作健康发展”征文优秀文章,向获奖作者颁发了优秀征文证书,优秀征文作者发表了获奖感言。

用辛勤劳动 唱响我们的时代主旋律



在 希 望 的 田 野 上

中宣部宣教局 中国文明网