

大盛镇千盏村黄桃丰收啦



千盏村的黄桃迎来丰收

本报讯(记者 周新宇)夏末秋初,瓜果飘香。这段时间,大盛镇千盏村的黄桃迎来成熟季,在阳光的照耀下,金灿灿的黄桃挂满枝头,一棵棵黄桃树被沉甸甸的果实压弯了枝头,处处金灿灿、果香四溢。

据了解,千盏村种植黄桃3000余亩,选自国内优良晚熟品种红心黄桃。该村凭借其独特的资源优势,坚持物理驱虫,采用先进灌溉技术,坚持树上自然成熟,不使用催熟剂,通过四年有机种植和精细化管理,目前桃园正式挂果,预计年产量20吨。

黄桃又称黄肉桃,因果肉为黄色而得名,含有丰富的抗氧化剂、膳食纤维、铁钙及多种微量元素,堪称健康水果、养生之桃。

近日,记者走进桃园,放眼望去,成片的桃林郁郁葱葱,一个个成熟的

黄桃挂满枝头,从绿叶掩映间探出金黄的果实,不时散发出浓郁的果香。一口咬开,果肉金黄,汁多味美,香气浓郁,个个甜过初恋。

据了解,近年来,千盏村坚持党建引领,大力发展集体经济,立足资源优势,瞄准市场需求,积极优化农业产业结构,通过典型示范引领,培育特色产业,探索出“一平台(电商平台)、二基地(黄桃基地、小龙虾基地)、三产业(黄桃产业、小龙虾产业、旅游产业)”的发展模式,带领村民增收致富。

“经过多方考察,我们村的气候和土地资源都比较适合种植黄桃,便引进了晚熟黄桃品种,如今桃园基地迎来正式挂果,桃子又脆又甜,深受消费者喜爱。”千盏村党支部书记付福刚向记者介绍了桃园的情况。他表示,今年的黄桃品质上乘、口感极佳,已经进入黄金采摘期。“未来,我们将致力于打造黄桃品牌,推进黄桃罐头、黄桃酒等深加工,进一步提高水果附加值,带领村民过上更好的日子。”

<<小贴士

黄桃采摘价格:15元/斤
联系方式:付先生 1510237299

包装精美的黄桃
本组图片由本报记者 任天驹 摄



丰收的季节 与“梨”相约

快来茨竹镇放牛坪万亩梨园采摘鲜梨



游客采摘梨子

本报讯(记者 欧云霄)皮薄、肉细、汁多、味甜——脆口甜心的“黄花梨”成熟啦!8月1日起,茨竹镇放牛坪村万亩梨园正式开园,不少市民前来果园采摘,体验乡村乐趣。

据了解,放牛坪梨园种植总面积达1.4万亩,产量6500

吨。梨园以黄花梨为主打品种,其果实近圆形或圆锥形,果形端正,果皮呈黄褐色,肉质脆嫩化渣,汁多味浓。

在放牛坪万亩梨园,记者看到,一个个成熟的黄花梨挂满枝头,圆润饱满,颇为诱人,沉甸甸的果实让村民们喜上眉梢。三五成群的游客有说有笑,纷纷称赞黄花梨又大又圆、香甜可口。

茨竹镇放牛坪村党总支书记陈华介绍,因放牛坪海拔近千千米,夏季气候宜人,加上南与南天门森林公园相依,北与华蓥山国有林场相邻,万余亩梨

树成荫,造就了放牛坪“晨起如春,夜眠如秋”的良好气候。独特的地理条件,加之光照时间长,这里长出的梨子口感佳,荣获国家地理标志农产品。

“今年气候比去年要好,光照和雨水都比较均衡,梨子的口感比往年更好。”陈华表示,因为梨园从山脚到山上呈阶梯分布,所以梨子采摘时间比较长,采摘时间可从八月初持续至八月底。

近年来,茨竹镇放牛坪村以“梨”为媒,大力发展乡村旅游。为了实现标准化生产,把放牛坪的梨产品推向市场,该村以集体经济的形式建立加工厂,打造梨系列深加工专业流水线,开发果汁、梨膏、梨膏果醋、白兰地、梨膏糖等产品。

据统计,一年下来,仅梨子产业这一项,可创收近2500万元,不仅壮大了村集体经济,还让村民的荷包鼓了起来,有力助推了当地乡村振兴。今年,梨系列加工厂还将推出梨子精酿啤酒,进一步提升梨子的附加值。

“梨子精酿啤酒设备将于8月下旬进厂,预计9月正式投产。”陈华表示,下一步,村里将增设一个冷库,进一步方便梨子和相关产品的存贮加工。同时,还将对梨系列加工厂进行外观整修,并在加工厂设置形象墙,方便游客前来参观“打卡”。

<<小贴士

黄花梨采摘价格:4元/斤
联系方式:陈先生 13637819756



放牛坪出产的黄花梨
本组图片由本报记者 胡瑾 摄

西部航空新开及恢复数条“避暑游”“亲子游”航线

本报讯(记者 杨青)日前,记者从西部航空获悉,从8月1日起,西部航空已恢复重庆至呼和浩特往返航线;8月4日,西部航空已新开重庆至太原、重庆至大连航线,为重庆市民提供暑期出游的新线路选择。

据了解,正式恢复运行的重庆至呼和浩特往返航线,每周二、四、六各1个往返,航班号为PN6483/PN6484,具体航班信息为:去程06:10从重庆起飞,08:30抵达呼和浩特,返程09:20从呼和浩特出发,11:45抵达重庆。呼和浩特是暑

期“草原亲子游”的热门目的地之一。西部航空适时恢复该条航线,为重庆市民暑期前往内蒙古打卡塞外草原风情提供多一个目的地和航线选择。

此外,西部航空于8月4日新增的重庆至太原和重庆至大连航线则为每

周四班,周一、三、五、七执行,航班号为PN6587/PN6588,具体航班信息为:去程06:40从重庆起飞,08:40抵达太原,09:40从太原出发,11:15抵达大连;返程12:05从大连出发,13:55抵达太原,14:50从太原出发,17:00抵达重庆。

重庆江北国际机场暑运市场火爆 单日客流量创新高



暑假期间,航空市场持续升温

资料图

本报讯(记者 官梗人)今年暑运以来,重庆航空市场持续升温。据重庆江北国际机场消息,暑运首月(7月)该机场累计起降航班达到2.93万架次,同比提升16.32%;运送旅客427.7万人次,同比提升38.34%;单日旅客量最高峰达15.22万人次,创历史新高。

今年暑期,国内航线持续火爆,西藏、新疆、云南等传统旅游目的地航班一票难求,去高原来一场纯净之旅、去新疆赏塞外异域美景、去云南体验多民族风情是重庆市民这个暑期出行的最热门选择。同时,上海、杭州、南京、广州、深圳、厦门等城市往返重庆航班的客座率也居高不下。一方面是重庆市民出游热情高涨,另一方面也是重庆作为

新兴的旅游网红城市吸引了大量外地市民前来旅游,打卡8D魔幻城市。

此外,国际航空市场也逐步升温,7月以来,重庆至新加坡、曼谷、吉隆坡、普吉岛、芽庄等周边国家城市航线客座率均提升至85%以上,出境旅游市场持续向好。

目前,江北国际机场已开通至伦敦、马德里、罗马、布达佩斯、莫斯科和迪拜等中远程航线,搭建了西部地区通往欧洲和中东的便捷桥梁。8月5日,厦门航空开通重庆—大阪直飞航线;9月25日,卡塔尔航空将恢复重庆—多哈直飞航线,每周三班,通过卡塔尔航空的全球航线网络,重庆市民可经由多哈中转前往全球160余个目的地,将极大满足重庆市民的出行需求。



全民健身 科学健身

●健身应注意什么?

1.选择适宜的运动并且合理制定运动方案;2.运动时穿着适宜运动的衣物鞋袜;3.注意运动场所和器械的安全使用;4.运动前充分热身,并进行动态拉伸;5.运动中应按要求进行,尽量做到动作规范,有危险的运动或易摔倒的应注意运动保护;6.运动后进行整理运动,应包括静态拉伸动作;7.疾病人群应在医生的指导下依据进行体育活动,例如糖尿病患者不宜空腹运动、宜每天或隔天运动,高血压患者不宜进行头部朝下的运动等。

●一天之中什么时候健身更好?

太早运动对身体无益。清晨太阳未升起或刚升,植物光合作用不足,氧浓度相对较低,且经过一夜的城市废气积累,空气质量相对较差。若早上进行剧烈运动,中午运动易影响下午状态,若在这个本应养精蓄锐的时间运动,身体也会处于相对疲乏的状态,从而给下午的工作带来一定的影响。傍晚锻炼效果较好,人体体力的最高点和最低点受机体“生物钟”的控制,一般在傍晚达到高峰。刚开始可以进行一些舒缓不流汗的运动,如拉伸为主的瑜伽、散步、太极等。热身到一定程度后可选跳舞、跑步、游泳等。此外,晚上锻炼与睡觉的时间间隔应在2小时左右,至少不低于1小时。

(区疾控中心供稿)

8月8日是“全民健身日”,今年活动主题为“全民健身绘就幸福生活”。接下来就让我们来看看运动都有哪些好处,又该如何科学运动提高自身的安全防护能力吧。

●运动健身能带给我们什么?

运动可缓解疲劳,许多人因为累而拒绝运动,其实,运动可以增加我们的耐力,并且能减少某些治疗带来的疲惫感。运动还能在一定程度上起到助眠作用,让失眠的人们睡个好觉。运动有助于戒烟戒酒,运动会促进大脑分泌内啡肽和荷尔蒙,从而产生身心愉悦的感觉,这可以有效帮助酒精、烟草、麻醉剂成瘾者摆脱心理依赖。

游泳是人在水中以不同姿势划水前进的,游泳之前要做好个人防护哦!下水前做好热身运动,活动关节和各部分肌肉,谨防抽筋等意外发生。游泳装备也要齐全,佩戴泳帽、泳镜、耳塞,保护好眼睛和耳朵。

乒乓球被誉为我国的“国球”,因其简单易学、运动受伤风险较低其他运动更受欢迎,成为一项老少咸宜的大众体育运动。在击球时,乒乓球最重要的是腿部,练习者的腿要蹬住地,不能只注重手和腰部的力量。腿要频繁地移动,以便找到更好的击球点,但同时前臂手腕和手指也要灵活起来。

