

# 潼南报

TONGNANBAO

主办：中共重庆潼南区委 重庆市潼南区人民政府  
出版：重庆市潼南区融媒体中心 网址：http://tnb.cqtn.com

2024年2月  
19  
农历甲辰年一月初十  
星期一  
总第3171期  
今日4版



## 做中华优秀传统文化的传承者和弘扬者

一场街角的相遇，让这个热闹的春节增添了几分温暖与美好。广东揭阳一名7岁小女孩正在路边练习舞狮，一支专业舞狮表演队路过，自发为她敲锣擂鼓。听到鼓声响起，孩子也心领神会地进行了一段表演。这份默契的互动，令人感动。

这是一个追梦的故事：锣鼓声声助阵，小醒狮跃动着身躯，时而摇头摆尾，时而腾空跃起……心有热爱，执着追求，才能行有所向。这也是一个传承的故事：“舞狮爱好者能把舞狮传承下来，我们也很开心”“以后会加强练习，争取到更大的舞台进行

表演”，当天真烂漫的孩子遇到关爱鼓励的前辈，文化传承者之间的这份惺惺相惜，诠释了“中华民族有一脉相承的精神追求、精神特质、精神脉络”。

习近平总书记强调：“泱泱中华，历史何其悠久，文明何其博大，这是我们的自信之基、力量之源。”年轻的身影、悠久的文明、深厚的底蕴，共同构成了薪火相传、生生不息的文化脉络。赓续历史文脉，以时代精神增强中华优秀传统文化的生命力，做中华优秀传统文化的传承者和弘扬者，我们必将收获丰盛的人生，成就精彩的事业。（来源人民日报）

## 烟火潼南年味儿浓 “柠”聚力打造别样中国年

全媒体记者 彭春 邓越月 刘文静

为喜迎春节，大力发展假日经济，丰富群众文化生活，打造“世界宽谷·田园城市”新地标，今年春节，我区以“潼南‘柠’聚力·涪江中国年”为主题，精心打造了涪江壹村开街、新年徒步赢年猪、涪江壹村年夜饭、相约时代花街巡游、花儿迎春主题展、涪江烟火集市、烟花秀和无人机秀跨年表演等七大活动，持续为市民游客提供“潼南年”新场景、新玩法、新体验，让市民游客共忆中国年俗，共享中国年味。

### 千人滨江徒步 健康开启新年

大年三十前夕，2024年“潼南‘柠’聚力·涪江中国年”旅游节启动暨涪江壹村时光街区开街仪式在蔬菜公园露营地顺利举行，随之而来的“滨江徒步赢年猪”活动也正式启动。

随着一声发令枪响，参与活动的1000余人从起点奔涌而出，虽然天空下着绵绵细雨，选手们依然热情高涨，浩浩荡荡的队伍前不见头，后不见尾，场面很是壮观。

部分参赛选手斗志昂扬，改走为跑，力求争先；部分选手则选择享受当下，一边悠闲地竞走，一边在沿途的打卡点拍照留念，亦或在美食街挑选小吃饮料，“主打”的就是重在参与、玩得开心。

“今天专门带着孩子一起来参加，不求拿好名次，主要是想体验一下以徒步健身的方式迎接新年，没想到报名的人这么多，很热闹，很开心。”市民陈女士说。

据了解，此次竞走路线为潼南区蔬菜公园到滨江路红岩嘴，返程至幸福街花儿巷游客服务中心，全程8.8公里。沿途设置拍照打卡点、川剧快闪和美食驿站等趣味项目，让参赛选手彻底放松身心，体验竞走乐趣的同时，欣赏美景、品尝美食，感受潼南农文旅的新变化、新面貌。

最终比赛决出了一、二、三等奖，一等奖选手赢取年猪一头，二等奖赢取羊一只、三等奖赢取鸡一只，百名参与者还获得了亲手捞的一条鱼。



双江古镇舞龙表演。



无人机秀喜迎中国年。



幸福街花儿巷玩偶巡游。

生辉，在大佛坝幸福街花儿巷，点点光影、束束焰火，一场传统年味与现代科技的绚丽碰撞完美上演，尽显滨江潼城新年盛景。

璀璨涪江迎新春，恰似银河耀江天。晚上8点，随着美轮美奂的灯光映照在江面，“魅力涪江”极光秀正式开始，震撼人心的灯光如极光般跳跃闪烁，演绎着耀耀夺目的“光之舞”。

火树银花辞旧岁，流光溢彩迎新年。随着720台无人机的缓缓升空，“潼南柠聚力 涪江中国年”的华光点亮了夜空，新春佳节的喜庆氛围不断升温。只见无人机以天为幕，以城为景，以江为镜，不断变换灯光图形飞向夜空，如萤火虫般漫天飞舞，逐渐组成“鱼跃双江门”“涪江号巨轮”“龙戏柠檬”“陈抟老祖”等潼南特有元素，赢得在场观众阵阵欢呼。

无人机表演在“我爱潼南”“祝全区人民新年快乐”的璀璨字样中达到高潮，大家纷纷拿出手机与相机，捕捉缤纷灯光点缀下的美轮美奂的夜景，跟随璀璨华光共同迎接新春佳节的到来，共同传递新年万事兴“龙”、幸福圆满的美好祝愿。

紧接着的“焰遇”涪江烟火秀表演，抬眼是熠熠闪耀的火树银花，低头是波光粼粼的涪江美景。（下转4版）

## 收心聚力加油干 元气满满谋发展

本报评论员

新春伊始，万象更新。不经意间，春节八天长假就画上了句号。挥别亲朋好友，结束度假聚会，对于绝大部分上班族，尤其是党员干部而言，要立即从温馨惬意的“过年模式”切换到忙碌紧张的“工作模式”，收心归位、转变状态、鼓劲出发、赶超跨越，以开局即是决战、起步就是冲刺的奋斗者姿态，做到“收假即收心，收心即专心”，以良好的精神风貌和精神状态开展新的工作，更好地赢得工作主动，获得发展先机。

春节长假后的工作状态，既是对广大党员干部工作作风的检验，也是为人民服务的切实需要。从过往情况看，长假后收假不收心的案例并不鲜见：有些人迟到早退，来去匆匆；有些人“身在曹营心在汉”，虽人已到岗，心却未到；有的还在走亲访友的模式中，对前来办事的群众不理不睬，对各种聚会邀约则兴致盎然……这些做法不但没有做到节后“收心”，更谈不上工作“用心”。

雄鸡司晨。强调“节后收心”，不是小题大做。当前，各项工作纷繁复杂，诸如招商引资、重点项目建设和营商环境优化、安全生产、民生实事等工作都十分繁重，我们应当认识到，假期结束意味着重新出发，要尽快从节日氛围中走出来，迅速调整状态，尽快进入工作角色，理清全年工作思路，突出工作重点，将各项工作措施尽早启动、及早推进、赶早努力，让节日里蓄积的能量充分发挥到工作中。要以“等不起”的紧迫感、“慢不得”的危机感、“坐不住”的责任感，充分发挥积极性、主动性、创造性，以“不用扬鞭自奋蹄”的奋进精神，提档加速、铆足干劲、实干兴业，把既定部署落到实处，把规划蓝图变为美好现实。

时序更替，梦想前行。今年是新中国成立75周年，也是实现“十四五”规划目标任务的关键之年。做好今年各项工作至关重要、意义重大，需要全区干部群众心往一处想、劲往一处使、智往一处谋，齐心协力、接续奋斗。惟有以饱满的精神状态鼓劲出发，以奔腾向前的勇气、万马奔腾的气势、奔腾不息的执着乘势而上，在开好局中赢得先机，在起好步中拔得头筹。

节后上班，自当意气风发、斗志昂扬。假日结束，让我们尽快“收心”，走进这绚丽多姿、生机勃勃的春天。

### 欢度春节

## 潼南消费市场物丰价稳

本报讯（全媒体记者 丁怡然 李彦亭）春节期间，消费进入传统旺季。这段时间，记者走访潼南区部分商超和市场发现，蔬菜水果、米面粮油、蛋奶肉类等多样年货、商品琳琅满目，广大市民节日期间生活必需品供应稳定充足。

在永辉超市潼南巴渝大道店，市民们争相选购着蔬菜、肉类等制作年夜饭的原材料；春联、红包等应节物品处，消费者们正精心挑选着心仪好物；年货礼包、水果礼盒等商品渐渐走俏，成为市民朋友们走亲访友的热门选择。

在年货礼盒区，消费者夏女士正带着一双儿女选购了满满一车礼盒。他们告诉记者：“今天买了很多礼盒，是送给亲戚朋友的，感觉超市的商品充足丰富，价格又合适，准备再来买一车。”

“春节期间我们的销售额有大幅增长，增长幅度在5倍左右。”永辉超市巴渝大道店店长巫远奎告诉记者，过年市民们的消费需求较大，像米面油等与消费者息息相关的民生类商品，该超市储备了超过20天的周转量。

据悉，为切实做好春节期间市场供应稳定工作，我区相关部门全方位、多举措做好保供稳价、食品安全监管工作，确保节前商品供应有序、价格平稳、质优量足。各农贸市场、商超的蔬菜、肉类、水产品等及各类商品物价均稳定在节前物价水平。

铁路到发旅客同比增长59.64% 全区接待游客同比增长65.53%

## 潼南“最热目的地”名副其实

本报讯（全媒体记者 刘文静）2月4日，央视新闻频道《朝闻天下》栏目根据票务数据绘制出了春运热力图，潼南上榜最热目的地城市。据区交通局统计，春节期间，铁路运输累计到发旅客总量108738人次，同比增长59.64%。我区抓住这波“自带流量”的年纪，以丰富多彩的新春文旅活动，推动全区文旅商贸市场持续火爆、出圈出彩。

要事多多，文旅盛宴添光彩。春节期间，潼南好“戏”连连，活动、演出、市集、展览等精彩不断。大佛坝2024年“潼南‘柠’聚力·涪江中国年”旅游节推出滨江徒步赢年猪、畅玩涪江跨

年夜、花儿迎春主题展等七大活动，全方位展示出“世界宽谷 田园城市”的田园之美与文化底蕴；双江古镇龙腾双江民俗文化节组织开展的舞龙大巡游、禹王宫新春文艺演出等民间烟火活动，为市民游客带来饕餮文化盛宴；福山公园2024年潼南涪江中国年迎春灯会营造节日气氛，彰显城市活力，既能观赏到绚丽多彩的璀璨灯火，也能深刻感受到甲辰龙年吉祥如意、平安幸福的美好寓意……

多种主题的文旅新体验，在丰富文旅产品供给的同时，让全区文旅市场收获了“开门红”！据区文化旅游委统计，8天假期，全区共接待

游客216.7137万人，同比增长65.53%；旅游综合收入15.6亿元，同比增长70.26%；人均旅游消费720元，同比增长10.8%；过夜游客接待量35982人次，同比增长68.26%。

文旅火，消费旺。春节期间，各大商贸流通企业聚焦年货、年礼、年味儿，丰富商品供给，提升服务质量，助推消费潜力释放。春节假期，全区实现社会消费品零售总额6.83亿元，同比增长9.3%。各大餐厅烟火升腾、人气爆棚，在传统川菜、火锅团年宴的基础上创新推出蔬菜宴、柠檬宴等地方特色宴席，助力节日餐饮消费增长，春节假期实现餐

饮营业额1.5亿元，同比增长18%。

这个春节，潼南在文旅商贸上全方面培塑亮点，全领域丰富供给，全过程提升服务，让来潼市民游客感受浓郁的节日氛围，体验地道的年俗魅力，享受惬意的春节假期，稳稳地接住了“最热目的地”的红利，为全区经济“开门红”打下了坚实基础。

龙腾盛世，瑞气盈门。春节假期已过，美好的日常仍在继续，潼南依旧烟火气感，热闹非凡。新的一年，愿我们一起在潼南，邂逅更多精彩。



扫码看更多精彩内容



环卫工人  
在公园清扫  
路面。

## 守护“不打烊” 平安幸福年

致敬春节假期坚守岗位者

### 编者按

当春节的鞭炮声，拉开新一年的帷幕，街上到处张灯结彩，我们走亲访友、阖家团圆，沉浸在欢乐氛围时，有这样一群人，一直默默坚守岗位，他们把付出与奉献留给自己，把幸福与平安让给群众，只为让潼城市民游客度过一个喜庆团圆的春节。

### 水质检测员：

#### 确保市民喝上放心水

本报讯（全媒体记者 邓瑜欣 唐菟涵）民以食为天，食以水为先，水以安为基。饮水安全直接关系到百姓的身体健康和切身利益，是惠及群众的“民心工程”。为了保障居民用水安全，春节期间，我区的水质采样人员不畏严寒冰冻始终奋战在一线，持续对水源水、水厂水等水源点进行采样检测。

检测结果的可靠性，欧文林严格按照标准方法进行样品检测和分析，保证检测质量，用10年的水质检测经验，为春节团聚的潼南人把好家庭用水质量的第一关。

“水是生命之源，回家团圆的人们需要水来做饭煲汤，所以水质安全至关重要。能在阖家团圆的春节，为老百姓守在水安全的‘最前线’上，我感觉非常自豪。”欧文林说。

春节是市民用水高峰时段，为守好水“生命线”，区水利局充分发挥水质检测“守门员”作用，持续加大水质监测力度，按照国家标准进行抽检，层层把关，多方检测，加大水质检测频率，及时掌握水质指标变化情况，做好水质分析研判，确保从源头到龙头的水质安全，为人民群众过一个欢乐祥和的春节“保驾护航”。

从取水到化验，需要经历样品采集、样品交接、样品检测、报告出具等流程。今年，欧文林又一次在春节站上了岗位。检测中，为确保



水质检测员现场采集水样。



工作人员对电力设备进行巡查并记录数据。

### 供电工人：

#### 默默守护换来万家灯火通明

本报讯（全媒体记者 陈俊霖 张杨）春节是阖家团圆的日子，当你我团聚在年夜饭桌前觥筹交错之时，总有这样一群人，他们放弃了与家人团聚的机会，坚守在工作岗位上，用他们的默默守护换来万家灯火通明。他们就是活跃在一线的供电人。

一旦发生故障，第一时间发现，并在最短时间内下达指令，安排抢修人员到现场处理故障，以最快速度恢复供电。”区供电公司调控中心负责人介绍说道。

由于工作的特殊性，国网潼南供电公司的很职工选择了春节期间坚守岗位。作为一名有着十多年从业经验的电力老师傅，陈文时刻把居民小区、沿街商铺人流量多，用电隐患大的地方挂在心上。“春节期间站岗安排6名工作人员进行24小时值守，对城区范围内的开闭所、公变等设备进行巡视、维护、抢修，全力保障春节期间工商业居民用户正常用电”陈文说。

为保证春节期间电网正常运行，国网潼南供电公司严格落实7x24小时值班、职守，共安排应急发电车2台、抢险车辆40台，17支应急抢修队伍200余人，24小时待命，面对突发事件能够做到响应迅速、组织有序、措施有效，确保电网安全稳定运行。

守护万家灯火，护航万家团圆。在这个春节，正是有他们的辛勤工作和无私奉献，我们的春节才更加温暖，我们的团聚也更加温馨。致敬，每一名电力工人！

### 民警：

#### 最大的年味儿是默默守护

本报讯（全媒体记者 吕洁 李彦亭）对很多人来说，春节假期意味着家人的团圆、亲人的陪伴，但对于区公安局交巡警支队民警辅警来说，最大的年味儿是默默坚守。

春节期间，由于返乡人员较多，天气原因部分路面积雪、湿滑，所以相比寻常时间，交通事故会有所增加。一天当中，区公安局交巡警支队民警刘亚东的大部分时间都是在车上度过的，出警、处理、赶往下一个事故现场，他们像不知疲惫似的循环往复，执法、救助、服务、疏散交通，满满的工作内容，刘亚东和同事们永远在路上。

“实行24小时值班备勤状态，以便及时快速出勤，进行交通事故的勘察和调解。对交通事故实行第一时间处理。”刘亚东说，压缩“小事故”处置时间，才能避免因事故造成严重的交通堵塞。

据了解，区公安局交巡警支队大队结合我区实际，针对春节返乡人员增多、车流量较大等情况，在城区各主干路口、商超及景区周边道路，科学部署警力，加大路口执勤、监管力度，加强道路交通指挥疏导，引导车辆和行人相互礼让、安全通行。

### 燃气工人：

#### 优质服务守护万家“烟火气”

本报讯（全媒体记者 邓瑜欣 唐菟涵）春节期间，有这样一群人，他们默默坚守岗位，守护千家万户的“烟火气”，用实际行动诠释着“保障供气，服务民生”的初心。

燃气“安全阀”，守好“春节”安全关。

“春节期间用气量比较大，我和同事们都坚守在岗位上，虽然和家人团聚的时间变少了些，但是能够确保全区燃气安全平稳供应，感觉还是特别值得。”黄怡谋说。

2月11日，记者在江石岭片区看到燃气工作人员黄怡谋正在为老旧小区住户们进行燃气安全检查。在细致查看了燃气灶具、连接软管等是否存在安全隐患后，黄怡谋又认真地地为居民科普注意事项，从日常维护保养到定期更换专用燃气定尺波纹管，他讲得细致且明白。

今年春节，像黄怡谋这样坚守岗位的燃气工作人员还有很多。除了调度中心，公司的客户服务部、运行管理部等部门春节期间也“不打烊”，全力保障燃气安全稳定供应和做好优质服务。

据了解，为保障人民群众用气安全，春节期间，中燃燃气的工作人员深入各地开展燃气安全专项检查，同时坚持24小时值班制，确保群众遇到任何用气问题时，能够随时随到、迅速排查解决，从而切实拧紧

“春节期间，我们对外力气源，对内精准调度，严控安全，提前制定有效保供措施。”重庆中燃燃气有限公司相关负责人表示，针对辖区内各类用户燃气设施实际情况，各值班小组持续加大力度开展安全检查，将隐患消除在萌芽状态，从严从实守好百姓“烟火气”。

### 环卫工人：

#### 我们的忙碌让春节变得更整洁

本报讯（全媒体记者 陈俊霖 刘文静）春节期间，当千家万户沉浸在辞旧迎新、阖家欢乐的喜庆氛围中时，环卫工人却默默坚守在工作岗位上，让这个春节更“春洁”。

告诉记者，每年的春节她都坚持在岗，虽然辛苦，但是看到公园环境因为自己的劳动变得整洁，感到很自豪，算是为家乡的美丽作出了小小的贡献。

2月12日早上9点，记者在滨江公园看到，当市民还在熟睡中，环卫工人已经开始紧张的清扫工作，将卫生死角的白色垃圾、食品包装、枯枝落叶等垃圾进行“地毯式”清理，清扫路面、清运垃圾、擦拭垃圾桶，经过一番打扫，公园变得十分整洁。

春节期间，人员和车辆流量增大，文娱活动增多，环卫保洁的压力也随之增大，向钱秀和她的同事们更得加班加点，在城市的街角小巷穿梭忙碌，进行不间断清扫，保障百姓的安全出行。

“过年了，大家都希望有一个好的环境，要得也会更开心。”环卫工人钱秀华笑

“针对春节期间人流量大的情况，我们对环卫工人数量做了适当的增加，同时发放春节补助和慰问品，感谢他们对城市环境卫生的努力。”环卫部门相关负责人周红梅说。

### 配送员：

#### 货仓里的坚守成就更多年味

本报讯（全媒体记者 丁怡然 李彦亭）春节期间，市民们选购年货热情高涨，近日，我区各大商超市场客流逐日增长。为满足广大市民需求，在提供线下服务的同时，各大商超市场也提供了形式多样的线上选购及配送服务，将年味送到家。

了“加速键”。

消费者们足不出户就能收获新鲜商品，这背后，离不开坚守岗位的拣货员和配送员们。

“春节期间，订单比较多，我们安排了更多的人来值班，就是为了尽量地把顾客需要的东西，以最快的速度送到他们手上。”永辉超市配送员孙长河在忙碌间隙告诉记者，春节期间，他和同事们会在岗位上全程待命，当被问到过年仍需坚守岗位的心情时，他说“错峰休息嘛，过年就是先要服务好大家。”

“您有新的订单。”在永辉超市巴渝大道店的电商仓库里，不时响起接单提示音。接单、拣货、打包……拣货员马不停蹄，一边对照着终端订单，一边提着购物袋，穿梭在不同区域，装配着订单上的商品。配送员忙而不乱地核对着信息，在满满的货架上寻找着需要配送的商品。

过年期间，因为顾客选购的基本都是蔬果饮料、粮油米面等物品，大多订单都比平常更重。但孙长河与同事们却干劲十足，“看到顾客对我们的好评，我就觉得很值得，很高兴了。”孙长河说。

在这个仓库里，似乎所有人都被按下

据了解，春节期间，在这个百余平米的小小货仓中，拣货员平均每天都会走出上万步，而配送员则会在城区当中跑上百余公里。来来往往间，“分拣配送他们”出更多的“年味”。

### 文艺工作者：

#### “文化年货”带给市民游客欢乐

本报讯（全媒体记者 彭春 刘文静）每逢佳节，文艺演出是必不可少的一道“特色菜”。精彩节目的背后，是一群文艺工作者的默默付出和坚守。

据介绍，区戏曲协会平均年龄50岁以上，该协会秉承着对艺术的热爱，对传播文化种子的激情，不定期开展各类义务演出，活跃居民文化生活。为了给观众呈现更好的文艺表演，协会在春节前期排练出几十个不同种类的节目，在春节期间相继上演，丰富市民游客的假期生活。

春节期间，双江古镇禹王宫每天早上10点、下午2点，由区戏曲协会承办的“新春大联欢 红火中国年”新春文艺演出如约而至，为市民游客带去欢乐，送上形式多样、群众喜闻乐见的“文化年货”。

记者在禹王宫戏台看到，台上的表演者们拿出十足的精气神，奉献出一个个活力满满的舞台；台下，演员们正紧锣密鼓地准备道具、换装打扮。在寒冷的初春天气，大家身穿着单薄的表演服，却没有丝毫抱怨，依然以最饱满的状态对待舞台和观众。

“我们连续4天，都是不同的节目，最多的一个人共有6个表演，虽然累了点了，但是看到观众看得开心，我们还是觉得很值得。”区戏曲协会会员钟慈航说。

“我们连续4天，都是不同的节目，最多的一个人共有6个表演，虽然累了点了，但是看到观众看得开心，我们还是觉得很值得。”区戏曲协会会员钟慈航说。

据介绍，区戏曲协会平均年龄50岁以上，该协会秉承着对艺术的热爱，对传播文化种子的激情，不定期开展各类义务演出，活跃居民文化生活。为了给观众呈现更好的文艺表演，协会在春节前期排练出几十个不同种类的节目，在春节期间相继上演，丰富市民游客的假期生活。

据介绍，区戏曲协会平均年龄50岁以上，该协会秉承着对艺术的热爱，对传播文化种子的激情，不定期开展各类义务演出，活跃居民文化生活。为了给观众呈现更好的文艺表演，协会在春节前期排练出几十个不同种类的节目，在春节期间相继上演，丰富市民游客的假期生活。

龙腾虎跃,文化升腾。崭新的春联传递新春祝福,熙攘的古镇唤起年味记忆,文博场馆过大年持续升温,舞龙闹新春好戏连连,文艺节目传递潼南热情……涪江两岸,城市乡村,精彩纷呈的文化活动点亮了这个春节假期,搅热新春年味,用丰富多彩的春节文化,打造不落幕的文化盛宴,让大家欢欢喜喜过了个精彩“文化年”。

## 潼南：文化过年 别样精彩

### 年俗文化：欢天喜地迎新春 辰龙起舞传福音

本报讯(全媒体记者 彭春 刘文静)大年初一,双江古镇大街小巷处处张灯结彩,喜气洋洋,处处弥漫着浓浓年味。龙年迎春年俗文化节当然少不了舞龙表演,在这里,每天都有独具特色的舞龙大巡游。伴随着阵阵欢快的锣鼓声,神采奕奕的长龙上下翻飞、活灵活现,祝福着在场观众龙行龘龘、龙腾四海。

舞龙队伍从水街出发,穿过古色古香的清代建筑群,来到古镇牌坊前,集中向市民游客展示龙的精、气、神、韵。在队伍的默契配合下,“龙首”锲而不舍地追逐着舞动的“龙珠”,轮番表演着飞龙在天、龙腾虎跃、龙行天下、盘龙云海等队形,为大家送上美好的祝福。

为营造浓厚的龙年氛围,古镇还在水街设置了7条五光十色的长龙,供市民游客拍照打卡,在艺术和烟火间感受传统年

味。“刚看了舞龙,这种传统艺术看得我有一种很兴奋、很自豪的感觉,现在还沉浸在这种喜气洋洋的过年氛围里面。”市民张女士说,“然后这边还有这么多好看好听的龙,准备来拍点照片,沾沾祥龙的喜气。”

古镇内的古戏楼禹王宫,灰砖青瓦,飞檐翘角,流淌出深厚的历史积淀和人文内涵。春节期间,由戏曲协会带来的川剧、舞蹈、二人转等精彩节目轮番在此上

演,浓郁的文化气息吸引了八方来客,细细品尝饕餮文化盛宴。

美妙动人的舞蹈、风趣幽默的戏曲,唱响新时代、舞出精气神,将艺术的魅力展现得淋漓尽致。大家或驻足观赏,或静坐长凳,看得津津有味,时不时用手机记录下精彩瞬间,现场其乐融融,呈现出一片喜气洋洋的新春幸福景象。

“每次过年过节都会和家人来双江古

镇,基本上每次来禹王宫也都有很精彩的节目看,和大家坐在一起欢乐一下,热热闹闹的,很喜欢这种气氛。”市民张女士说。

舞龙灯、猜灯谜、送春联……这个春节,丰富的年俗活动在双江古镇持续开展,传统的年俗在文旅活动中得到传承,也让古镇焕发出新的活力。

### 让春节假期更“红火”

本报讯(全媒体记者 邓瑜欣 唐良涵)龙年春节假期,市民出行热情高涨,红色景点游成为不少市民的选择。在潼南区杨闇公故居、杨尚昆故里景区,游客携老带幼纷至沓来,景区接待人数大幅上升,开启“人从众”模式。据统计,春节期间,杨闇公杨尚昆故里景区前两天入馆客流量便突破18万人次。

走进景区,记者看到,红色的灯笼和“龙”元素相关的“打卡”装饰物,营造出浓厚的春节氛围。游客们有的驻足倾听讲解,感受红色文化魅力,重温红色经典,抚今追昔,感知幸福美好生活;有的打卡拍照留念,在一幅幅真实的老照片和一件件斑驳的老物件中重温红色记忆、缅怀先烈功绩、汲取奋斗“正能量”。

从广西回到双江镇过年的游客李源告诉记者说,“我们长年在外,很少回来,这次一家人就趁着难得的机会来学习杨尚昆还有杨闇公同志的精神,让小朋友心里面种下一颗爱国的种子。”

“我是从四川过来的,和朋友一起来红色景区参观学习下我们的革命文化,感觉收获很多。”游客阿罗拉彦说。

据了解,为做好春节期间的旅游接待工作,杨闇公杨尚昆故里景区提前部署,从安全管理、提升服务水平和优化旅游环境入手,扎扎实实做好各项前期准备工作,全力备战“春节黄金周”,让游客满意出行。

“我们用鲜花、灯笼、春节主题展览等方式营造祥和快乐的节日氛围,让游客感受到新春的喜悦。同时所有工作人员在节日期间都坚守岗位,微笑服务、人性服务,为游客提供安全有序的旅游环境。”讲解员徐媛原说。

### 寻觅不一样的年味儿

本报讯(全媒体记者 李彦亭)岁月更替年年新,如今,过年的“打开方式”越来越多,除了休闲娱乐、走亲访友,逛书店读好书,已成为一种新年俗。春节期间,在潼南新华书店,不少市民利用难得的春节假期,选择到书店里阅读、选购书籍,充实新春生活,过一个有意义的“文化年”。

记者走进新华书店看到,随处可见安静阅读与学习的市民,大家或沉浸在文字里,或穿梭在书架之间仔细寻找自己喜欢的书籍。而在少年儿童阅读区域,许多小朋友在家长的陪同下,仔细阅读绘本、漫画等书籍,从小培养阅读的兴趣,用图书为自己“充电”。

一对母子正坐在窗前阅读着自己喜欢的图书。这位母亲告诉记者:“纸质书的阅读体验是电子设备无法替代的,也很珍惜与孩子一起读书的时光,十分美好。”

书店工作人员告诉记者,节日期间不少市民忙里偷闲来到书店尽享精神大餐,看书买书的市民比平时多了一倍。除了放假的学生之外,也有不少家长来选购图书,有的是为孩子选购,有的是自己阅读,还有人把图书作为新年礼物送给亲戚朋友。

春节传统文化一直在融入新元素,过春节逛书店读好书,已然成为一种新年俗。据了解,春节假期期间,城区各大书店的营业额比平常增加了二三成,文化教育类、文学艺术类、少儿读物类和养生类书籍最为畅销,参加工作的年轻人和正在上学的孩子成为购书的主力。同时,区图书馆等场所也照常向市民朋友开放,满足广大读者的文化需求,营造文明和谐的春节书香氛围。



### 春节过出“文化味” 新年奋进谱新篇

山海

古镇里,观舞龙、品川剧令人流连忘返;影院中,假期观影成为过年新风尚;博物馆内,精美的文物让春节更有“国味”……笙歌间错落笙启,喜新春新岁,在文化过年的新氛围中,潼南处处洋溢着热闹、喜庆的浓浓年味儿,呈现出勃勃生机的新春气象,百万潼南儿女通过参与形式多样、各具特色的文化活动,在欢声笑语间庆祝甲辰龙年的到来。

“文化兴国运兴,文化强民族强。”党的十八大以来,以习近平同志为核心的党中央把文化建设摆在治国理政的突出位置,不断深化对文化建设的规律性认识,推动文化传承发展,中华大地上,一幅古今辉映、灿烂辉煌的文化长卷徐徐铺展。传统年俗展现文化魅力,大小荧屏呈现光影盛宴,文博场馆增添文化底蕴……这个春节假期,我们看到潼南人民的精神世界愈发充盈,文化自信显著增强,焕发出为

“涪江奔腾”振奋的精神力量。

于国人而言,春节代表着华夏文化独有的生命哲学。对春节的期待,是对乡愁的寄托,更是中华民族共同的精神守望。时代变迁,春节的模様、习俗或许有变,但这份情感永远恒久浓郁。有文化自信的民族立得住、站得稳、行得远。赓续历史文脉、谱写当代华章,在守正创新中激发文化活力,我们不断增强实现中华民族伟大复兴的精神力量。

在春节这幅文化长卷中,有着满满的传承,也有清新的亮点。从春节(农历新年)成为联合国假日开始,到纽约春节音乐会、巴黎的欢度春节主题活动,再到悉尼唐人街的舞龙舞狮和春

节亮灯仪式……越来越多的国家和地区与海内外华夏儿女一道同庆中国年,引领着国风古韵的中国年味文化潮流走出中国,走向世界。

一元复始、万象更新,一个“新”字,凝聚了中华民族生生不息奋勇向前的精神力量。在强国建设、民族复兴的新征程上,让我们在祥和喜庆的节日氛围中积蓄奋力向前的信心,把文化自信融入全民族的精神气质与文化品格中,养成昂扬向上的风貌和理性平和的心态,以龙腾虎跃、鱼跃龙门的干劲闯劲,开拓创新、拼搏奉献,推动中华文明焕发出新的时代光彩,共同书写中国式现代化建设新篇章!

# 夜市经济火热 潼城年味飘香



春节期间，“童趣集市”吸引了不少市民。



小朋友在摊位前购买小吃。

本报讯（全媒体记者 邓瑜欣 徐利）龙年春节，在我区各大夜市里，处处可见“新春”元素，充满着节日喜庆的氛围。春节假期已过，但时间摆一天摊赚的钱，等于淡季摆四五天赚的钱，再忙我都开心。”

夜幕降临，走在夜市里，灯火通明，人声鼎沸，热闹非凡。市民在美食中畅享着丰富多彩的夜生活。

“忙了一年，今年专门回来过节，听说这里开了夜市，就和我妹妹一起过来逛一逛，没想到有这么多人，实实在在地感受到了过年的氛围。”市民王丽说。

相较于走进高端商场消费，记者发现，市民们更加愿意在茶余饭后走入氛围感十足的“小集市”“小夜市”。在隆鑫·中央大街的阳光夜市，记者看到，这里不仅有美食，还有丰富多样的饰品。市民们在“逛吃逛吃”中挑选各种称心有趣的小物件。夜市里，人气、烟火气越来越旺。

火热的夜经济，不仅丰富了市民的夜生活，带动了商家的人

气，更为群众提供了大量灵活就业的岗位，让摊主们有了固定收入。夜市也在发展中，成为了促进就业、保障民生的重要阵地。

人间烟火气，最抚凡人心。我区有序扩大夜市规模与数量，鼓励夜间餐饮、旅游、娱乐等消费活动，更多的市民愿意在新春寒夜走出家门，与朋友、家人相约，一起品美食、享购物、赏夜景，温馨而富有活力的夜生活为寒冷的冬日增添了不少城市色彩。

照车辆种类、车辆类型实行分区管理，确保服务区停车位正常流转使用，同时指导服务区完善设施、整洁卫生，提高服务区服务能力和服务质量。今明两日正是春节出行返程高峰期，广大市民朋友在远程出行时要提前了解各高速公路路网的交通情况，选择合法合规营运车辆，远离“黑车”，拒绝网约车线下揽客，保护自身的生命财产安全。

# 科学应对“节后综合征”

本报讯（全媒体记者 张峻豪 刘文静）春节假期已经结束，大家也开始进入忙碌的工作状态，但不少人没有从熬夜、暴饮暴食的假期状态中调整过来，出现身体和心理不适症状，这很可能是“节后综合征”。遇到这种情况该如何克服呢？来听听专家的建议。

“节后综合征主要表现为提不起精神，上班工作效率低，甚至有不明确原因的恶心、眩晕、肠道反应、神经性厌食、焦虑、神经衰弱、睡眠紊乱等。”区中医院脾胃病科副主任医师李冤魏介绍，人们由假期的放松状态突然进入工作的紧张状态时，生理和心理的平衡被打破，让许多人感到一时难以适应，从而出现节后综合征。这其实并不可怕，只要科学应对，是可以平稳度过的，规律作息、调整饮食、加强运动、舒缓压力，都是

极为有效的方法。

“饮食方面，过年期间饮食油腻，给肠胃造成负担。节后应注意定时、定量进食，避免继续无节制地摄入过油、过甜的食物。”李冤魏表示，调整饮食量和结构，要注意营养搭配，少食红肉，以鱼肉鸡蛋为主，搭配植物蛋白，多食蔬菜水果、五谷杂粮等；不吃夜宵，以免影响睡眠。

另外，调整作息，恢复生活秩序也是关键，尽量早睡早起，睡前不要长时间接触手机等电子产品，通过泡脚、听些舒缓的音乐，或是使用按摩推拿来宁心安神。

**医生建议：**如果“节后综合征”的症状反应比较严重，或者持续时间超过两个星期，应及时到医院就诊。



（上接1版）寓意着辞旧迎新的声响久久回荡在耳畔，满眼都是看不尽的潼南浪漫。

“第一次看无人机秀和这么大型的灯光秀，很震撼。”“好久没有体验到这么热闹的年味了，点赞……”表演结束后，大家都意犹未尽地回味着彼时的精彩。

在水与火的交错挥别兔年，用光与影的交融迎接龙年的到来，一幅“龙腾虎跃迎新春，涪江奔腾中国年”的新春贺岁图徐徐铺开。

又保留了乡村的原始风貌，感觉像来到了童话世界，这样的乡村旅游打卡点，好耍的同时还很有意义。”市民张女士和家人孩子前来游玩，打算过几天打扮得美美的，约上姐妹一起拍照打卡。

除了拍照，市民游客还可以逛年市、购美食、写春联、看非遗、吃年夜饭、围炉煮茶、参与亲子手作……活动丰富，精彩连连。花儿巷还精心组织了系列迎春活动，在花仙子互动、财神送祝福、玩偶沉浸式巡游、乐器表演等活动的加持下，花儿巷欢声笑语不断，呈现出一幅美丽乡村的新图景。

## 花儿巷里迎新春 幸福生活新图景

春节期间，位于大佛街道涪江壹村时光街区的幸福街花儿巷也迎来了盛大开街。

花儿巷以“花儿”为主题，随处可见花儿气球、花儿艺术装置、花儿墙绘等花儿元素，以及像花儿一样幸福生活的村民。每走一步都是不一样的风景，乡村书局、自然探索馆、咖啡厅、玫瑰小院……随手一拍便是迷人大片。

众多市民游客在巷内悠闲地拍照打卡，涂鸦墙、精致小院、红红火火的年饰等都成为市民游客的“出片利器”，大家纷纷拿起手机“咔嚓”，和家人朋友记录幸福瞬间。

“既有这些童趣满满的美景，

据了解，由区旅投集团全新打造的文化项目幸福街花儿巷，作为时光街区“忆往昔阡陌花香民国街区”“怀旧时改革开放老院子街区”“看今朝社会主义建设时代街区”“新时代新征程幸福街花儿巷”四个街区之一，以建设重庆首个未来乡村示范样板为目标，以大佛坝生态化、乡土化的乡境交融幸福生活场景，带给游客有诗有远方的生活方式，展现“郊游潼南、花开潼南”的文旅新形象。

“此次旅游节围绕潼南‘世界宽谷 田园城市’文旅品牌，在花儿巷推出一系列迎春主题活动，打造一场专属于潼南田园的文旅盛宴，共享像花儿一样的幸福生活。”区旅投集团董事长谭星表示。

# 川渝两地春节返程迎高峰 高速执法服务保障通畅

本报讯（全媒体记者 张峻豪 通讯员 代雪祥）2月17日，春节长假最后一天，成渝往返主干高速公路G93渝遂的通行车流量明显增加，春节返程客流量迎来高峰。

当天，记者在G93成渝环线渝遂高速潼南收费站车流骤增，收费站已经实行了间断放行措施，即放行5分钟，管制30分钟，以减少各条高速行驶压力，高速交巡

警也在现场指挥着车辆有序排队，等待放行。

“实现了间断放行，潼南南收费站、潼南东收费站实行上道管制，目前为了缓解道路上的车流，我们主要采取快处快撤的一个方法，对远端车流进行一个分流，保证主线车流通行的一个安全。”市公安局交巡警总队高速公路第五支队潼南大队民警文涛告诉记者。

据介绍，今年春节期间，重庆市高速公路总流量保持稳定增长，未来两天高速公路路网、服务区运行压力将显著增加，高速执法部门会及时了解、分析春运客流分布特点，强化路网运行监测，加强与川渝两地的交巡警、交通执法，以及重点景区旅游和运输等方面衔接，提升收费站通行效率。在服务区管理方面，高五支将监督服务区停车场按

照车辆种类、车辆类型实行分区管理，确保服务区停车位正常流转使用，同时指导服务区完善设施、整洁卫生，提高服务区服务能力和服务质量。今明两日正是春节出行返程高峰期，广大市民朋友在远程出行时要提前了解各高速公路路网的交通情况，选择合法合规营运车辆，远离“黑车”，拒绝网约车线下揽客，保护自身的生命财产安全。

# 别样团圆年 最靓全家福

本报讯（全媒体记者 罗列 李彦亭 丁怡然）“婆婆爷爷，爸爸妈妈，伯父伯妈，快下来，记者来了，给我们拍全家福来了！”

近日，家住在太安镇郑家院子的郑月月一大早就满心雀跃地将家庭成员一一请到院子中。这天是郑家院子的乡邻们约好欢庆新春，一起吃顿团圆饭的日子，平时在外拼搏的一家人纷纷赶回家中，一起享受难得的欢聚团圆，并定格下这幸福时刻。

“婆婆爷爷，我给你们理下衣服。”郑月月一边帮家人整理着仪态，一边张罗着拍照的站位。“伯

父你牵着伯妈，爸爸你牵着妈妈撒。”

“1、2、3，微笑！”随着摄影师的倒数，郑月月一家在镜头中留下最美好的时刻。

据介绍，郑月月一家三代人，目前只有爷爷奶奶长期居住在家。郑月月的父母在中心城区经营粮食批发生意，她也跟随父母在市区工作，弟弟在外读书，而伯父伯妈及堂哥一家则更是远在新疆从事家装行业。家人们要么忙于工作，要么碍于距离，都是只有每年过年才能回到家中，享受这短暂却幸福的团圆时刻。

“新年快乐！”在欢庆声中，团年饭开席了，家人邻里纷纷举起酒杯恭贺新禧。看着眼前的动人场景，离家多时的郑月月有些感慨地说：“知道今天村里过年，昨天就赶回来了，特意回来吃这顿团年饭。平时陪伴家人的时间很少，今天终于团聚了，希望新的一年阖家幸福、快快乐乐。”说完，月月也端起酒杯，一一对长辈们送上祝福。

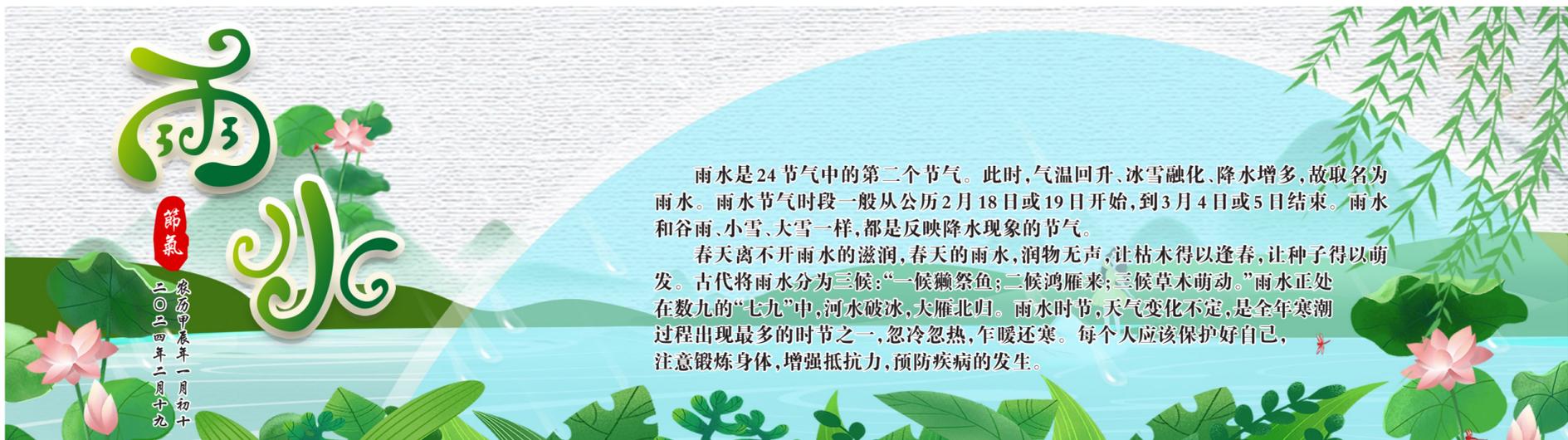
收到孙女的祝福，郑月月的奶奶王泽芳老人也是满脸喜色。近年来，他们一家不仅

住进了镇上统一规划建设的新式民居，王奶奶老两口还把自家田地全部流转给了重庆科光潼农种苗有限公司，没事时会到科光公司打打零工，嫁接种苗，钱袋子渐渐鼓了起来。今年，二儿子一家又购置了小汽车，能够常常回到家中陪伴二老。“过年了，儿子儿媳，孙子孙女都回来了，我很幸福、很高兴。”王奶奶开心得合不拢嘴，眼里闪烁着欢喜的光。



## 遗失启事

兹有潼南区崇龛镇龙台村经济合作社农村集体经济组织登记证正本（统一社会信用代码N2500152MF079322A，编号NO:500152-1068327）遗失，现声明作废。



雨水是24节气中的第二个节气。此时，气温回升、冰雪融化、降水增多，故取名为雨水。雨水节气时段一般从公历2月18日或19日开始，到3月4日或5日结束。雨水和谷雨、小雪、大雪一样，都是反映降水现象的节气。

春天离不开雨水的滋润，春天的雨水，润物无声，让枯木得以逢春，让种子得以萌发。古代将雨水分为三候：“一候獭祭鱼；二候鸿雁来；三候草木萌动。”雨水正处在数九的“七九”中，河水破冰，大雁北归。雨水时节，天气变化不定，是全年寒潮过程出现最多的时节之一，忽冷忽热，乍暖还寒。每个人应该保护好自己，注意锻炼身体，增强抵抗力，预防疾病的发生。