

住民宿摘桂圆尝仙人掌

这些地方值得打卡



皮薄肉厚的桂圆

推荐一：

摘桂圆 赏百年桂圆树

清江镇河中岛上，成片的桂圆树上挂满了颗颗饱满的桂圆。目前，这些桂圆已逐渐成熟，游客们可以前往体验采摘乐趣。河中岛上一共种植了600亩桂圆，主要是大乌元和石硖两个品种，其果实大、味甜、肉厚、籽小、皮薄，深受市民青睐。值得一提的是，岛上还有13株百年老桂圆树，这些树高度超过15米，树干直径40—60厘米，结出的桂圆肉厚核小、味甜如蜜。

地点：清江镇河中岛
联系电话：陈先生 17783938519

推荐二：

住民宿 游稻田公园

清江镇塔水村稻里趣筑民宿历史气息浓厚，整体风格中式复古。走进民宿，首先就被头顶鱼型竹编灯饰吸引了眼球，环顾四

秋风习习，白云飘飘，果实累累，秋天的景色美不胜收。周末走出家门寻秋、赏秋成了越来越多市民的首选。这周为大家推荐以下几项活动，一起来看看吧！



稻里趣筑民宿



令人垂涎的仙人掌美食

周，墙上贴着一些老照片，瞬间让人回到过去的时光。石磨、水槽、黑白电视……这些早已退出历史舞台的“老物件”，静静地安躺在角落，浸润着岁月深处的暗香，诉说着一段段温馨的回忆与历史的沧桑。

在房间里向外望去，阳光正好，树影婆娑，一旁的稻田公园里，彩色水稻还未采收，顶着沉甸甸的“脑袋”轻轻摇晃。俯瞰这片占地50余亩的稻田公园，你会惊讶发现——竟是一幅画，田间步道勾边，彩色稻谷填色，清江“鱼”文化符号呈现眼前。闲时与好友在此饮茶观景，好不惬意。

地点：清江镇稻里趣筑民宿
联系电话：冉女士 15213121729

推荐三：

尝仙人掌 学制作技艺

万灵镇沙堡村鲜果奇园内，一排排仙人掌横有序排列，肥厚的仙人掌叶片顶部，星星点点冒出椭圆形仙人掌果。游客来到果园，既可以采摘、品尝鲜美的叶片和果肉，还可以学习仙人掌烹饪技巧和美容产品制作方法。鲜果奇园是沙堡村集体经济项目，占地约60亩，主要栽种

有梨果、米邦塔、大盆丸、山里红等仙人掌品种。今年是该园仙人掌首次结果，目前，该果园正紧锣密鼓建设学习实践区域，筹备开设仙人掌软糖、仙人掌养生香皂等产品制作教学事宜，以提升游客对仙人掌的认知度，增加果园游玩的趣味性。

地点：万灵镇沙堡村鲜果奇园
联系电话：杨女士 18580627586

融媒体中心记者 向虹霖 通讯员 温冬梅

荣昌非遗亮相第五届中国—阿拉伯国家博览会

本报讯(融媒体中心记者 张荣川 通讯员 唐敏)第五届中国—阿拉伯国家博览会近日在宁夏银川举行，荣昌夏布、荣昌折扇、荣昌陶器等非遗文创产品亮相博览会。

此次博览会中，重庆设置了面积500平方米的城市综合形象展示馆，包括荣昌在内的3个区县共6类非遗文创产品在展馆内展陈，展示重庆独特的巴渝文化魅力和独具城市特色的非遗文创产业。其中，荣昌区展出了百余件非遗文创产品，有夏布包、夏布围巾、夏布笔记本、夏布袜、夏

布服饰、素烧茶器、柴烧茶器、素烧花器、釉烧花器、茶器及夏布折扇等十余种，集中展现荣昌非遗项目的丰富性和多样性，深受参观者好评。

近年来，我区高度重视非物质文化遗产的创新性发展和创造性转化，加大非遗传播实践与宣传推广，每年积极组织非遗企业、非遗代表性传承人参加国内外各种展会活动，增强对外文化交流，着力提升荣昌三大国家级非遗品牌的美誉度、知名度和国际影响力。

缘来缘去缘不断

●吴承玲



我与荣昌的情缘很深：在荣昌出生，在荣昌成长，在荣昌就业。

我是一个地地道道的荣昌人。

缘在猪

曾有朋友问我最有名的荣昌特产是什么，我答：猪。小时候家家户户都养猪，我家也不例外。公鸡打鸣后，小猪们就在猪圈里哼哼唧唧喊饿了，因此准备猪食是父母早上起床做的第一件事。玉米粉里混合一些红薯、青菜叶，还有前一天吃剩的饭菜，把这些统统放进柴灶上的大铁锅里炖煮，煮好后的糊糊就是小猪的猪食。小猪们吃东西时，会迫不及待地吧唧鼻子伸进食槽里，你争我抢，发出一声声满足的赞叹声。它们吃东西的样子很温顺，我甚至可以摸它们背上一根根坚硬的鬃毛。

那时候人们一天的活动基本都是围绕猪展开的。早上做猪食，打扫猪圈，上午照顾农作物，下午割猪草，砍猪草，晚上又给猪做猪食，一只只小猪被人们伺候得白白胖胖舒舒服服的。荣昌猪被列入世界八大良种，我想，除了品种的优良，也离不开荣昌养猪人的辛苦付出吧。

缘在夏布

从我记事起，奶奶就在做一项手工活“绩纱”。每天吃过饭后，奶奶就坐在她那张宽大的藤椅上，腿上先盖一块粗糙的布，接着将麻皮浸泡在水中，然后把麻皮均匀地分成一根根细细的麻线，再用灵巧的拇指和食指将两根麻线捻接在一起，最后把麻线打湿，用宽厚的手掌把麻线搓得均匀又漂亮。原始的麻皮就这样变成一根长长的晶亮的麻线，在筛子里积少成多，堆成椭圆形的形状。等麻线积累得足够多了，奶奶就会找一个透气通风的地方晾晒麻线。晒干后的麻线会被奶奶用圆筒挽成一个一个圆溜溜的麻团，这时候是我最开心的时候，因为挽好的麻团可以拿去卖钱，奶奶就会用卖麻团的钱买薄荷糖给我吃。

奶奶绩麻，爸爸“刷麻布”，也就是给麻线上浆。一根根麻线被拉长，绷紧，像悬在空中的琴弦，弹奏出我的快乐童年。那时爸爸总是围上白色的围裙，用一把把刷子粘上浆糊，给每一根麻线均匀地刷上米浆。四五岁的我刚好麻线那么高，头顶上冲天的辫子像一根手指，来回拨动琴弦

般的麻线。麻线易断，每次我从绷紧的麻线下贴着头皮经过，都会把麻线弄断，爸爸又好气又好笑，只得佯装发怒把我抱走，那宠溺我的表情，我现在想起来仍然觉得幸福。

爸爸刷好的麻布会拿给妈妈织夏布。每次看妈妈织布，我都觉得眼花缭乱。妈妈那双小巧的手，怎么能有那么大的能量！我仔细观察过妈妈织布，先左手抬起打纬板，右手握住梭子，用上合适巧妙的力将梭子丢进密密排列的经线里，让它快速穿梭到达左手，当左手接住梭子的同时，沉重的打纬板就会落下压实刚刚织进来的纬线，这时右手又要以迅雷不及掩耳的速度把打纬板抬起，同时左手再把刚刚拿到的梭子丢进经线里，让因为重力落下的打纬板把新织的这根纬线压实。如此循环往复，在妈妈灵巧双手的控制下，梭子在经线当中左右穿梭，十五天左右，一匹夏布才能织好。

小时候几乎家家都织过夏布，这是一项十分考验耐心的“活路”。无论是绩麻、上浆，还是织夏布，对于小时候的我而言都是十分复杂的。我印象最深刻的不是那一根根晶莹剔透的麻线，而是爸爸在昏黄的灯下接麻线的侧影，还有总是伴我入睡的札札织布声。

缘在教育

10岁时我曾离开荣昌，等再次回到家乡已经15岁，整天在学校忙着学习，对荣昌最多的印象就是书店。大东书屋是我最常去的地方，除了在里面买教辅资料，我还喜欢看散文，毕淑敏的散文让我内心宁静，梁实秋的散文总是让我忍俊不禁，这些“闲书”是我学习生活中唯一的娱乐，总在我筋疲力竭时温暖我的内心。

高考填报志愿时，我选了毕业后仍回荣昌工作的定向师范。毕竟父母在这儿，家在这儿，根在这儿，我的灵魂也在这儿。就连大学谈恋爱，我也是提前和爱人沟通好，毕业以后回荣昌发展。4年后我顺利成为峰高中心小学的一名老师，与周围来自不同地区的同事们，一起教育下一代的荣昌人。

随着时间流逝，我对荣昌的情只会越来越浓，我与荣昌的缘只会越来越深。如果荣昌是一棵树，我则是树上一根枝桠，把养分运输给荣昌的孩子们，等他们瓜熟蒂落，把荣昌的精彩带到世界各地去生根发芽。

【作者简介】

吴承玲，女，重庆荣昌人，2018年毕业于重庆文理学院，同年就职荣昌区峰高中心小学。

港澳台同胞及外国人士可激活使用医保电子凭证

本报讯(融媒体中心记者 何文杰)记者近日从区医疗保障局获悉，即日起，港澳台同胞以及外国人士凭来往内地通行证、外国人永久居住证、护照等相关证件，通过以下渠道即可激活医保电子凭证后使用。

具体如何操作?该局相关工作人员介绍，共有三种方法：

其一，申请人打开国家医保服务平台APP，点击医保电子凭证，再按提示操作。

其二，申请人通过微信开通，主要有两个渠道。一是通

过微信公众号“重庆市医疗保障局”进入“服务大厅”——“医保电子凭证”，按提示步骤操作即可；二是在微信中搜索小程序“我的医保凭证”，选择“立即激活”，按提示进行操作。

其三，申请人打开支付宝，点击“卡包”——“医保电子凭证”，然后按步骤提示操作即可。

“支付宝渠道仅可为港澳台同胞激活医保电子凭证。”该工作人员提醒，目前微信渠道支持使用外国人永久居留证进行微信注册实名认证的外籍人士及使用港澳居民来往内地通行证进行微信注册实名认证的港澳台同胞。

古昌连户农房起火 区应急救援中队紧急救援

本报讯(融媒体中心记者 何文杰 通讯员 曾凤娇)8月25日晚9点52分，区应急救援中心接到报警称，位于古昌镇百合堂村的一连户农房发生火灾。接警后，区应急救援中队第一时间出动所有值班队员，携带救援装备赶赴现场，同时调派备勤分队以最快的速度返回基地，带装赶赴现场进行支援。

当天，该中队到达现场后，根据现场情况制定出以水灭火的方案。队员首先在起火点附近寻找到水源，水泵组随即架设水泵、铺设水带，将水从堰塘中输送至火场，水枪手立即对火场展开攻势。经过现场奋力扑救，火势终于得以控制，于次日凌晨2点10分成功将明火扑灭，此次火灾未造成人员伤亡。目前，起火原因尚在进一步

调查中。据介绍，起火农房是一处成片式的老房子，由于房屋是木质结构，导致火势蔓延十分迅速，又由于该房主双腿残疾，独自居住，起火时正在屋内洗衣服，发现门口起火，他立即呼喊附近居民前来救火，但尝试扑救未成功，火势迅速蔓延至房顶，随即周边几户人家的房屋也连带起火。

区应急救援中队提醒：老式民宅各类设施普遍老化，存在不少安全隐患，且其大部分都是木结构房屋，一旦起火，容易引发蔓延。因此对于类似情况的房屋，居民应该格外注意，要定期检查房屋内电线线路，避免线路老化等原因造成火灾，发生意外时，要第一时间安全撤离，切忌盲目救火。