

预制菜“拼”出一桌年夜饭



江津綦江区管委会(珞璜工业园发展中心) 协办

□本报记者 赵伟平

“老汉，你尝尝这道喜沙肉味道怎么样？”
“好好好吃，和你妈做的差不多，鲜香软糯，肥而不腻，……”
1月15日，农历小年。下午5点过，在位于梁平区的中国西部预制菜体验馆智厨娘餐厅的一间包房里，智厨娘餐厅大堂经理龚正柳一家人，正围着一张大圆桌吃年夜饭，有说有笑。一个多小时后，见家人吃好，龚正

柳问了大家一个问题：“你们有谁分辨得出今天这桌菜，哪些是厨师现做的，哪些是预制菜加热而成？”

“这还用问，包括喜沙肉在内的‘八大碗’肯定是厨师现做的，张鸭子等卤菜是加热的。”龚正柳话音刚落，59岁的唐先群立刻从椅子上站起来点评。

“只答对了一半，还有没有人接着猜？”见做了一辈子菜的母亲也辨不出真假，龚正柳笑出了声。

“难道‘八大碗’也是预制菜加热的？”唐先群有些拿不准了。

“你们想不到吧，桌上的‘八大碗’，火锅都是预制菜加热而成的，现在我找一个专家来为你们详细介绍。”见家人有些吃惊，龚正柳找来后厨陈

滨，请他给大家讲讲预制菜的知识。

陈滨说，这些经过简单加工就可以吃的菜，就是预制菜，包括即食食品、即热食品、即烹食品和即配食品四类。

“选择预制菜可省去买菜、洗菜和烹饪等工序，节约时间。”陈滨说，事实上，大家早就在吃预制菜了，比如乘机吃的盒饭、超市里卖的烤鸭等等。

“为啥这一两年预制菜一下子就火起来了？”唐先群问。

“疫情等原因加快了预制菜的发展。”龚正柳接过话头说，据分析，预制菜有上万亿的市场规模，发展前景大，现在很受年轻人喜欢。

为抢占市场，梁平把预制菜作为重要产业来发展，去年区里提出打造

中国西部预制菜之都，建成了预制菜产业园，预制菜展览馆、体验馆，引进孵化了一批预制菜企业。“我们智厨娘就是去年10月入驻梁平的。”龚正柳说。

“老辈子，接下来，我们还会研发更多预制菜，特别是川菜，以后你们想吃啥，买回去炒一炒，蒸一蒸，或是加个热就可以了，方便得很！”陈滨说。

龚正柳介绍，随着春节临近，现在订购预制菜的市民越来越多，仅智厨娘每天就要销售200多套预制菜大礼包，里面有“八大碗”、羊腿、鸡汤、火锅等近10个产品。

吃完年夜饭，龚正柳换上了工作服，又开始忙着为下一桌预制菜年夜饭备菜了……

奉节县兴隆镇孤寡老人收到镇村干部冒雪送来的过冬物资，感动不已：

“现在党的政策好，日子越过越有盼头”

□本报记者 左黎韵

1月15日，奉节县兴隆镇海拔2000多米的高山上白雪皑皑。

“老辈子，在家吗？我们提前来给你拜年了。”中午12点，兴隆镇回龙村党支部书记左宏兵和镇里的干部一起，拎着米、油和两大床棉被，轻轻敲了敲孤寡老人唐威西的家门。

听见敲门声，78岁的唐威西拄着拐杖，热情地迎了出来，招呼大家赶紧进屋坐坐。

唐威西是村里的独居孤寡老人，

平日子里，左宏兵就经常上门关心他的生活起居。15日这天，气温骤降至零下1℃，左宏兵和镇里的干部一起，为老人送来了过冬的棉衣、棉被。

“感谢党和政府，在这么冷的天，还一直把我们挂在心里！”见镇村干部顶着风雪给自己送东西来，唐威西感动得连连道谢。

待大家都坐下，唐威西往烤火炉里加了些柴火，炉子立刻噼啪作响。唐威西掰着手指给上门的干部算了笔账，他每个月拿到手的农村低保就有600多元，除去日常开销，

一年还能有3000多元的结余。

“现在党的政策好，我吃穿不愁，还搬进了新房子，日子越过越有盼头。”说起生活的变化，老人喜上眉梢。

“老辈子，我们村的发展未来会更好。”接过老人的话头，左宏兵打开了话匣子。他告诉大家，回龙村是奉节乡村旅游的核心区域，他们正在对周边环境提档升级，相信以后回龙村会更美更宜居。

烤火炉里的柴火熊熊燃烧，室内越发暖和起来，大家围坐在火炉边，唠

起了家常。

干部们详细询问了唐爷爷的身体状况和生活情况，叮嘱他要注意防寒保暖和个人防护，并祝他新春快乐。

据了解，入冬以来，奉节县兴隆镇加大了对孤寡老人、困难群众、留守儿童等特殊人群的走访力度，持续开展送温暖、送物资、送关爱活动，让爱与关怀在寒冬中传递。截至目前，全镇已累计走访特殊人群20余户，共发放棉被、棉衣30件，以及大批米、油等生活物资。

爱心礼包暖童心 图书角里长知识

“甜甜虎”暖冬行动为石柱桥头镇孩子送去新年礼物和新春祝福

本报讯（记者 张莎 实习生 王凯）暖冬行动，温情相伴。1月12日，由市委宣传部、市文明办主办的重庆市“甜甜虎”暖冬行动走进石柱县桥头镇，“甜甜虎”志愿者们为桥头镇的孩子们带去了新年礼物和新春祝福。

当日，主办方还为石柱县桥头镇小学“甜甜虎图书角”进行挂牌，600余册崭新的图书被送入图书角，帮助孩子们学习知识、展望未来、放飞梦想。

该图书角在外观设计、室内包装等方面充分运用了“甜甜虎”卡通形象，营造快乐温馨、舒缓放松的阅读氛围。同时，结合农村未成年人身心发展特征和审美取向，科学配备了心理、生理、美育、科学、文艺、红色教育等书籍，增强对孩子的吸引力。

据了解，桥头镇小学截至目前已收到爱心人士捐赠的图书近3万册。“甜甜虎图书角”将面向桥头镇广大青少年免费开放，帮助更多的农村孩子开拓视野，丰富知识。

依托“甜甜虎图书角”，重庆市未成年人心理健康工作联盟的专家还将开展“甜甜虎爱阅读”“甜甜虎大讲堂”“甜甜虎心理微剧”等各类活动，引导农村未成年人在这里阅读好书、分享感悟、互动交流。今年，重庆市未成年人心理健康工作联盟还将在桥头镇建设“甜甜屋”心理健康工作室，帮助农村孩子培育积极心理，树立阳光心态，提升心理素质，促进健康成长。



孩子们在“甜甜虎”图书角里阅读。

康成长。

“一次暖冬行动，汇集爱心，凝聚力量，传递温暖。希望能够吸引越来越多的爱心企业和志愿者加入到关爱农村孩子、助力乡村振兴的队伍中来，凝聚全社会关心帮助农村孩子的力

量，促进更多的孩子向上向善、茁壮成长。”市委宣传部未成年人工作处处长李悦说。

活动现场，来自周大福珠宝金行（深圳）有限公司、周大福珠宝金行（重庆）有限公司的志愿者们向桥头

镇小学捐赠了价值14.4万元的平板电脑60台，以及价值1万余元的学习包173个；重庆汉海海洋公园&Home 尧泰汉海慈善专项基金捐赠了价值近2.5万元的温暖包173个。

（市委宣传部供图）

大足区党员冬训讲稻虾养殖

“老家有奔头，我们不用跑外头”

新时代新征程新重庆

□本报记者 陈维灯 通讯员 毛双

1月11日，大足区学习贯彻党的二十大精神“大丰大足·共享共富”党员冬训在三驱镇铁桥村稻虾养殖示范基地拉开帷幕，60余名返乡党员、群众及待就业大学生等来到田间了解学习种植养殖技术，空旷的田野顿时热闹起来。

“听说现在发展‘稻+’产业补助很大哟。”“这个季节还能出虾，价格绝对上得去！”刚刚下车，看着清澈的水田，大家就七嘴八舌地议论起来。

“这个养殖基地是我们去年建起的，采用稻谷、小龙虾共生模式，半个月就可以出虾，140亩水田半年产值有50多万元。”作为当天的主讲人、西南大学水产养殖专业在读博士袁建明一开口，立马就引起了大家的兴趣。

发展稻虾产业投入大不大、基础设施建设怎么建、怎么才能把小龙虾养好……围绕学员最关心的问题，袁建明带着大家沿着产业便道边走边讲，讲解干货满满，大家听了频频点头。

“快看！这个小龙虾好大！”人群中，学员一声惊呼，其他人迅速看了过去。袁建明麻利地俯下身，从泥洞里掏出两只小龙虾：“大家可以捏捏看，我们养殖的小龙虾冬天肉质都是饱满的，养得好的话，一亩水田年产量可以达到1.5万元。”

话音刚落，就有学员上前捏了捏后，冲其他人点点头。正所谓“眼

见为实”，这下大家的热情彻底被带动起来，纷纷上前要加袁建明的微信，以便随时请教养殖经验和解决技术上的难题。

回到培训座谈会会场，“稻+”产业产业长邹生刚、技术负责人袁建明直奔主题，巧妙地将党的二十大精神与乡村振兴政策利好、养殖技术要点以及学员们的提问等结合起来，进行深入讲解，大白话、接地气的培训让大家听得兴致勃勃，现场气氛热烈。活动当天，该区还围绕大足黑山羊、“桑+”、中药材等产业同步开展培训，参训党员、群众近200人。

据了解，自去年大足区创新实施“大丰大足·共享共富”党建引领乡村振兴行动以来，通过创新组织体系，推动资源要素向产业集结，加强宣传培训，已有600余家经营主体抱团发展，带动1.8万余名基层党员群众增收。

“以前一直想搞点养殖业，但是很犹豫，这个培训真的教了很多有用的东西，都是干货。”参训党员陈从新兴奋地说，“老家有奔头，我们就不用跑外头了。今年哪点也不去了，就在屋头把稻虾养殖基地搞起来。”

大足区委组织部相关负责人介绍说，此次党员冬训，就是要让返乡的党员、群众看到家乡产业发展的新变化，组织动员大家加入到产业发展中来，让他们不必东奔西跑在外奔波，在家门口就能实现创业增收。下一步，针对有意创业的党员、群众，还将安排专人主动对接，提供政策、技术等支持，真正实现产业“扶上马”，创业“送一程”。

西部(重庆)科学城核心区

3个公园今年上半年将竣工开放

本报讯（首席记者 张亦筑）1月13日，重庆高新区举办“发言人来了——我为群众办实事”主题发布活动，聚焦“筑造未来城市 打造幸福生活”，邀请相关部门及企业的发言人来到现场，以“你提问，我回答”形式，就西部(重庆)科学城如何打造美好城市“样板区”，以及市民关心关注的一些问题进行现场解答。

“我是住在科学城的居民，目前科学城在建和规划中的公园有哪些呢？”现场，一位市民起身问道。

“感谢你的提问，也感谢你对我们城市发展的关心！”重庆科学城城市建设集团有限公司总工程师李宏丹说，科学城是一个城在林中、人在景中的美丽城市，绿化本底资源特别好。目前，除了已建成的西城公园、凤鸣湖公园等以外，科学城核心区还有白鹭公园、凤栖湖公园、腾龙湖公园3个在建公园预计今年

上半年竣工验收，并对市民开放。同时，今年开工建设的有科学谷ICV（智能网联汽车）主题公园、位于石板片区的大明湖公园、位于金凤软件园旁边的大成湖公园等，此外永龙湖公园、寨山坪南部山体公园、金凤湖公园、缙云山登山步道等也在规划中。“可以说，未来科学城人居环境更值得期待！”

“我家住在巴福镇，上班地点在西永微电园附近，现在每天开车走科学大道，科学大道什么时候能全部修好？”又一市民踊跃提问。

“这个问题我来回答。”重庆科学城城市建设集团有限公司工程二部部长王祺说，科学大道项目是市级重大项目，目前，核心区段主线已于2022年底全部贯通，下一步将加快两侧辅道及管网建设、沿线景观打造，预计2023年年底将实现全线贯通。

郭成忠同志逝世

本报讯 中共重庆市委当代党员杂志社原副总编辑、离休干部郭成忠同志，因病于2023年1月14日逝世，享年90岁。
郭成忠同志系重庆巴南人，1949年9月参加革命工作，1953年10月加入中国共产党。

何海泉同志逝世

本报讯 重庆市沙坪坝区人民武装部原政治委员何海泉同志，因病于2023年1月15日逝世，享年69岁。
何海泉同志系贵州习水人，1974年12月参加工作，1974年6月加入中国共产党。

建设人与自然和谐共生的现代化

生态环境持续向好助力“两高”发展行稳致远

贯彻落实党的二十大精神，按照生态环境部和市委、市政府工作安排，我市生态环境部门砥砺前行、多措并举，着力以高水平保护推动高质量发展、创造高品质生活，成效显著。

全市生态环境质量稳定性和坚韧性不断增强，逐步实现由量变到质变，山清水秀美丽之地气质更佳，颜值更高。

新的一年，我市将继续鼓足干劲，确保全市生态环境保护工作行稳致远，助力建设新时代新征程新重庆。

四面聚焦 生态向好

截至目前，2022年，我市生态环保领域迎来一系列好消息。

全市空气质量优良天数332天、同比增加6天，长江干流重庆段水质保持为优，梁平区获评西南地区唯一国际

湿地城市，城口县、巫山县分获第六批国家生态文明建设示范区和“绿水青山就是金山银山”实践创新基地命名，碳排放数据质量控制、碳监测评估试点走在全国前列，连续16年末发生重大突发环境事件……

“成绩单”背后，是全市上下共同努力，也得益于生态环境部门的担当作为、攻坚克难。

牢记殷殷嘱托，我市聚焦筑牢长江上游重要生态屏障，做到更大范围抓落实现成效。已成功申报“十四五”国家第二批山水林田湖草沙一体化保护和修复工程项目，成立市生物多样性保护委员会，新命名市级生态文明建设示范县1个、示范乡镇（街道）38个以及市级“绿水青山就是金山银山”实践创新基地8个。同时，深入推动成渝地区双城经济圈生态

共建环境共保，首创跨省域“无废城市”共建先例，川渝联合执法等实践案例形成示范。

聚焦深入打好污染防治攻坚战，做到更深层次抓落实现成效。打表推进污染防治攻坚战299项重点任务落地落实。打好碧水保卫战，城市集中式饮用水水源地水质达标率保持100%；打好蓝天保卫战，实现连续3年评价空气质量6项指标100%达标；打好净土保卫战，重点建设用地安全利用有效保障，受污染耕地安全利用率达到国家要求；打好农业农村污染治理攻坚战，入选全国农村黑臭水体治理试点。

聚焦推动绿色低碳高质量发展，做到更有章法抓落实现成效。推进“双碳”工作开局良好，加快构建“1+2+6+N”政策体系和工作推进体系，率先制定

钢铁等8个重点行业减排降碳工程指南，获批建设绿色金融改革创新试验区，碳排放指标累计成交3999.54万吨，排污权累计交易3.73万次。

聚焦解决群众身边突出生态环境问题，做到更大力度抓落实现成效。持续深化督察整改，交办的5687件群众举报总体办结率为100%，锰污染防治、主城排水系统溢流整治、铁峰山违建拆除等重大事项攻坚成效显著，群众获得感和满意度有效提升。

五方发力 再立新功

2023年，我市生态环境部门将坚持稳中求进工作总基调，强化稳进增效、除险清患、改革求变、惠民有感的工作导向，努力在坚持生态优先绿色发展上探索新路子，着力打造山清水

秀美丽之地、人与自然和谐共生的美丽中国先行区，助力建设新时代新征程新重庆。

具体来说，从以下5个方面发力。围绕推动发展方式绿色转型展现新作为。用好用活生态环境保护法规、政策、标准，充分结合市情，积极推动产业结构、能源结构、交通运输结构等调整优化，坚决遏制“两高一低”项目盲目发展，全力支持符合高质量发展要求的项目落地，更好地服务。

围绕筑牢长江上游重要生态屏障彰显新担当。加强自然保护和生态保护红线监管，协同推进重要生态系统保护和修复重大工程、江心绿岛保护利用和广阳岛片区长江经济带绿色发展示范建设，持续开展生态文明示范建设，完善生物多样性保护体系，防范化解生态环境风险隐患，严守生态

环境安全底线。

围绕持续改善生态环境质量赢得新成效。深入打好污染防治攻坚战，突破碧水、蓝天、净土保卫战以及农业农村污染治理攻坚战的关键环节，在流域综合治理、入河排污口排查整治等方面锻长板，在实现细颗粒物与臭氧治理协同增效上筑底板，在农村环境整治、农业面源污染治理、全市域“无废城市”建设、土壤污染治理等领域搭跳板，稳定实现生态环境质量由量变到质变。

围绕积极稳妥推进“双碳”构建新格局。推动“1+2+6+N”政策落实，突出打造减排降碳协同增效西部地区示范模式，深度参与全国碳市场联建联维，培育提升地方碳市场，加强“碳汇通”建设、土壤污染治理等领域搭跳板，稳定实现生态环境质量由量变到质变。

围绕强化川渝生态共建环境共保干出新业绩。提速推进双城经济圈生态环境保护规划落地见效，深化“无废城市”共建，加强跨区域数据信息互联互通，实施“双碳”联合行动、联动督察执法等，助力建设高品质生活宜居地。
詹米璐 张涵文