

重庆全面推开老年食堂建设

8月底前各区县至少建成1家老年食堂

本报讯（记者 张莎）7月6日，记者从市民政局召开的“渝悦养老·幸福食光”社区老年食堂建设行动推进会上获悉，今年8月底前，我市各区县将结合现有基础，选择条件适合、老人就餐需求强烈的社区，通过改建、扩建等方式，开展老年食堂建设试点，各区县至少建成1家老年食堂，争取做到建好一家食堂、服务一片老人。

今年9—12月，我市将全面推开老年食堂建设，实现老年食堂服务场景多元化、服务流程标准化、服务模式数字化、服务质量优质化，重点补齐农村、远郊地区助餐服务短板，不断扩大助餐服务受益面。

市民政局相关负责人表示，老年食堂应精准合理选址建设，设置在居民聚集区、困难老人集中区、交通便利区，充分依托城乡社区综合服务体、社区养老服务设施等开展共建，鼓励支持利用小区闲置物业、驻地企事业单位食堂等存量资源进行建设。供餐能力一般应在50人/餐以上，就餐面积一般应不少于50平方米，并在食堂内外配置无障碍

设施，方便老人用餐。市民政局鼓励通过政府购买服务、合作共建等方式，引进优质社会餐饮企业建立“中央厨房+冷链配送+社区配送站+流动餐车”的社区老年配餐体系。

据介绍，老年食堂以服务老年人为主，可面向社会开放，按市场价格提供餐饮服务。根据老人年龄阶段、家庭困难状况及活力程度等情况，对就餐送餐服务实行差异化补贴或优惠，并在老人人交付就餐费用时自动扣减。各区县可整合用好街镇村社、养老服务机构、

民非组织、餐饮机构、社工志愿者等各方资源，在满足老人用餐需求同时，打包提供康复护理、文化娱乐、日间照料等服务，让餐桌同时成为“书桌”“茶桌”“棋牌桌”，不断扩大用户规模，提升资源利用效率。

下一步，我市还将大力推动网上预约订餐，集成老人基本信息、老年食堂、就餐送餐等数据信息，试点老年助餐服务信息化支付结算工作。引导老人及代理人通过各类平台App开展订餐、配餐、送餐。

2023武陵文旅大会举行

签约超200亿元

本报讯（记者 韩毅）7月6日，2023武陵文旅大会在黔江盛大开幕。大会期间，主办方举办文艺演出、主题论坛、发展成果展、文旅项目推介、国潮嘉年华等系列活动，并现场签约16个项目，合同金额达202.5亿元。

本届武陵文旅大会的会期为三天（7月5日—7日），由武陵山文旅发展联盟主办，重庆市文化和旅游发展委员会、黔江区政府承办，文化和旅游局、国家民委、多国驻重庆总领事馆、渝鄂湘黔川五省市相关部门领导以及文旅专家、企业家、国际友人等共聚一堂，共谋武陵文旅协同发展。

据介绍，武陵山文旅发展联盟于2021年3月成立。经两年多发展，该联盟理事会成员单位已由22个扩容至41个，逐步覆盖大武陵山区域。

会上，主办方召开了武陵山文旅发展联盟第三次会员大会、第六次理事会等，进一步凝聚共识、强化协作，推动武陵山文旅产业在更大范围、更深层次、更宽领域朝着一体化协同发展方向迈进。

在2023武陵文旅大会“论道巴蜀 谋划武陵”主题论坛上，主办方邀请中国社会科学院文化发展促进中心主任崔建民、中国旅游研究院院长戴斌等文旅专家，以线上线下相结合的方式，围绕文旅融合、文旅经济、文化交流、乡村振兴等做了主题演讲，为武陵山文旅融合高质量发展建言献策。

通过举办《峡谷柔情》大型歌舞诗剧文艺晚会、武陵山文旅融合发展展示暨非物质文化遗产展、国潮嘉年华“与世界，汇武陵”——武陵文旅大发现、百万市民畅游武陵等活动，大会全方位、多层次展示了武陵文旅资源，推介了武陵山片区的壮美山水、民族风情、精品线路、人文景观等。

值得一提的是，此次集中签约了16个项目，合同金额达202.5亿元，包括黔江城市大峡谷二期开发项目、北山原动力生态亲子乐园项目、百里春森（方斗山）农旅融合发展示范项目等。为进一步支持武陵山文旅企业发展壮大，33家银行机构还现场为武陵山区42家文旅企业集中授信、放款97.82亿元。

朝天门大桥公园即将建成投用

7月3日，朝天门大桥南侧公园基本完工，即将建成投用。

朝天门大桥南北两侧桥下空间花园改造工程总面积约2.7万平方米，通过利用原有坡地地势改造，建成了生态游园、健身跑道、羽毛球活动场地、生态草坪等，打造特色桥下游憩空间，提升周边市民生活品质，配建生态停车场，补足周边停车需求。大桥两侧新增垂直电梯，为市民提供便捷的步行体验。

记者 罗斌 摄/视觉重庆



生态优先 绿色发展
重庆市第七届生态文明建设新闻摄影大赛
重庆市生态环境局、重庆市林业局
合川区委宣传部、重庆日报 合办
投稿邮箱: cqrb@vip.163.com

□本报记者 李珩

爱笑的人为何也会患上抑郁症

医学专家称性格开朗并不能对抑郁症“免疫”，应多给患者理解和关心

丧偶或离婚也是发病高危因素。

“抑郁症其实挺普遍的，尤其是这几年，门诊就诊患者数量增加了不少。”周新雨说，在接诊患者中，大多数都有抑郁、焦虑患者。值得注意的是，青少年群体增加明显。

不仅是重医附一院，重庆日报记者从市精神卫生中心、市妇幼保健院等医院了解到，近年来，接诊的抑郁症患者有所增加。“患者中年轻人居多，越来越多的家长开始重视孩子的心理问题。”市精神卫生中心专家表示。

得了抑郁症，“想开点”就可以了吗？并不是。周新雨说，抑郁症患者可以寻求专业的帮助。和大部分疾病一样，抑郁症越早治疗效果越好。最好在刚刚出现抑郁情绪的时候，及时寻求心理干预，从而避免发展成抑郁症。

目前，抑郁症用药的普遍规律是从低剂量开始，逐渐加量，最后达到目标剂量维持，连续用药治疗时间一般要达到两年甚至更长。

“但总体来说，我国因认知不足、病耻感等原因导致抑郁症就诊率偏低。”周新雨表示，如果发现身边的人出现抑郁情绪，应多给他们一些支持、理解和关心，最好是陪同到医院进行诊断和治疗。

相关链接>>>

从5个方面识别抑郁症

- 1、情绪长期低落，注意力无法集中，记忆力衰退，经常失眠、早醒，每天早上却无精打采、昏昏欲睡
- 2、在没有进行重体力劳动的情况下却经常感觉疲倦、乏力，经常出现胸闷、心慌、头痛、背痛等不适感
- 3、经常无缘无故地哭泣，经常感到伤心、悲哀、紧张、恐惧，对自己的
- 4、经常感到力不从心，感到自己事事不如他人，认为自己什么也做不好，作出任何决定时都犹豫不决
- 5、对朋友、家人、恋爱丧失兴趣

人生前景感到一片渺茫，认为自己没有任何价值，认为自己是一个失败者

如何与抑郁症患者相处

多理解	让抑郁症患者获得尊重和正在尝试被理解的感觉很重要，他们的很多痛苦不为人知，也很难一次性表达清楚，因此要不断地尝试多理解他们
多倾听	倾听对抑郁症患者最重要，倾听过后，最好不加评价、不加分析、不加指责
多关心	抑郁症患者通常很脆弱，需要被关心和爱护
多配合	有的患者想单独待会儿，就要在确保安全后给予一些空间和自由，有的患者容易哭泣和发泄，就要给予陪伴，允许他在不伤害自己的限度内发泄 (记者 李珩 整理)

重庆文化艺术职业学院马克思主义学院

“行走的思政课”激活思政大课堂

校地合作开展思政实践课程是推进全员育人、全程育人、全方位育人的重要抓手。重庆文化艺术职业学院马克思主义学院(以下简称“重艺马院”)高度重视思政课程的实践性，把思政小课堂同社会大课堂结合起来，充分彰显“大思政课”的时空聚合力量，全面凸显出社会大课堂的针对性、时效性和感染力、说服力。

校地协同联动 构建全域思政实践基地建设

6月21日，学校在巴南区东温泉镇鱼池村授牌“大思政课”实践教学基地。

长期以来，学校高度重视“大思政课”建设，积极搭建校地合作全链条实践平台，不断加强校馆、校地、院校联系共建，与邱少云烈士纪念馆、杨尚昆故里、重庆红岩联线文化发展管理中心等红色教育基地展开深度合作；与重庆市两江新区、行业名企建立战略合作关系，开门办思



助力乡村振兴，上好“大思政课”

政课，引导学生将时代背景、国家战略、社会需求与学生个人兴趣、专业特色、职业规划紧密结合，构建“课堂实践、校园实践、社会实践”相衔接的贯通式实践教学体系，帮助学生深化学习效果，让思政课“大道理”有效解决学生成长的“小问题”。

重艺马院与璧山区正兴镇大面坡村共建思政课实践教学基地，马

院指导管理的思想政治类学生社团求索学社，几次赴该村开展理论宣讲、实地调研和志愿服务，该社社长毛婧说，“在实践中，我们看到了山乡巨变、山河锦绣的新时代乡村故事，新时代青年有责任、有义务、有担当助力乡村振兴”。

社会实践基地的建立，致力于打破课堂“围墙”的限制，打造既“有

意义”又“有意思”的思政课。

2021年，作为重庆唯一一家受邀参演单位，重庆文化艺术职业学院40名学生参演了大型情景史诗《伟大征程》，排演期间30名学生递交入党申请书。教师武颖负责学生返校后的持续培养，成立“我与伟大征程故事”宣讲团，先后走进大学、社团、乡村、小学、社区、企业，见世面、长才干、壮筋骨，策划制作的反映学生成长的党建微视频《征程，我们的青春故事》被中宣部主管、《党建》杂志主办的《党建》网刊载。

主题教育开展以来，重艺马院领导班子先后赴重庆大学马克思主义学院、金刀峡镇中心小学、姜家镇学校、巴南中学开展学习交流，探索“艺术+思政”大中小学思政课一体化的推进路径。

思政课“走出去” 打造“沉浸式”大思政课

在北碚区金刀峡，峡谷纵横、风光绮丽，前来参观游览的游客络绎

不绝，同时看到一群群学生围绕在老师周围，聆听长江生物种群知识，以及党和政府对长江保护和污染治理的详细了解。这便是重艺马院骨干教师赵玮玉的“田野里的思政课”。

今年3月，重庆文化艺术职业学院与北碚区金刀峡镇人民政府共建乡村振兴学院。重艺马院思政课教师团队带领学生奔赴乡村振兴学院，打卡“金刀峡偏岩古镇”实践教学基地，用“课堂”搬到“田间”，用“实践”武装“思想”，让学生沉浸式体验“田野里的思政课”，引导学生认识乡村振兴的重要意义，把人生抱负落实到脚踏实地的行动中。

“听了赵老师的讲解，我深深的体会到了大自然的魅力，也认识到了生态保护的重要性。我要动员同学、家人一起参与保护生态环境，让我们的天更蓝、山更绿、水更清。”艺术与与设计学院的同学说。

六一儿童节前夕，马院教师胡楠楠率学生团队走进巴南区姜家镇学校开展“思政课走进乡村校园”活

动。舞蹈与戏剧学院学生为小朋友们表演了新编创的话剧片段《一切为了孩子》，胡楠楠老师现场生动还原了小萝卜头的狱友们以集体绝食的方式为其争取读书机器的故事，引领小朋友们重温了英雄先辈们的感人事迹，缅怀革命先烈，接受“红岩精神”的洗礼。

通过精心组织理论宣讲、红色研学、劳动教育、志愿服务等“体验+融入”的实践活动，重艺马院创新了“大思政课”的打开方式，搭建“沉浸式”实践育人平台，把青年团结起来、组织起来、动员起来，用青年声音讲好党的理论，用青年行动助力乡村振兴，增强做中国人的志气、骨气、底气！

何霜 李佳佳 陈锐
图片由重庆文化艺术职业学院马克思主义学院提供

学思践悟新思想 青春建功新时代
——走进马克思主义学院深观高校思政工作