

从“吃饱吃好”到“吃绿色”“吃健康”

——感受“小康菜谱”新变化

从“盘中羞涩”到“天天过年”；从“吃饱吃好”的朴素心愿，到“吃绿色”“吃健康”的升级需求……对于自家餐桌的变化，中国老百姓感受最深。

一蔬一饭，一茶一饮。饮食的变迁，记录了人民生活走向小康的点滴变化，见证着社会发展的足迹。

“小时候粮食短缺，饭桌上常年摆着老三样：土豆、萝卜、大白菜。一到冬天，街头巷尾都是搬运大白菜的人和三轮车。”黑龙江齐齐哈尔市退休工人吴玉珍回忆。

新中国成立以后，我国有组织地开展农田建设，提高抵御自然灾害的能力，农业装备不断迈向机械化、现代化。带着“让所有人远离饥饿”的朴素愿望，袁隆平

等无数农业科技人员躬耕田野、不懈探索，致力于让中国饭碗牢牢端在中国人手中。

眼下，湖北省襄阳市枣阳市吴店镇肖湾村的麦田里，一辆辆收割机发出隆隆的轰鸣声。农民正忙着装运、晾晒刚刚收获的新粮，田间地头一派繁忙景象。当地技术人员信心满满地表示，今年夏粮又获丰收。

随着经济快速发展，我国农业产出持续增加。1949年，我国粮食产量只有2263.6亿斤，无法满足人们温饱需求；2020年全国粮食总产量为13390亿斤，连续6年保持在1.3万亿斤以上，粮食生产实现“十七连丰”。

温饱不再是问题，吴玉珍家的餐桌悄然发生变化：各类蔬菜瓜

果、肉禽蛋奶、进口美食被摆上了桌，下馆子更是成了“家常便饭”。

业内专家表示，中国人这些年的饮食变化，可以概括为：主食越来越不“主”，副食越来越不“副”。中国正在经历食物消费结构升级和消费方式的深刻转变，主食在食物消费支出和营养来源中的占比大幅下降，副食大幅上升；成品、半成品和在外消费快速增加。

近年来，国人的“小康菜谱”又有新变化。随着健康饮食理念越来越深入人心，曾经淡出餐桌的玉米面、高粱面等粗粮食品强势回归，成为不少家庭的“主食担当”。绿色、安全、健康，成为国人饮食新的关键词。

“过去门店的畅销菜是酱爆茄子等重油重盐的荤素合炒，现在消

费者更喜欢绿色蔬菜和菌菇类菜品，我们近期推出了鸡枞菌炒百合等一系列口味清淡、营养健康的新菜品，销售火爆。”上海梅龙镇酒家股份有限公司负责人说。

农业农村部有关负责人表示，经过多年努力，我国农产品供给保障能力显著提升，食品加工业快速发展，城乡居民更注重食品安全、营养、健康，初步形成了以谷物等为主、动物性食品为辅、瓜果蔬菜为补充的中国特色东方膳食结构。

食物“奔赴”餐桌的方式也在改变。电商物流等基础设施日渐完善，菜市场被“搬”上手机和直播间……动动手指一键下单，各地美味“飞奔”而来。

“我们已在全国建立120座

拼购村和71家拼工厂，苏宁家乐福完成了约30个生鲜直采基地建设，通过原产直采、产销一体，更多优质农产品从田间地头直达消费者餐桌。”苏宁相关负责人对记者说。

农业农村部副部长刘焕鑫表示，为了更好地满足人民对美好生活的需要，未来将持续深化农业供给侧结构性改革，着力稳定粮食生产，增加“菜篮子”产品有效供给，调整优化农产品结构，不断提高农产品质量效益和竞争力。

从“吃饱吃好”到“吃绿色”“吃健康”，“小康菜谱”的迭代更新始终与国家发展变化同频共振，反映了广大人民对幸福生活的向往和追求。

(新华社 王雨萧 于文静)

(上接A1版)

陈灵鸽的身影不止出现在“相约木棉树下”市民讲堂中，几年来，她的足迹遍布整个虎门镇：交通雷锋岗上，她在烈日下的十字路口协助交警指挥交通；敬老院里，她紧握老人的双手，顾不上自己腿发麻，坚持蹲在轮椅边倾听老人的心声；禁毒活动中，她亲手给戒毒人员写下一封封充满关爱的信，鼓励他们早日回归社会……每次外出开展活动时，陈灵鸽总会随身携带一个小背包，里面备有日常医疗用品等，需要的时候随时可以派上用场。参与志愿服务的经历让她深刻体会到，在助人乐的过程中可以更好地实现自我价值，“只要我还有力气，身体情况还允许，我就会为社会、为公益事业，继续贡献自己的力量。”她坚定地表示。陈灵鸽先后获评“东莞好人”、广东省“最美志愿者”。

为了进一步整合、运用“好人”的丰富资源，继续发挥“好人”的模范带头作用，2019年，东莞市文明办组建了“东莞好人志愿服务队”，重点筹建了医疗保健、捐助助学、消防宣传、文明交通、文明风尚、城市美容6个类别的分队。在东莞好人志愿服务队，陈灵鸽的队友有400多名，他们默默无闻，在一件件不起眼的小事中推动着社会文明程度的提高；在一场场活动中让受助者感受到贴心的温暖。

精准服务带动群众

“我们都是疍家渔民的后代，我希望自己能为保护和传承疍家文化出一份力，这是很有意义的事。”十年前，志愿者谢文玉开始拍摄新湾渔村，她用镜头记录下了新湾渔港、渔民和渔业的变迁。几年前，她开始参与筹建疍家文化馆、古物收集、疍家文化节策划等工作。“我们的后代应该知道自己从哪里来，明白祖祖辈辈的艰辛，更应该传承疍家人坚韧不拔、勇敢面对生活的精神。”5月20日，在新湾疍家文化馆，看着陈列的渔民生活生产工具，谢文玉告诉记者。

近年来，东莞市不断加快“志愿之城”建设，充分依托新时代文明实践中心(所、站)策划举办丰富多彩的群众性文化活动和各类志愿服务活动。截至目前，全市注册志愿者达123万余人，志愿服务组织和团体达8600余个。

在虎门镇，新湾社区成立了一支30人以上的疍家文化保育志愿者队伍，定期开展技能培训，并结合社工开展活动，共同抢救、守护本土疍家文化。

在石碣镇，垃圾分类志愿服务队成立仪式上，40多名志愿者庄严宣誓以实际行动践行志愿精神。他们走进社区、企业，引导大伙儿正确进行垃圾分类，营造人人参与垃圾分类的浓厚氛围。

在东坑镇，东坑篮球馆临时接种点设立了“党员志愿者服务岗”，每天约有80名党员志愿者身披“红马甲”在现场为群众答疑解惑、检查粤康码、测量体温等，方便群众有序接种新冠病毒疫苗。

在高埗镇，2021年“河湖治理大家谈”暨“走读红色路线，迎接建党百年”“河莞家”护河志愿服务徒步活动通过探讨分享、摊位宣传、现场招募的形式，倡导大家积极参与水环境治理保护，共同守护碧水高埗。

5月底，“兜底民生服务社会工作双百工程”纳入了2021年东莞市政府十件民生实事。作为全市重点民生服务项目，东莞计划在年底之前建成园区、镇(街道)社会工作服务站33个，配备专业社工不少于662名，实现困难群众和特殊群体社会工作服务100%覆盖。

推进新时代文明实践工作，志愿服务是关键一环。如今，各类志愿服务在东莞持续广泛开展，志愿者们的一次次暖心服务，已成为城市的一道美丽风景线，也让群众对“最后一公里”的幸福触手可及。

燕山深处有个『国学村』

遇见诗意和烟火!

青山掩映，绿树环绕。初夏的马家沟一派安逸祥和的田园景象。地处燕山深处的河北省唐山市迁西县马家沟村，是一个仅有100多户人家的小山村。笔者刚到马家沟，一股书香气便扑面而来。村口的中式牌楼上写着“马家沟国学村”几个大字，两侧则题有“至要莫如教子，至乐无如读书”的对联。

走进村子，整洁的街道，白墙黛瓦的建筑。街道两侧的墙上，连片灰色浮雕绘制成的国学典故和诗词名句，与村庄古香古色的建筑风格浑然一体。

“弟子规，圣人训，首孝悌，次谨信……”离村里的国学堂还有段距离，就听到里面传出阵阵读书声。马家沟村党支部书记马殿怀说：“国学堂每周六定时开讲，有祖孙结伴来听课的，也有婆婆领着儿媳来的。当然还有不少外地游客，这些人到村里除了游玩采摘，就是旁听一次国学课。”

来自北京的游客孟晶晶对马家沟赞叹不已：“走在村里，就像走在‘世外桃源’一样，从内到外都能感受到祥和宁静。我的感受是下次还想来，特别有传统文化的那种底蕴，让人耳目一新。”

但在上世纪七八十年代，马家沟还是一个贫困落后村，耕地严重不足，全村人吃水仅靠一口不到2米深的井。村里的年轻人更因娶不上媳妇，多数人跑到外面打工。

近年来，为突破资源匮乏，人均耕地少的现状，在迁西县文旅部门对口帮扶下，马家沟村依托优良的生态基础和深厚的国学文化底蕴，确定了“弘扬传统文化，推广国学教育”的发展思路，探索出了一条“文化兴村、旅游富民”之路。

打造“国学文化一条街”，建成国学堂；向村民免费发放便于携带的国学读本，家家张贴《弟子规》等挂图；将每周六定为全村“国学学习日”，聘请专业老师给村民上课……现如今，无处不在的国学符号，已经成为这座小山村与大山以外世界对话的独特“方言”。

在“国学村”品牌推动下，马家沟乡村旅游快速发展，许多在外打工的年轻人看到了致富的希望，纷纷回乡创业。

村民姚兰兰和丈夫马海宁曾在外打工多年，家乡“国学村”的名号叫响后，他们发现来到村里游玩的外地人越来越多，敏锐地嗅到商机。2016年，夫妻俩拆掉老宅盖起了新房，开起了农家院，取名“宁兰轩”。

“日子过得越来越好，游客也越来越多。我们的土特产也卖得特别好，根本不用出去吆喝。”提起红火的小日子，姚兰兰笑得合不拢嘴。

春赏花、夏纳凉、秋采果、冬观雪，现在的马家沟已成为远近闻名的旅游观光村。今年前4个月，马家沟村接待游客6万人次，旅游收入近30万元。“我们将继续深挖传统国学文化精髓，不断丰富国学内容，将特色民宿作为主导产业，支撑乡村旅游发展，让村民收入持续增长，生活更加幸福。”马殿怀说。(新华社 高博)



为拓宽群众的就业创业渠道，6月6日，江苏无锡美容美发职业技能考核在无锡阳光职业培训学校举行，104位学员经过120课时的理论和实操培训学习，通过考核后即可走上就业岗位。图为考核现场。盛国平摄



我国科学家重建长江源区古气候变化记录

新华社北京6月9日电(记者董瑞丰)利用青藏高原中部唐古拉山区赤布张错湖泊岩芯沉积物的多指标数据，中国科学院青藏高原研究所湖泊与环境变化团队研究员朱立平等重建了长江源区过去近13000年古气候变化记录。结果表明，该区域经历了从冷干到暖湿再到凉干的过程，目前呈现暖湿化趋势。

该研究有助于评估长江源区水资源变化的未来发展趋势，为三江源区生态环境评估及相关研究提供科学参考。

朱立平介绍，以青藏高原为主体的第三极是目前全球变暖最强烈的地区，也是未来受全球气候变化影响最敏感的地区之一。长江源区处

于现代南亚季风北缘，是受西风与季风协同影响的过渡地带和内外流区的分界地带，也是第二次青藏科考江源湖的核心区。此前该区域尚缺乏覆盖万年以上的连续环境变化记录。

科研人员对取自赤布张错的湖泊岩芯进行粒度与元素等多指标分析，结果显示，

长江源区晚冰期末期以来的气候变化分为四个阶段：距今12700年至10600年的晚冰期相对寒冷；距今10600年至6600年的早全新世比较暖湿；距今6600年至1900年的中晚全新世凉爽偏冷和干燥；最近2000年，气候出现变暖变湿的趋势，又以最近500年尤为显著。

路通天地宽

——交通运输行业助力乡村产业发展见闻

天色擦亮，贺兰山下的菇棚内，伏志华早已忙活开来。

“双孢菇采摘和运输都得抢时间，色泽好、香味浓、品相好，才能卖上好价钱。”说话间，伏志华钳住菇柄根部，轻轻一旋，一株菌菇便被熟练地拧下来。

宁夏闽宁镇是电视剧《山海情》故事发生地，园艺村村民伏志华是闽宁镇的第一批移民，搬出十年九旱的西海固后，和乡亲们在那时的闽宁村平整地、整地、修渠，建起温棚，在福建专家手把手指导下，种植双孢菇。

“刚种出来，价格好，有阵子菇比肉还贵。后面产量上来，销路不好，几角钱一斤都没人要。”伏志华回忆，当时村里只有几条砂石路，加上没有冷链物流，双孢菇运不远，只能在银川市内销售。

千古百业兴，先行在交通。

近年来，交通运输行业通过“交通+特色产业”等创新模式推动乡村产业发展，公路围绕产业建。大力推进“四好农村路”建设，以县城为中心、乡镇为节点、建制村为网点的交通网络初步形成，截至去年底，农村公路里程达438万公里。

如今的闽宁镇，G1816乌玛高速公路穿镇而过，产业路修到菇棚前，一座座现代化生产基地拔地而起。2018年，以双孢菇种植基地为依托的宁夏合发生态农业科技发展有限公司成立，通过智能化控温栽培等技术，可实现全年不间断出菇。

公司总经理何龙表示，目前基地双孢菇平均日产量3.2吨，销往宁夏、内蒙古、甘肃、山东、河南、四川等省份，年销售收入1300余万元，并且吸纳当地不少移民群众就业，伏志华就是其中之一。

当伏志华忙于采菇时，邻村马文祥家中，“叮咚、叮咚”订单提示音不时响起。

“以前只有城里才有快递点，现在每天都有快递车到村里来。”眼瞧村里物流越来越方便，马文祥抓准商机，开网店、卖特产，一年下来能挣七八万元。

马文祥网店的发展得益于不断织密的农村物流网。近些年，交通运输行业着力发展农村物流网，积极搭建农产品进城桥梁，畅通农村物流“最后一公里”。截至去年底，全国建制村已经全部实现了直接通邮，乡镇快递网点的覆盖率已经达到98%。据悉，到2025年，在具备条件的地区，我国将基本实现县、乡、镇三级物流体系，实现县、乡、镇有商贸中心、村村通快递。

闽宁镇副镇长李辉钦介绍，依托便利的区位优势，闽宁镇已形成葡萄酒、菌草、黄牛、劳

务经济等特色产业。移民人均均可支配收入由搬迁之初的约500元跃升到去年的14961元。

乡村要振兴，交通要先行。在四川大凉山地区，游客们乘坐“慢火车”来到沿途村落，赶大集、品农家饭、买土特产；在新疆地区，特色瓜果、牛羊肉等农副产品正搭乘飞机，行销全国；在湘桂黔地区，厦蓉高速、包茂高速连接起沿线少数民族地区，多地抱团开拓旅游市场……新征程上，交通运输行业正赓续奋斗。

交通运输部有关负责人表示，接下来将继续牢牢把握交通“先行官”定位，一体推进全国交通运输服务支撑乡村振兴战略。提升农村地区外通内联水平，推进交通与乡村产业融合发展，加强资源路、旅游路、产业路和旅游航道建设，为加快农业农村现代化提供有力支撑。(新华社 周圆 刘海许晋豫)