

黄瓜山树莓甜了

渝西都市报记者 凌泽英 文/图

“你看,是不是我本人长得并不漂亮,但名字很漂亮,就像我不怎么样,但种植的树莓却很美味一样。”说这话的,正是永川区南大街街道黄瓜山村的中华树莓园主人王纯卉。5月18日上午,憨厚朴实的她戴着白色遮阳帽,指挥工人在园子里忙活。

一边是成熟的树莓,有游客体验采摘,快乐品尝酸酸甜甜味道;一边是长势良好的苗子,有工人在打洞定桩,准备系铁丝拉网防鸟啄。

王纯卉是璧山人,曾从事园林绿化工程30年。王纯卉说,因永川学习氛围浓郁,自小女儿读书就迁来永川,孩子现已考入四川农业大学。

2023年,王纯卉送孩子去上学。路上,她看见有人提着小筐,里面装着鲜红果子,十分诱人,便询问采果地。当她了解到树莓的功能,以及酸酸甜甜口感后,决定种植树莓。

黄瓜山系现代农业示范园,又是乡村旅游热土,她到山上寻找地块。在南大街街道、黄瓜山村干部的大力支持下,她流转了黄瓜山的30亩地。

“当时这里很荒,到处是茅草。”王纯卉和丈夫起早贪黑,请师傅用大挖机将地整理出来。

她又到云南购买了组培苗,从5厘米苗子种下地,经过精心管护,现在高的苗子长到近两米,已有5亩地挂果,绿的、红的、紫的,挂在绿叶间,在初夏的季节里,让人垂涎欲滴。而白色的小花引来蜜蜂嗡嗡,还有一部分小苗子正在拔长生长,为避免鸟啄,她正组织工人用电钻钻洞,用钢管作桩,然后每畦两头牵铁丝,空中再覆盖白色的防鸟白色网,保证果子原生态美味。其余苗子今年内也将全部挂果。



黄瓜山村中华树莓园



树莓熟了

“有的树莓有刺,这个进口品种叫福瑞达,无刺。”王纯卉说,种植苗距1.2×1.8米,采取覆盖地膜除草防虫,它可以轮换开花、轮换挂果,每株苗一年两次花、两次果,中间约间隔1个月。本季开花挂果后,八九月还有一拨开花挂果。

“我们种出的树莓一是供游客体验采摘,二是采摘树莓入冻库,再批量发往青岛,再出口韩国做果汁。”王纯卉的发展思路很清晰,该种树莓亩产量1500-3000公斤,目前产量未上规模,更适合体验采摘。

据悉,树莓和覆盆子属于蔷薇科悬钩子属同一植物大类。中药领域的覆盆子特指华东长叶覆盆子未成熟干燥果实,而通常的树莓则包含多个品种的成熟浆果。树莓富含花青素、维生素C、膳食纤维等成分,能有效清除自由基、调节血糖、保护视力,并维持肠道健康。有研究表明,长期食用富含抗氧化物质的食物,可以降低慢性炎症及心血管疾病风险。

据了解,5月20日是第36个中国学生营养日,主题为“吃动平衡,身心健康”。



签约有感 健康可及

5月19日,永川区永荣镇联合镇卫生院在永兴社区开展第15个世界家庭医生日“签约有感,健康可及”主题活动。

该镇人大代表协助医务人员向群众宣传签约服务内容,并针对群众提出的疑问逐一进行解答。同时,医务人员现场免费为群众测量血压、测血糖,一对一制定个性化的健康管理方案,从饮食、运动、用药等方面给予专业指导。

图为医务人员给群众义诊。

渝西都市报记者 陈仕川 摄

吃动平衡 身心健康

红炉小学开展中国学生营养日主题教育活动

本报讯(渝西都市报记者 陈仕川 文/图)在“中国学生营养日”来临之际,5月19日,永川区红炉小学党支部开展“吃动平衡,身心健康”中国学生营养日主题教育活动。

党员教师向学生们讲解南瓜、茄子等蔬菜的营养价值和合理搭配,帮助他们认识食物的种类,了解食物中的营养成分。同时,红炉小学党支部还通过“合

理膳食,健康成长”主题班会,普及营养健康知识;通过劳动教育,组织学生参与校园菜园种植,了解蔬菜生长过程,培养珍惜食物的意识;通过厨艺课堂,教会学生制作营养餐食;通过家长学堂,向家长传递学生营养健康知识,避免家庭饮食误区。

据了解,5月20日是第36个中国学生营养日,主题为“吃动平衡,身心健康”。



图为党员教师向学生们讲解蔬菜的营养价值。