

市卫生健康委打造药膳食堂,从机关试点到全民推广——让宝庆药膳走进千家万户

邵阳日报讯(记者 阳恬甜)8月6日,记者走进市卫生健康委员会全新打造的健康营养药膳食堂,直观感受“药食同源、顺时养生”的全新就餐体验。这里一改传统食堂单一的供餐模式,将邵阳深厚的中医药文化底蕴与现代健康膳食理念深度融合,打造集健康就餐、文化科普、养生实践于一体的中医药食养示范阵地。

作为国家级中医药传承创新发展示范市州、湖南省国家中医药综合改革示范区先导区,邵阳坐拥玉竹、龙牙百合、湘黄精、山银花等丰富的道地药材资源。依托得天独厚的中医药优势,市卫生健康委以机关食堂为先行试点、示范样板,坚持干部先行、机关示范、全民推广,让中医药养生从专业诊室走进一日三餐,让健康理念可感、可学、可行。

市卫生健康委机关食堂内部精心打造中医药文化展示区,集中陈列本土道地药材,图文并茂地普及药材功效、食用禁忌、配伍知识。墙面同步宣传“三减三健”科学膳食知识,把低盐、低脂、低糖的健康饮食准则融入日常,让干部职工在就餐间隙潜移默化地学习健康知识、养成良好饮食习惯。食堂内还设置了健康自测角,配备健康体检一体机,干部职工可自测血压、血脂、身高、体重、体脂率,随时掌握身体状况。

在菜品打造上,该食堂联合市中医医院治未病中心专家团队,遵循二十四节气、四季顺时食养原则,结合本地人群体质特点,量身研发时令药膳套餐、养生汤品和特色养生茶饮。每一道菜品均标注食材配方与养生功效,摒弃重油、重盐、重糖的烹饪方式,兼

顾美味口感与养生价值,让干部职工实现“吃得营养、吃得健康、吃得明白”。

此前,我市卫生健康系统曾成功举办中医药膳创新大赛,广大医务工作者立足专业、大胆创新,挖掘本土药膳特色,研发出多款贴合大众口味、适配四季养生的优质菜品,丰富了宝庆药膳体系。

以一餐一味传养生之道,以一厅一隅扬中医之美。市卫生健康委党组成员、副主任唐海源介绍,该药膳食堂是全市中医药食养推广的首个样板阵地。下一步,邵阳将以此为标杆,大力推动宝庆药膳进机关、进校园、进社区、进家庭,持续深挖本土中医药文化资源,普及科学顺时食养理念,让传统中医药文化融入百姓日常生活,引导全市群众主动践行健康生活方式,以全民食养助力健康邵阳高质量发展。



近年来,新邵县依托丰富的南竹资源,坚持提质、扩产、延链,借力经开区产业园区,引进优势企业深耕特色竹业。图为8月6日,入驻雀塘镇循环经济片区仅半年的中铁十八局竹基产业公司邵阳分公司员工在加工竹条。

何雯 摄

听,风从乡野来

(上接1版)

2024、2025 连续两届省赛,队伍分别拿下第4名和第5名。外界看来已是不俗成绩,周新建心中,仍期盼队伍更进一步。

2026省赛,山鹰女足小组赛3战全胜。7月20日半决赛遭遇暴雨,球队2:3落后,比赛临时中断。

更衣室里,女孩们挤在一起,浑身湿透。曾映萱还发着烧,蹲在角落发抖,却咬着牙跟何嘉堃说:“我想踢。”

次日复赛,她们重回赛场。姜思彤在混战中一脚大力远射,球压着横梁下沿砸进网窝。压哨绝平。点球大战,门将姜欢怡扑出两个,赢了。

暴雨把人淋透,也把山鹰女足送进了决赛。

逐 风

7月21日,决赛再遇长沙队。对手是城市成熟强队,完整梯队,高频赛事积累了丰富的经验。一边是资源充分浇灌出来的队伍,一边是从乡镇拼接草皮上走出来的少年。

看台上周新建早早落座,他旁边坐了几个长沙队的家长,聊着“暑假去广州拉练”“每周五练一赛”。周新建没接话,把手里的矿泉水瓶盖拧开又拧紧。

赛前热身,彭垚淇一脚长传飞出边线。跑去捡球时,她把鞋带系了七遍。何嘉堃在场边呼喊“放松”,她点头,脚下轻踩皮球,调整心态。队友陈若琳跑过,轻轻拍一拍她的后背,二人无言。

陈若琳曾险些告别球场。两年母亲说:“成绩掉了,球就别踢了。”她点了点头。照常训练,晚上多熬1小时。期末往前跑了3名,母亲没再提停训。后来她渐渐成了最关注女儿比赛的人。赛程记在挂历上,手机里存着训练

重点,有些东西陈若琳自己都没记住,她妈倒是记清了。省赛出征那日,陈若琳跨出家门,身后传来一句:“好好踢。”她蹲下来重新系鞋带,系得很慢,没有抬头。

决赛上半场,姜欢怡接连完成关键扑救,膝盖挡出射门,又将横梁反弹的皮球化解。下半场对手取得进球。山鹰女足全线压上,角球、远射、轮番突破,都被对方阻拦。最后一脚远射,距离立柱不足半米,遗憾偏出。整场奋力追赶,终究差一粒进球。

终场哨响。亚军。

回程大巴上,姜思彤抱着沾着草泥的球鞋在后座睡熟了。陈若琳额头贴着车窗,窗外的路灯一盏一盏往后跑,她摸了一下大腿上的伤,有点疼,嘴角却微微扬起。这支来自乡镇的女足,创造了邵阳市小学生校园足球女队的历史最好成绩。

亚军之外,更珍贵的是打开了成长通道。2024年省赛后,长沙多所名校和足球俱乐部向山鹰女足队员伸出“橄榄枝”。有队员被武冈二中录取,有队员被长沙名校的教练看中,从镇上的拼接草皮一步跨进了省城的标准球场。

这种变化背后,是一份正在改变乡村球员命运的政策。2025年,湖南省教育厅印发《中小学校“三大球”运动队贯通培养实施方案》,首次明确建立“小学—初中—高中”足球人才系统培养机制,在赛事选拔、升学通道、跨区域流动等方面给出制度安排。政策落地之后,像山鹰这样的乡村球队,正在成为受益者。

对她们来说,踢球从来不只是输赢。每一脚传球,每一次扑救,都在积攒属于乡村女孩的机会:被看见、被认可、走向更广阔的世界。周新建所要做到的,就是把这条路铺得更宽。

驭 风

暑期的校园很安静,但每天下午3时,那片翻新后的球场又会热闹起来。球鞋摩擦草皮的声音,足球撞在轮胎上的闷响,互相喊“传过来”的尖啸门,有时候还有笑声。

拿到亚军回来的第二天,何嘉堃问要不要不要休息一周,队员们摇头。姜思彤依旧准时搭乘公交,曾映萱烧已经退去,奔跑时仍会喘息,却依旧不肯停下。没有人追问为何还要坚持,这早已成为一种习惯。

她们在平整的草皮上追着球跑。草皮厚实了,接缝黏合了,跑起来不再硌脚。但她们还是习惯摔倒了就拍拍膝盖站起来。风穿过,把汗吹干,把笑声吹散。踢完最后一个球,一群人坐在台阶上喝水,脚并排伸出去,沾着灰的球鞋在夕阳里晃。

那阵风从2019年春天开始刮。

掀起风的人是周新建,是何嘉堃,是那位踩着脚说“能踢了”的老教师,是全校640个学生里每一个看过她们踢球的人。风穿过拼接草皮的每一道裂缝,穿过翻新后的每一寸平整地面,穿过第5名、第4名,穿过暴雨中的10分钟,穿过没有公交车的暮色,把她们一路吹到了亚军领奖台上。

但逐风,不等于等风来。

何嘉堃握着球,站在场边看着她们。这些年他曾有过工作调动的机会,但他没走。别人问起,他总说再看看。有人劝他为自己想想,他反问了一句:“走了,她们怎么办?”在外人眼里这是一份工作,在他心里,这些是他带大的孩子。

训练休息间隙,不知谁带来一个西瓜,孩子们蹲在场边分着吃。红色的瓜瓤在夕阳里亮晶晶的,她们笑着,汁水顺着下巴滴

下来。那一刻没有人说足球,但足球就在那里,在她们并排蹲着的姿势里,在递瓜时沾着泥的手指间,在此起彼伏的笑声之中。

山鹰女足拿到的亚军,名次之外,是乡村体教融合的一个真实故事,照见城乡校园足球之间真实存在的差距,也照见乡土少年不被起点困住的可能性。

亚军不是故事的结尾。

长风不息。明年、后年,向着更远的天空,一批又一批女孩将从这片球场出发,继续奔跑。

对于山鹰来说,追逐风,从来不是选择,是本能。

记者手记

采访中,周新建说得最多的不是成绩,而是感谢。

他列了一份清单:各方英才赞助的球衣球鞋,区青少年活动中心支援的教练,各级部门帮忙翻新的球场。每一项他都记得清楚,哪一年、多少钱、谁批的,张口就来。

“说实话,邵阳不算富,财政不宽裕。”他说,“但我每次去,门都敲得开,多多少少都能解决一些。这份情谊,比支持本身更让我感念。”

与盖楼修路不同,教育是慢功夫。在乡村,一支球队能安安心心踢4年球,本身就是一个不大不小的奇迹。这几年,邵阳教育支出占财政比重在涨,城乡学校建设标准也在拉近。一个又一个像高崇山中心完小这样的学校被看见、被托举。

那张清单,每一行都是一个“门敲开了”的故事。

欠发达地区办教育,资源虽有短板,决心从未缺席。“草台”唱大戏,靠的是上下同心、久久为功。山鹰女足的故事还在继续,而邵阳教育的春光,也不只属于这一片球场。

风从乡野来,正在吹向更远的地方。

工地违规实施热切割作业 火花一溅,两人进了拘留所

邵阳日报讯(记者 刘波 通讯员 赵敏捷)动火作业属于高危特种作业,一旦心存侥幸违规操作,极易酿成火灾事故,当事人将承担相应法律责任。近日,双清区一处在建工地就发生这样一起案例,两名违规实施热切割作业的人员被依法处以行政拘留10日的处罚。

7月31日12时31分,双清区某在建工地突发火情。市消防救援局迅速调集3辆水罐消防车、14名消防救援人员赶赴现场扑救。此次火灾过火面积约20平方米,事故未造成人员伤亡,属于一般火灾。经调查核实,该工地将施工围挡拆除工作交由废品回收人员王某中处置。作业期间,王某中与何某军违规使用热切割方式拆除围挡,受阵风影响,飞溅的火花引燃作业区域旁堆放的市政地下涵管,火势蔓延还造成一旁停

放的车辆受损。

消防部门完成现场勘查、取证问询后,于8月3日出具火灾事故认定书,并将该案移交市公安局双清分局办理。8月5日,依据《中华人民共和国消防法》相关规定,市公安局双清分局对王某中、何某军分别作出行政拘留10日的处罚决定。

市消防救援部门提醒,电焊、气割、热切割等均属于高危动火作业,必须由持证专业人员实施,施工单位不得将高危作业转包、交由无资质人员操作。施工现场动火前须办理动火审批,清理作业范围内泡沫、塑胶管材等易燃可燃物;无法移走的可燃物,要铺设防火毯做好隔离防护。大风、阵风天气严禁开展露天动火作业,作业全程须安排专人监护,配齐灭火器材。动火完工后还须留守观察30分钟,彻底消除余火复燃风险。

坚守好防风险保安全的底线

烈日下的“及时雨”

邵阳日报讯(记者 刘波 通讯员 唐倩)8月6日正午,市区热浪滚滚。11时59分,在新华南路与立新路交会处,一场交通事故猝然发生。

现场可见,一辆小轿车与电动车发生碰撞,电动车驾驶人施女士应声倒地,四肢多处擦伤,嘴角流血,躺在滚烫的路面上动弹不得。突如其来的意外让她惊魂未定,想要联系家人求助,却发现手机已欠费停机,一时间陷入无助窘境。

正在一旁中国石油新华加油站值守的站经理何娟娟闻声而动。目睹事故瞬间,她快速放下手头工作,第一时间冲到路口施救。考虑到正午烈日暴晒、地面温度极高,伤者长时间暴露在太阳下极易引发中暑、造成二次伤害,何娟娟小心翼翼

地将施女士搀扶至加油站阴凉处落座。

随后,何娟娟贴心递上矿泉水为伤者降温补水,并迅速取来站内常备急救箱,熟练用碘伏、纱布为伤者清理、包扎伤口,并轻声安抚,缓解其紧张恐惧之情。她还主动借出手机帮施女士联系家属,并提醒肇事司机及时报警、保护现场,有条不紊地做好各项应急处置。

不久,交警与伤者家属陆续抵达现场。看到亲人伤情得到妥善处理、全程有人贴心看护,施女士的家属连连向何娟娟致谢,为中石化员工危急时刻挺身而出的善意暖心举动点赞。

小小加油站,满满正能量。据了解,日常值守中,新华加油站常备应急药品、便民物资,随时可为过往群众提供应急帮扶。

差点挨罚的卤味店,送来一面锦旗

邵阳日报讯(记者 曾杰 通讯员 张波 岳阳洋)“执法暖心,服务贴心!”7月24日,北塔区一卤味餐饮店经营者专程到市市场监管综合行政执法支队北塔大队送上锦旗,对该大队推行包容审慎、教育为主的柔性执法举措表示诚挚感谢。

今年4月,市市场监管综合行政执法支队北塔大队开展网络餐饮市场专项监督检查,在排查中发现,该店铺在售的“满汉风味小串”鸭肉制品,商品标签标注为“牛肉小串”,存在虚假商业宣传的嫌疑。

执法人员通过全面核查、细致取证,厘清了问题原委。经查,此次标签标注失误并非商户主观故意,系供货商私自更换货品品类,未及时告知商户,而商户收货时疏忽核验原料信息,最终导致标识错误。经核实,该涉案商品货值40元,线上月销量为零,未产生实际交易,也未对消费者造成误导或危害。

同时,该商户属于首次发

生此类轻微违法行为,在执法检查当日便第一时间完成线上商品更名下架、线下标签整改更正,全程积极主动配合执法检查,如实提供进货票据、产品质量报告等完整溯源材料,整改态度积极、纠错举措到位。

秉持处罚与教育相结合、包容审慎监管的执法理念,执法人员严格对照《中华人民共和国行政处罚法》中“首违不罚”相关规定,综合考量违法情节轻微、无危害后果、主动整改纠错等情形,依法对该商户作出不予行政处罚的决定。执法人员同步开展普法教育,督促商户完善进货查验流程。

“这次柔性执法不仅帮我们纠正了经营问题,还详细普及了法律知识,给了小微企业容错纠错的空间,切实减轻了我们经营负担。”商户负责人由衷说道。

一面锦旗,承载着市场主体的认可与信赖,更是辖区市场监管部门温情执法、为民服务的生动缩影。