

相约客家田园 邂逅法式风情

洛带镇宝胜村举办第四届乡村旅游暨葡萄采摘节

“葡萄熟了！今天可以免费品尝好多个品种……”8月16日，龙泉驿区洛带镇宝胜村第四届乡村旅游暨葡萄采摘节在国家级绿色村庄——宝胜村葡萄基地开幕，近百家友好单位和3000多名游客共同参与了开幕式。



活动分为葡萄观赏采摘区、野外露营区、沙滩戏水区、客家美食区等。现场，以游戏互动、露天烧烤、中法文艺演出等系列乡村旅游活动为主，包括品冰爽葡萄、吃田园火锅、喝生鲜扎啤、看民俗表演、嗨户外戏水、乘法棍列车、购法式商品、看法国电影、享法式风情、赏网红打卡、游生态绿道、住特色民宿等项目，满足不同群体需求，活动将持续到9月1日。

中法文化交融 感受别样风情

随着慷慨激昂的音乐声，一条巨龙腾空而起，一连串的腾跃、翻滚、盘回、穿插等动作展示了“客家龙”的精气神韵，游客们欢呼雀跃，沉浸在观赏舞龙表演的魅力中。紧接着，帅气的法国电声乐队闪亮登场，一首首脍



开幕式上的文娱表演。

炙人口的法国歌曲将大家带进了浪漫的法国乡村，而舞者们也没有闲着，他们跟随着动感的音乐节拍舞动，现场氛围浓厚，游客们在法国音乐中快乐地起舞。

除了欣赏中西结合的表演外，游客们还可以乘法棍列车、购法式商品、看法国电影、享法式风情等。葡萄田间，象征法国文化的埃菲尔铁塔被点亮，吸引了不少游客前来拍照打卡。体现宝胜精神的宝胜祥龙则腾空而起，格外精神。游客们争先恐后地拍视频和照片，与亲友共享喜悦。

找寻乡愁记忆 尽享田园时光

“青笠笠，绿蓑衣，斜风细雨不须归。”习惯了城市快节奏的生活，人们都很向往唐代诗人张志和笔下渔夫悠闲自在的乡村生活。

在洛带镇宝胜村葡萄基地，将满足你想要的生活。沙滩戏水区，一对父子正在池塘里快乐地捕鱼。刚一过去，父子俩扑了个空，泥巴溅在脸上，父子俩都笑了，岸上忙着拍视频的母亲笑得合不拢嘴。体验捕鱼后，不少游客陆续到葡萄观赏采摘区采摘认养葡萄。“紫乳青藤一架生，星编珠聚透晶莹；枝模锦绣堪帷幔，味比醍醐或玉羹。”串串晶莹剔透的葡萄挂满枝头，散发阵阵果香，刺激着游客的味蕾，让人垂涎欲滴，摘下一颗放进嘴里，真是甜到心里去。

不远处，阵阵火锅香味随风飘来，独具乡村特色的火锅店早已人声鼎沸，麻辣小龙虾搭配生鲜扎啤，好吃嘴儿们高兴惨了。“爸爸，这是我们刚才捉的鱼吗？”小男孩好奇地问。“对呀，这就是我们捉的鱼，吃这样的鱼

火锅，很新鲜呢！”孩子父亲高兴地回答。

放歌生态田园 畅游生态绿道

“池塘边的榕树上，知了在声声地叫着夏天……”不远处传来了游客们高昂嘹亮的歌声，原来，卡拉OK爱好者们早已被节日的氛围感染，自嗨起来。今年，活动单位设置了田园KTV，在田野间草坪上，游客们可以席地高歌，尽情感受田间的自在与美好。

一家人，耍累了，嗨够了，走一走宝胜生态绿道，感受春华秋实的自然魅力，亲身体验社区治理成果。此外，在“葡田拾光”特色民宿中，泡一杯香茗，伴着习习的微风静静地听蛙声，数着天上的星星，感受乡村静谧的夜晚，宝胜村的田园生活令众人向往。

华西社区报记者 沈悦 摄影报道

环保酵素威力大 餐厨垃圾减少啦

近来，垃圾分类越来越成为社会关注的焦点，餐厨垃圾产生量很大，放置时间过长还容易产生异味，一直是垃圾分类中让人头痛的问题。最近，青羊区草堂街道送仙桥社区草堂北路8号院的居民们开动脑筋，在院落里设立了环保酵素制作坊，大力试点推行环保酵素，充分利用果皮、菜叶制作环保酵素，大大减少了餐厨垃圾量。

记者在草堂北路8号院看到，院落党群活动室旁的房子被居民改造成了环保酵素制作坊，里面放着6个大塑料桶，每个桶里都存放着正在发酵的环保酵素，塑料桶上贴着发酵时间。“这些都是我们居民自发做的，发酵好以后，大家一起用。”大院子委会负责人韩津生告诉记者，今年，街道社区大力推行垃圾分类以来，院落居民就想到了环保酵素。

为了让更多的居民了解



环保酵素科普展架。

环保酵素，掌握环保酵素的制作方法，8月8日，社区和院落还共同召开了环保酵素推广现场会。“制作环保酵素其实很容易操作，主要是注意水、糖、鲜垃圾的比例。环保酵素用处广泛，不仅是天然肥料，还能净化下水道，净化空气，用作洗发液、洗衣液等日常清洁用品……”当天，社区邀请的专业环保老师详细介绍了环保酵素制作的方法和用处，并现场演示酵素

制作。

居民刘晓燕是大院里环保酵素的倡导者和带头人，她和家人每天都会将吃剩下的果皮、菜叶等鲜垃圾清洗干净，再放入发酵桶里。“现在已经养成习惯了，家里无论是大人还是娃娃，都有了这样的意识和理念。”刘晓燕说，自从家里开始制作环保酵素后，每天产生的垃圾量减少了很多。“我们一家人都爱吃水果和蔬菜，以前一天

要产生很多鲜垃圾。现在，垃圾桶只用于分类装干垃圾，垃圾桶干净了不少，也没啥异味了。”

在刘晓燕的带动下，8号院里越来越多的居民参与到环保酵素的制作中，大家将制作出的酵素用于种花种树种菜，不仅做到了垃圾减量，还实现了生态循环。“这个模式太好了，我们居民学起来很容易，上手很快，希望大家都能行动起来，让我们的院子变得更加美好。”居民张先生感叹道。

送仙桥社区书记蔡伦表示，社区一直在倡导并推进垃圾分类工作，制作环保酵素操作简单、投入很小，是推进居民垃圾分类一个很好的切入点。在草堂北路8号院试点后，社区将在其他小区院落进行推广，切实做到垃圾减量。

华西社区报记者 董峰 社区供图

➔ 名医面对面

脑卒中 千万别错过“黄金康复期”

今年5月，武侯区的王婆婆在家中突发脑卒中，导致左侧肢体活动障碍，以至于她无法独立行走，给家人带来了很大的照顾和治疗的压力。王婆婆家人经人介绍，把她送到了四川赫尔森康复医院进行治理，医院对她进行康复评定后给与偏瘫肢体综合训练、肌力训练、各关节活动度训练、平衡功能训练、步行训练、站立架训练、超声波、干涉低频等治疗。7月底，王婆婆已经可以进行独立完成从坐到站，并实现了拄拐独立行走，肌体功能恢复良好，顺利出院。

据医院康复治疗部主任王文明介绍，脑卒中又称脑血管意外，也就是老百姓常说的“中风”。最常见症状表现为一侧脸部、手臂或腿部突然感到无力，猝然昏仆、不省人事。在我国每年新发脑卒中患者约200万人，大量患者缺乏对现代化康复治疗的认识，从而错过了“黄金康复期”！其中高达70%-80%的患者因病后残疾严重影响个人生活。脑卒中后及时接受科学专业的康复治疗，通过运动治疗、作业治疗、物理因子治疗、言语治疗、吞咽治疗、心理治疗、针灸推拿等传统康复治疗、高压氧和经颅磁等手段，能够减轻患者功能上的残疾(如感觉、运动、语言、认知和心理等)，加速整体康复进程，在不同程度上帮助患者恢复生活自理能力，更好地回归家庭，回归社会！脑卒中病人的康复强调早期康复和全程康复，希望广大脑卒中患者能建立正确的疾病观。

康复福利：更多脑卒中疾病疑问，可通过本栏目预约权威专家王文明主任(免专家挂号费)，每日仅限10名。

康复咨询热线：028-8580 1000

康复地址：成都市武侯区晋阳路145号(四川赫尔森康复医院)

➔ 资讯

景顺长城打造高“性价比”指基

景顺长城近期发行景顺长城中证沪港深红利成长低波动指数基金，这是一只Smart Beta指数基金，巧妙搭配“红利+低波”双因子，精准覆盖沪港两地优质投资机会。

拟任基金经理人表示，通过连续现金分红稳定的盈利增长，红利因子能够反映一个上市公司稳健经营的整体表现，而低波动因子能够降低整个组合的波动率，实现对回撤的有效保护。这只基金覆盖了沪港深集合下的投资机会，能够捕捉内地和香港市场的双因子溢价。

上投摩根智选30基金年内涨超50%

过去一年，上证指数从2018年8月14日的2780点，回到了2019年8月14日的2802点，指数经历了一个轮回，但市场上表现优异的基金产品还是给投资人交出了主动管理的优异答卷。以上投摩根智选30基金为例，Wind数据显示，截至8月14日，该基金今年以来收益率达到50.28%。上投摩根智选30基金基金经理李德辉表示，在经济结构持续转型的背景下，中国经济增长的韧性已充分展现，A股的长期投资窗口已逐渐出现，长期投资价值显现。

(投资有风险，选择需谨慎。)