



乌兰察布迎来候鸟迁徙高峰



▲候鸟自在栖息

▲候鸟在水中自由游弋

乌兰察布市林业和草原局供图

□本报记者 李梦娜

随着气温稳步回升、春意日渐浓郁,乌兰察布市再度迎来大批北归候鸟。近期,凉城县岱海自然保护区、商都县察汗淖尔湿地、察右前旗黄旗海自然保护区等湿地湖泊,均成为候鸟停歇栖息的乐园,各类珍禽齐聚,勾勒出一幅幅生机勃勃的春日生态画卷。

走进凉城县岱海自然保护区,耳边不时传来清脆悦耳的鸟鸣声,抬头望去,不时有候鸟振翅高飞,尽显春日湿地的生机。浅滩之上,成群候鸟悠然踱步,细长的脖颈轻探水面,动作悠闲自在。据岱海自然保护区服务中心工作人员介绍,目前观测到大鸨、白天鹅、小天鹅、灰鹤、白琵鹭、环颈雉、绿头鸭等20种迁徙候鸟,其中,国家一级保护野生动物大鸨数量达到30余只。

在商都县察汗淖尔湿地,小天鹅、赤麻鸭、红头潜鸭、豆雁等万只候鸟齐聚于此。碧波荡漾的水面上,鸟儿们或是结伴游弋,划出层层涟漪。抬头望去,成群候鸟展翅翱翔,身姿矫健,掠过天际,清脆的鸟鸣声回荡在湿地高空,为春日的草原增添了无限生机与活力。

察右前旗黄旗海自然保护区同样是候鸟云集。经工作人员监测,这里观测

到国家二级保护野生动物大天鹅430余只、小天鹅760余只、斑嘴鸭、针尾鸭、赤颈鸭等十多种鸟类共计13000余只。成群的候鸟或栖息于湖面,或觅食于浅滩,庞大的数量、丰富的种类,让这片湿地尽显生态活力,成为北疆大地上一道靓丽的生态风景线。

记者从乌兰察布市林业和草原局了解到,截至目前,乌兰察布市已累计监测到北归候鸟26种,69807只,涵盖大鸨、白天鹅、疣鼻天鹅、灰鹤、鸿雁等多种国家重点保护野生动物。候鸟种群数量与种类的持续攀升,也生动印证了乌兰察布市生态环境的持续改善。

候鸟的如期云集,离不开乌兰察布市长期以来的生态保护与治理。近年来,乌兰察布市始终坚守生态优先、绿色发展理念,持续加大自然保护区和湿地生态修复力度,全力筑牢生态安全屏障。通过大力实施退耕还湿、生态补水、禁牧护草、河道疏浚等一系列生态治理举措,不断优化湿地生态环境,修复候鸟栖息地,让各大湿地成为候鸟北归途中安心停歇、补充能量的“安全驿站”。同时,各地还建立了多部门联动保护机制,常态化开展地面值守、栖息地排查等工作,严厉打击非法猎捕、惊扰候鸟等违法行为,全力守护候鸟迁徙

安全。

“候鸟的如期而至,是生态环境向好的最好证明,更离不开全社会的共同守护。”乌兰察布市林业和草原局相关负责人表示,迁徙候鸟是大自然的精灵,也是生态环境的“晴雨表”,保护候鸟就是保护生态家园。广大市民应自觉树立爱鸟护鸟意识,文明观鸟、护鸟,不随意进入候鸟栖息地核心区,不追逐、惊扰、投

喂野生候鸟,不猎捕、伤害野生鸟类,不非法交易、食用野生动植物及其制品。若发现受伤、迷途的候鸟,切勿擅自捕捉、饲养,应第一时间联系当地林草部门、公安机关,由专业人员进行救助处理;主动参与候鸟保护宣传行动,积极劝阻身边破坏候鸟栖息地、伤害野生鸟类的行为,发现相关违法行为及时向有关部门举报。



●成群的候鸟展翅翱翔

乌兰察布市林业和草原局供图

走一线·改文风·乌兰察布现场回声

鲜菜量足价稳 市民春日尝鲜选择多



●超市里各式春菜

实习记者 郝茉竹 摄

□本报记者 张国欣
实习记者 郝茉竹 郭超亚

进入春季,乌兰察布市的菜市场迎来了一年中最富生机的时节。从便民市场的早市人流,到富利来、都乐玛等超市的春菜专柜,一茬茬带着新鲜水汽的春菜,正成为市民餐桌上的“春日主角”。记者近日走访中心城区多家农贸市场、大型超市发现,今年春菜市场呈现出“平价菜唱主角,新品种引尝鲜,小包装受青睐”的鲜明特点,也折射出消费升级背景下,市民饮食观念的悄然转变。

平价春菜稳占餐桌“C位”

最先感知春日气息的,是清晨的便民早市。天刚亮,虎山便民市场的蔬菜摊位前就已热闹起来,新鲜采摘的春菜一摆上摊位,就吸引了不少前来采购的市民。记者在市场内看到,韭菜、菠菜、油菜、芹菜等春季常见蔬菜被摆在了最显眼的位,色泽鲜嫩,码放整齐,成为春日早市上的绝对主力。

“最近卖得最好的还是韭菜,尤其是头茬的,口感鲜嫩、香气浓郁。”早市摊主张师傅一边整理摊位上的蔬菜,一边笑着介绍,韭菜价格近期有所回落,目前零售价大约3元一斤,比前段时间

便宜了不少,销量也随之上涨,“一天能卖百十斤,周末采购的人更多。”

走进集宁区富利来生活超市的蔬菜区,罗马生菜、香菜、菠菜、油菜、芹菜等各式各样的绿叶菜、芽苗菜整齐码放,豆角、茄子、萝卜、黄瓜等品类同样一应俱全,琳琅满目的蔬菜吸引了不少顾客驻足挑选。“最近西葫芦和黄瓜价格回落,买的人特别多,还有分装好的袋装罗马生菜,销量也一直很好。”正在给顾客称重蔬菜的店员段淑花介绍,目前菠菜、油菜等常见春菜整体量足价稳,价格波动不大,为市民的春日餐桌提供了丰富且稳定的选择。

“以前春天买菜,翻来覆去就那几样老品种,现在不一样了,超市里的春菜能摆满一货架,想吃什么都有。”正在超市选购春菜的市民张阿姨,向记者展示了刚称完重的一袋油菜和一把豆角,“这么多油菜只要六毛钱,豆角虽然比前几天贵了点,这一小把也才两块多。现在就习惯每天吃点新鲜炒菜,春天更是要多吃应季绿叶菜,清清爽爽的,对身体也好。”

新品种春菜成市民尝鲜新选择

在传统春菜持续热销的同时,一批“新面孔”春菜也走进中心城区各大商

超,成为市民春日餐桌上的尝鲜新选择。记者在集宁区都乐玛生鲜超市看到,除了常规春菜,芦笋、冰草、冰激凌萝卜、春笋、香椿等品类也被摆在了春菜专区的显眼位置,吸引了不少消费者驻足询问、选购。

都乐玛生鲜超市工作人员告诉记者,每年春季,都会适当引进一些新品种或相对少见的时令蔬菜,满足不同消费者的差异化需求。“春笋、香椿这种传统时令菜买的人一直不少,虽然价格偏高一点,但老一辈人认这个,就好这口春日的鲜味儿。也有很多年轻人爱买芦笋、冰草和冰激凌萝卜,这些新品种近几年越来越受欢迎。”工作人员说。

“刚在菜市场买了绿皮茄子,看着挺生,但之前买过一次,味道还不错。”正在选购蔬菜的市民魏希告诉记者,自己会主动尝试一些以前没买过的蔬菜品种,“还有芦笋,做西餐的时候煎一煎,撒点黑胡椒,特别好吃,以前都没怎么吃过,现在成了家里的常客。现在菜市场超市里的蔬菜选择,比以前多多了。”

不过,并非所有新品种蔬菜都能迅速被市民接受。工作人员透露,像紫色花椰菜、宝塔菜这类相对少见的蔬菜,目前市场接受度仍然偏低,“大部分顾



●市民购买蔬菜

实习记者 郝茉竹 摄

客就是看一看、问一问,真正购买的人不多,主要还是和价格偏高、大家对做法不熟悉有关系。”

小包装成春菜消费“黄金规格”

在今年的春菜消费中,一个明显的趋势格外值得关注——越来越多的市民开始偏爱小包装、分装好的净菜产品。记者在中心城区多家超市的蔬菜区看到,盒装韭菜、托盘装蒜苔、独立包装玉米、净菜胡萝卜、分装豆角等商品整齐摆放,品类十分丰富,成为不少上班族、年轻人和小家庭的首选。尽管这类产品价格通常略高于散装蔬菜,但依然颇受消费者欢迎。

“我刚独居,一般都会在超市买小份量的菜,两三餐就能吃完,不浪费。”年轻消费者李想给记者算了笔账,“菜市场里西葫芦五块钱三根,我一个人根本吃不完,超市里便宜的时候九毛九一斤,买一根正好,实惠还能吃得完。”

像李想这样的消费者不在少数。市民郭静说:“自己原本更爱散装蔬菜,但孩子在外地上学,家里就老两口,买多了根本吃不完,放冰箱里忘记吃就全浪费了。现在这种小包装的蒜苔、豆角,一顿炒一盘正好,不浪费。当然要



●市民在早市买菜

实习记者 郭超亚 摄

是家里来客人,还是得去早市买散装的,量大更划算。”

对于不少消费者而言,小包装蔬菜不仅意味着分量合适,也意味着更省事、更省心。一位正在选购有机蔬菜的市民表示,相较于散装蔬菜,分装好的蔬菜看起来更整洁,挑选起来更方便,也更让人觉得安心。

不过,也有消费者对预包装净菜持不同看法。正在早市挑选韭菜的市民贾非认为,清洗包装好的精品净菜价格偏高,里面包含了人工成本和蔬菜折损。“既然选择自己买菜做饭,清洗蔬菜本来就是必不可少的环节,就算买了预处理过的小包装菜,回家后还是会再洗一遍,没必要为了省这一步多花钱。”在她看来,价格更实惠的散装菜,依然是日常采购的最优选择。

春菜热销背后的饮食观念升级

春天里,一盘清炒油菜、一份凉拌菠菜、一锅韭菜鸡蛋饺子,正在成为越来越多家庭的日常选择。无论是追求新鲜还是便利,无论是看重价格还是品质,如今的消费者都能在丰富的市场供给中,找到最适合自己的那一款。

近年来,随着健康中国理念的普

及,越来越多的市民开始重视饮食健康,追求均衡营养、新鲜应季、绿色安全的食材。记者在采访中看到,不少市民选购蔬菜时,不再单纯以价格为导向,而是更加关注蔬菜的新鲜度、营养搭配、食用便利性和健康属性。比起过去餐桌上“大鱼大肉压轴”的饮食习惯,如今更多家庭愿意把鲜嫩时蔬放在更重要的位置。

市民的饮食需求,已经从过去的“吃得饱”,向“吃得鲜”“吃得健康”稳步转变:不再单纯追求荤腥厚味,而是讲究荤素搭配、营养均衡;更加关注食材的来源和种植方式,有机蔬菜、绿色食品受到更多青睐;小包装蔬菜的流行,让精准消费、避免浪费成为新的消费共识;预洗菜、净菜的普及,也让忙碌的现代人能更轻松地享受烹饪乐趣。

这个春天,市民“菜篮子”里的细微变化,不仅让春日餐桌更加丰富,也让“舌尖上的春天”多了几分健康、精致与从容。随着气温持续回暖,本地春菜的上市量将持续加大,外地蔬菜供应也将更加稳定,预计后期部分春菜价格还有小幅回落空间。更多品类的春季蔬菜将陆续上市,持续丰富市民的餐桌,让大家在日常烟火气中,真切感受春日的生机与美好。

城事

本报讯(实习记者 张玥)被不少人称作社保“第六险”的长期护理保险,正在全国范围内逐步落地。这项保险主要为生活不能自理的失能人群解决长期照护的费用问题,也是应对人口老龄化的一项民生举措。近日,记者走访了多位市民,听听他们聊聊对这项保险的真实看法。

据了解,长护险的保障对象,主要是失能状态持续6个月以上的参保人,能为他们报销照护过程中产生的相关费用。参保范围覆盖很广,上班的职工、退休人员、灵活就业人员、普通城乡居民都可以参保,一般和基本医疗保险同步缴费。目前全国统一的缴费费率控制在0.3%左右,缴费压力不大,职工参保由单位和个人各承担一半,城乡居民参保由政府补贴,困难群体也有专门的缴费资助。待遇方面,职工参保大概能报销70%的照护费用,城乡居民大概能报销50%,在家、社区、养老机构接受的照护都在保障范围内,居家和社区照护的报销比例还会适当高一些。

家住集宁区福泰苑的秦东梅今年54岁,是一名企业职工。她告诉记者,自己前不久才从小区宣传栏里听说了长护险,只知道是给生活不能自理的人用的,具体内容完全不清楚。“我老伴去年得了脑梗,现在走路、穿衣服都费劲,身边离不开人,我当时看到这个保险,第一反应就是我们家能不能用上,可问了一圈身边的人,大家都只知道个名字,具体什么样的情况能保、要怎么申请,谁都说得不清。”秦东梅说,自己和老伴都是普通工薪家庭,每个月就靠退休金生活,要是这个保险真能帮上忙,她肯定愿意参保,可现在因为不了解具体情况,只能先观望。

38岁的市民刘浩帆对长护险很期待。去年,他的母亲因为脑出血导致重度失能,彻底卧床不起,吃饭、洗漱、上厕所,所有事都得靠人照顾。一开始,他和妻子轮流请假在家照顾,可两个人都有固定工作,长期请假根本不现实,最后只能请了住家护工。“护工每个月的工资,再加上我母亲的医药费、护理用品钱,每个月都是一笔不小的开销,我和妻子两个人的工资,大部分都花在这上面了,压力确实不小。”刘浩帆说,也是在那段时间,他了解到了长护险,“如果家人用上了这个保险,能报销一部分照护的钱,对于我们这种有失能老人的家庭来说,确实能解决实实在在的问题。”

52岁的李梅是一名灵活就业人员,说起长护险,她也十分期待。她的婆婆今年76岁,老年痴呆加重之后,生活完全不能自理,为了照顾婆婆,她只能辞掉了原本的工作,全天在家陪护,家里一下子没了稳定的收入来源,全靠丈夫打零工维持生计。“以前没遇到这种事的时候,根本不知道照顾失能老人有多难,不光是身体上累,经济上的压力也很大。”李梅说,她也是听亲戚说起了长护险,知道能报销护理费用,“要是真能通过这个保险报销一部分钱,不光是家里的经济压力能小一点,我们这些天天在家照顾老人的,心里也能轻松些。”

市民陈丽的父亲去年底因为意外摔断了腿,术后在床上躺了4个月,期间吃喝拉撒全靠人照顾,只能请了护工上门。“就这4个月的时间,护工费加上康复的钱,花了我们家不少积蓄,那段时间日子过得确实紧。”陈丽说,现在她了解了长护险,知道要失能满6个月才能享受保障,“虽然我们家里这种情况用不上,但也知道了有这么一项保障,身边不少朋友家里都有老人,大家都觉得,有这么个保险在,心里能踏实些。”

“目前,乌兰察布市已着手前期调研准备工作,并将赴有先进经验的试点地区考察学习,为乌兰察布市长护险落地实施奠定基础。”乌兰察布市医疗保障局待遇保障与服务管理科叶从笑表示,长期护理保险制度,将按照自治区统一的年度实施计划安排,乌兰察布市将于2027年出台实施方案,2028年施行。

记者手记:

从走访的情况来看,对于这项新的社会保障,不少市民都有着真切的期待,尤其是有过照顾失能家人经历的市民,都认可这项保险的实际作用。与此同时,也有很多市民对这项保险的具体内容、参保方式、保障范围并不了解,存在不少认知上的困惑。作为一项民生保障,长护险贴合了很多家庭的实际需求,也需要让更多普通市民了解它、看懂它,才能真正发挥它的作用。

社保「第六险」来了,乌兰察布市民怎么看?