

陕西安康万琴棋返乡从事农业生产,近20年带动400余人就业——

# “家乡越来越好,我的干劲儿也越来越足”

本报记者 张丹华

## ■我的家乡我建设

小满刚过,陕西省安康市平利县广佛镇的千亩茶园迎来夏秋茶的采摘时节。采茶工的手指在茶芽间翻飞,杀青机在加工厂轰隆作响。山腰处,研学步道正在改造中,万琴棋蹲在一旁,抓起一把新翻的土壤捻了捻,查看湿度。

离开校园后,万琴棋曾在西安创业过一段时间。赚到“第一桶金”后,她开始思索:家乡安康富硒产业发展优势足,为何不回乡从自己熟悉的农特产品入手创业呢?2007年,万琴棋回到广佛镇,发展食用菌、蔬菜、茶叶等产业。

近20年来,她带动400余人就业,创业培训1500余人,职业培训6000余人次。万琴棋先后被评为“全国优秀农民工”“陕西省劳动模范”“陕西省三八红旗手”。在家乡热土上,她让梦想成真,温暖自己,也照亮他人。



万琴棋(左)与茶农在查看茶叶长势  
吴永杰摄

本期统筹:白真智

指甲异常可能提示健康问题?

本报记者 杨彦帆

当前,美甲成为不少人展示自我的方式,但频繁做美甲、操作不当有可能对指甲造成伤害。指甲出现哪些“信号”,可能提示潜在健康问题?做美甲之外,还有哪些伤指甲的习惯?如何保护指甲?记者采访了北京协和医院皮科主治医师吴超。

吴超介绍,健康指甲通常具备以下特征:呈长方形或方形,长度约占第一指节的1/2,颜色为半透明,淡粉红色,色泽均匀;表面光滑,有光泽感,无纵嵴、沟裂、凹陷、斑点等;质地坚韧有弹性,厚度适中、不易断裂。

指甲出现哪些情况,可能提示有健康问题?吴超介绍,可以从颜色异常和形态异常两个方面来看。

比如,指甲苍白,可能与贫血相关,需完善血常规,轻度贫血(血红蛋白90—120克/升),补充铁、维生素B12(如红肉、深绿色蔬菜);中重度贫血(血红蛋白<90克/升)应及时去血液内科门诊就诊。

若指甲出现紫红色,可能与挤压、外伤导致的甲下瘀斑相关。应尽量避免挤压,同时注意观察,一般3个月左右可自行消退,若无消退迹象建议去皮肤科门诊就诊。

指甲若有规则黑色线状斑,可能是甲母痣,若一直无变化可继续观察,若黑线不断增宽、颜色加深应去皮肤科门诊就诊。若为黑色斑片,或累及指甲根部皮肤的黑斑,需尽快去皮肤科门诊就诊,排除黑色素瘤。

“但也不必过度焦虑,如果指甲出现轻度竖纹或横纹,一般为正常表现,不算疾病范畴。可通过均衡饮食,如补充蛋白质、维生素、钙等进行改善。较严重者可口服复合维生素B、维生素C。”吴超说。

若指甲出现明显的纵形条纹状隆起,可能与甲扁平苔藓有关;指甲表面有多个小点状凹陷,可能与银屑病甲相关;指甲增厚,同时伴有指甲发黄、脱屑、易碎、表面凹凸不平等表现,可能是甲癣,即灰指甲。这些情况都建议及时去皮肤科门诊就诊。

有些常见的不良习惯,比如有些人喜欢咬指甲,会带来哪些伤害?“长期咬指甲易引发指甲变形,如甲板缩短、甲边缘呈锯齿状、甲横沟或纵嵴、甲表面无光泽,严重者可出现甲下出血、甲软化、甲萎缩、甲沟炎。”吴超说,长期咬指甲还可能造成牙齿磨损或牙龈炎,容易引起消化道感染及肠道寄生虫病。若发展为咬甲癖,可能引发焦虑、自卑、强迫症,需通过减压或替代行为(如嚼口香糖)改善或到心理医学科就诊。

需要注意的是,做美甲宜选择正规机构,确保工具消毒,避免交叉感染。避免过度修剪甲根部及甲沟处皮肤,以防甲沟炎。若有红肿、疼痛表现,建议及时就医。同时,减少含甲醛、丙酮的指甲油使用,优先选用无刺激性成分的甲油胶。两次美甲间隔至少1个月,避免反复打磨导致指甲变薄变脆。

## 创办企业,帮乡亲在家门口赚到钱

第一缕阳光拂过山脚下的楼宇,汪桂林轻手轻脚地掩上院门,正好碰到丈夫在给三轮车链条上油。

“今天要给汉中客商发3车货,你那边机器都检查过了?”她边系工作服边问。

“昨晚就调试好了。”丈夫抹了把额头的汗珠说。

这对夫妻在平利县乡源农产品工贸有限公司工作了10多年。2008年公司刚成立时,汪桂林还是个围着灶台转的家庭主妇。一天,她擦着招工启事在厂房门口徘徊,正好遇上匆匆走

过的万琴棋。

“大姐要应聘吗?我们正缺手脚麻利的人呢!”万琴棋的一句话,让她成了公司清洗菌棒的第一批工人。

“当时手泡得发白,回家闻到蘑菇味都反胃。”汪桂林擦着操作台回忆,“可万总常说‘咱们山里人的金疙瘩就在这黑木耳里’。她手把手教我们分拣等级,有次我误把二等品装进礼盒,她带我们连夜返工到凌晨。”多年后,这名农妇成了后勤部负责人,现在正盯着新到的包装机安装。

## 培训技术,让农户真正学到东西

平利县云雾缭绕的茶山间,深褐色的老茶树虬枝盘结,叶片在晨露中泛着油亮的光。“自幼便看邻里乡亲在土灶前炒制手工茶,青叶在滚烫铁锅中翻飞,这是刻进骨子里的记忆。”万琴棋说。

2010年初春,万琴棋拿到了初级茶艺师证书。两年后,当她站在广佛镇废弃校舍的院落时,目光被后山3亩老茶树牢牢吸引。虬曲的枝干间萌发的新芽,叩醒了她心底的愿景。万

琴棋当下便决定买下院落,进军茶产业。

随着茶产业渐渐有了起色,万琴棋又冒出新想法。很多茶农因缺乏技术导致发展缓慢,如何才能帮助他们呢?2015年,安康市打造返乡人乡创业交流平台,发挥创业孵化基地和创业示范园区的作用,带动创业就业。借助“扶持千名大学生创业”计划,万琴棋在安康市高新区创业大厦城开办了创客培训学院,专门给农民培训实用技术、产业技能。

## 推广销路,带动家乡产业发展

如今,万琴棋的茶园迎来了新发展。“以前的茶园只有100多亩,我在园区对面又开发了200多亩土地,改造成梯田,还引进了不少新品种。”

绿意盎然的茶山梯田间,万琴棋创办的农民田间学校呈现出别具生机的教学场景。30多名学员跟着农技专家穿梭在茶树丛中。

“大家看,这株茶树枝条过密,透光性差,会影响春茶品质。”高级农艺师刘涛边说边示范修剪手法,学员们围着茶树蹲下观察,有人掏出手

机拍摄细节,有人在本子上画起示意图。

“这所学校是在安康市农业农村局的指导下创办的,不仅水电费减免,更重要的是有师资支持。西北农林科技大学的余有本老师、中国农业科学院茶叶研究所的叶阳老师,都给我们讲过课。”提起这些“大专家”,万琴棋倍感骄傲和感激。

这所没有围墙的学校,把课堂从教室搬到了翻涌着泥土气息的产业一线。晾青车间里飘着茶香,评茶员培训班学员认真辨别杀青程度;

汪桂林口中的“万总”就是万琴棋。如今,万琴棋还记得签下第一笔订单时的情形。

客商捏着礼盒沉吟:“市面上的木耳才卖半价格,你这个咋这么贵?”

万琴棋打开密封罐说:“这是我们高山椴木木耳,每朵都带着木香。”最终,优良的品质获得了消费者的认可。

在万琴棋的经营下,公司建立产业基地近千亩,建成标准化生产加工厂房近5000平方米,带动发展种植养殖户500余户。随着规模扩大、效益增长,万琴棋的努力也得到了认可和支持。公司在2019年被认定为省级返乡创业示范园区,获得一次性奖励资金100万元,2022年享受小微创业担保贷款300万元贴息政策两年。

“每次培训,我们都会优选师资,让大家真正学到东西。”万琴棋说,“有时候,老师的一句话或一个想法,都可能会影响到学员今后一段时期的发展。”

今年37岁的吕芳云从甘肃天水远嫁而来,生育二胎后进入茶厂务工。经过几次培训后,吕芳云慢慢对茶叶、茶艺产生了浓厚的兴趣。如今的她,能够编着精致的发髻在茶艺课上示范泡茶。手腕翻转间,茶筅击拂出泡沫,窗外,茶芽青翠。

截至目前,创客培训学院已经举办培训班100余期,培训学员1500余人,让不少农家妇女有了一技之长。

电商直播区架着补光灯,返乡青年们轮流对着镜头展示包装好的新茶;就连休憩的凉亭都成了交流场所,几名老茶农向技术员请教有机肥配比……

当农户的农产品销路不畅时,万琴棋还免费帮农户在电商平台推广销售,带领团队开辟出“电商助农高速路”。

八角庙村的熊少翠就是受益者。曾守着农产品发愁的她,在万琴棋的帮助下,把自制土猪腊肉、干竹笋等通过电商平台销售一空,年销售额超6万元。

“家乡越来越好,我的干劲儿也越来越足。”万琴棋说。

## ■民生观

厘清边界、加强协作,才能更好实现家校共育,守护孩子健康成长

近日,河南信阳一家长发帖称某高中要求家长陪餐、监考,这位家长因有事无法前往而拒绝后,家委会管理人员称“如果每一位家长都不配合陪餐和监考,学校无法开了”。相关话题登上热搜,引发热议。

近段时间,关于家校共育边界问题的争议屡见不鲜。有的学校强制给家长排班轮值“护学岗”,有的学校要求家长轮流到校监督晚自习……一部分本应由学校承担的管理职责转嫁给了家长,让不少职场父母在肩负工作与家庭双重压力的同时,又平添了新的工作量。

家校共育,其初衷在于形成教育合力、优化教育环境,促进学生全面发展、健康成长。教育部等13部门联合印发的《关于健全学校家庭社会协同育人机制的意见》,明确了学校家庭社会的协同育人责任,要求促进各展优势、密切配合、相互支持,切实增强育人合力,共同担负起学生成才的重要责任。但部分学校在实践中却变了味:将家长视为弥补自身能力不足的低成本解决方案,过度分摊教学管理、后勤保障等职责;由家委会代为实施管理、下发任务,传达敏感要求,声称自愿,实则强制……

种种客观条件的限制下,家校共育渐渐失衡。这种失衡,源于教育责任边界的模糊。监考本属教师职责,食品安全需联合专业部门监管,秩序维护应交由保安或交警,依赖缺乏专业能力的家长,既难根治问题,也易滋生形式主义或影响教学秩序。

要促进家校共育模式更合理高效发展,教育部门、学校、家委会、家长等应各司其职,增进理解支持。教育部门加强监督,提高对资源紧张学校的支持力度,有条件的还可引入智慧管理平台等先进技术手段,减少对人力的依赖。学校明确主体责任、优化管理机制,若需家长协助,应遵循自愿原则并提供灵活选项,避免“一刀切”式的摊派。家委会积极协调、合理安排,做好沟通桥梁,在帮助完成学校工作的同时也能保障家长的自主选择权。

教育不是哪一方的单独任务,而是学校、家庭与社会共同的事业。唯有厘清边界、加强协作,才能更好实现家校共育,守护孩子健康成长。

李社瑞

本版责编:吕莉 白真智 徐阳

家校共育,责任边界要厘清

## 我国代谢药物研究成果首登《新英格兰医学杂志》

本报北京5月27日电 (记者赵永新)我国一款减重降糖药物的临床研究成果近日在临床医学期刊《新英格兰医学杂志》在线发表,并配专家评述。这标志着我国生物技术创新水平迈上新台阶。

该款减重降糖药物的商品名为吗替度肽,属于胰高血糖素样(GCG)/胰高血糖素样肽-1(GLP-1)双受体激动剂,预计今年在国内获批上市,适应症为减重、降糖。

此次登上《新英格兰医学杂志》的研究成果来自吗替度肽的一项低剂量减重注册临床研究“GLORY-1”。该研究共入组610例肥胖或超重并伴有至少一种肥胖相关并发症的受试者,随机接受吗替度肽4毫克/6毫克和安慰剂,每周一次、皮下注射给药48周。

该项研究的牵头研究者、北京大学人民医院内分泌科主任纪立农表示,长期以来,全球肥胖诊疗指南对亚洲人群的适用性存在偏差。相比欧美人群,中国超重肥胖人群有着独特的疾病特点及治疗需求,亟须以中国证据指导中国超重肥胖人群的体重管理。“研究的受试者全部来自中国人群,近半数患者减重幅度超过15%。”



居”套餐;在温泉度假区推出“运动+温泉”套餐,有效服务老年群体;面向青少年,推出丽江古城足球学校“驻训+研学”模式;构建全龄化体育消费场景,形成“一人参赛、多日停留,全家消费”模式,让体育训练与当地生态深度融合,打造“体育旅居”新体验。

云南省体育局推动“三维赋能”“四圈融合”,打造“体育旅居”新典范。云南实施政策赋能、产业赋能、技术赋能,打破体育与旅游资源之间的界限,实现资源要素的优化配置。以“顶级赛事圈”为引领,以“户外运动圈”为支撑,以“生态体验圈”为拓展,以“文化衍生圈”为落脚,打造“团结奋进、多元共融、生态智慧、开放共享”的特色体育文化,为“体育旅居”不断赋能。

2023年,首届中国户外运动大会落户大理白族自治州,2024中国户外运动产业大会联合大理白族自治州、丽江市、迪庆藏族自治州、怒江傈僳族自治州共同举办,两次大会累计为当地带来直接经济效益超8亿元,拉动经济效益超16亿元。云南体育从“被动迎接流量”到“主动培育需求”,作出了具有示范意义的“体育旅居”新尝试。

“体育旅居”,致力于让云南成为全球运动爱好者的“诗和远方”,让旅游消费更有烟火气,把云南从“运动胜地”建设成为理想生活的目的地、示范区,让四海宾朋畅享“有一种叫云南的生活”。

数据来源:云南省体育局



·广告·