

宁夏回族自治区固原市： 夯实生态本底 释放文旅潜能



发源于六盘山东麓宁夏回族自治区固原市原州区的清水河，是宁夏境内流入黄河的流域面积最大、最长的支流。

固原市委宣传部供图

■中国城市报记者 张永超

近年来，宁夏回族自治区固原市锚定高质量发展目标，聚焦“红色固原、绿色发展”定位，立足“红色、绿色、古色、特色”资源禀赋，坚持生态优先、文化引领、旅游搭台、创新机制“四个原则”，加快推进宁夏副中心城市和生态文旅特色市建设。

擦亮生态宝贵名片

曾经的固原生态环境较差，一方水土难养一方人。上世纪80年代初，固原市山岭大多赤裸，森林覆盖率为1.4%，贫困面高达80%以上。

植树造林、改土治水，固原干部群众几十年如一日的苦干实干，换来了区域生态逐步改善。通过多年接续奋斗，2022年，固原市森林覆盖率增加到14.4%，草原植被盖度增加到86.2%，沙尘浓度降低50%以上，空气优良天数比例连续5年领跑全区。

固原市泾源县地处六盘山区腹地、宁夏南部水源涵养核心区，近年来以显著的生态之变跃升为宁夏绿色发展的耀眼之星。该县先后实施天然林保护、“三北”防护林、退耕还林还草、宁夏南部生态保护修复与水土流失综合治理、森林质量精准提升等重点生态工程，绿色底色愈发鲜明。

“截至目前，泾源县已完成荒山修复3500亩，完成可利用土地修复面积900亩；2023年造林项目建设总规模5.5万亩，苗木树种以云杉、油松、华山松、白桦等为主。接下来，我们会继续守护好六盘山生态屏障。”泾源县林技中心项目实施中心主任于红学说。

近年来，固原市积极回应群众新期待，坚持“增绿”“增收”相贯通，扎实做好“生态+”“绿色+”文章，培育壮大高品蛋鸡、林药林蜂等林下产业，不断提升绿色“颜值”，加快蓄积发展潜能，绿水青山的生态功能、经济优势、资源潜力和产业价值得到充分挖掘。

“绿水青山真成了金山银山！”泾源县大湾乡杨岭村保洁员金保山指着村里新建的现代化民宿说，“如今环境好了，风景美了，背靠山清水秀的六盘山，全村人都吃上了‘旅游饭’。”据了解，今年中秋、国庆假期，杨岭村接待游客2万多人次，旅游收入超过61.4万元。

今年10月，固原市委五届九次全会审议通过了《关于加快宁夏副中心城市高质量发展的实施方案》和《关于加快建设生态文旅特色市的实施意见》。该市将把“红色”作为最鲜明的政治本色、把“绿色”作为最宝贵的发展底色、把“古色”作为最鲜活的精神财富、把“特色”作为最持久的动力源泉，深入挖掘资源禀赋、大力发挥比较优势，走好“壮大一产、繁荣三产、撬动二产”的“一三二”产业发展新路子，更好融入全区全国发展大格局，打造宁夏向南开放“桥头堡”。

用好文化资源富矿

六盘山下，丝路重镇、萧关要道沉淀了千年固原的城市内涵，也给固原打上了鲜明的文化烙印。

千年的丝路余音仍在回响，凝聚深厚文化底蕴的固原，亦不断绽放出红色光芒。在位于固原市的六盘山

红军长征纪念馆里，一杆杆生锈的步枪、一封封斑驳的书信、一幅幅生动的场景图，无不在诉说着红军长征的动人故事。

近年来，固原市充分利用好红色文化资源，努力建设“乡村美、生态好、农业兴、文旅旺”的现代化美丽新固原，坚持以文塑旅、以旅彰文，以融合发展为主线，深入推进单一景点向综合目的地转变，打造“万里长征结束地、新时代长征出发地”的“红色六盘”品牌和西北地区乡村振兴培训基地，为生态文旅特色市建设持续注入新的强劲动能。

思想火炬照亮奋进之路、激扬壮阔气象，文学为固原人点亮一盏盏心灯。近年来，固原市诞生了“中国文学之乡”西吉县、“中国书法之乡”隆德县、“中国诗歌之乡”原州区等文化地标，文学的根在这里越扎越深；遍布城乡的图书馆、文化大院为固原发展贡献着文化力量。

位于西吉县杨河村的“木兰书院”，是一个集文学创作基地、农家书屋、非遗传承基地、农事体验空间为一体的群众性公共文化平台。“在山沟沟里，文学是一道更迷人的风景线。我们在做一场用文学推动乡村振兴的实验。”书院发起人史静波说。

在博物馆触摸历史、到图书馆浸润书香，走进传统村落品味乡愁、亲近多彩非遗体验传承……近年来，固原市人民群众多样化、多层次、多方面的精神文化需求得到更好满足。同时，固原市孕育出了杨氏家族泥塑、高台马社火、固原砖雕、泾源民间故事、固原传统建筑营造技艺、六盘山区“春官送福”等国家级非遗代表性项目6个，国家级非遗基地1个。此外，该市加快推动公共文化服务体系建设，成功创建国家公共文化服务体系示范区。

推进产业融合发展

“建设生态文旅特色市，为固原高质量赶超式发展带来了新的历史机遇。”固原市委副书记、市长杨青龙表示，固原市坚持生态是本底、文化是灵魂、旅游是载体、特色是价值的理念，突出以文塑旅、以旅彰文，全域全景全链推进农文旅产业融合发展，初

步构建了市县一体、多点支撑、全域延伸的生态文旅特色发展新格局。

近日，为激发冬季消费新活力，固原市积极筹备冬游固原促消费活动，密集推出60多项农文旅体商系列活动。固原市文化旅游广电局相关负责人介绍，在2023“冬游固原消费季”启动仪式暨宁夏固原·泾源第四届冰雪文化体育旅游节开幕式上，固原市发布了“雪韵休闲游”“丝路文化旅游”“踏雪长征游”“水墨田园游”“年俗暖心游”5条精品路线，为广大游客提供多种游玩选择；12月16日至24日，固原市发放500万元惠民消费券，多方面激活消费潜力；同时，固原市还将举办“第十届全国大众冰雪季宁夏分会场启动仪式暨世界滑雪日活动固原分会场”以及非遗展示、摄影巡展、秦腔展演、冰雪游园、丝路讲堂、社火大赛、冬季“村晚”、灯谜竞猜、篮球大赛、

乐购元宵、冬季垂钓、春节游园等系列活动，丰富游客冬季游体验。

目前，固原市泾源县、隆德县、原州区已进入全区全域旅游示范区行列。据介绍，冬游固原促消费系列活动着眼生态文旅特色市建设目标，为农文旅体商产品展示展销搭建平台，有助于推动全市冬季文化旅游产业高质量发展。

立足于特色禀赋，近年来固原市主动适应旅游形式休闲化、旅游主题多元化、旅游群体细分化等新需求，创新开发红色游、生态游、乡村游、研学游、康养游等全谱系旅游产品，推出19条国家级旅游精品线路；创建15个全国乡村旅游重点村镇，出台支持精品民宿发展政策措施和“引客入固”奖励办法；新开通成都—固原航线，在陕西西安、福建福州等地成功举办农文旅推介招商大会，促进“旅游+”与“+旅游”双向发力。

城讯

Omega-3与全球健康国际论坛举行

本报讯 近期，由Omega-3与全球健康研究院、国际Omega-3研究学会和世界易医健联合主办，北京爱谱癌症患者关爱基金会协办的Omega-3与全球健康国际论坛在山东青岛举行。

据了解，Omega-3中文称“欧米伽3”，为一组多元不饱和脂肪酸，常见于深海鱼类、海豹油和某些植物中，对人体健康有益。

“深入研究Omega-3对健康的影响，普及Omega-3的健康知识还任重道远。”Omega-3与全球健康研究院创始人、哈佛医学院麻省总医院脂类医学与技术研究室主任康景轩认为，帮助人们普及和认识Omega-3，增加膳食摄入，可能是解决许多健康问题的安全、经济、高效和可持续的现实方案。

复旦大学公共卫生学院教授、国家卫健委健康促进与教育专家指导委员会委员、中国健康促进与教育协会副会长余金明在本次论坛上首次公开了对5000多名癌症生存者营养与健康调查研究成

果。“这是目前国内首次开展的大规模癌症群体的营养与健康状况调查。目前中期结果显示，癌症生存者Omega-3指数普遍严重偏低，这可能是导致癌症患者5年生存率低的原因之一。”

“我们研究了5000多名癌症生存者血液中几十种脂肪酸的构成比例，发现多数人的Omega-3指数仅为2%—4%，较8%的健康水平而言严重偏低。”余金明研究团队成员、浙江大学苏工院脂谱与慢病中心主任赵锋表示，研究证实，血液的脂肪酸谱与慢性疾病有密切的联系。“目前我们正在和与癌症康复相关的基金会合作，以帮助癌症患者提高营养水平，及时改善和提高Omega-3指数以减少复发转移的几率。”

“过去国外的研究普遍认为Omega-3和2型糖尿病没有关联，然而试验发现，补充Omega-3有助于降低2型糖尿病风险，提高胰岛素敏感性。”青岛大学营养与健康研究院常务副院长李铎说。

(刘怒涛)