大武汉一日

“武汉必吃榜”一道“小吃”火了

故事

最近,“武汉必吃榜”上又多了一道“特色小吃”,强烈安利!

大家很有可能在网上刷到人们在重庆排队“吃轻轨”的视频。这是一种错位拍摄的有趣打卡方式,吸引许多游客效仿。当时就有网友提出:“全国独一份的武汉光谷空轨会不会更‘好吃’?”前几天,我已经替网友“试吃”了,“味道”很独特。

上周六,我和好友相约在光谷附近聚餐。刚从光谷四路地铁站B2出口出来,科技感满满的空轨就闯入了我们的视线。头一次见到空轨的我和好友忍不住掏出手机,从多个角度拍摄空轨。

随后,我们继续朝着武汉大悦城方向走了200米左右,漫步在一条白色小石子路上。我们不经意回头,只见空轨在夕阳下更加耀眼了。我的脑海中突然闪过之前在网上刷到的重庆李子坝轻轨穿楼视频,一个大胆、有趣的想法产生了。我和好友对视一眼,几乎同时说出:“我们也来玩一次‘吃空轨’吧。”

我们开始选择各种角度,并等待时机。第一次尝试时,空轨迅速驶过,我们在一阵手忙脚乱中没有拍摄成功。我迅速调整状态,好友则重新选择机位,希望既能清楚地拍到空轨,又能把我搞怪的假吃动作完美地纳入镜头。终于,空轨缓缓驶来,我们默契配合,拍摄成功!

没想到,我把这段“吃空轨”视频传到网上后,引来大量网友关注并点赞。有网友调皮地问道:“啥味道的?”有网友则调侃道:“快把空轨吐出来,我还没坐过。”全国各地不少网友纷纷表示,想立马来武汉体验一下这么炫酷的打卡方式。我立马充当起“武汉代言人”,回复道:“快来!还可以坐空轨赏花,别有一番滋味!”

这个樱花季,我们欢迎五湖四海的朋友来武汉解锁更多有趣的打卡方式。

——大武汉客户端网友@单眼皮冻

美图 漫步花丛中

解放公园里,一个刚学会走路的小女孩穿着漂亮的裙子漫步花丛中,萌态十足,引来不少游客注目。

——大武汉客户端网友@年年有余a 摄

美文 放风筝

眼下是适合放风筝的时节。草地上,一群人嬉笑奔跑,手中的丝线牵引着五彩斑斓的纸鸢。微风轻拂,纸鸢像灵动的飞鸟乘势而上。众人仰首,满是欢喜。惬意的时光在欢声笑语中“流淌”。

——大武汉客户端网友@清风竹影

热评

我真的被这个故事暖到心坎里了。王国杰坚守低价,用一碗碗拉面传递朴实和真诚。房东体谅、顾客支持、邻里互助,每一个细节都打动人心。希望社会上这样的双向奔赴多一些、再多一些。

——大武汉客户端网友@暖色调 点评《武汉这家面馆,顾客“逼”着涨价!》

(长江日报记者张颖惠整理)

民警跑遍12个村帮我找回大黑牛

我和我的派出所

■讲述人:高映清

我叫高映清,今年69岁,家住武汉市新洲区旧街街道高山村。早些年,我在外地当泥瓦匠。后来,我回村种起8亩责任田,一半种水稻,一半种药材。一年下来,自家吃的粮食和日常开销都能顾得上。

2023年秋天,我花14600元买来一头黑色水牛。此后,它成了我的得力“助手”,让我下地时省了不少力气。

今年1月24日是农历腊月廿五,村里很热闹,家家户户为过年作准备。当日早上7时左右,我走到自家牛棚门口一看,大黑牛不见了。我明明记得前一天晚饭时间把大黑牛鼻环上的绳子牢牢拴在木桩上了,一夜过去,它怎么没了?

那天下着小雨,最高气温不到10℃。我喊上儿子,在附近田里、水塘里找了一圈,没找到大黑牛。上午9时许,我骑摩托车来到旧街派出所。我想,村里有监控系统,民警也许能看到一些线索。

“我家的牛不见了。快过年了,我真怕有人把它牵走、宰杀,吃起牛肉。”了解了我的来意后,值班的小刘警官马上随我赶回我家牛棚。他把牛棚里里外外细看了一遍,又问了我和儿子之前找牛的详情,然后说道:“这头牛重几百斤,如果是被人摸黑偷走,那肯定会有车。”但是,我们谁也不知道大黑牛到底是什么时间不见的。小刘警官只好从前一天傍晚开始一点一点地查看监控录像,看有没有符合特征的车辆。

“会不会是牛深夜挣脱木桩后跑出牛棚?”小刘警官也像我这样猜测。他一边嘱咐派出所辅警继续查看监控录像,一边动身把“有人丢了牛”的消息通知到附近每个村。

小刘警官和辅警小曾一口气跑遍附近5公里范围内的12个村。遇上村民,他们都会问上几句,并嘱咐:“要是发现陌生水牛,请你赶紧给派出所打电话。”

当时的我还不知道这些情况。我没吃早饭,也没心情吃午饭,和儿子一刻不停地骑着摩托车在附近继续找牛。下午2时许,我的手机铃声响了,是小刘警官打来的:“高师傅,楼寨村有村民发现一头水牛,我接你去认一认。”

我喜出望外,小刘警官很快开车接上我赶到5公里外一位姓胡的老师傅家。一下车,我就认出门外站着的正是我家大黑牛。它一见到我,忍不住朝前凑近两步,冲我“哞哞”叫了几声。

原来,当天早上,胡师傅就发现了我家大黑牛。楼寨村没人养牛,他不知道大黑牛是哪个村的。他想向人打听,但又怕大黑牛继续乱跑,就把牛鼻环上的绳子固定好,随后到处询问。直到他去了村干部小胡家,找到牛的消息才终于通过派出所民警传到我这里。

“一头牛的价钱不便宜,1万多元呢。谁丢了牛不着急?本来就忙着准备过年,谁家遇上这事不糟心?”见我不住地道谢,胡师傅嘱咐我,今后一定要把牛拴紧一点,细心照看它。后来,我趁着过春节买了一些礼品上门感谢他,他还怪我送的礼品太多。他不知道的是,我心里真有说不出的感谢。

我感谢的不光是胡师傅,还有当天为我跑断腿的小刘警官、辅警小曾、查看监控录像的派出所小伙子们,以及各村的村干部、找牛路上碰到的每一位热心人。

(长江日报记者夏奕 实习生刘雨禾 通讯员杨槐柳 吴寒整理)

(《我和我的派出所》专栏电子邮箱为1019458868@qq.com,欢迎您分享故事)

【画像】 旧街派出所

旧街派出所辖区面积120平方公里,共有57个自然村和3个社区,户籍人口14.3万余人。

近年来,旧街派出所结合特色产业、地域文化,在实践中逐步建起多支调解纠纷、护航发展方面的警务团队,打造出问津“解忧团”、流动“护茶队”等群防群治平安品牌。2024年,该派出所辖区刑事有效警情同比下降14.8%,其中侵财类案件发案数同比下降11.3%。2024年,该派出所被公安部评定为“一级公安派出所”。

“国家喊咱减肥”体重管理如何做?
中医『肥胖门诊』来了不少年轻人

长江日报讯(记者王春岚 通讯员赵烙亦)“我今天为20多人做了穴位埋线减重治疗,忙得没工夫喝水。”3月13日晚7时,武汉市中医医院治未病科(健康管理中心)医生郭广宇刚刚结束当天的工作。自从“国家喊咱减肥”以来,他所在的“肥胖门诊”来了不少年轻人。他们纷纷说“要响应国家号召”,用中医绿色疗法恢复正常体重。

郭广宇擅长使用中医适宜技术穴位埋线减重,每周日的专病门诊“肥胖门诊”一号难求,不少“老患者”干脆来到平时的治未病门诊接受减重治疗。“往年,春节后到夏季都是‘肥胖门诊’高峰期。自从今年3月9日国家号召持续推进‘体重管理年’行动后,不少年轻人来到我们门诊咨询控制体重的方法。”郭广宇说。

今年23岁的姑娘小刘是郭广宇的“老患者”,已经接受治疗3个月。此前,由于长期熬夜,经常吃高油、高糖、高脂食物,身高不到1.6米的小刘体重超过100公斤,血糖、血脂、血压等指标严重超标,平时走路稍快就直喘气。她试过轻断食、代餐、运动等方式减重,均不理想,反而出现反酸、恶心、关节疼痛等不良反应。

郭广宇接诊后判断小刘属于肝胆湿热型重度肥胖,为她制定了系统化减重方案,使用化痰除湿、通腑泄热、补气健脾的中医汤药,结合耳穴压豆、刮痧、穴位埋线等中医适宜技术,为其调节食欲、促进新陈代谢。同时,开出日常健康膳食和运动清单,帮助她形成良好的生活习惯。目前,小刘体重减少20公斤,体脂率从32%降至28%,对持续治疗充满信心。

郭广宇告诉长江日报记者,他接诊的患者主要是20岁至40岁的中青年人,其中八成以上是产后肥胖的妇女,饮食和作息不规律、暴饮暴食导致肥胖者,患胰岛素抵抗、多囊卵巢综合征等疾病引起继发性肥胖者等三类人群。还有一些患者是学业紧张、处于生长发育期的超重高中生。郭广宇介绍,穴位埋线操作方便、安全、无毒副作用,一次埋线相当于长效针灸半个月,属于绿色疗法,很适合青少年以及生活节奏快的上班族。

“从中医角度来看,肥胖是身体内部阴阳失衡、脏腑功能失调的外在表现。根据不同的肥胖证型,经过辨证施治,采用中医药手段结合合理膳食、良好的生活习惯和适当的运动等方式,可以达到标本兼治、健康减重的目的。”郭广宇提醒市民,减重是一个循序渐进、长久保持的过程,要保持信心,不要急于求成。

旧街花朝盛景

非遗花朝绽异彩 百花文旅启新程

新洲区非遗赋能助推文旅产业高质量发展

3月12日至16日,新洲区旧街街道迎来一年一度的花朝盛会。自明清时期起,武汉市新洲区的花朝主题活动便以其独特魅力延续至今,历经数百年风雨,承载着无数百姓对美好生活的祈愿,成为湖北省非遗项目中的一颗璀璨明珠。暖春三月,“花朝”当燃,热闹氛围带起整个区域的温度。当传统非遗遇上现代产业发展浪潮,今年的花朝非遗推广季不仅是一场民俗文化的盛宴,更是新洲区探索非遗项目转化推动高质量发展的生动实践。

深挖文化根脉:从田野到书卷,让非遗“有迹可循”

新洲区非遗保护始于对散落民间的文化瑰宝的“地毯式”搜寻。自上世纪70年代起,文化工作者深入乡村田野,收集整理民间歌谣400余首、民乐曲牌300余首、民俗舞蹈50余种,编纂出版《新洲民间歌曲集》、《新洲民间故事集成》、《新洲民间文化丛书》(10卷本)、《年味新洲》等民间文化书籍和画册20余部,为非遗保护奠定文献基础。

“非遗不能只停留在口耳相传,更要形成可追溯的文本。”新洲区非遗保护中心负责人介绍,通过持续开展非遗资源普查,全区建立完整非遗档案库,对“牌子锣鼓”“旧街花朝节”“江氏杆秤制作技艺”等56个项目进行数字化记录,并对4名高龄传承人实施抢救性保护工程记录,确保技艺传承“不断代”。

筑牢传承根基:从师徒到基地,让非遗“有人可继”

“江氏杆秤”是省级非遗项目,江氏杆秤五代传承人将“铜芯防锈”“分毫不差”的匠心工艺代代相传。传承人是非遗活态传承的核心。新洲区构建“省一市一区”三级传承人体系,认定省级代表性传承人5人、市级28人、区级69人,并设立6个非遗传承人工作室和5个传习基地。

同时,新洲区推动非遗进校园、进社区,将“牌子锣鼓”“皮影戏”“湖北大鼓”等纳入中小学美育课程,举办“非遗少年说”等活动,培育青少年传承群体。

创新保护机制:从活动到品牌,让非遗“有声有色”

2024年,“旧街花朝活动”融合传统花神祭祀与现代市集,单日客流近20万人,带动周边农产品销售超百万元。新洲区将品牌化活动作为非遗“破圈”的关键,打造“问津艺术”“民间艺术”“旧街花朝”三大文化IP,年均举办非遗展演、技艺大赛等活动50余场。

政策护航则为非遗保护提供坚实保障。新洲区严格落实《非物质文化遗产法》,出台非遗项目保护专项规划,对“城楼寨茶叶制作技艺”“汪集鸡汤制作技艺”等8项省级非遗实施“一项目一策”精准保护,并设立非遗维权援助中心,打击侵权行为,维护传承人合法权益。

赋能产业发展:从技艺到行业,让非遗“有利民生”

非遗保护的价值,最终体现在惠及民生。新洲区推动“非遗+产业”融合,将传统文化资源转化为经济发展动能。如旧街白茶:通过地理标志品牌整合,12家茶企共享“旧街白茶”标识,带动2.2万亩茶园年产值突破2亿元,3万茶农人均增收近万元。汪集鸡汤从瓦罐煨汤到工业化生产,5家规模化企业年销易拉罐汤品1200万罐,联动禽类养殖、冷链物流等上下游产业,形成10亿元产业集群。

江氏杆秤在坚守“诚信传家”精神的同时,探索跨界融合。通过开发杆秤主题文创、开设非遗体验课程、参与文旅展会,让传统技艺走进现代生活。其制作的杆秤不仅作为工艺品被收藏,更成为企事业单位的“诚信礼”,实现文化价值与经济价值的双赢。

助力文旅融合:“花朝”与“花季”共赴诗与远方

3月中旬起,新洲旧街万亩油菜花海进入最佳观赏期。层层叠叠的金黄花浪与红色旅游公路沿线的樱花长廊交相辉映,形成“金镶玉”的独特景观带。问津书院周边的千亩桃林将于3月下旬迎来盛花期,游客可参与汉服游园会,在古风市集中体验茶艺、香道等传统文化。

与赏花季恰逢其时,“旧街花朝活动”每年吸引超10万人次参与,一场花朝活动带动一个赏花消费季,今年新洲区的花朝非遗活动,将非遗传承融合全域旅游开发出全新场景,并以服务保障应对春季客流高峰,新洲区开通邾城客运站至各赏花景区的旅游专线,增设临时停车场12处。区文旅局联合本地农家乐推出地方特色消费项目,游客可品尝地标美食汪集鸡汤、张店鱼面,入住悠然居露营度假村、问津缘休闲小院、半山松院民宿等特色民宿。

“今年我们重点打造‘赏花+研学’‘赏花+康养’等新业态,将26个美丽乡村示范点纳入赏花线路。”新洲区文旅局负责人介绍,全区已培训乡村讲解员80余名,新增观景平台、智慧导览等设施,以花为媒推动农文旅深度融合。

新洲区以非遗为纽带,推动“文化+旅游+农业”深度融合。依托问津书院、将军山红色旅游线等资源,串联非遗体验点,打造“非遗之旅”精品线路。游客可在“稻田记忆”景区体验农耕文化,在凤凰镇“路亚小镇”参与垂钓赛事,在汪集美食街品尝非遗鸡汤,在旧街茶山亲手制茶,形成“游中带学、玩中带购”的全域旅游模式。

此外,新洲区创新推出“问津文旅”IP,将汪集鸡汤、旧街白茶等非遗产品纳入“武汉礼物”,通过电商平台和文旅推介活动销往全国。2023年,城楼寨茶艺亮相马来西亚“武汉文化旅游周”,非遗文化借船出海,成为国际交流的亮眼名片。

“非遗保护不是简单的‘博物馆式’封存,而是要让传统文化与当代生活共鸣。”新洲区文旅局负责人表示,将以非遗为纽带,持续探索文化赋能产业振兴的新路径,让千年文脉在创新中生生不息。

撰文:蔡爽 张芬 占霜若 袁晓西

江氏杆秤制作技艺

汪集鸡汤制作技艺

城楼寨茶叶制作技艺