

春运期间全市运送旅客474.36万人次

邵阳日报讯（记者 刘波 通讯员 刘炼 曾孟良） 2月22日,为期40天的2025年春运结束。2月23日,市春运办通报春运有关情况。春运40天里,全市累计完成旅客运输474.36万人次,同比下降0.64%,没有发生较大以上安全

生产责任事故,没有旅客长时间滞留,没有长时间、大面积交通拥堵,无重大服务质量投诉。

据统计,40天里,全市道路客运送旅客240.85万人次,同比下降14.1%;水路客运送旅客2万人次,同比上升

20.1%;铁路客运总量229.3万人次,同比上升15.7%,民航进出港总量2.21万人次,同比上升15.7%。此外,邵阳高速公路出入口总流量为678.27万辆,日均16.96万辆,较2024年同期增长3.26%。

工、购买原材料等方式为周边农户提供就业岗位50余个,惠及当地农户100余户。

2024年,我市积极融入全省林业五大“千亿产业”战略,积极推进“油茶扩面提质”和“以竹代塑”工程建设,以油茶产业为引擎、以南竹、林下经济、花卉苗木等产业为驱动的产业集群蓬勃发展。全市竹林面积16.82万公顷、立竹5.62亿根,均居全省第一;林下经济经营面积23.47万公顷,拥有1200多家专业合作社;花木种植面积1.92万公顷,年产观赏花木638.69万株。目前共有6家国家级、74家省级、94家市级林业龙头企业,2家国家林业标准化示范企业、1家中国十大花木企业、2家湖南省竹产业十强企业。

生态资源是天然的“清凉资源”“康养资源”,我市以景为媒,把“风景”变成“产业”,将“美丽”转化成“生产力”,“生态+文旅”产业发展得风生水起。2024年,全市建成省级森林康养基地4处,建有邵东怡卉园、隆回县向家村等集森林康养、生态旅游、休闲观光为一体的林业生态观光园50余个。

压实护林责任 筑牢生态屏障

生态护林员是林草工作的最基层、最末端,是林草事业落地落实的“最后一公里”“关键一公里”。2024年,我市全面建立四级林长制组织体系和生态护林员网格化监管体系,构建责任明确、协调有序、保护有力、持续发展的林业保护发展格局。同时以林长制为总抓手,高位推进森林防火、资源保护、产业发展等各项林业重点工作,全年未发生一起森林火灾,珍稀野生动植物群持续扩增,林草产业总产值稳步提升。

人不负青山,青山定不负人。2025年,全市林业部门将乘势而上、奋斗拼搏,着力构建全域绿美大格局,加快提升生态价值转化率,为实现可持续发展和建设美丽邵阳贡献林业力量。

回眸 2024

逐“绿”而行

——2024年全市林业工作综述

邵阳日报记者 黄云 通讯员 肖茗兮

辽阔壮美的南方“呼伦贝尔”城步南山大草原,吸引着无数游客前去纵马欢歌;洞口县大湾国有林场森林康养中心,高浓度负氧离子让空气中弥漫着清新气息;邵东市廉桥镇中药材种植基地,玉竹、芍药、玄参、丹皮等道地药材遍布山野;绥宁县李熙桥镇竹木加工厂里,竹筷、竹勺等产品经包装后远销东南亚……

既要绿水青山,也要金山银山。2024年,全市林业部门牢固树立“绿水青山就是金山银山”理念,坚持走生态优先、绿色发展之路,持续实施国土绿化行动,深化集体林权制度改革,积极发展林业产业,推深做实林长制等工作,以绿色赋能高质量发展。

厚植绿色本底 拓展造林空间

“村口的那棵古树,与一年前相比粗壮了不少哩!”“城里有公园,我们村里有游园,大家闲暇时间来这里休息、乘凉、锻炼,真是太舒服了。”……新春佳节,洞口县花古街道正龙村的乡村小游园内聚集着一群返乡人员,互相感叹着家乡的变化。

昔日荒废地,今朝变游园,正龙村的改变不是个例。2024年,我市着力提升乡村美化品质,有力有序推进乡村公园建设,首批成功创建4个示范性乡村公园,32个特色乡村休闲公园,330个乡村小游园,提炼出以“整村推进、产业支撑、持续发展、全民共享”为核心的乡村绿化美化和乡村公园建设“邵阳模式”“邵阳经验”。

推窗见绿地,出门进公园。绿色,代表着一座城市的品位和格调。2024年,我市坚持义务植树基地化,依托城镇面

山、通道绿化、四荒绿化,累计完成义务植树1684.92万株。聚焦“生态优”,以双重项目为主线,以生态廊道工作为重点,造林质量稳步提升,完成营林和草原修复任务共8.097万公顷,有力推动了国土绿化行动。

深化制度改革 激发林业动能

“林中的虫子是鸡最爱吃的食物,鸡粪是天然的有机肥,林中养了鸡以后,植物更茂盛了,鸡的品质也比家养土鸡好很多。这个春节,走地鸡在市场上走俏得很。”洞口县士山农业发展有限公司负责人刘柏连正在给鸡喂食。近年来,乘着集体林权制度改革工作的东风,刘柏连的养殖基地建得越来越多,不仅富了自己的腰包,还鼓了邻里乡亲的钱袋子。

集体林权制度改革是完善农村基本经营制度的重大实践,对推动林业高质量发展、激发乡村全面振兴活力、深化生态文明体制改革具有重要意义。2024年,我市在全省率先成立深化集体林权制度改革工作专班,以盘活林地林木生态资源为目标,着力培育林业规模经营主体,积极探索生态产品价值实现机制,推动山区林区“含绿量”“含金量”同步提升。

壮大林业产业 铺就富民之路

如何实现“生态美”与“百姓富”同频共振?“产业生态化、生态产业化”正是破题之道。

绥宁县李熙桥镇的腾辉竹木加工厂里,工人们在各自的岗位上有条不紊地进行锯竹、破竹、分篾、编织等工序。腾辉竹木加工厂是当地引进的一家生产竹帘和筷子等竹产品的企业。通过企业培训,产品粗加

以产聚才,实现城市与人才双向奔赴

了拓宽大学生创业金融支持渠道、设立邵阳大学生创业投资基金、推进大学生创业孵化基地标准化建设等3个方面8条硬举措。

邵阳还将每年4月23日设立为“邵阳市人才日”,以城市最高礼遇,最大诚意致敬人才。对高层次人才发放“宝庆人才卡”,持卡人才即可享有子女入学、免费体检等优待优惠政策。

日前,省委人才工作领导小组发布《关于加快吸引集聚青年人才留湘来湘 推进年轻人友好省份建设的若干措施》明确,从18个方面激发青年人才创新创造活力,推进年轻人友好省份建设。

为了更好贯彻落实省里的措施,邵阳正在整合部门单位资金、资源、政策,研究支持青年人才创新创业具体办法。

邵阳市委组织部人才办主任段叶秋介绍,邵阳将优化青年人才政策,加快建设青年人才驿站,充分发挥邵阳市大学生创业投资基金作用,加大青年人才支持力度。

“通过多元模式,靶向施策,一粒‘种子’落在邵阳,很快就能生根发芽、茁壮成长。”邵阳市委书记严华说,邵阳高度重视青年人才,一定让他们实现理想、广受尊重、生活幸福,让广大青年才俊成为“了不起的你”。

聚焦“产业之要”构筑“用才高地”

“2025年,邵阳要大力推动产业兴邵、开放活邵、科技强邵,推动科技创新

春节假期结束,运动消费逐渐升温——节后健身「热辣滚烫」

▲大祥区某健身会所内,几名健身会员正在跑步机上挥汗如雨。

邵阳日报记者 郭慧鹏

阖家团圆、美食相伴是春节必不可少的主题,然而连续大鱼大肉、大吃大喝也让不少人陷入了“逢节胖三斤”的尴尬。2月18日,记者在市区几家运动健身场所探访,发现随着春节假期的结束,门店已恢复往日人气,越来越多的市民加入减脂健身行列,“节后经济”逐渐升温。

健身房热度攀升

2月18日下午2时,位于友阿国际商场附近的燃鱼健身房里陆续有顾客进场,有的在跑步机上挥汗如雨,有的在教练指导下进行力量训练,还有的在向工作人员咨询会员套餐内容。

“我们是去年11月开业的。假期结束后这段时间,健身房的人明显增多,大家恢复了规律的工作和生活,每天有上百人过来运动打卡。”店长唐女士介绍,每天12时至15时、18时至20时是高峰时段,不少上班族趁着午休和下班后减脂塑形,仍在寒假期间的大学生对健身兴致也很高。

大祥区某健身会所内,学员们正在跟着教练练习全身塑形的瑜伽动作,随后还将学跳一段动感十足的燃脂舞蹈。“这是我们2月份新推出的团课活动,保证每天都有新花样。”该会所销售部雷经理说,“年后来办卡的顾客中有一半以上都是为了减肥,大家一起锻炼更有氛围,更有动力。”

为了抓住这波可观的客流量,各大健身房纷纷出招,结合消费者的运动需求推出了一系列个性化的健身课程和训练计划,还将原有的私教内容细分出团操、瑜伽、普拉提、舞蹈等课程,为消费者提供更专业细致的服务。

掀起节后运动热潮

“过年暴饮暴食,体重直接飙升了好几斤,衣服都不好买了,马上把年后减肥提上了日程。”家住大祥区体育中心附近的李女士听说小区业主社群正在组织夜跑,毫不犹豫地报了名。跑步作为全民健身的重要组成部分,因其普及率高、参与门槛低的特点,受到越来越多人青睐,并直接拉动了跑步鞋、运动服、智能手表等运动装备和科技产品的消费。

“年后工作堆积成山,肩颈很容易出问题,利用午休时间跟着线上健身App活动筋骨很方便。”常在办公室久坐的袁先生说。在抖音、小红书、B站等线上

平台,有氧跳操的主播借着年后减脂的东风,纷纷开启了运动直播,在线观看人数直线上升。

此外,记者注意到,许多专做轻食减脂餐的本地商家入驻了美团、饿了么等外卖平台,并将低卡低脂、绿色健康、营养均衡打造为餐品的主要卖点,月售量好的在一千单以上。“过年大鱼大肉吃腻了,吃点轻食既能满足味蕾又不用担心长胖,简直是减肥人士的福音啊!”市民邓女士说。

随着新场景、新业态、新模式不断涌现,有着迫切减脂需求的市民尤其是年轻群体,不再局限于在传统健身房运动打卡,他们根据自己的生活习惯和身体条件,倾向于选择更加个性化、科学化、日常化的健身方式。

节后减脂应循序渐进

面对春节后的健身潮流,急于求成可能会适得其反。“完全理解大家过节后想要快速恢复身材的迫切心情,但真正的改变从接纳自己的身体开始,不要被体重秤上的数字绑架。”拥有8年教学经验的朱教练提醒,节后减脂需循序渐进,可以先用体脂率和腰围数据作为参考指标,配合记录饮食和训练感受,用科学的方式重启身体。

“饮食调控是减肥最重要的部分,轻食不等于节食。”邵阳学院附属第二医院体检中心副主任、健康管理师王蕾表示,节后饮食要适当减少高油、高盐、高糖食物的摄入,同时保证摄入足够的优质蛋白,每天足量饮水,增加蔬菜、粗粮等富含膳食纤维的食物比例。对于运动健身,她建议,可以在早晨空腹时进行低强度有氧,例如快走、慢跑等,在傍晚进行抗阻训练,如跳绳、仰卧起坐、引体向上等,上班族可以在办公室利用碎片化时间进行运动。

节后健身减脂热的背后,折射的是市民健康意识的提升,越来越多的人正在将健身视为长期健康投资。