

文化中国行

平塘

# 龙舟下水迎端午 厉兵秣马备战水龙节



龙舟下水

本报讯（平塘县融媒体中心 江利 何明珠）近日，平塘县金盆街道双桥村湾寨组与县城河段同步举行龙舟下水仪式，当地延续百年的端午吃刨汤肉、龙舟试水等民俗正式开幕，全县龙舟队伍全面开启集训，全力备战第十一届布依族水龙节。

日前清晨，平塘县金盆街道双桥村湾寨组河岸边，男人们杀猪、女人们备菜，灶火映着一张张笑脸。这是龙舟下水前，全寨人祈福平安、为龙舟健儿壮行的庄重时刻。

“我们湾寨划龙舟已有上百年历史，代代相传、年年坚守。老辈人常说，赛前同吃一锅刨汤肉，队员下水便能奋力奋进、勇毅争先，讨的是四季平安的好彩头，聚的是全村一心的精气神。”湾寨组村民方令表示，一年一度的民俗仪式，承载着全村人的期盼与厚望，大家齐心协力、同心赋能，盼望龙舟队能在水龙节赛场奋勇拼搏、载誉归乡，为村寨争光添彩。

灶火正旺，鼓点已催。开席前，队员们将龙舟抬入水中，鞭炮声中挥桨斩浪，拉开了今年水龙文化节备战的序幕。

“今天龙舟下水，我们就是为了今年的平塘水龙节进行备战，等高考结束以后，我们就加强训练，争取今年拿个好成绩。”湾寨组龙舟队队员索绍昭对比赛充满信心。



龙舟训练

今年，湾寨组许多在外务工的年轻人专门赶回，只为这一浆人水、百桨同心。

“全村上下同心发力，有钱出钱、有力出力，一同筹备刨汤宴、聚力备战赛事。我们不仅要冲刺赛事冠军，更要通过龙舟竞渡，向外展现湾寨人团结一心、奋勇进取的精神风貌，把老祖宗留下的民俗文化好好传承下去。”湾寨组龙舟队队长介绍，此次备赛是赛事比拼，更是民俗传承，全村上下凝心聚力，只为守护百年乡韵、续写龙舟新篇章。

一村下水，全县响应。在湾寨组火热备赛的同时，平塘县城河段同样训练氛围浓厚，县龙舟队同步完成龙舟下水试水，队员们抢抓备赛窗口期，日复一日劈波斩浪、刻苦集训，不断提升竞技水平。从乡土村寨到城区河畔，从民间队伍到专业梯队，全域联动、全民参与的备赛热潮席卷平塘，让古老的龙舟民俗在新时代焕发蓬勃生机。



车手在比赛中

本报讯（福泉市融媒体中心 黄旭 康智波 尚玉杰）近日，2026年中国山地自行车联赛第二站（贵州·黔南站）在黔南州福泉市双谷生态体育公园正式开赛。作为国内A级专业自行车赛事，本次赛事汇聚全国14支省级专业代表队、近400名专业运动员及骑行爱好者参赛，为期两天的山地骑行竞速赛事，不仅展现了山地自行车运动的竞技魅力，更助力福泉打造“体育+文旅”城市名片，赋能贵州山地户外体育产业发展。

本次赛事规格专业、阵容强大，覆盖辽宁、山东、云南、四川、贵州等多地专业骑行力量。赛事设置成年组、青年组、公开组三大组别，包含男女越野赛、淘汰越野赛、计时赛、团体接力赛等多个竞赛项目，全方位考验参赛选手的骑行速度、操控技巧和综合竞技素养。

赛事首日率先开启成年男子组、青年男子组越野赛比拼，随后成年女子组、青年女子组及大众骑游组依次登场。参赛选手们驰骋在依山而建的专业赛道上，流畅完成爬坡、俯冲、过弯等一系列高难度动作，在错落的山林梨园赛道上奋勇角逐，呈现出诸多精彩竞技瞬间，引得现场观众频频驻足。

专业赛道的搭建与赛事体验，获得参赛选手的一致认可。斩获成年男子组越野赛冠军的云南队选手吕先景表示，福泉赛道专业性极强，融合了综合能力考验与下坡技术挑战，加之园区植被茂密、生态环境优越，氧气充足，为选手发挥最佳竞技状态提供了良好条件，这也是他首次在福泉赛道参赛，体验感极佳。

青年选手与大众骑手也在赛事中收获满满。参赛仅



选手们在梨园中驰骋比拼

五个月的青年男子组选手胡承绩表示，本次赛事选手整体竞技水平出众，福泉赛道起伏设计极具特色，虽本次成绩未达预期，但他积累了宝贵经验，立志冲击下一站赛事前八名。来自都匀的大众骑手选手韦女士表示，亲民的赛事形式有效调动了群众运动热情，沉浸式的赛场氛围，让普通骑行爱好者也能感受运动魅力、体验骑行乐趣。

据悉，该联赛全年设云南芒市、贵州福泉、西藏山南、贵州遵义等七大赛区。作为贵州核心赛区，福泉赛道依托本地喀斯特山地地貌打造，兼具竞技性与原生态观赏性，是适配专业赛事的优质山地骑行赛道。下一步，福泉将持续打造知名自行车赛事IP，擦亮“体育+文旅”特色名片，提升城市知名度与美誉度，为贵州建设山地户外特色体育强省注入新动能。

## 2026年中国山地自行车联赛 第二站（贵州·黔南站）在福泉开赛

惠水

### 养老机构“明厨亮灶”全覆盖 筑牢舌尖安全防线



陪餐干部在同老人交流

本报讯（李然）为守护养老机构老年人饮食健康，惠水县以“互联网+明厨亮灶”提质升级为抓手，通过“三强化一落实”举措，在全县标准化养老机构实现“明厨亮灶”全覆盖，以透明化、规范化、标准化管理，切实筑牢424名集中供养老人的舌尖安全防线。

目前，惠水县7家养老机构已全部完成“互联网+明厨亮灶”改造，后厨食品加工、烹饪消杀等全流程可视可溯。当地通过健全制度、透明监管、常态督查及陪餐等举措，构建起全方位、全链条的食品安全管理体系。

强化标准体系建设，压实主体责任。惠水县完善食品安全管理制度，细化食材采购、后厨操作、餐具消杀等全流程标准，明确岗位职责并纳入日常考核，实现责任到人。同时，严格落实食材索证索票、进货查验及食品留样等制度，从源头严控食材质量，杜绝不合格食材流入餐桌。

强化后厨透明升级，打通阳光监管通道。依托“互联网+明厨亮灶”模式，全县养老机构厨房全面布设监控设备。老人、家属及管理人员可通过现场窗口或线上平台，实时查看后厨食材处理、烹饪及器具消毒全过程。全程公开透明的模式，有效破解了传统后厨监管隐蔽性难题，全面消除了后厨监管盲区。

强化常态监管巡查，筑牢长效安全屏障。当地建立“日常巡查+定期抽查+随机暗访”立体化监管模式，由民政部门联合市场监管部门开展常态化检查，重点排查环境卫生、食品储存、人员健康及操作规范等环节，对隐患立行立改。截至目前，全县已开展专项检查5次，排查整改问题20个，整改率达100%。此外，定期组织后厨人员开展安全培训，提升专业能力与责任意识，引导机构合规自律。

落实常态化陪餐制度，贴合老年人饮食需求。惠水县印发《养老机构陪餐制度（试行）》，建立多级联动陪餐机制，明确县级民政部门及属地乡镇领导干部常态化陪餐，相关部门按需参与。陪餐中重点核查食谱落实、食品留样及操作规范，实地品鉴餐饮质量，并倾听老年人饮食诉求，精准优化餐饮服务。目前，全县养老机构已累计开展陪餐56人次。



长顺威远社区

### 众筹共治聚民心 修路治河促振兴



清理河道沿线垃圾

本报讯（班洪雪 长顺县融媒体中心 班婉怡）“寨子是我们自己的家，环境变好、道路通畅，受益的都是我们老百姓！”近日，长顺县威远社区回龙寨组通过自查上报、社区统筹、群众众筹共建的方式，自发开展环境治理和机耕道拓宽行动，进一步推进“两清两改两治理”，优化人居环境，实现治理提效、环境提质、民生提优。

此次行动源于回龙寨组群众在巡查中发现的安全与出行痛点。回龙寨桥边路口至文昌河道沿线杂草丛生、杂物堆积，易藏毒蛇；同时，全长2公里的沿线道路仅宽1.2米，狭窄难行，严重制约了农耕运输和群众日常出行。

为彻底解决这一难题，回龙寨组长在微信群内发出共建倡议，迅速得到组内62户群众积极响应。村民们有钱出钱、有力出力，累计筹集款项5000余元，全部用于此次环境提升整治。整治现场，威远社区组织15名工作人员与回龙寨组100余名群众全员上阵。青壮年集中清理河道沿线杂草藤蔓与散落垃圾，承担场地拓宽等重体力工作；妇女群众则负责采购、做饭等后勤保障。在人力协同的基础上，现场还调配1台挖掘机对原有土路进行拓改翻新。经过施工，原本1.2米的狭窄路面被拓宽至2米，满足了三轮车顺畅通行需求，有效解决了农资运输和秋收转运难题，为春耕播种、秋收丰收提供了坚实保障。

下一步，威远社区将持续深化“两清两改两治理”，总结推广回龙寨组群众自发众筹、自主参与环境治理的有效经验。通过典型带动与机制引导，进一步激发群众完善基础设施、优化人居环境的内生动力，切实打通通往幸福生活的“便民路、小康路、振兴路”。

两清两改两治理

## 赛动黔景·活力省运

### 贵州省第十二届运动会群众赛事活动健身瑜伽项目在独山举办

本报讯（独山县融媒体中心 谢煜）近日，贵州省第十二届运动会群众赛事活动健身瑜伽项目比赛在独山县百泉大酒店顺利举行。

本次赛事采用“视频上传、线下评审”的创新竞赛模式，参赛选手提前录制参赛项目视频并提交，由专业裁判集中观看视频、现场打分评判，既简化了参赛流程，也保障了赛事的有序开展。

当天，共有15支队伍、31名爱好者参加单人、双人、

集体项目的竞技。视频中，选手们伴着舒缓的节奏从容展演，动作流畅标准、体态优美舒展，将健身瑜伽的柔韧性、协调性与艺术性完美融合，每一组动作都尽显扎实功底，充分展现了积极健康的运动风貌。

为严守赛事公平、公正、公开原则，本次赛事特邀全省各地专业裁判组成执裁团队全程评审。来自贵阳的裁判解西燕表示，全体裁判始终坚守专业、严谨、公正的执裁准则，严格对照统一评分标准逐项打分，客观真实评定每

一位选手的竞技水平，确保赛事结果透明可信、经得起检验。

作为本次赛事的承办地，独山县全力做好各项保障工作。独山县文旅局相关负责人介绍，赛事筹备阶段，当地细化分工、压实责任，对赛程排布、参赛资料收集、评审场地布置、赛事服务保障等各个环节进行全方位梳理完善，全方位筑牢赛事运行保障防线，助力赛事平稳落地、顺利开展。

经过认真评审，黔西南州选手张丹获单人第一名；贵阳市选手李米、何财红获双人第一名；贵阳市代表队获集体赛第一名。

健身瑜伽是深受群众喜爱的健身项目，兼具健身性与观赏性。此次赛事在独山开展，不仅为全省瑜伽爱好者搭建了切磋交流、展示风采的优质平台，更丰富了群众精神文化生活，进一步营造出全民参与、乐享省运的浓厚氛围。