

“95后”女孩扎根乡村开民宿 “宿”造乡村烟火气



青山叠翠的安徽天柱山脚下，有一位深耕乡村民宿旅游的“95后”女孩，她叫葛翔宇。从最初“拼命想走出大山”，到如今主动返乡接手父亲的农庄事业，她用行动坚守乡村热土，深耕民宿农家乐赛道，以实干与创新书写着乡村文旅融合的创业故事，也为乡村振兴注入了鲜活力量。

初心归乡：从不舍坚守到民宿业态转型升级

“如果没有父亲，我或许不会踏上返乡这条路。”谈及返乡的初衷，葛翔宇满是感慨。葛翔宇本科就读于北京师范大学，原本拼命读书就是为了走出大山，但她却因为父亲最终选择再次回到家乡。葛翔宇介绍，父亲一生扎根乡土，怀揣着对大山的热爱白手起家，从一间小小的农家乐起步，呕心沥血打造出卧龙山山庄，即便年岁渐长，依旧每日奔走在山庄里，守着这份倾注半生心血的乡村民宿事业。

可在2018到2019年，卧龙山山庄遭遇经营困境，生意一度陷入低迷。看着父亲苦心经营的民宿农家乐事业面临难关，葛翔宇心中满是不舍，毅然决定放弃回到家乡扛起家业。“我们两代人，都不是追求短期利益的生意人。”葛翔宇坦言，接手这份事业，

她从没想过赚快钱，而是立志将民宿农家乐做精做优，打造成独具特色的乡村文旅品牌，完成两代人的乡村事业传承。

返乡后的葛翔宇，没有墨守成规、守着旧模式经营，而是敏锐洞察乡村旅游发展趋势，全力推动民宿农家乐业态转型升级。她清晰认识到，传统农家乐的单一餐饮住宿模式早已跟不上市场需求，民宿旅游只有与特色产业深度绑定，才能实现长远发展。凭借精准的定位与用心的运营，2022年，卧龙山山庄成功获评“安徽省职工疗休养基地”，成为全省第二批、潜山市仅有的两家获此资质的基地之一。

抓住这一发展契机，葛翔宇迅速调整经营方向，将客源重心转向职工疗休养市场，有效填补了周中旅游淡季的运营空白，彻底盘活了山庄经营，大幅提升了综合效益。在她的经营理念里，民宿农家乐从不比拼硬件设施，而是深耕贴心服务、原生态环境、地道农家餐饮三大核心优势。坚持蔬菜自种、黑猪自养、家禽自宰，让每一位食客都能品尝到记忆里“小时候的味道”；同时，她主动化身乡土文化讲解员，为游客讲述天柱山的历史底蕴与风土人情，让游客不仅欣赏山水美景，更读懂山水背后的文化内涵。

2024年，葛翔宇与父亲携手打造的

二期项目“浪漫星空营地”正式亮相，凭借全省规模最大的圆形星空房集群，成功解锁农文旅融合发展新场景，为乡村民宿旅游注入了全新活力，让卧龙山山庄成为天柱山脚下独具特色的文旅打卡地。

反哺乡邻：深耕民宿产业共筑乡村振兴梦

葛翔宇的返乡创业，不仅让自家的民宿农家乐事业重焕生机，更成为带动周边村民增收致富的强大动力。多年来，卧龙山山庄长期固定吸纳近20名村民就近就业，每年临时用工支出达二三十万元，年均采购当地农户蔬菜、干货等农产品超十万元，以实实在在的行动，为乡亲们拓宽了增收渠道。

同时，她积极对接各地研学机构、工会团体，不断拓宽客源渠道，全力推介天柱山文旅资源，让潜山乡村民宿、农家乐品牌影响力持续扩大。在葛翔宇看来，乡村民宿、农家乐的核心竞争力，从来不是冰冷的房间与设施，而是独有的乡土特色与文化底蕴。“一味靠客房营收走不远，唯有转型创新、深耕特色，才能长久发展。”

秉持着共同发展的理念，她时常与周边民宿、农家乐经营者分享经营经验、



▲葛翔宇在整理民宿房间
▲卧龙山庄外景
通讯员 金朝阳 摄

探讨发展思路，携手带动区域乡村旅游产业整体提质增效。从主动配合修路、无偿让地，到助力乡村基础设施完善、推动乡村产业配套升级，葛翔宇与父亲始终把带动乡邻共同富裕放在心上、落到实处，用深耕民宿产业的实际行动践行着乡村振兴的使命。

“我们每一个人，都是家乡的宣传大使。”葛翔宇始终这样认为，也始终这样践行。她带领团队用心做好每一项服务、严把每一处品质，用真诚与专业留住每一位游客，让更多人认识天柱山、了解潜山、爱上这里的乡土风情。如今，卧龙山山庄的客源结构实现优化升级，从以往零散游客为主，转变为休疗养团队为主，客源覆盖合肥及皖北多个地市，即便在旅游市场面临压力的大环境下，依旧保持着稳健的发展势头。

从最初因不舍父亲返乡守护家业，到如今深耕民宿农家乐、主动扛起乡村文旅发展的大旗，葛翔宇用热爱与坚守、创新与实干，书写了新时代年轻人扎根乡土、深耕乡村旅游的动人故事。她的创业历程，也激励着更多有志青年回望乡土、扎根乡村，在广袤的农村大地深耕细作，共同绘就美丽乡村、产业兴旺的崭新画卷。

全媒体记者 付玉 通讯员 金朝阳

新闻广角

长岭镇深耕特色农业赛道

本报讯 一直以来，望江县长岭镇立足本土资源禀赋，深耕特色农业赛道，以标准化种植、精细化管护、科技化赋能、全链条延伸为抓手，让小小葡萄变身“致富果”，串起乡村产业振兴、群众增收致富的完整链条，绘就和美乡村新图景。

初夏时节，长岭镇数字农业产业园葡萄基地生机盎然。连片钢架大棚鳞次栉比，翠绿藤蔓攀架舒展，串串幼果缀满枝头。种植户与村民手持疏果剪，俯身修整果穗，剔除劣果劣果，棚内农事繁忙、干劲十足。

精细化管护，是葡萄提质增效的核心密码。基地负责人刘丙华深耕现代农业多年，2024年返乡创业，斥资近3000万元打造标准化数字农业产业园，配套智能灌溉等现代化设施，推行科学化、集约化种植管理。基地严格遵循“去小留大、去畸留优、去密留疏”原则，对“阳光玫瑰”“夏黑”“巨峰”等优质品种开展三轮精细疏果，保障每颗果粒养分充足、果穗匀称饱满。今年基地预计亩产4000斤，优质果占比超80%，亩均产值突破2万元，实现品质与效益双提升。

一颗葡萄，带动一方增收。产业园搭建稳定就业平台，常年带动6名本地村民务工，农忙时节日均用工超10人，村民足不出

村就能实现就业增收，一天收入可达80元。“在家门口干活，既能挣钱，又能照顾家里老人孩子，特别踏实方便。”正在疏果的村民程结霞，道出了当地群众的心声。与此同时，基地还联动农技部门常态化开展技术指导，优化种植流程、降低种植成本，减少病虫害侵扰，种出的葡萄口感纯正、品质上乘，收获市场良好口碑。

销路通，则产业旺。基地打通多元销售渠道，目前，基地八成以上葡萄通过老客户订购、商超直供、现场采摘等方式快速销售。每年7至9月采摘季，大批游客慕名前来体验采摘乐趣，有效激活了乡村农旅消费，实现了“农业+文旅”双向赋能。

近年来，长岭镇持续优化农业产业结构，大力扶持返乡能人创业兴业，重点发展葡萄、圣女果、草莓等特色种植，推行“基地+农户+技术培训”模式，既壮大了村集体经济，又带动了群众稳定增收。长岭镇将持续聚焦品牌打造、电商拓展、农旅融合三大方向，深耕采摘体验、研学实践、休闲观光等新业态，持续延伸葡萄产业链、提升价值链，让“小葡萄”真正成为撬动乡村全面振兴的“大引擎”。

(通讯员 檀春红 全媒体记者 罗少坤)

审计监督让群众更有“医”靠

本报讯 近日望江县审计局聚焦卫生健康领域重点，以审计助力县域卫生健康事业高质量发展。

望江县审计局在县级预算执行审计中，聚焦民生福祉，重点关注扩大国家免疫规划、农村地区“两癌”筛查、育儿补贴、农村计生家庭奖励扶助、县域医共体能力提升等卫生健康领域政策落实及资金管理情况，从政策落实、项目实施、资金管理到使用效益开展全链条审计监督。创新审计方式，审计人员依托大数据分析，将各类专项资金

财务数据与业务数据、业务数据与公安、社保、残联等外部数据相结合，精准揭示“两癌”筛查对象重复筛查、不符合农村计生家庭奖励扶助条件对象违规领取奖扶资金等问题。突出闭环管理，坚持研究型审计思维，深入开展政策研究、案例分析，注重从制度层面剖析原因，提出针对性、前瞻性审计建议，通过“审计一分析一建议一整改”闭环机制，推动卫生健康惠民政策落地见效，助力县域卫生健康事业高质量发展。(全媒体记者 汪秀兵 通讯员 蒋盈盈)

让缕缕茶香飘向远方

本报讯 桐城市唐湾镇大塘村是“桐城小花”的核心产区之一，全村茶园面积超过2200亩。放眼望去，层层梯田式的茶山郁郁葱葱。

5月11日上午，望着这片茶山，大塘村党支部书记华国临告诉记者，这些年村里通过政策引导和集体示范，家家户户种上了茶树，茶产业年总产值突破千万元，成了乡亲们最踏实的“绿色银行”。

过去上山路不好走，鲜叶运下来损耗大，雨天更是一身泥。村里整合项目资金，修通硬化作业路、建起排水沟，还在高山盖了标准化摊晾间。如今鲜叶能及时摊放、及时下山，品质有了实打实的保障。

稳产增收，还得有兜底。大塘村与保

险公司合作推广茶叶种植保险，农户只出小头，省财政补贴大头，遇上倒春寒或干旱能拿到赔付，心里踏实不少。村里每年还以保护价收购散户茶草，帮缺销路的农户托底。“以前怕卖不掉，现在放心多了。”脱贫户段本贵感慨。

科技也在悄悄改变这座山村。在安庆市科技局帮扶下，村里建起茶叶科技特派员工作站，专家手把手教茶农科学管护、精准加工。生产线升级后，杀青、揉捻有了“数字参数”，老师傅守着烘培机“人工提香”，做出的茶色翠绿汤清、兰香扑鼻。

更让人眼前一亮的，是大塘村没有只守绿茶叶一棵树。2022年，他们成功研发出“大塘红”红茶，把以往弃用的夏

秋茶草变成了宝贝。“春茶做绿茶、夏秋茶做红茶”，红绿并举、风味互补，茶农每亩又能多收一千多元。“大塘红”的包装上印着山村的云雾与希望，正一步步走向更广阔的市场。

销路也越来越宽。村里与多家企业、单位建立稳定供销关系，中高端礼品茶每年卖出上千斤。同时牵手中国邮政，茶季设点、专线发货，白天采摘，晚上加工，次日就能寄到城市茶客手中。物流成本降了，茶叶身价涨了，村集体的腰包也跟着鼓起来——茶叶销售和加工每年为村集体带来二三十万元纯利润。这笔钱用在了刀刃上，硬化通组道路、改善供水设施、慰问困难老人……村民看在眼里，记在心里，路亮

了，灯亮了，党组织的号召力也更强了。产业兴，人也回来了。每年茶园管护、采摘、加工需要300多个季节性岗位，不少在外打工的村民选择茶季返乡，既能挣钱，又能照顾老人孩子。老茶农成了受人尊敬的“土专家”，年轻人也开始琢磨包装设计、电商直播。寂静的山村，因一片片叶子重新热闹了起来。

从一片嫩芽到一项产业，从传统耕作迈向品牌化发展，大塘村以茶为笔，以山为卷，在乡村振兴路上走出了一条生态美、产业兴、百姓富的特色发展之路，让缕缕茶香飘向远方。

(全媒体记者 何飞 通讯员 袁文龙 汪婧)

什么情况下需要做肠镜

李星缘

无黏液等伴随情况出现；而结肠癌引起的便血，肉眼多表现为暗红色，且与大便混合，呈黑色，部分患者伴随黏液、脓血。在日常生活中，如果我们不能很好的对两者进行区分，则需立即就医，交由医生判断，积极完善肠镜检查，尤其是年龄40岁以上、合并结肠癌家族史、长期便秘或腹泻等高危人群，应立即完善肠镜。

其次，罹患肠道肿瘤后患者肠道功能多受影响，出现大便习惯和性状的突然改变，这一症状较易被忽视。一般来说，我们日常的排便规律相对固定，若短期内出现明显变化(如排便次数突然增多或减少、排便性状改变、出现腹泻与便秘交替出现及排便时出现明显的里急后重感)，且持续时间大于2-3周及以上，就需要警惕肠道肿瘤可能。

此外，结肠癌中晚期的患者会出现腹痛、腹胀及腹部肿块等临床表现，肿瘤所致疼痛多为隐痛、胀痛或阵发性绞痛，疼痛部位多位于中下腹部，与肿瘤侵犯肠道壁、引发肠道痉挛密切相关；若肿瘤直径大，按压腹部时可摸到质地较硬、活动度差的肿块，尤以右半结肠癌上述表现最为突出。此外，长期的腹胀、消化不良，排除饮食因素后仍不缓解，也可能与肠道肿瘤堵塞、影响消化液分泌有

关，不要简单归为胃肠道疾病，也需要积极排除肿瘤。

最后，不明原因的体重下降、贫血、乏力等也是恶性肿瘤的全身信号，一旦患者出现这些表现多代表肿瘤可能已进入中晚期阶段。结肠癌患者因肠道出血、消化吸收功能下降，会出现慢性失血，导致贫血，患者可出现面色苍白、头晕、乏力、心慌、活动后气短等临床症状；而且，肿瘤作为消耗性疾病，会消耗身体营养，在保持正常饮食习惯的前提下也会出现不明原因的体重下降，且伴疲劳、精神萎靡等。

值得注意的是，除了上述明确的报警症状，高危人群即便无上述临床症状，也需定期完善肠镜检查，具体为：(1)年龄40岁以上的普通人群，临床建议每5-10年完善一次肠镜检查；(2)存在结肠癌家族史的人群，临床建议肠镜检查时间提前，即30-35岁就开始接受筛查，复查间隔时间为每3-5年；(3)有肠道息肉病史的人群，尤其是腺瘤性息肉等癌前病变的患者，疾病进展至肿瘤风险大，需积极完善肠镜检查，必要时内镜切除，同时术后密切复查肠镜；(4)长期患有炎症性肠病的人群，由于肠道黏膜长期处于炎症状态，癌变风险也会增加，定期做

肠镜检查也是极为必要；(5)有其他结肠癌高危因素的人群，如长期吸烟、饮酒、高脂低纤维饮食、久坐不动等，也建议定期接受肠镜检查。

此外，需要纠正大家的认知误区有两处，一为没有症状就不用做肠镜，二为肠镜检查很痛苦，能不做就不做。前文我们已经提到，早期结肠癌大多没有明显症状，等到出现前述不适症状，往往已进展至中晚期，将肠镜作为常规体检项目有重要临床意义。同时，随着肠镜技术的进步及优化，无痛肠镜已在临床广泛普及，实施静脉麻醉后，患者在睡眠中完成检查，全程无明显痛苦，检查时间明显缩短且术后恢复快，对正常生活影响极小。结肠癌并不可怕，它是一种可防可治的恶性肿瘤，治疗关键在于早筛查、早发现。在此需要提醒大家，一旦出现便血、大便习惯改变、腹痛腹胀、不明原因体重下降或贫血等不适症状，一定要立即到医院就诊，及时做肠镜检查；高危人群更要定期筛查肠镜，避免发展到肿瘤阶段。

(作者单位：安庆一六六医院肿瘤科)



赛场逐梦燃动青春

本报讯 日前，桐城市龙眠街道盛唐社区、王墩社区、同安社区、南演社区联合15家共建单位，共同举办“青春向党，奋进新征程”趣味运动会，让职工们在轻松愉快的氛围中进行体育锻炼，既能有助于身体健康，还能缓解工作压力。

来自各社区及共建单位的100余名青年职工踊跃参赛，在跳绳、背部夹球、接力赛、拔河四个项目上展开角逐。比赛兼顾

趣味性与合作性，既考验个人运动能力，更锤炼团队默契与临场应变能力。赛场上，各队伍斗志昂扬，配合默契；场边加油声、掌声此起彼伏，气氛热烈。

此次活动也是龙眠街道深化社区与共建单位联动机制的举措之一。接下来，各社区将继续围绕青年需求，开展更多贴近实际、富有朝气的共建活动。

(全媒体记者 何飞 通讯员 吴碧)

依山傍水建家园 幸福指数节节高

本报讯 5月10日，走进怀宁县洪铺镇黄山村河边组，青山环抱间，白墙黛瓦错落有致，400余米长的小河碧波荡漾，新建的村道蜿蜒延伸，休闲广场上村民欢声笑语不断。自去年10月和美丽乡村建设动工以来，这个依山傍水的小村庄，正以肉眼可见的速度蜕变，每一处变化都暖在群众心坎上，每一项举措都贴合百姓需求。

黄山村河边组背靠青山，依山而建，独特的地形让村民们既享山水之美，也面临安全隐患。“以前后山的土坡离房子太近，下雨天总担心滑坡，心里不踏实。”正在家门口晾晒衣物的村民陈玉环说。为守护群众居住安全，镇村精准施策，修建了200多米长的挡土墙，像一道坚实的屏障，筑牢了村民的“安全防线”。

穿村而过的小河，曾是村民的一块“心病”。以前河水又浑又脏，岸边没有护砌，也没有护栏，老人小孩在河边走都提心吊胆，汛期还容易涨水。“今年63

岁的村民刘绍才回忆道。如今，清澈的河水潺潺流淌，整齐的护栏守护两岸，村民们闲暇时沿着河岸散步，安心又惬意。

昔日3米宽的进村路，如今拓宽至5米，车辆通行顺畅无阻，彻底告别了“会车难”的困境；12公里长、45米宽的环组道路连通家家户户，让村民出行更加省心。40盏路灯照亮了村民的夜晚出行路。

“建设过程中，我们始终听群众意见、顺群众心意，把实事办在群众急需处。”村干刘纯水介绍，除了道路和安全设施，村里还建成1000多米污水管网和3座污水处理池，让污水有了“归宿”；新建3座拦河坝，不仅方便村民洗衣、取水，更保障了下游1000余亩农田的灌溉用水，让村民的生产生活更有保障。

村民刘安华感慨道：“镇村实实在在地为我们办事，每一项建设都到了我们心坎里，现在住在这里，比城里还舒服！”(通讯员 檀志扬 赵林玉)