

候鸟北迁 南昌有爱

□洪观新闻记者 高学斌/文 侯侯伟 成奔/图

“看，又有一群东方白鹳飞走了。”天刚亮，李建新和他的同事们就背上包，拿上望远镜出门了。作为江西鄱阳湖南矶湿地国家级自然保护区管理局（以下简称“保护区管理局”）南山管理站的站长，李建新每隔一段时间就要乘船沿着长约20公里的巡查线路往返两次，护航候鸟迁徙。

作为东亚—澳大利西亚水鸟迁飞网络的重要节点，保护区内的南山湿地不仅是越冬候鸟的“补给站”，更是北迁前的重要集结地——数以万计的大雁、小天鹅、东方白鹳等越冬候鸟在此集结，为即将开始的迁徙储备能量。为保障候鸟北迁安全，南昌市正通过巡查排捕、伤员救治、智慧监测等一系列举措，为候鸟提供优质的栖息环境和安全的迁飞通道。

人工护航迁徙通道

在南矶湿地的子湖泊中，成群的大雁、白鹤、小天鹅或在深水、浅水区觅食，或在草洲上嬉戏；天空中，东方白鹳不断盘旋，发出北迁“集结号”。

湖泊的芦苇丛中，一条小船在水中缓慢前行。

“现在是候鸟北迁时节，我们要把集结地和北迁通道‘打扫’干净，让越冬候鸟有一个舒适的北迁环境。”李建新说。

常年风吹日晒让李建新的脸变成了赤红色，他笑言这是巡护留下的印记。

南矶湿地共设有3个保护站，根据各个保护站的位置，划分了5条巡护路线，李

建新所在的南山站负责其中两条线路，每周至少外出巡护5次。2014年，李建新来到南山管理站从事野外监测巡护工作，这几条候鸟北迁通道，他自己都不记得走过了多少遍。

如今，随着候鸟迁徙期的到来，李建新和巡护员们的工作也愈发忙碌。

“我们在巡查过程中要及时清理危害候鸟北迁的不利因素；同时与当地政府部门联合在保护区出入口设置哨卡，进行24小时巡查及宣传工作。”李建新说。

在鄱阳湖、湖泊湿地、洲滩湿地、河流湿地、沼泽湿地、三角洲湿地等多种湿地类型并存，满足了不同鸟类的生态需求。对这些“远方来客”，南昌的相关保护措施越来越到位。从出台《江西省鄱阳湖自然保护区候鸟保护规定》，用法律武器保护候鸟，到加大环境保护力度，开展鄱阳湖及五河10年禁渔，这些强有力的举措，为候鸟创造了更好的栖息环境。

科学保障候鸟“补给站”

今年2月28日，江西鄱阳湖南矶湿地国家级自然保护区管理局开展了2024—2025年度第十五次越冬水鸟同步调查。本次调查监测到各类越冬水鸟6目11科31种共计约6万羽，种群主要集中在雁形目约2.1万羽。其中不少是东方白鹳、白鹤、白头鹤、白枕鹤等国家一级保护动物。

“候鸟的分布和活动已进入‘备战状态’。”新建区南矶乡综合行政执法队队长胡江告诉记者，随着水位上涨，候鸟集中在水面开阔的浅水区补充体力，并开始短距离编队飞行训练，以提升迁徙时的协

作能力。此外，不同种类候鸟混群活动的现象增多，反映出北迁前的适应性调整。

此外，保护区管理局还利用无人机、红外相机等设备，对保护区进行全天候监测。“过去靠人力巡查，如今无人机半小时就能覆盖一片湖区，效率提升数倍。”保护区管理局相关负责人表示，今年，保护区内新增了12个高清摄像头，可自动识别盗猎行为并报警；无人机每日巡航覆盖80%以上湖区，效率较人工巡护提升3倍。“智慧湿地”平台整合气象、水文数据，为候鸟迁徙提供风险预警。“我们在保护区出入口设置24小时检查哨卡，严禁车辆进入核心区，减少人为干扰。”南矶乡乡长蔡晓辉说。

多元参与绘就生态新画卷

2020年1月1日起，长江流域水生生物保护区全面禁捕，正式开启“一江两湖七河”10年禁捕周期。从那一刻起，周边村民从生态保护的“旁观者”转变为“守护者”。

“我们鄱阳湖是风水宝地，天上飞的是国宝，地下走的是珍宝，洲上长的藜蒿是饭桌上宝……”在新建区昌邑乡昌北村的戏台上，昌邑乡西厢候鸟保护采茶戏剧团的演员们正在为村民们演出戏剧小品《保护候鸟 人人有责》。

“我们剧团演出大多是在农闲的时候，演出的剧目主要是与湿地和候鸟保护工作相关的作品，例如《保护候鸟 人人有责》《白鹤‘三送’》等。”剧团负责人陶学荣说，该剧团也是我省第一个致力于候鸟保护宣传的采茶剧团。

如今，爱鸟、护鸟在赣鄱大地蔚然成

风。候鸟医院、候鸟保护采茶剧团等一大批民间组织相继成立，群众自发救助受伤候鸟，宣传生态保护、巡护湖区。

“警察同志！我在湖边发现一只长相很奇怪的鸟，它好像受伤了。请求警方救助。”2024年12月的一天，市公安局新建分局南矶派出所接到游客报警求助，所长刘万里立即带领民警赶赴现场。

根据常年驻扎鄱阳湖区的经验，刘万里认出了这是国家一级保护动物——东方白鹳。“我们联系了相关工作人员对这只候鸟进行前期救治。”南昌新建区南矶乡派出所民警朱元伟说。经过救治，目前这只东方白鹳已无大碍。

候鸟保护不仅需要政府行动，更依赖全民参与。

从执法铁腕到科技赋能，从社区共管到全民参与，南矶湿地正书写着人与自然和谐共生的新篇章。随着北迁高峰临近，数千万候鸟将陆续启程，而这片湿地的守护故事，将继续为全球候鸟迁飞网络提供“中国方案”。

如今，随着夏候鸟迁徙季拉开序幕，不少临湖村庄也变身“生态旅游地”，依托候鸟带来的“生态流量”，我省大力发展“观鸟经济”，探索出一条以“生态观鸟+”为特色的生态产品价值实现新路径。“候鸟来了，游客也多了。尤其是节假日，都忙不过来。”在南矶乡经营饭店多年的农家乐老板陈凡说。

“每只候鸟的平安迁徙，都是生态文明的缩影。”李建新说，候鸟年复一年归来，在南矶湿地保护区安全栖息越冬，是对保护区生态保护成效的最好认可。



□洪观新闻记者 蔡欢/文/图

3月6日起，我市对14条公交线路的部分城区外围站点试点“招呼式停靠”。连日来，记者乘车体验发现，“招呼式停靠”公交线路提升了公交线路运行速率，节省了乘客的出行时间，这种人性化的公交服务获得了“尝鲜”乘客们的点赞。

体验：出行更快捷

3月12日9时许，在昌南公交枢纽站，179路公交车缓缓驶来。记者看到，车辆挡风玻璃右下角贴有“招呼式停靠”的标识。记者提前招手示意，车辆慢慢靠近站台。上车之后，179路驾驶员万上平提醒记者，这是“招呼式停靠”线路，如需下车可提前按铃或口头告知他。同时，后车门的扶手上也贴有“下车请按铃”的提醒。

3分钟后，车辆即达到南昌市区中心局站，车内响起了“招呼式停靠”的相关提醒，万上平在确认车上无人示意下车后，便直接驶离该站。

万上平告诉记者，“179路全长36.5公里，设置站点61个，单趟开下来起码要2小时，自‘招呼式停靠’服务上线后，运行时间缩短了15至20分钟。特别是对于需要长途乘坐的南昌县向塘区域周边的市民来说，出行变得更加舒适和快捷。”

在当日晚高峰时段，记者体验了同样是“招呼式停靠”线路之一的178路公交车。一同在该站上的乘客万千对于线路的新变化频频点赞。她说：“以前上公交站‘排长龙’，进出站都得花不少时间。现在，要是运气好的话，可以‘一站式’直达家门口，通勤路比以前顺畅多了。”

市民：部分细节有待优化

家住司马庙附近的刘阿姨每天下午都要去儿子家做晚饭，25路公交车是她的出行首选。得益于“招呼式停靠”方式的推出，她的出行路变得更加舒适、便捷。

“我儿子住在金沙大道附近，25路可以直达。以前站站停的时候，车一停一点，就容易堵车。现在好了，不仅运行速度更快，坐起来也更稳了。”刘阿姨告诉记者，通过近段时间的体验，她发现了一些需要优化改进的地方，“早晚高峰，乘坐25路的市民还是很多的。车前一拥挤，就难免出现来不及按下车铃，或者司机听不清乘客口头提醒的情况，我担心可能会有人坐过站，希望今后能够完善相关设施设备，例如，增加一些提醒标识、增设下车铃按钮等。”

公交：将在更多线路推广

“招呼式停靠”是继去年我市推出“需求响应式公交”后的又一创新之举，旨在通过灵活停靠，来提升公交线路运行速度，减少乘客出行时间。

南昌公交运输集团运调处处长王小平用“高效、便捷、人性化”总结了“招呼式停靠”的优势。“我们考虑通过这种灵活的停靠方式，来进一步提高出行效率，运营效率，让更多的市民愿意选择公交，绿色低碳出行。”王小平说，在实地探勘、反复测算后，南昌公交结合实际客流情况，首批选择在南昌县、安义县、进贤县、青云谱区、新建区、南昌高新区的14条公交线路的部分外围站点设置“招呼式停靠”。

记者了解到，这14条线路多为运行距离较长，且线路上很长一段在郊区运行，或线路上某一段区间经常有连续数站无人上下车的情况。以158路南昌至进贤为例，整条线路全长60公里，设置站点20个，单程运行下来至少需要130分钟。如今，通过对13个站点实行“招呼式停靠”，运行时间至少缩短10至15分钟。

“下一步，我们将继续深入到郊区、社区、景区、站距较长的线路调研，进一步优化完善试点线路，并逐步在更多的线路上推广。”王小平表示。

传统道路客运“蹀”出“运游结合”新路子

□洪观新闻记者 蔡欢

日前，年过六旬的王利芬和她的四名姐妹相约坐上了今年春风凤凰景区的直通车。“每年春天都要去凤凰沟踏青赏花，以前需要小孩开车带。现在有了直通车，我们老年人出门更方便了。”王利芬说。

开通凤凰景区直通车，是我市促进道路客运与文化旅游融合发展实践的生动实践。近年来，我市乘着“全域旅游”的东风，不断盘活客运资源，通过增设旅游客运专线、开行定制客运线路、优化客运线路布局和运行时间等方式，不断深化运游融合服务产品，以“客运+”带来场景化出行的全新升级，让传统道路客运“蹀”出新路子。

走进南昌长途汽车站，记者发现，这里不仅具备运输服务功能，还打造了集散中心文旅创客空间，吸引企业54户、个体13家人驻。

“按照‘房子租出去、车子引进来、项目转起来’的工作思路，我们在保留汽车站传统功能的基础上，引入了旅行社、文创企业等，将其打造成南昌全域旅游集散中心。”南昌全域旅游集散

中心副总经理吴淑丽表示，目前，集散中心已与入驻的旅行社合作，联合推出了南昌至永修、西海、凤凰沟等地的多条旅游直通车线路，并开通南昌“一日游”“两日游”精品文旅线路，为市民及来昌商旅人士提供多元化“一站式”的公共文化和旅游服务。

“集散中心利用自身优势，结合季节变化和市场需求，将客运班线直达景区，对我们旅行社运营和收客都有好处。例如，运营成本降低，但产品灵活性却提升了，便于我们提供‘车票+门票+导游’的增值服务，提升市场竞争力。”吴淑丽说。

在吴淑丽看来，加快推动“运游”融合正当其时。一方面，公路客运具有覆盖面广、广覆盖的通达能力和机动灵活、运转高效的竞争能力；另一方面，市民出游出行方式逐渐从“跟团游”向“自由行”转变，且更加追求高品质的旅游体验。“下一步，我们将加强与旅行社、旅游景区、酒店等合作，深化推广‘车票+门票’‘车票+门票+酒店’等运游融合服务产品，更好满足市民游客多层次、个性化、品质化需求。”吴淑丽表示。



为健康把关！“国家喊咱减肥了”

体重管理门诊接诊量增多

3月12日上午，记者在南昌市洪都中医院体重管理门诊遇到了前来复诊的市民杨女士，她告诉记者，由于春节期间各种聚会不断，她感觉肠胃不舒服，体检还查出了中度脂肪肝。

记者在门诊了解到，由于缺乏规律的作息以及饮食节制，春节长假过后，因血糖异常、肠胃不适等原因来到医院体重管理门诊就诊的人明显增多，不少人的健康指标因为体重超标亮起了“红灯”。

“肥胖的影响不容小觑，它不仅是2型糖尿病、心血管疾病的诱因，还会加大患上睡眠呼吸暂停综合征、骨关节炎等疾病的风险。所以，能早一点正确认识体重管理，就意味着早一步走向健康。”南昌市洪都中医院体重管理中心主治中医师王莹说。

减肥不能急于求成

在各大热门平台上，充斥着“挑战28天瘦20斤”“7招养成易瘦体质”这类极具诱惑性的减肥内容。那么，这些减肥方法是否靠谱呢？南昌市第一医院九龙岗院区内分泌代谢科主任胡玲表示，减肥应循序渐进，不能急于求成，否则一些片面或极端的减肥方式，很可能会适得其反。比如，摄人的食物突然变少，会让身体的新陈代谢变慢，还会让胃酸分泌增多，引发胃炎、胃酸、胃食管反流等。

日前，记者通过官方挂号平台、各医院官网等相关渠道检索信息后发现，南昌许多公立医院在体重管理方面动作频频。不少医院开设了减肥门诊、减肥中心，或者组建了减重多学科会诊团队。例如，南昌市洪都中医院成立了“江西省中体医体重管理中心”，南昌市第一医院九龙岗院区开设了内分泌减重中心作为我省首家公立医院内分泌科

“长一斤跟玩儿似的，减一斤跟玩儿命似的”“减肥就是3天打鱼，365天晒网”……提及体重管理，大家的自嘲调侃层出不穷。今年全国两会期间，“体重管理”成为民生热词。“国家喊咱减肥”这一话题迅速出圈，引发广泛关注。体重管理既是日常小事，也是民生大事，市民朋友该如何科学地进行体重管理呢？连日来，记者就此进行了深入采访。

□洪观新闻记者 吴跃强 万玲

牵头综合减重中心。此外，一些医院还创新性地开设夜间门诊，方便上班族等人群就医。有的医院在原有营养科的基础上进行拓展，将中医科、内分泌科、普外科、耳鼻喉科、妇产科、儿科等多科室纳入其中，为患者打造“一站式服务”，力求为不同情况的肥胖患者提供全方位、个性化的诊疗方案。

“在实际减重过程中，专业医生能够借助专业知识和临床经验，综合判断个体肥胖的主要成因，从而给出更具针对性的干预措施。比如，对于因激素调节系统失衡导致体重严重超标的患者，医生可通过专业的医疗手段，如药物疗法或手术干预，帮助患者调整激素水平，配合科学的饮食和运动方案，提高减重成功率。”胡玲说。

打造全民健康生活新生态

在许多人的观念里，体重问题只是个人健康问题、审美问题，怎么就上升到了国家重视的高度？

“因为体重是衡量健康水平的重要指标。如果全社会超重或肥胖的人数过多，在影响个人身体健康的同时，还会给家庭和社会带来经济负担，给社会医疗卫生资源带来挑战。”王莹说。据了解，截至2024年底，南昌市洪都中医院已在南昌县、新建区、红谷滩区等8个区县筛查学校22所，筛查学龄儿童及青少年9万余人，其中检出小学生超重率33%，肥胖率10%；中学生超重率48%，

● 记者手记

“国家喊咱减肥”这一话题火出圈，在轻松活泼的讨论声中，大家也注意到，体重管理被纳入国家议题日程，既是日常小事也是民生大事。

管理好体重，需全民参与。一方面，要加强部门间的合作，积极发挥各部门的职能优势，在全社会形成倡导和推进文明健康生活方式、深入推进体重管理工作的支持性氛围和环境；另一方面，要强化基层作用，推动体重管理科普宣教进家庭、学校、社

区、企事业单位等。同时，利用中国中医节、全民健康生活方式宣传周等时间节点，大力开展体重管理宣传活动，科学有效向市民传授“小肚腩”“节日胖”“假期肥”等体重问题的危害性。

体重管理，归根结底是要倡导和普及文明健康的生活方式。每个人都是自己健康的第一责任人，在“管住嘴，迈开腿”方面，大家都要行动起来，才能享“瘦”美好生活。



候鸟云集