



码上看报



码上订报

## 千年古村的新「年味儿」

临近年关,位于山西太原晋源区西山脚下的赤桥村热闹起来,家家户户都忙着擦玻璃、扫屋子、办年货。

村南头的张爱琴家,七八个婆姨们聚在一起,和面的和面,蒸面的蒸面,包糕的包糕,手上不停,嘴上也不停,乐呵呵拉着家常,没一会儿就包了满满一桌的糕。

这是赤桥村的传统。每到年前,村里的女人们总要聚在一起包年糕,一天包一家的,一连包上十几天,自家吃,也送人。这几年,糕越包越多,女人们的包糕时间也越来越长。

“村里的民宿越来越多,春节又是入住高峰期,好多家都会给客人送一份自家包的糕,所以这糕就越包越多了。”村民赵翠红的民宿名叫“情槐雅舍”,有三层11间客房,现在的订单已经排到了正月初八,为此,她准备了40斤面,计划做成糕后送给入住的客人。

说起赤桥村,可谓远近知名。这里有2500多年的历史,相传是“豫让刺赵”的发生地,留下“士为知己者死”的典故。这里与晋水相邻,农业灌溉历史悠久,孕育了悠远的农耕文明,至今仍有古槐、古桥、古寺、古民居等散落村间,传统造纸、晋剧等非物质文化遗产传承千年。2019年,赤桥村第五批列入中国传统村落名录。

赤桥村党支部委员任龙彪说,赤桥村本身有丰富的历史文化资源,加上紧邻晋祠、天龙山等知名景区,交通便利,地理位置优越,特别适宜发展旅游产业。近些年,随着开展农村人居环境整治后,村里的路面已铺成水泥路,还装了太阳能路灯,家家户户的院墙都刷成了淡黄色,整个村子焕然一新。

文化是村庄的魂。在补齐基础设施短板的同时,赤桥村广泛发动村民和本地文化界人士收集史料文物、书写村史、研究赤桥名人和村庄文化,还在政府支持下建起一座别致的乡村文化记忆博物馆,既为村民留下乡愁,也让游客领略赤桥的厚重。

2019年以来,村里兴起开办民宿的热潮,全村陆续开了近40家不同风格的民宿,总计可提供床位500余张。在2023年“五一”“十一”假期,这里的民宿甚至一房难求。

记者在村中走访看到,村民们精心打造的民宿各具特色:有的在楼顶开辟了小花园,搭建了秋千、廊架、茶台;有的设有专门的台球室、影像室、乒乓球室、K歌房、电竞室;有的民宿提供免费接送和旅游线路规划等服务;有的还能开展凉糕制作、手工艺制作等亲子体验项目。

民宿兴起,还带动了村里的餐饮业。如今,小小的村子里开了四五家饭店,为南来北往的客人奉上“本地味儿”。(据新华社)



乡村见闻

## 多彩活动迎新春



1月28日,游客和村民在浙江省建德市莲花镇举行的年俗文化节上观看传统舞狮表演。

当日,建德市莲花镇开启“莲花游礼·戴家过年”第五届年俗文化节暨戴家过大年系列活动。游客在品美食的同时欣赏传统舞龙舞狮、莲花清洁灯、跳竹马等非遗文化表演,感受建德山乡原汁原味的年俗文化,在热闹喜庆的气氛中迎接即将到来的新春佳节。

新华社记者 徐昱 摄

## 健康生活

## 嚼干姜防治老慢支



慢性支气管炎患者很容易受风寒外袭而发病。干姜(鲜姜切片晒干即可)性大热,味大辛,有回阳通脉、温肺化痰等功效。咀嚼干姜能缓解寒咳、多痰等慢性支气管炎症状。患者取干姜少许嚼之,或晚上睡前含1片干姜,咳嗽会减轻。在咳嗽痰涎不易咳出时,嚼上1片,可缓解症状。

(据《医药养生保健报》)

## 吃鸡蛋胆固醇会高吗

一个普通大小的鸡蛋,大约含有200毫克胆固醇,占了每日推荐摄入量的三分之二。因此“一天不能超过一个鸡蛋”和“吃鸡蛋容易得冠心病”的言论在网上流传,认为吃超过一个鸡蛋甚至是吃鸡蛋的行为本身都会造成血液中的胆固醇含量超标,从而引发冠心病等症状。那么,吃鸡蛋真的会升高胆固醇水平吗?

近年来多项医学研究表明,胆固醇水平与摄入脂肪含量以及身体活动水平等因素的关系更大一些,而与每日摄入的胆固醇总量关系并不大。

(据健康时报网)

“我见不得没鞋穿的人,因为我尝过受冻的苦。”就因一句话,60多岁的浙江省衢州市常山县大桥头乡客弄村人傅珍芳省吃俭用,连续13年做出9000多双棉鞋,免费送给敬老院孤寡老人,被大家亲切地称为“棉鞋阿姨”。

走进傅珍芳家中,客厅陈设很简单,一张八仙桌,一台缝纫机,然后就是一堆堆的布料与棉鞋。傅珍芳一般会在晚上,安静地坐在缝纫机前赶制棉鞋,剪裁布料、拼接海绵、缝合,所有工序都由她一手完成。

这些年,傅珍芳的生活可以用规律又单调来形容。早晨6时起床,洗漱、做早饭,之后便坐在缝纫机前开始工作。有时,甚至要忙到晚上11时多。通过不断摸索,她的棉鞋样式有了改进,从最早的毛线鞋到后来的海绵夹层,虽然每双成本贵了几元,但保暖效果更好。

“现在鞋底成本高,为了省5角钱一双的成本,她要去外面进货。”丈夫吴荣金心疼却又无奈。

“这些年,做鞋送鞋用了十几万元。”傅珍芳说,虽然自己始终咬紧牙关坚持,但也有力不从心的时候。说起这些,她的眼角泛着泪光。

因常年低头纳鞋,傅珍芳还落下颈椎病,经常痛得抬不起头。也因此,原本一天能做十来双,现在一天只能做两三双。不过,傅珍芳说,希望自己能做到70岁。

很多熟悉傅珍芳的人都知道,她自幼家境贫困。3岁那年,因为一次意外,她从高台上摔下,摔伤一条腿,当时家里条件差,没能及时治疗,落下残疾。

说起给老人做棉鞋,傅珍芳至今对一位老人印象深刻。当时老人收到她送的棉鞋,非常喜欢,说又舒服又暖和,他从来没穿过这么好的鞋子。

自那以后,傅珍芳下定决心,要给衢州所有养老院的老人送鞋。13年来,她已经送出9000多双棉鞋,而这几乎花光了儿女给她和丈夫的养老钱。

因身体和经济上的双重原因,家人曾多次劝傅珍芳不要再做棉鞋了,可傅珍芳怎么也不答应。随着“棉鞋阿姨”名气越来越大,周边省份的公益组织也慕名前来“求鞋”,傅珍芳觉得肩上的责任更重,老人们也都盼着她继续做下去。

(据《人民日报》)

## 十三载送棉鞋近万双「棉鞋阿姨」缝制大爱



凡人善举