

昌吉市佃坝镇今年有望实现清洁能源替代全覆盖

“煤改”后取暖更方便生活更舒适

本报讯 记者付小芳、通讯员王博报道：“‘煤改电’完成后，冬天取暖再也不用三更半夜起来添煤了！”3月29日，昌吉市佃坝镇佃坝村四片区村民何顺存指着即将安装好的“煤改电”设备乐呵呵地对记者说。

农村清洁取暖是一项重大民心工程和环保工程。近年来，昌吉市稳步推进“煤改气”“煤改电”工程，积极构建绿色、节约、高效、协调的清洁供暖体系，“煤改气”“煤改电”逐渐走进千家万户，越来越多的家庭也迎来了清洁、绿色、便捷的美好生活，村民们告别了“灰头土脸”的烧煤取暖时代，农村人居环境得到改善，村民生活品质得到显著提升。

29日下午16时许，记者跟随何顺存来到他家后院，只见院子里安放着一个1米多高的低温变频空气源热泵采暖机组，2名安装工人正在一旁忙着焊接设备。“以前取暖都靠烧煤，每天都要倒炉灰，既不环保也不卫生，如今赶上了党的好政策，‘煤改电’以后冬天取暖有了保障，家里干净了，还能省下一笔钱，这项工程给我们老百姓带来了福利。”何顺存说。

59岁的何顺存给记者算了一笔账：“我们家120平米的房子，冬天大概要烧7吨多煤，每吨煤大概在550元左右，一个冬天就要花费将近4000元。‘煤改电’以后一个冬天算下来大概只需2000多元就能温暖过冬。”

在佃坝村一片区，“煤改气”工程也在稳步施行，在施工现场记者看到工人有的忙着测量点位，有的开着挖掘机开沟渠，还有的在焊接管道，现场一片忙碌的景象。

佃坝村一片区“煤改气”施工队负责人黄兴发说：“目前，我们正在加紧完成管道的焊接与拼装工作，按照施工流程我们要陆续入户安装天然气表和壁挂炉，力争在5月底前保质保量完成施工，让村民家中通上天然气。”

据了解，佃坝村共有6个片区，其中佃坝村一、二、三、六片区实施“煤改气”，佃坝村四片区、五片区实施“煤改电”。目前，“煤改气”工程共有246户，已安装完成132户，“煤改电”工程共有112户，已安装完成88户。

昌吉市佃坝镇副镇长马晓春说：“2022年，我们佃坝镇积极争取项目资金5000万元对全镇4个村10个片区1144户村民实施清洁能源替代。今年，我们将继续实施清洁能源替代工程，对其余3个村8个片区748户家庭实施清洁能源替代，争取实现全镇清洁能源替代全覆盖，为昌吉市大气污染防治做出应有贡献。”



①3月29日，昌吉市佃坝镇佃坝村四片区，安装工人在给村民家安装“煤改电”设备。

②3月29日，昌吉市佃坝镇佃坝村四片区村民何顺存查看“煤改电”设备线路。

③3月29日，昌吉市佃坝镇佃坝村一片区，工人在焊接管道。

本报记者 付小芳 摄

防疾病 保健康

春季养生贵在“平衡”

“春分者，阴阳相半也。故昼夜均而寒暑平。”一个“分”字道出了昼夜、寒暑的界限，春分节气处在春季的中间，将春季一分为二。

《黄帝内经》中记载，“阴平阳秘，精神乃治”，意思是说阴精内守，阳气固密不散，阴阳双方保持动态平衡，才能使人精神充沛。

春分节气的养生，要注意“阴阳平衡”的原则。在膳食的搭配上要尽量做到多样化，可以根据个人的体质进行饮食搭配。如在吃鸭肉、海鱼等寒性食物时，可以搭配葱、姜等热性食物，来平衡食物的寒热属性。

另一方面，春季肝气旺盛，加上春分前后雨水渐多，湿气渐增，易损伤脾胃，因此在食物的选择上应做到“减酸增甘”及“健脾化湿”，也就是要多吃甘味、健脾的食物，如大枣、薏苡仁、芡实等。

在精神调养方面，要做到心平气和，保持轻松愉快、乐观的情绪，安养神气，与春分的“阴阳平衡”特点相适应，切忌大喜大悲、情绪波动剧烈。

春分节气最易出现这些问题

1.睡不好

一些疾病易在春分、秋分、夏至、冬至四个节气发作，中医称之为“二至病”和“二分病”。在季节变化的节点，日照、气候变化会影响人体内分泌代谢，一些体弱或有基础疾病的人尤其敏感，也更容易诱发或加重睡眠障碍。特别是一些体虚阳气不足或肝郁阳气郁滞的患者，现代医学认为脑供血不足的患者，由于春天阳气生发，末梢血液供应增多，脑部供血可能更不足，就会加重睡眠障碍。

2.情绪不稳定

春分后白昼变长，人们活动增加，易有春困的感觉，加之人体阳气随着自然界的变化而波动，影响肝气，人易出现情绪不稳定的情况。

可以通过早睡早起、调整运动量来改善，饮食方面要多吃些绿叶蔬菜，适当喝些玫瑰花或菊花茶，以疏肝解郁或疏散风热，提振精神。

3.血压易波动

春分节气气温变化较大，血压易波动，容易诱发心绞痛、中风等病症，故心脑血管病患者不应盲目停药或减药。

4.腹痛腹泻

中医认为，春季人体脾胃比较弱，易出现腹痛腹泻的症状。大风天应少到户外，做菜时可加干姜或生姜。

5.传染疾病

春季疾病多发，尤其是一些传染病，如流感、麻疹、腮腺炎等。应注意，家庭永远是预防传染病的第一道防线。家人要有防病意识，提前了解疾病的防治知识。另外要提前做好预防接种，如流感疫苗、流脑疫苗等。

6.感冒流涕

春分之后我国大部分地区风多、风大，人容易感冒流涕，要多锻炼身体，增强免疫力。

来源：学习强国

奇台县：无人机雪墒施肥促冬小麦快速返青

本报讯 通讯员万里洪、桑建荣报道：近日，在奇台县大泉塔塔族乡大泉湖村的一片农田里，无人机正在田地作业。

沙湾县科农飞植保有限公司经理马长勇常在奇台县开展无人机植保业务，他说：“我们来到奇台已经5天了，今天在这里进行雪墒施肥，两架无人机同时作业，总共施了6000亩地。”

奇台县鑫达农业专业合作社有耕地15000多亩。2019年，在县农技人员的指导下，他们开始采用雪墒施肥技术，并取得

了比较好的效果，采用无人机雪墒施肥面积逐渐扩大。

奇台县鑫达农业专业合作社社员柳晓纲说：“雪墒施肥我们已经搞了好几年了，今年我们增加到3000亩。每亩地用尿素10公斤，对比前几年，现在每亩地能增产30公斤左右，收入能增加到60元左右，比起前几年收入还是非常可观的。”

采用无人机雪墒施肥不仅可以实现提前施肥，也比使用拖拉机效率大大提高，无人机可载重40公斤肥料，每小时可施肥

100亩，每天作业量达1000亩地。同时，由于肥料可以随雪水渗入土壤，不会对滴灌带造成损害。

奇台县农业技术推广中心农艺师晏海蓝说：“雪墒施肥一定要在融雪之前进行，每亩可追施尿素5-8公斤，主要是为了促进冬麦的分蘖率，达到快速返青的效果，而且可以减少病害的发生。”

今年，奇台县冬小麦种植面积为79.8万亩，采用无人机对冬小麦融雪施肥面积达到10万亩，截至目前已完成7万余亩。