“岳膳”香飘洞庭

——岳阳市中医医院书写药食同源新答卷

游盼盼 徐典波

签约台上，一杯“岳膳”还在冒热气；签约台旁，一份产业蓝图已经铺展。

最近，中南林业科技大学专家团队、湖南菁创文化产业发展有限公司核心团队齐聚岳阳市中医医院。三方落笔签约，为“湖南省岳膳（岳和膳）食品产业研究院”揭牌。岳阳首个“高校科研+中医临床+市场运营”三位一体的药食同源全产业链项目，正式扎根。

从夜市里的一杯养生茶，到签约台上的一份产业蓝图，作为岳阳建设国家中医药传承创新发展试验区的龙头单位，岳阳市中医医院正以“岳膳”为支点，撬动一场关于中医药传承创新的深刻变革。

湘江北去，洞庭波涌。药膳之香，正在升腾。

岳阳市中医医院党委书记黎珊表示，将以本次洽谈签约为新起点，共同打造一批配方科学、调养效果明确、老百姓接受度高、市场竞争力强的“岳膳”特色产品。依托整条产业链带动岳阳本土农林、中药材资源提质增效，以特色中医药食养产业赋能岳阳市国家中医药传承创新发展试验区建设，为市民群众提供更优质、更贴合本土体质的中医健康服务。

一杯茶破圈：从“中医夜市”走红的养生新宠

时间拨回今年入夏。

岳阳街头，一家叫“岳膳”的茶饮店悄然出现。没有铺天盖地的广告，却在年轻人中疯狂“圈粉”。陈皮柠檬茶、轻盈奶茶……单品爆款直接拿下大众点评区域第一名。年轻人捧着“岳膳”奶茶打卡拍照，中医药就这么“丝滑”地融进了日常消费。

这波走红不是撞大运。在此之前，岳阳市中医医院搞的“中医药文化夜市”已经火遍全城——专家义诊、中药辨识、推拿体验、药膳品鉴……市民在烟火气里感受中医药的魅力，也在不知不觉中完成了对“岳膳”品牌的认知铺垫。

从中医夜市的“首秀”到养生茶饮店的落地，岳阳市中医医院完成“岳膳”品牌从概念到产品的第一步跨越。品牌名称暗藏巧思：名字里藏着巧思：“岳”取自岳阳，方言里与“药”同音；“膳”则沿袭千年“药食同源”，药在膳中，膳养于人。一字双关，既接地气，又有来头。

这杯茶能走红，靠的不只是名字。

岳阳市中医医院一方面大力提升医疗服务能力，守好主责主业，另一方面在中药健康产业方面先行先试，积极推广药食同源、药膳养生等系列产品，主导成立的“岳膳”健康品牌，得到上级部门单位充分肯定，也深受群众喜爱，成为中医药更好惠及民生的重要载体和窗口。

“民以食为天，食以养为先。”《黄帝内经》里的话，穿越千年，正在岳阳落地生根。

一方根基：千年食养智慧有了落地的载体

一个网红品牌的背后，是一座三甲中医院几十年的临床积淀。

岳阳市中医医院是岳阳唯一的三甲中医院，也是国家中医药传承创新重点中医院。开放床位1500张，年门急诊量超50万人次。推拿科、内分泌科等国字号优势专科，张氏正骨、康复、肛肠、儿科等拥有多个国家级、省级重点专科。

该院有博士硕士近180人，省名中医3人、岳阳名医10人、岳阳名中医5人、市高层次人才66人，人才厚度，在湘北地区堪称“第一梯队”。

更关键的是，在中医体质辨识、辨证施食及药膳临床应用上，岳阳市中医医院积累海量真实数据与临床经验。今年5月，岳阳市中医医院与湖南中医药大学签署深化校地合作协议，在学科建设、人才培育、科研创新等方面获得强劲支撑。正是基于这样的临床优势与人才储备，医院成功孵化出本土“岳膳”品牌，让千年食养智慧有了落地的载体。

在临床医疗上，该院建成了胸痛、卒中、创伤、危重孕产妇救治、危重新生儿救治“五大中心”，把中医针灸、经方加减、体质辨识融入围手术期管理和重症康复，形成“院前—院内—重症—康复”完整闭环。

一盘大棋：从“网红”到“长红”的产业野望

如果中医夜市和养生茶饮是“破题”，那这次三方联手，就是真正的“谋篇”。

签约会上，分工很明确：中南林科大主攻科研技术，医院死守临床验证，湖南菁创专做市场运营。三方各司其职，打通“原料种植—科研研发—中试试制—临床试用—加工生产—品牌销售”全链路。

这是一次有远见的“赋能拼图”——

中南林科大，食品科学领域的“技术高地”，手握博士点、博士后流动站、国家工程研究中心，负责原料筛选、配方优化、标准制定，为产业链筑牢前端技术根基。

湖南菁创，专攻市场化运营，从新媒体矩阵到直播电商，从商超到文旅渠道，负责把实验室里验证过的产品送到消费者手上，解决“有配方、无销路”的老大难。

岳阳市中医医院，开放名医堂、治未病中心、内分泌中心、岳膳体验门店等全部临床场景，用真实体质数据“反向打磨”药膳配方——绝不脱离中医理论做产品，绝不研发不贴合本地群众体质的药膳。

三方同步推进“科研、标准、人才、品牌”四维建设——

联合申报省市级专项课题，起草药膳地方标准、团体标准；依托高校硕士点联合培养研究生，医院与公司同步设立实习实训基地；打造“岳膳”区域公共品牌，打通院内线下体验、社群、文旅渠道；联动对接产业扶持资金、银行信贷、各级补贴，为项目建设和产品研发持续供血……

以项目看担当，以产业看实绩。

岳阳市“岳膳”这个项目，正是“以产业看实绩”在中医药领域的一次硬核实践。

岳阳市中医医院院长陆海湖期许，项目全面落地后，将带动岳阳本地中药材种植与乡村产业提质增效，丰富群众中医养生供给，拓宽医院成果转化路径，有望打造全省药膳产学研融合标杆，形成可复制、可推广的“岳阳药膳模式”。

做优做强“岳膳”，不只是一个品牌的期望，更是一座城市对“健康中国”的新答卷！

乡土赤子心 杏坛点灯人

崭新的智慧黑板、焕新的运动场、斐然的办学成绩……2026年盛夏，衡阳县四中校园里处处跃动着蓬勃生机，成为一方筑梦、圆梦的热土。

然而4年前，这所农村高中还深陷优质生源流失、教学质量靠后、办学条件落后等困境。蜕变，源于一位乡村教育老兵。

2022年，涂宏平担任衡阳县四中党总支书记，他以前瞻的战略眼光和务实的改革魄力，引领学校实现历史性跨越：高考本科成绩跃居全县前列，斩获近20项省市级重磅荣誉，创造了“低进高出、高进优出”的育人常态，成为衡阳农村高中学校高质量发展的典型。

不仅如此，从教三十三载，涂宏平始终坚守在教学一线并扎根乡村教育，教学成果丰硕：荣获衡阳市、县优秀共产党员，衡阳市、县优秀教师，衡阳市、县级学科带头人，衡阳市优秀德育工作者，衡阳县高中教育高质量发展先进个人，年度考核记功等，点亮了万千孩子的未来，书写了乡村教育的逆袭传奇。

把教育当使命去担当，是破局立新的“领航者”

2022年，涂宏平履新衡阳县四中党总支书记时，便立下铮铮誓言：“让农村孩子在家门口享受优质教育。”

4年间，他化身为“校园工程师”，多方奔走，推动运动场升级、篮羽球场改造、智慧黑板全覆盖、宿舍提质等工程落地，让农村孩子在“新美雅洁”的校园里重拾自信。

面对生源底子薄的现状，他创新推出“问辩课堂”，通过自主研学、合作质疑、展示辩驳、教师点拨、应用巩固五个环节，让课堂从教师的“独角戏”变成了学生思维的“群舞”。

“乡村孩子最缺的不是知识，而是视野和自信。”他首创“机制系统化、内容生活化、方式多元化”的思政教育模式，获教育主管部门高度肯定和央视推介，成为可复制的德育样本。

“涂书记让我们相信，教育的奇迹，就是把普通学生教出不普通的模样。”教师们纷纷感叹。短短4年，衡阳县四中按下了高质量发展的“加速键”。

把教学当艺术去雕琢，是研训相长的“示范者”

“涂老师的课注重逻辑思辨，每节课都意犹未尽。”从教33年，无论职位如何变迁，涂宏平始终坚守教学一线。他将“问辩课堂”理念精雕细琢融入每一节课，所带班级成绩始终名列前茅。

即便担任党总支书记，他仍坚持推门听课，每学年不少于60节，以身示范，深耕不辍。

作为学科带头人，他始终以学术高度引领教研深度，近年来，他主持省级课题2个，3篇论文在国家级刊物发表，教研成果和精品课多次获省市级奖项，成为勤学笃研、敢为人先的探路者。

把师资当根本去淬炼，是薪火相传的“传灯者”

“农村学校招不来名师，那我们就自己培养。”涂宏平在衡阳县四中定下青年教师“三年成骨干、五年成名师”的硬目标，通过师徒结对、目标导向的系统培养，提升教学能力，传承教育情怀。

他要求行政人员深入课堂，组织集体备课、高三教师与青年教师集中做题研题，为教师征订《高考蓝皮书》等资料研究命题趋势，每周检查教学常规，以制度搭建成长阶梯。

他悉心指导与他结对的青年教师均在短时间内成长为行业骨干：陈鸳在全县教师业务考试中夺魁，成为高中化学领军人物；刘姣聘请中小学实验师、教研员加入省级教研资料编辑团队；刘华进入县教研室担任化学教研员。

在他的引领下，衡阳县四中师资实现跨越式成长，4年间，50余人次获评市县表彰，新增高级职称教师9人、中级职称16人、县市骨干教师及学科带头人10人，建成邹红兰地理名师工作室，淬炼出一支“带不走的铁军”。

把学生当亲人去呵护，是翻山越岭的“筑梦者”

2023年8月深夜，高三女生小雅因家庭经济困难欲辍学。

涂宏平连夜驱车几十公里家访。山路车开不过去，他就打着手电筒徒步近两公里。推开木门已近深夜，他只问：“还想不想读书？”小雅拼命点头。他转身对小雅母亲说：“书必须念下去，学费我来想办法。”

次年，小雅以全班第一的成绩考入湖南师范大学免费师范生，她说：“涂书记，我以后也要做像您那样的人。”

这份执念，源于1985年深秋。在衡阳县石市中学读初二的涂宏平因家庭经济困难辍学，班主任翻山越岭找到他，将他拽回课堂，改变了命运。

如今，涂宏平将这份爱转化为制度化的关怀。他个人资助困难学生10余人次。在衡阳县四中，他推动建立“一生一档”精准帮扶机制，4年间累计筹措助学金334.09万元，惠及学生3074人次。他说：“现在，轮到我去做那个翻山越岭的人了。” （吴雅敏）

做好自我保健 守护全家安康

7月24日是国际自我保健日，倡导每日24小时自我健康管理，契合中医“治未病”理念。世界卫生组织指出，生活方式对健康的影响占六成。邵阳市疾控中心科普专家提醒大家：健康重在预防，主动管理才是对家人最好的守护。

日常饮食，牢记“三减三健”。中老年朋友每日食盐不超过5克，少吃腌菜腊肉；多用蒸煮炖，少用煎炸炒，每日烹调油控制在25～30克；少喝甜饮、少吃甜点，添加糖最好低于25克。同时，早晚刷牙两次，每次两分钟，每年洗牙一次；合理膳食搭配适度运动，体重指数保持在18.5～23.9；多晒太阳补钙，常散步、跳广场舞，40岁后定期查骨密度。高血压、糖尿病患者要规律监测、按时服药，不随意停药。若出现头晕、胸闷、肢体麻木等异常，及时就医。夏季炎热，可常测血压、心率（安静时60～100次/分钟），留意睡眠与大小便，家中备好体温计、血压计。持续乏力、干咳或关节痛，及早到社区医院筛查。

自我保健无捷径，贵在日日践行。管好三餐，迈开双腿，规律监测，科学用药。愿每位市民都做自己健康的第一责任人，以科学生活方式，守护全家平安健康。 （匡后丽）

嘉禾421场微宣讲惠及万千群众

近日，嘉禾县选调生“青禾嘉声”宣讲团走进石桥镇仙人桥村，把政策知识、红色故事送到村民家门口，带来了一场接地气、有干货的基层宣讲活动。

当天，10名年轻选调生化身宣讲员，围绕村民日常关心的农村建房审批、乡村消防安全与生产安全，以及本地红色历史故事三大内容，面向仙人桥村及周边村组的党员、村民代表和普通群众开展宣讲，用鲜活的内容、通俗的语言解开群众疑惑、传递暖心政策。

这场贴近民生的乡村宣讲，也是嘉禾县深耕“理润嘉禾”行动、做实基层理论宣讲的生动实践。今年以来，嘉禾县打破传统宣讲模式，精准对接基层群众需求，持续优化工作体系。当地精心挑选政治素质高、业务能力强的骨干力量，搭建起“1+10+N”立体化宣讲队伍，构建出全域覆盖、分层分类、精准落地的宣讲格局。

为了让宣讲真正讲到群众心坎里，嘉禾县摒弃了以往“大水漫灌”式的单向宣讲。各乡镇、各单位通过入户走访、座谈交流、线上征集等多种方式，常态化摸排群众关心的热点难点，坚持“群众想听什么，我们就讲什么”，让宣讲内容从被动输出变为按需供给。

聚焦惠农补贴、医保就医、住房土地、未成年人心理疏导等民生热点，嘉禾县创新推出“点单式”“答问式”互动微宣讲。宣讲人员用本土方言解读政策条文，通过面对面答疑、沉浸式讲解，让深奥的理论变得通俗易懂。据统计，今年全县已累计开展各类基层宣讲421场，切实提升了群众的参与感、获得感和幸福感。

（邓和明 罗翔杰）

湖南劳动人事职业学院 普及“五项安全”技能教育取得实效

湖南劳动人事职业学院深入贯彻落实习近平总书记关于安全生产的重要论述和重要指示批示精神，坚持安全教育从学校抓起，自2023年开始，率先在全国高校普及基本安全技能教育，创造性地将“应急救护、消防逃生、心理调适、职业安全、反诈防身”五项终身受用的安全技能作为必修课在全院师生中普及，做到“人人参训、个个过关”。该院投入200余万元建成2000多平方米的“五项安全”技能智能化实训基地，打造了一支50余人的安全技能专业教学团队，编撰了校本教材。三年来，学院仅培训师生就达18000余人次，其中16395人考取应急救护员等安全证书，取证率达91%，教职工取证率100%。2025年6月，学院一名教师，在海南运用所学的心肺复苏技能成功施救一名溺水游客，被当地政府评为“见义勇为”先进个人。同时，学院充分发挥基地作用，积极送“五项安全”技能培训进企业、园区、校园和社区，先后为三一集团、长沙交通集团、长沙县金井镇中心小学、长龙街道等周边社区群众开展安全技能培训10000余人次。学院先后获评全国急救教育试点学校、全国红十字模范单位等多项荣誉，安全教育基地累计接待省内外200余家单位、3000余人来校考察“取经”。2025年7月，全国人大常委会副委员长何维来校调研，对职院的办学成绩给予充分肯定。 （徐厌平）

营造风清气正的干事创业环境

宁远精准监督护航“163”工程

“十五五”开局之年，宁远县大力实施“163”工程，涵盖产业育新培强、城市优化更新、和美乡村建设、教育医疗跃升、交通枢纽畅联、安全固本守底等系统工程。宁远县纪委监委锚定这一战略目标，充分发挥监督保障执行作用，以精准监督护航县域高质量发展。

政治监督把牢方向。围绕“163”工程部署，将监督触角延伸至产业培育、民生实事、基础设施等关键环节，通过列席会议、实地核验、查阅台账等方式跟进监督。紧盯主体责任落实，规范“三重一大”决策程序，坚决纠治贯彻落实打折扣、搞变通等问题，确保政令畅通。

日常监督深耕细作。创新开展“一月一课”纪律教育，分层开展任前廉政谈话和风险岗位约谈。扎实开展“作风建设三年提升行动”，紧盯“四风”顽疾精准施治，查处相关问题105个、处理123人，持续充盈新风正气。做好受处分干部回访教育和不实举报澄清正名工作，激励担当作为。深化“嵌入式”监督，聚焦招投标、专项资金使用等高风险点，运用“大数据+实地督查”精准发现问题。成立营商环境专班，推动审批时限压缩60%，着力构建亲清统一的新型政商关系。

正风反腐持续发力。保持高压态势，重点查处涉企审批、工程招投标等领域权钱交易问题。深化以案促改促治，制发纪检监察建议书，推动建章立制、堵塞漏洞。巡察整改完成率达95%以上，清退违规资金360余万元，实现查处一案、警示一片、治理一域的综合效应。

监督是治理的起点。宁远县纪委监委将持续深化精准监督、全程监督，为“163”工程深入实施清障护航，营造风清气正的干事创业环境。

（邹方明 荆道滨）

直播间、屋组旁、接访厅一齐发力

桑植廖家村镇线上线下联动办好群众贴心事

“线上直播间反映饮水难题，线下干部上门落实，办事省心又高效！”近日，桑植县廖家村镇村民纷纷点赞该镇全新推出的群众服务体系。

今年5月以来，该镇针对政策宣传不通透、干群沟通不及时等基层治理痛点，创新搭建“直播间云端宣讲、屋组旁田野恳谈、接访厅定点解难”三级联动服务体系，线上线下同步发力，持续提升基层服务质效。

线上直播间架起干群“连心桥”。该镇以“廖家村胖妮儿书记”账号为标杆，培育6名村级专职主播，孵化多名本土乡村网红，组建本土化政策宣讲直播队伍。累计开展惠民直播30期，时长超1900分钟，覆盖全镇六成村居，收集群众诉求、发展建议近500条。针对群众线上反映的季节性缺水问题，镇政府对接水利部门实地勘查，推进饮水提质改造，切实解决群众饮水难题。

线下恳谈走访打通服务“最后一公里”。该镇常态化开展每月“21日田野恳谈会”，在村组院落与村民围坐议事；落实青年干部入户走访机制，35岁以下干部每月入户不少于40户，重点走访困难群众、留守老人。目前已举办恳谈会32场，干部走访1200余户，收集意见80余条，化解各类民生难题、邻里矛盾60余件。

固定接访筑牢基层解忧主阵地。该镇建立每周一班子成员集中接访长效机制，规范登记、分流、督办、归档全流程闭环管理。自7月6日开展集中接访以来，累计接待群众5人，受理诉求6件，办结5件，办结率超83%，大量矛盾纠纷化解在基层一线。

“线上线下双向跑腿，办事路子多了，和群众的心也贴得更近。”该镇主要负责人介绍，接下来该镇会持续做优直播宣讲、田间走访、定点接访服务，抓实“三访三化”，持续走好群众路线，让基层治理更有温度。 （王煊莹）

园丁之歌

做推动一片云的那朵云

“教育的本质是一棵树摇动另一棵树，一朵云推动另一朵云。”

洞口县平溪江学校谭建君老师一直践行这种教育理念。

谭老师是湖南省“向阳花”家庭教育指导服务行动中的洞口县核心主讲老师，针对家长们普遍关注的亲子沟通、心理健康、习惯养成等痛点问题，她和同事们开发出兼具专业性与实用性的精品课程，线下开讲座为家长们答疑解惑，线上平台分享科学育儿方法。

谭老师始终牵挂着那些身处困境的学生。当了解到洞口县月溪乡一名学生因家庭特殊原因面临压力时，她第一时间上门为孩子送去书籍、文具等学习用品和生活用品，并与孩子建立常态联系，着重关注孩子的心理疏导与成长陪伴。“谭老师就像太阳一样，不仅教我知识，还让我知道有人一直关心着我。”受助学生的一句话，道出了“向阳花”行动的意义。

“向阳花”教育行动的核心理念是“让孩子向阳而生、向上向善”，谭老师撰写的论文《让爱与留守儿童一起成长》诠释行动的理念，荣获湖南省一等奖；在今年4月邵阳市中小学家庭教育指导培训班上，谭老师分享的微型课《润物细无声》被评为优秀微型课，让更多的老师加入“向阳花”大家庭。 （李娜 尹丁也）

写就不平凡的教育人生

在新宁县藕塘小学，数学老师刘艳扎根小学教学一线三十年，她以三尺讲台为阵地，用爱心与坚守浇灌桃李，用专业与热忱诠释师者担当。

刘艳潜心钻研教材与教法，结合小学生认知特点创新教学模式，将抽象的数学知识转化为直观有趣的课堂内容，让学生从“怕数学”变成“爱数学”，班级教学成绩常年稳居年级前列。

作为班主任，她用心打造班风正、学风浓的班集体，尊重学生个性，耐心疏导学生心理问题，主动搭建家校沟通的桥梁。凭借出色的班级管理能力与育人成效，她获评邵阳市优秀班主任。

在专业成长上，她积极参与教研教改，主动承担示范课、教研课题，不断提升专业素养，先后获评新宁县骨干教师、新宁县学科带头人。作为资深一线教师，她主动发挥示范引领作用，毫无保留地向青年教师分享教学经验，助力青年教师快速成长，用实际行动践行“学高为师，身正为范”的教育真谛。

三尺讲台存日月，一支粉笔写春秋。30年坚守，是热爱，更是责任。刘艳用30年的光阴，在平凡的岗位上书写了不平凡的教育人生。（周薇）

做学生成长的暖心引路人

2000年邵阳市北塔区状元中学建校之初，谢兆敏便扎根于此，二十六载青春尽数奉献给了英语教育事业。作为中学一级教师、学校英语学科骨干，她既是深耕课堂的教书人，也是学生成长的暖心引路人。

教学中她永葆学习热忱，主动钻研新课标与新式教学理念，巧用信息技术创设课堂情境，落实分层教学，让英语课堂生动易懂。她定期组织英语演讲、阅读、书写竞赛，全面提升学生英语综合能力。其所带班级英语成绩常年稳居年级前列，多名学生提前考入重点高中；主持课题获市级三等奖，课例获评省级优质课。与之同时，她秉承绝不放弃任何一名学生的育人信条，兼顾知识教学与心灵疏导，尊重学生个性差异，坚持利用午休、周末为学困生查漏补缺，为优等生拓展提升。

作为骨干教师，她倾力帮扶青年教师成长，多次开设校内示范课，担任区级英语赛事评委，细致指导青年教师备课磨课。经她悉心辅导，青年教师何湘洁拿下区级教学比武一等奖，相关作业设计案例荣获市级奖项。2024至2025年她连续获评校级优秀教师，2025年斩获北塔区粉笔字一等奖、优秀辅导老师等荣誉。 （邹丽娜）

展示人民教师最美风采

讲台方寸存大爱，微光灼灼育新人。新宁县金城学校刘向蕾老师坚守乡村教育一线二十七载，辗转多所校园，潜心教书、用心育人，以专业素养和赤诚初心，守护一届又一届学生成长。

深耕教学多年，刘向蕾博学善教、精研业务，先后胜任小学语文、初中语文、初中生物跨学科教学工作，教学方式灵活多元，既夯实学生人文素养，又培育学生科学思维，多次斩获乡镇教学质量一等奖，2017至2018学年，其所授四年级语文在全县抽考中斩获县级一等奖第一名。同时，身为县政协委员，她立足教育本职积极建言献策，彰显教育工作者的责任与担当。

十余载班主任生涯中，刘向蕾始终以爱育人、以德树人。她格外关注学生心理健康，耐心疏导成长困惑，引导学生树立正确世界观、人生观、价值观。她带出的班级多次获评乡镇优秀班集体。个人先后荣获邵阳市“优秀班主任”、湖南省集体备课大赛奖项、市级少先队辅导员宣讲三等奖等多项荣誉。

二十七载初心不改，二十七载默默耕耘。刘向蕾扎根基层教育一线，生动诠释了新时代人民教师的最美风采。 （罗海敏）