

七万八千只水鸟四川盆地越冬

5种鸟类首次现身

1月11日,2024年四川盆地越冬水鸟同步调查结果正式发布,本次共计在成都、德阳、眉山、绵阳、自贡等13个城市记录到水鸟78593只,数量最多的5种水鸟分别是绿头鸭9960只、白骨顶9472只、斑嘴鸭6591只、红嘴鸥5121只和赤膀鸭4855只。其中黑颈鹤、卷羽鹈鹕、东方白鹳和彩鹇均为国家一级重点保护野生动物。

青头潜鸭和花脸鸭

彩鹇

卷羽鹈鹕

摄影:李涛

摄影:陈豆豆

摄影:沈尤

越冬水鸟新增5类

物种多样性方面,本次调查共记录水鸟7目15科74种,与2023年记录的75种基本一致。本次调查记录到的黑颈鹤、卷羽鹈鹕、东方白鹳、彩鹇、灰头麦鸡5种鸟类是越冬水鸟同步调查的新增记录,其中黑颈鹤、卷羽鹈鹕、东方白鹳和彩鹇均为国家一级重点保护野生动物。至此,成都平原暨四川盆地越冬水鸟同步调查已累计记录水鸟94种,占到四川水鸟物种数的55.62%。

其中,中华秋沙鸭更是被列为需开展抢救性保护的极度濒危野生动物,而此次调查在各地区共记录到43只,为历年之最。

越冬导致总量减少

与2023年调查结果相比,水鸟的种群数量在不同区域有增有减,总量减少约1万只。据推测,今年显著的暖冬气候可能导致部分水鸟在更北的区域越冬。

记者从成都观鸟会获悉,从调查结果看,水鸟的物种组成及种群数量呈现一定程度的变化和波动,总体状况保持基本稳定。除受气候变化和河湖湿地水文环境等因素的影响之外,个别河段及湖泊存在建设施工短期干扰的情况。一些区域垂钓人数较多且涉足区域过多,成为水鸟安全越冬最直接而显著的威胁。

据了解,本项调查始于2017年,最早由成都观鸟会和成都大熊猫繁育研究基地等机构共同发起并实施的成都平原越冬水鸟同步调查,此后随着参与机构和人员的不断增加,调查范围已从最初的成都平原逐渐扩展到四川盆地的大部分地区,涉及流域也首次实现了长江干流及岷江、沱江、涪江、嘉陵江、青衣江、大渡河等主要支流的全覆盖。因此,本次调查的名称也由前7轮一直使用的“成都平原越冬水鸟同步调查”调整为“四川盆地越冬水鸟同步调查”。

成都日报锦观新闻记者 李菲菲 成都观鸟会供图

国潮养生正当时

“气血”到底是个啥东西?

近年来,国潮养生风盛行,“气血”一词也在大家讨论养生之道时被反复提及,许多与“气血”相关的话题也总能引发公众关注。“气血不足一定不能乱补”“气血不足最怕的10个运动”“护肤的尽头是养气血”……日前,话题#停止乱吃气血就回来了#甚至登上了热搜榜第一,让“气血”再次成为备受关注的焦点。到底何为“气血”?怎么看待调理“气血”?听听中医专家怎么说。

记者在社交平台以“气血”为关键词进行搜索,发现去年9月以来,有18个与之相关的话题登上微博热搜榜,总阅读量超12亿次。而当我们谈起“气血”这一词汇时,也常常

将其与饮食、运动、护肤、女性健康等关键词联系起来。

那么,我们谈论的“气血”到底是什么,调养气血的原则是什么?昨日,记者采访四川省人民医院中医科主治医师李俊贤,她解释说,其实气血就是精气和血液的一个简称。“气是构成人体及维持生命活动的精微物质,可激发和推动器官的功能活动;血即流动于经脉中的血液,能濡养脏腑、活跃精神,它们是生命活动中的两大物质基础。如果没有气血,人体也就不存在。”

如此看来,气血可谓人的生命之本。而气血一旦不足就会导致人体的基础活动、器官功

能等失调,直接临床表现为血虚与气虚以及其他证候。气虚则畏寒肢冷、自汗、头晕耳鸣、疲倦无力、心悸气短;血虚可见面色无华萎黄、皮肤干燥、毛发枯萎、指甲干裂、视物昏花、手足麻木、失眠多梦。

并且,李俊贤强调,由于“气血”是中医理论中的概念,并不等同于现代医学中的血液。“而且气血不足不是单纯意义上的贫血,中医的气血不足是一个更广泛的概念。身体功能活动出现问题了,也会归属为气血不够。”

值得注意的是,中医理论指出:“女子以肝为本,男子以肾为根。”而肝又是藏血的器官,气血对于女性健康而言尤其重要。并且,从女

性的身体功能来看,子宫月经、怀孕生产等会消耗气血。因此,一般情况下,女性健康保养要以调理气血为主。

那我们该如何调理气血呢?李俊贤表示,自己也关注到了网络上关于养气血的讨论,大家提出的方式大部分是比较正确的,但要注意个体差异。“调养气血是一个广义的概念,可以从饮食起居等生活的方方面面入手。”李俊贤建议,“比如在饮食上依据时节,冬天可以偏滋补温阳、少寒凉,注意合理运动等。而最重要的是,根据个人的身体情况酌情分析,不要盲目跟风补气血。”

成都日报锦观新闻记者 朱馨月

成都生活周刊

CHENGDU LIFE WEEKLY

项目篇

品质出众 卖点突出

它们凭什么成为购房者心中的“最佳选项”

在评选出成都楼市表现突出的代表企业的同时,根据问卷调查结果以及三方机构的数据甄选出

的2023年购房者心目中买房置业的“最佳选项”,亦为购房者置业成都做足了参考。

新成都新活力

城市生态宜居项目

调查问卷显示:65%的购房者把“生态宜居”列为买房置业的重要参考选项,毗邻公园或绿地、靠近河岸及湖区的住宅项目,更受购房者青睐。通过网络投票环节,保利椿实九里和颂·天投·公园翠屿、东安湖1号、高新天序等项目在购房者置业选项中脱颖而出。

作为天投首个“公园系”产品,天投·公园翠屿凭借出色的项目规划和出众的生态资源,赢得了众多实力买家的认可;邀请全球大师联袂进行大胆创意,出色的均好性让东安湖1号成为了龙泉板块的高端破局者;“外向邻里,高阶烟火”,保利椿实九里和颂将公园城市幸福宜居落地成为现实;华润置地将全新期待倾注在新川板块,以度假奢宅立序城市居生活美学的高新天序赢得毫不费力。

新成都新活力

区域最具潜力居住品质大盘

在调查问卷中,超过90%的购房者把“区域潜力”列为了首选项,怡心湖板块、北部新城板块、东部新区板块等成长性区域,悄然成为不少购房者关注的焦点。通过不断地甄选与对比,最终幸福桥TOD·幸福拾光、空港发展·云璟林著、明信·天府壹号、国贸睿上、绛溪里项目凭借鲜明特色,入选榜单。

位于北部新城核心区域的幸福桥TOD·幸福拾光凭借优越的地理位置、低密的居住环境以及匠心独运的园林与公区设计脱颖而出;位于怡心湖板块的空港发展·云璟林著将区域优质配套收入囊中,成为指标大盘;大运会的成功举办让东安湖再次成为关注焦点,坐落其中的首钢东境风华收获了众多关注;大源南板块内的明信·天府壹号以高配置低门槛的突出卖点,为购房者们提供了更多元的选择空间;作为2023年国贸地产成都战略的首个“上系”产品,国贸睿上自落子武侯太平园TOD之后,收获了各界的关注;东部新区核心区域空港新城板块内的绛溪里人

企业篇

战绩斐然 数据亮眼

新成都新活力·地产年度城市贡献企业实至名归

2023年的成都楼市注定不平凡!全年商品住宅成交量保持正增长,全年百亿房企甚至高达12家,刷新了新纪录。此次在“买入成都 给你‘扎起’”2023年度第四届新成都人置业总评榜上榜的新成都新活力·地产年度城市贡献企业,整体表现可圈可点。

行业深度调整 上榜企业动力十足

据中指研究院最新数据显示:成都市2023年1-12月房地产销售业绩TOP30企业合计销售金额2894.2亿元,同比增加35.7%;TOP30企业合计销售面积1448.7万平方米,同比增加21.1%。这些上榜企业,成为了成都楼市供货主力。

其中,4家房企在蓉销售金额破两百亿,分别为华润置地297.3亿、中国铁建地产256.1亿、龙湖集团249.7亿、保利发展212.1亿。

率先突破200亿,销售金额直逼300亿元……华润置地在城市的每一次重要节点,从不曾缺席。通过东安湖体育场馆的成功运营,为新城打造经济增长极,2023年,华润置地提出了“为更好的成都”年度品牌主张,以片区引领、多元引领、产品引领,引领更高品质的城市生活。

在过去的一年,东部新区猛料不断,从1月天府锦城实验室迎来首批4个科学家团队和2个公共技术平台,到11月东部新区首个商业项目——林栖·活力城开业,离不开成都东部集团的持续深耕。年末盘点,一向低调的成都东部集团以107万平方米的巨大土储再次引发关注,2024年,东部新区让人们有了更多的期待。

调查问卷显示:实力雄厚口碑出众的国企房企成为大多数人的选择。“买房置业时,我们首先考虑的就是央国企品牌的住宅,它们会给我们更多的安全感。”购房者张先生这样说道。

本土头部品牌成都天投开发成立十年以来,以“天新地标缔造者”身份为人们熟知,兴隆湖、西博城、国际会议中心、成都科创生态岛等城市地标均出自其之手。2023年成都天投开发依然以多个全新住宅作品精彩出圈,赢得关注。深耕国际城南的空港置业也紧跟城市进阶步伐,承担起城市共建者的担当,与成都共成长。

调查问卷还显示:在成都深耕数十年的老牌实力房企,如龙湖、万科、建发、

2023年度“新成都人”置业总评榜-企业奖项-

新成都新活力·地产年度城市贡献企业

华发股份西南公司

中铁房地产集团西南有限公司

保利(四川)投资发展有限公司

成都轨道城市投资集团有限公司

龙湖集团成都公司

万科(成都)企业有限公司

成都天投地产开发有限公司

成都市空港置业有限公司

华润置地成都公司

国贸地产成都公司

成都市锦江区统一建设有限公司

成都东部集团有限公司

香港置地成都公司

建发房产|成都

新希望地产

(注:以上排名不分先后)

2023年度“新成都人”置业总评榜-项目奖项-

新成都新活力·城市生态宜居项目

保利椿实九里和颂

天投·公园翠屿

东安湖1号、高新天序

新成都新活力·区域最具潜力居住品质大盘

空港发展·云璟林著

明信·天府壹号

绛溪里

首钢东境风华

国贸睿上

幸福桥TOD·幸福拾光

新成都新活力·城市封面美学建筑

麓湖生态城

华发阅天府

蔚蓝卡地亚花园城

新成都新活力·地产年度标杆引领项目

三岔TOD·蔚澜之城

锦江上院

建发书香云锦

龙湖天府云河颂

龙涛湾·西派善成

(注:以上排名不分先后)

编辑:唐福春 漆长新 联系电话:028-86611442(夜间) 美术编辑:徐敏 / 主编:周小洁 责任编辑:范小宇 美术编辑:高超