

百姓故事

瓜果蔬菜飘香

□陈 锋

我所说的故事主人公的名字叫张帅，是2008年计算机专业毕业的大学生。毕业后，他直接进入合肥一家知名的电子股份有限公司，从事信息系统管理工作，2010年年薪拿到十多万元，自己也被评为优秀员工，也在合肥成了家。应该说他志得意满了，可是他却辞职回乡从事蔬菜生产。

张帅为什么辞掉高薪岗位主动回乡创业呢？还得从2013年春节说起。那年春节他回家过年，吃到父亲种的蔬菜，觉得口感特别好，原来这种蔬菜不打农药，不上化肥，在合肥是吃不到的。于是萌发了回家种植健康蔬菜的想法。当他把这一想法告诉妻子时，妻子却想不通，就把这事搁下来了。可自那以后他就开始关注蔬菜问题了。

2014年2月他又回家过春节。天下起了大雪，气温降到摄氏零下8℃。当时家里种了几亩芹菜，一家4个夫人都去拔菜、洗菜，冰冷的水把家人的手都冻肿了，洗完菜还要用三轮车把菜运往集市零售，而且周围村的菜农都是这么干的，效率很低。这怎么行！张帅感觉这种生产方式太落后了，一定要改变这种状况。于是回乡种植蔬菜的想法在心中重新浮起。

他回到空荡荡的周台村，望着多年不变的面貌，心里不是滋味。难道十年寒窗苦，就是为了自己在城市里有一个安逸的生活吗？自己掌握的网络知识，城市需要、工厂需要，农村就不需要吗？回馈家乡、建设农村，不正是自己的情愫所系吗？光阴荏苒，时不我待，不能再犹豫了！想到这里，那颗燃烧的心给他带来了冲动，他再次与妻子商量回乡的事。贤淑的妻子知道丈夫执着的性格，就同意了他的想法。张帅回到合肥立马就找到了董事长，办好了离职手续。

以往，张帅家的农业生产都是他父亲说了算，这一回张帅要主导家里的蔬菜生产。2015年开春，他发现本地的辣椒品种很少，就想开发这类品种。他从阜南县选购了种子，一下子育了10亩秧苗。谁知等苗子长到“两叶一心”时，不少苗子卷起了叶子，他急忙通过网上求助于安徽省农业厅。省农业厅的同志几经辗转找到蚌埠淮上区植保员老朱，老朱赶到现场，仔细诊断后，对症下药，很快消除了病害，当年8亩辣椒销售收入7万2千多元，并且与蚌埠市华运超市签订了长期供货合同。

对于第一次成功，他总结：选择好的品种是蔬菜生产的首要问题。他主攻品牌战略，从栽培优质西红柿突破。通过调研，他知道人们对目前市场上皮厚肉硬，味道单调的西红柿不喜欢，很怀念当年那种大红色、汁水多、口味酸中带甜、带有沙瓤的西红柿。还能找到当

年的品种吗？张帅从2015年开始，先后收集了四五个品种进行试种。通过品鉴、对比、搜集客户的评价，逐步淘汰抗逆性差、不易运输的品种，选择了口感好的品种。2018年种植了10亩，2019年种植了15亩，进行精致的包装设计，分包发往上海，一下子成了“网红”。2020年他种植10亩，亩产达6000斤，除了线上销售外，还打到南京国际农博会，招徕许多客户前来订货。2022年种了10亩，2023年种了15亩，多数通过互联网销售，供不应求，收益可观。同时他还开发了甜瓜、蜜薯、甜椒、胡萝卜、荔浦芋头等新品种，都成了市场的抢手货。

张帅回乡创业的初心不是自己单打独斗，而是带领村民共同致富。2016年一个春光明媚的日子，4位“80后”和一位“70后”的青年人合伙成立了合作社，租赁了190亩耕地，实行“统一管理，分包经营”的方式。2021年张帅又成立“小小蔬生态农业股份有限公司”，社员种植的“上海青”小青菜达1000多亩，每年产量达2000多吨，销售旺季打包发往外地。目前社员已发展到100多户。合作社吸纳年长的妇女80多人，平均每人每月有1000多元收入。合作社带动周边村庄300多户农民1000多亩大棚蔬菜的发展。

2021年张帅新租了40亩地作试验，投入25万元，安装肥水一体化系统。这个系统根据蔬菜不同的生长期，对水肥合理配置定量施用，操纵手机和电脑远程管理控制，不仅节省人工、节约时间、节省水肥，也能提高抗灾能力和管理效率，促进增产增收。同时，又建立大棚自动升降机、温湿度监控器、小型农田气象站，逐步完善设施建设，朝数字化生产迈进了一步。

随着市场的扩大，他在生产和销售两个方面开启了“互联网+生产”模式。

在生产方面，他通过互联网捕捉信息，绘制蔬菜行情季节变化曲线图，进行市场分析，找出蔬菜生产和销售规律，对不同生长周期的蔬菜进行合理安排。在销售方面，建立三段渠道，即：A端借助于互联网平台和当前物流配送体系，实行定制种植和物流直配服务。B端批量销售，以本地的超市为主。C端以瓜果、薯类为切入口单个进行。由于开辟“线上销售、线下配送”两个路径，线上主攻高消费群体，线下从田间直接配送到客户，多维度地满足消费者的需求，获得了成功。

当初张帅的父亲对张帅回乡创业一直表示反对，他说：“我们家人辛辛苦苦培养你读书，没想到你却回家种地，付出的一切不都是白费了吗？”现在他却笑呵呵地说：“我这个种庄稼的能手给儿子打工都不够格喽”。

投稿邮箱：
4034444@126.com

身边人物

思思老师的瑜伽课

□万毓辉

小区开了家瑜伽馆，环境简约舒适，练瑜伽可以塑形、调节情绪、减缓压力，于是我和不同年龄段的一众女性成为馆内会员。

我经常傍晚下班换了衣服就去上课，断断续续练了两年，学习了调身的体位法、调息的呼吸法、调心的冥想法。但是对于我，改善身体形和心性的目的似乎没有达到，一直觉得没有大的进展，可能是年龄大反应慢、悟性差，身体的柔韧度和力度不足，横叉竖叉都下不去，很多拉伸动作做不到位，逐渐萌生退出的想法。

近日，馆里新来了位思思老师，30多岁，是位身材苗条表情严肃的冷美人，教授的是流瑜伽，加入了部分运动强度稍大的阿斯汤加瑜伽体式，课上引导用词简练，示范动作轻柔有力度，双手支撑倒立的体式中，一双向空中伸展的修长美腿，犹如微风中绽放的花瓣，展示出瑜伽的柔美画面令会员们惊叹不已！曾现场展现深度的大猫伸展式：双腿跪立在地垫，大腿与小腿成90°，伏下胸部与双臂放在地垫，然后双腿能慢慢直起，上臂、胸部与臀部、双脚呈倒三角形体式，身体柔软度超好！

每周二晚上的大课固定是思思老师的火辣劲爆瑜伽课，说火辣是因为她的课是一周6天的大课中动作力度、难度最大，劲爆是让练习者体验到中级瑜伽的体式，如两手肘和头顶三点支撑地垫而后身体倒立的体式、双脚与双手支撑、背部拱起的轮式等。会员动作做不到位，思思老师就会上前纠正或按压腰背、胯部加大力度，会员虽疼得龇牙咧嘴、惊呼连连，却因尝试到了接近完美的体式而兴奋不已。

由于每位会员的身体状况不同，做出的体式不尽相同，思思老师说，练瑜伽的过程是一个自我修行过程，不要强迫自己一定要和别人做的一模一样、达到某个程度，应该体会动作带来

的身体感受，听从身体的指引，选择那些练习起来感觉舒服的姿势，在自身极限范围边界小心谨慎地伸展，每节课提升一点点，日积月累就会有惊人的蜕变。

思思老师的瑜伽课经常推出新体式，每节课都有有难度的体式达到高潮，如手肘支撑身体倒立的体式，有会员跃跃欲试，思思老师看到立马主动上前辅助，鼓励会员不要害怕、勇敢尝试，一点点地耐心引导会员用手肘和头顶呈三角支撑点撑着地垫，双腿先后慢慢升起、身体在摇晃中倒立，思思老师指导会员不断修正身体的发力点和重心，渐渐保持稳定的完美体式，让终于完成此体式的会员开心不已！

身体柔软度好、悟性强的会员很快成为思思老师大课的TOP STUDENTS，柔韧度不够而又胆怯的会员在思思老师的启发、鼓励下也渐渐能完成难度较大的体式，思思老师用手机捕捉会员令人惊叹的完美身姿发到会员群里，展示出一幅幅犹如大片的唯美瞬间，令会员们在成就感满满的兴奋中结束课程。

思思老师的课不仅让会员体会到瑜伽的魅力，还感受到同伴飞速的进步和自己循序渐进的成就，不少会员纷纷成了思思老师大课必到的铁杆粉丝。

思思老师的课让会员痛并快乐着，既期待又害怕，既犹豫又跃跃欲试，课上敢于尝试，能勇敢地迈进一步，会发现原来自己竟然可以做到和别人一样的优秀，一次次的成就感逐渐堆起心中的自信，原来不入眼的瑜伽菜鸟也可以通过尝试和努力而成为别人眼中的佼佼者。经过自身努力带来的不仅仅只是体式的变化，还有对自己心态更深刻的影响。

期待每周二傍晚思思老师的瑜伽课，让会员心中有梦，眼中有光！

记忆深处

风吹麦浪

□顾 丽

小满过后，沁人的麦香席卷着涡淮大地，休憩于骨骼里的纯正午收记忆，被收割机的轰鸣瞬间激越。

布谷声声，高亢明亮，催开了一场民间麦事。各种农具走出了尘埃的围囿：镰刀磨得锃亮，拇指肚一划，锋利无比；铁叉镶上了残缺的牙齿，重新焕发威武的模样；石碾吱吱呀呀，谱写旋转的序曲；架子车鼓足脚力，开启重装的长征……

收割的号角在雄鸡的报晓声中吹响。农忙季，辛苦自不必说。天还未亮，人们就来到自家地里，迎着晨曦，开始了一天的收割。

我们兄弟姐妹五人，父亲给我们收割任务成正比例分配。父亲一墒地，母亲一墒地，大哥、二哥两个人一墒地，姐姐、弟弟和我一墒地。一家人齐头并进，镰刀“咻咻咻咻”作响。父亲割起麦子来，总是很沉稳，很少看到他直腰，一直保持着弯曲的姿势在麦浪中沉浮；大哥割麦的时候，镰刀挥动的幅度大，连续在麦子的脚底来回拉锯，一道、两道……然后用镰刀一股脑儿地掠起；读小学的弟弟手太小了，他不得不一把一把地割麦。他身后的麦铺最小，距离也拉得最大。他的小脚在麦茬中跳跃，如同一只欢快的螳螂。

一块块地的麦子倒伏下去，它们在地里是待不久的。它们要投奔到场的怀抱里。在奔赴的路上，总有一些麦子会走去。一辆辆木质的架子车在坎坷不平的乡间小道上上来回。小山包似的麦垛，一路晃晃荡荡，把车上人、跟车人的心高高地悬着，生怕车身一个趔趄，翻了车。

打场是麦收的高潮。那时，村子

里有拖拉机的人家是凤毛麟角，多数人家都是用牛来打场，我家最初是靠人力推石碾打场的。一根扁担中间拴上四根绳子，父亲和母亲分别站在扁担的左右两边。大哥、二哥、大姐、我，一人一根绳子，站在扁担的前方，后面是厚重的石碾。

夏阳、石碾、人影，在场的核心区域旋转。父亲的脸被晒得透红，母亲的脸颊已经有汗珠渗出，我们兄弟姐妹四个气喘吁吁。最想听到的是母亲的喊停声：他爸，歇会儿吧，喝口水，吃点东西，孩子们小，长身体呢。

日头西沉，石碾下场，要赶在天黑之前起场。一大家子人，一字排开，挥舞着铁叉，起麦草，挑麦草，堆麦草，清麦草。小孩子帮着用木锨堆麦子，最后，一个圆形的麦堆乖巧地卧在场中央。

扬场是麦收的尾声。扬场的时段一般选择傍晚或者清晨，需有风的光临。一把木锨，一个人负责扬场一个人负责掠场。扬场靠天时地利人和。记忆中，父亲是扬场的好手。他一扬木锨，麦粒呈一条优美的直线，麦子雨点般从容落下，麦壳都飞到了一边，粒是粒，壳是壳，干净利落。父亲的笑容也如麦子般饱满，被一同收进了麦仓。扬一阵后，母亲需要用大扫帚把里面一些大的麦秸给“扫”出来，风是吹不走的。父亲和母亲的分工合作，让每年的麦收都不落后。我知道，这是全家人通力合作的结果。

风吹麦浪，又到一年午收季。如今，虽说一切都被机械化取代，但镰刀、架子车、石碾……这些有温度，有色调，带着岁月质感，古朴温情的农具，却早已在我心里定格成永恒。



淮畔花开 马晓刚 摄

蚌埠市发改委部分农副产品价格监测信息

名 称	单 价	名 称	单 价	名 称	单 价
粳 米	¥2.67	山 药	¥6.61	香 菜	¥8.22
面粉1	¥2.44	生 姜	¥13.22	青 菜	¥2.86
大豆油	¥74.67	莲 藕	¥3.31	茼 蒿	¥3.37
食用调和油	¥78.56	洋 葱	¥2.06	菠 菜	¥4.39
猪后座肉	¥11.94	胡 萝 卜	¥2.63	韭 菜	¥2.61
鲜牛肉	¥37.33	蒜 头	¥6.33	长茄子	¥3.26
鲜羊肉	¥41.00	土 豆	¥3.16	青 椒	¥3.67
鸡 蛋	¥5.56	大 葱	¥2.38	西红柿	¥3.44
小仔鸡	¥12.78	芹 菜	¥3.72	黄 瓜	¥2.41
鲫 鱼	¥10.50	黄豆芽	¥2.22	冬 瓜	¥1.90
四季豆	¥6.00	莴 笋	¥3.28	西蓝花	¥6.06
毛 豆	¥6.72	蒜 苗	¥4.39	大白菜	¥1.98

以上为2023年5月24日部分农副产品市场均价，供参考。单位：元/500克 油：元/5升

生活·资讯

招聘求职/房源租赁/生活服务

刊登电话：4010358 QQ: 934437821

遗失声明登报

网上办理证件遗失声明，公告发布，分类广告，请扫二维码，方便、快捷。

QQ群

装饰设计

老年公寓

找工作 招职工

装修热线

TEL:2861072 13855264565

专业搬家

★珠城搬家 3035850
★平安搬家 3035850
★鸿福搬家 4191123
★吉发搬家 18955201336

开锁服务

★心安开锁 2077110
★锁厂老韩 7188110

蚌埠新闻网：
www.bbnews.cn