

我市重磅推出九条康养骑行徒步路线

——家门口玩到嗨!“五一”跟着晚报打卡西宁①

“五一”将至,还在纠结假期去哪儿?别找啦,跟着西宁晚报,家门口就能玩到嗨!携程发布《“五一”旅游出行预测报告》,青海作为中国西北地区的重要旅游目的地,“五一”假期期间旅游市场热度显著攀升,旅游订单量同比增长13%,酒店预订量同比增长17%,入境游订单量同比增长192%。其中,西宁表现尤为突出,机票订单量同比增长79%,入境游订单量同比增长191%,成为今年“五一”旅游市场的一大亮点。作为青藏高原的璀璨明珠,西

宁不仅有壮美的自然景观,还有深厚的历史文化底蕴,多元的民族风情。这个“五一”,西宁各大景区、特色街区都准备了丰富的活动。从热闹非凡的车展,到特色美食街的味蕾盛宴;从充满文化韵味的历史古迹,到现代感十足的商业中心,应有尽有。准备好和晚报一起,深度探索西宁,解锁别样假期了吗?走!“五一”假期,跟着晚报一起打卡康养骑行徒步游,带你沉浸式、互动式游西宁,一起享受生活的美好。(记者 张艳艳)

林为主,兼有小片针叶纯林及阔叶纯林,通过对沿途森林的观察,可以看到西宁市四十年来生态建设演替变化的过程。该线路所处片区是生态建设中保护和利用的样板示范区。

线路六:西山野生动植物观赏步道(行知路—高原明珠观光塔)

●路线全长6.8公里 ●路面为水泥硬化路
该路线从行知路出发,沿途经过野生动物园、西山林场辖区、植物园至高原明珠观光塔。道路两侧种植以波斯菊为主的速生花卉,道路交叉口、两侧较宽区域等节点部位种植蜀葵、百日草、紫茉莉、孔雀草、观赏向日葵等花卉。该路面为水泥硬化路,线路横穿西山前坡面,坡面森林以针叶纯林、阔叶纯林、针阔混交、乔灌混交林四种模式为主,林木长势茂盛,绿树成荫、林相整齐。线路中段林木疏密有致,层次分明,森林物质循环良好,很好展示了我市森林抚育的成效。线路末段经过青藏高原野生动物园、西宁市园林植物园以及高原明珠观光塔。其中野生动物园共有动物180余种;植物园拥有各类植物97科286属662种。此线路已成为西宁市民休闲、游憩、观光的最美线路。整条线路所处片区生态基础良好,体现了还绿于民、绿与民享的生态理念。

线路七:南西山森林文化观赏步道(南西山村—纳家山林场)

●路线全长12.88公里 ●路面为水泥硬化路
该路线全长12.88公里,从南西山村出发沿途经过文峰碑、联合村至纳家山林场。道路两侧种植以波斯菊为主的速生花卉,道路交叉口、两侧较宽区域等节点部位种植蜀葵、百日草、紫茉莉、孔雀草、观赏向日葵等速生花卉。路面为水泥硬化路,沿途分布有西宁市烈士陵园、文峰碑等人文景观。其中,中国工农西路军纪念馆是首批确立的100余个红色旅游经典景区之一;文峰碑始建于明孝宗弘治三年(1490年),距今500余年,后于2007年重建碑主体共五层,总高31米。沿线森林主要以针叶纯林为主,兼有小片针阔带混交林。每年在此线路都会举办山地自行车邀请赛,受到来自全国各地骑手的积极响应。该线路人文、山地、生态景观多样,生物多样性丰富,经过多年的建设现已逐步形成以森林为背景,人与森林、人与自然和谐相处的文化样态,生态性、民族性、地域性和人文性的森林文化特征初步显现。

线路八:塔尔山运动休闲体验步道(塔尔山林场—东大沟沟口)

●路线全长7.77公里 ●路面为水泥硬化路
该路线从塔尔山林场出发山势平缓,由西向东穿过塔尔山林场辖区至东大沟沟口。道路两侧种植以波斯菊为主的速生花卉,道路交叉口、两侧较宽区域等节点部位种植蜀葵、百日草、紫茉莉、孔雀草、观赏向日葵等速生花卉。该线路全部为水泥硬化路,沿途森林以针叶纯林为主,兼有小片的针阔混交林,林相整齐优美,树木高大茂盛,前坡面山脚开花类小乔木零星点缀于针叶纯林间,夏季山花烂漫景色优美。结合塔尔山自然体验公园的开工建设,该线路将成为集运动、休闲、游憩、自然体验于一体的特色景观线路。

线路九:杨沟湾森林生态景观观赏步道(市直机关绿化区—青大附院绿化区)

●路线全长17.26公里 ●路面为水泥硬化路
该路线从市直机关绿化区入口出发,沿途经过市房产局、江源公司绿化区、市城东区绿化区、城建局绿化区、市交通局绿化区、市国税局绿化区、绿银公司绿化区,至青大附院绿化区等绿化区结束。道路两侧种植以波斯菊为主的速生花卉,道路交叉口、两侧较宽区域等节点部位种植蜀葵、百日草、紫茉莉、孔雀草、观赏向日葵等速生花卉。该路段全部为水泥硬化路,沿途各绿化区属于南北山一期建设项目,通过多年的造林绿化与森林抚育管理,逐步形成以针阔带混交林和阔叶纯林为主的森林生态景观带。整条线路森林分布错落有致,层次分明,景色优美,绿化造林成效显著。(记者 王璟)

这个“五一”去哪儿玩?这个“五一”怎么玩最健康?4月23日,记者从市体育局获悉,我市围绕“体育+康养”的发展思路,立足资源和政策优势,充分挖掘市域内森林绿地“四库”潜力,以自行车、徒步等方式串联各主要景点、景区和网红打卡地,搭建以森林户外、湟水河自然生态、乡野漫游等为主线的9条康养骑行徒步路线。

线路一:北山生态康养徒步步道(九家湾村—韵家口)

●路线全长13.2公里 ●路面为沥青柏油路
该路线从九家湾村出发沿着电沟而下,经过北禅寺、北山美丽园景区至韵家口结束。道路两侧种植以月季为主的景观花卉,路面为沥青柏油路,北禅寺、中国第二大“悬空寺”土楼观景区、“西宁古八景”之一的北山烟雨景区、北山美丽园景区,各省级部门绿化区、尕斯库勒纪念馆等分布其中。山、水、林带、花海、假山、仿古建筑、道路交相呼应、相互映衬,与远处北山大背景有机融为一体,犹如一幅美丽的山水园林风景画卷,层层铺展,美不胜收。整条线路人文、自然、生态景观极其丰富,是市民体验生态康养的特色线路,该区域也是领略人与自然和谐相处、和谐发展的典型片区。

线路二:小南山林业科技展示观赏徒步步道(体育公园—海子沟出口)

●路线全长16.7公里 ●路面为水泥硬化路
该路线从海湖大道体育公园入口进入,顺着山势而行,全程道路蜿蜒曲折。道路两侧种植以波斯菊为主的速生花卉,道路交叉口、两侧较宽区域等节点部位种植蜀葵、百日草、紫茉莉、孔雀草、观赏向日葵等速生花卉。该路面为水泥硬化路,廊道起点位置是小南山“运动天地”,结合生态良好的自然环境,其中设置有羽毛球馆、足球场、高原山地自行车赛道、健身步道等“运动场地”,是市民休闲运动健身的新基地。依山道前行,沿途可见不同造林模式下的针阔带状混交林及乔灌草结合的生态防护林。整条线路所处片区是我市林业造林技术展示、科学研究、生态观测、植被调查、植物认知的林业科研片区。

线路三:湟水林场造林成效观赏步道(汉庄绿化区—湟水林场辖区)

●路线全长4.77公里 ●路面为水泥硬化路
该路线从城西区汉庄绿化区入口出发,沿途经过汉庄绿化区、市检察院绿化区、继红绿化区、湟水林场辖区。道路两侧种植以速生花卉波斯菊为主,道路交叉口、两侧较宽区域等节点部位种植蜀葵、百日草、紫茉莉、孔雀草、观赏向日葵等花卉。路面为水泥硬化路,沿线区域森林属于南北山二期建设项目,森林以针阔混交林为主,沿途绿树成荫、林木葱郁、林相分布整齐。

线路四:火西社会营造林观赏步道(水槽沟口—西岔门)

●路线全长13.7公里 ●路面为水泥硬化路
该路线从水槽沟沟口出发,经城西汉庄绿化区、市检察院绿化区、继红绿化区、绿通公司绿化区、大掌湾村、城西区政府火西绿化区至火烧沟西岔门结束。道路两侧种植以波斯菊为主的速生花卉,道路交叉口、两侧较宽区域等节点部位种植蜀葵、百日草、紫茉莉、孔雀草、观赏向日葵等速生花卉。该路面为水泥硬化路,沿途森林以针阔带状混交林为主,该片区创建了社会化营造林建管新模式,改善了区域生态环境,改造后成为火烧沟公园,森林密集,成为生态氧吧。

线路五:火东生态景观山地骑行步道(沈家沟—羚羊路)

●路线全长12.0公里 ●路面为水泥硬化路
该路线从沈家沟口进入沿火东后山盘山路曲折前行,经过毛鸡湾、韩家垭豁、二道湾、野狐坪、市电信公司绿化区、市法院绿化区至羚羊路结束。其中,沈家沟口至韩家垭豁为砂石路段,韩家垭豁至羚羊路为水泥硬化路。道路两侧种植以波斯菊为主的速生花卉,道路交叉口、两侧较宽区域等节点部位种植蜀葵、百日草、紫茉莉、孔雀草、观赏向日葵等速生花卉。沿途森林以针阔带状混交

以尕斯布龙为榜样守护北山34年

——记南北山绿化服务中心生态管护员段国禄



深深打动着段国禄的心,内心深处的责任感被唤醒,段国禄最终留了下来,决心为这片荒山的绿化贡献自己的力量。

1996年,在尕斯布龙副省长的劝说下,担心丈夫的范英也毅然来到山上,陪伴丈夫一同坚守。

以尕斯布龙为榜样守护一草一木

曾经的北山寸草不生,陡峭的山坡随处可见,碱性土壤遇水即散,太阳一晒就板结,还伴生着大量“羊脑石”,树苗种一批死一批。

18岁上山,一待就是34年。望着满是圆柏、油松、云杉等,山毛桃花开正艳的北山,南北山绿化服务中心生态管护员段国禄满脸的欣慰和自豪,这是他和无数南北山绿化人用青春与汗水换来的“绿色奇迹”。

为什么说是“绿色奇迹”?

熟悉了解西宁的人都知道,种下并留住这些绿色对于这座干旱缺水、生态恶劣的青藏高原城市,是有多么的来之不易。更何况是在岩石裸露、土壤贫瘠的北山上,狂风呼啸而过吹得人站立不稳,曾经有人说这里根本不可能种活一棵树。

然而,追随尕斯布龙的脚步,段国禄却在这里坚守34年,在他的悉心照料下,南北山上80多万株苗木茁壮成长,20多个树种在这里扎下了根。

34年前跟随尕斯布龙上了山

1991年,在父亲的鼓励下,年仅18岁的段国禄跟随时任副省长尕斯布龙,第一次来到了北山。

“每天不是上山挖坑,就是种树、浇水。风大、土大,饿了就啃几口干饼子,睡觉总会担心帐篷被吹走。”回忆起当时的场景,段国禄依旧十分感慨。

年少的段国禄曾经有两次忍不住跑回了家,然而,尕斯布龙副省长并没有放弃,一次次将段国禄接回山上,他坚定的眼神、恳切的话语,如同一股暖流,

“那时候山上哪个地方最难干,尕斯布龙副省长就主动上。有的片区连林业专家都说长不了植物的,可他不信邪,带着我们一直干。他还提出了‘适地适种’,大寺沟绿化区是山顶土质较好,越到山脚土质越差,因此根据每一块土地的不同土质选择不同的树种进行栽种。”段国禄感慨地说。

1株、2株、3株……

终于,奇迹出现了!一片又一片树林在北山拔地而起。

眼下,如果你来到北山便会看到:段国禄夫妇每天天不亮就起床,扛着树苗,拿着工具,穿梭在山间。待到夏天,烈日炎炎,水分蒸发极快,给树苗浇水又成为夫妇二人的重要任务之一;秋天,他们会拿起镰刀,修剪杂草,防止杂草与树苗争夺养分;冬天,万物蛰伏,防火成为首要任务,他们时刻警惕着,在林间巡逻。

“我们以尕斯布龙副省长为榜样,守护着北山上的一草一木。”在北山植绿的一幕幕已深深地刻在了段国禄和妻子的心里,他们笑着说:“就想一直守护在这里,直到走也走不动。”

34年,身边队员换了一拨又一拨,段国禄始终怀揣感恩之心,追随尕斯布龙脚步前行,用脚步丈量绿化区的每一寸土地,守护着80多万株苗木。

(记者 樊娅楠)

最美高原奋斗者 之最美生态管护员

“丁香之城”邀您共续丁香诗行

春天已至,丁香花开。在这个充满生机与希望的季节里,让我们一同漫步在丁香花海之中,聆听花开的声音,感受西宁的脉动。为深入挖掘丁香文化,展现西宁城市魅力,西宁晚报社和西宁市文联共同举办“续写丁香诗行”活动,在此诚邀您的参与。无论您是诗歌、散文创作的行家,还是文学领域的初涉者,都欢迎您拿起笔,在丁香的芬芳里,书写那些关于爱、关于梦想、关于坚守的故事。您的每一句诗行,每一篇散文,都将为西宁的丁香文化增添一抹独特的色彩,让更多人感受到来自西宁“丁香之城”的魅力,共享这份来自高原的文化盛宴。

西宁,“丁香之城”,这一美誉不仅源于丁香在西宁的广泛种植,更在于丁香的气质与西宁城市品格的深度契合。丁香以其坚韧不拔、默默奉献的品质,激励着西宁人民在高原上书写属于自己的辉煌篇章。丁香之城,因您而美。期待您的参与,让我们共同续写西宁与丁香的不解之缘,让这份诗意在城市中流淌,让这份美好在心中永驻。

作品要求及活动相关说明:

1. 作品题材不限,叙写与丁香有关的故事即可。内容健康,积极向上。
2. 作品体裁为诗歌(单首或组诗均可)、散文作品。
3. 投稿作品必须为原创作品,不得使用AI辅助生成,禁止抄袭或剽窃行为,一经发现相关行为,将取消参与资格,相关著作权法律责任由投稿人承担。

格,相关著作权法律责任由投稿人承担。

4. 投稿作品请扫描二维码,或者以word文档形式发送附件至投稿邮箱,并在主题中注明:“丁香之城”邀您共续丁香诗行征文作品,并附上作者简介、姓名、联系电话等信息。

5. 投稿日期:即日起至2025年6月20日。

6. 本次作品无稿酬。作品将择优通过在西宁晚报新媒体端“丁香诗作长卷”H5产品推出。

7. 参与方式:①扫描二维码进行投稿。

②发送邮件至邮箱:xmswlzx@163.com

8. 联系人:措毛(西宁晚报社)电话:0971-8218137 18146373953

赵维(西宁市文联)电话:0971-6142588 13709737297

(记者 措毛)

