

今日春分邂逅“龙抬头”

本轮降温或为今春最后一轮弱倒春寒

本报讯（记者 张璐 程序 摄影报道）今日，二十四节气中的“春分”与农历二月初二“龙抬头”罕见相逢。记者从市气象台获悉，昨日短暂降水后，达城将开启持续晴好模式，气温稳步回升至20℃以上，春日暖意将铺满整个周末，为市民踏青出游、体验传统民俗提供好天气。

气象研判：本轮降水或为今春最后一轮弱倒春寒

春分当日太阳直射赤道，昼夜长短平均，标志着春季过半。据市气象台最新预报，今日达城天气为小雨转多云，白天部分地区有短时小雨飘落，夜间逐渐转为多云，全天气温在11℃至20℃之间，体感微凉，市民早起出门需注意携带雨具，适时添衣。

针对市民关心的倒春寒问题，市气象台工作人员表示，2026年春分交节时刻为3月20

日17时01分，属于传统农谚中的“下午春分”，通常预示后续气温回升较为稳定，倒春寒风险较低。结合当前大气环流形势分析，本轮降水过后，北方冷空气势力将明显减弱，达城气温将进入稳步回升通道，本轮降温大概率为今春最后一轮弱倒春寒过程。未来三天，我市天气整体以多云为主，最高气温将稳定在20℃以上。

民俗升温 理发店预约排满档 时令春菜集中上市

“二月二剃龙头，一年都有精神头。”记者昨日走访达州中心城区多家理发店了解到，不少顾客已提前预订了理发服务。“预计从8点开门就要不停地剪。”在达城西外经营了8年理发店的李先生告诉记者，“为了减少顾客等待时长，我们提前一周就开放了预约，不少老顾客都提前预约了当天剪头，为了讨个好彩头。”

此外，吃春菜也是春分的习俗之一。记者昨日走访西外农贸市场看到，香椿、折耳根、荠菜、春笋、野芹菜等时令春菜已集中上市，吸引不少市民选购。摊主李大姐介绍：“这两天香椿很受欢迎，品相好的能卖到35元一斤，销量都特别好，上午11点前就卖完了。还有本地的折耳根、清明菜也很受欢迎，大家都想着春天吃点鲜。”

春景正好：多地进入盛花期 花市供销两旺

随着气温回升，达州各地花卉进入盛花期，市文旅局近日还发布了2026年春季赏花地图，通川区田家塆万亩李花、宣汉庙安花果山李花、渠县有庆镇油菜花、万源猫儿坝油菜花海等景点均已进入最佳观赏期，部分景区还配套了民俗展演、特色餐饮、采摘体验等活动，为市民周末出游提供丰富选择。

春日花景也带动了花市消

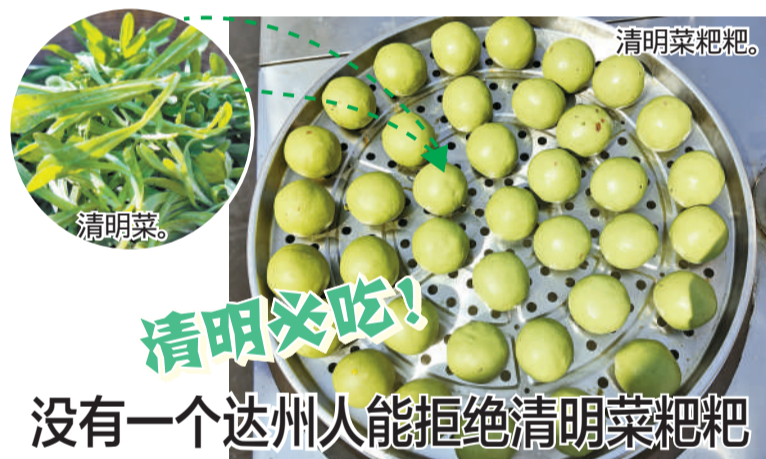
费升温。记者在达城花卉市场走访时发现，蝴蝶兰、郁金香、洋牡丹等春季花卉销售火爆，不少市民专程来选购花卉装点家居，或者作为礼物送给亲友。花店老板王女士告诉记者：“这两周鲜花销量比平时涨了近一倍，10元到30元的平价花束最受欢迎，很多年轻人周末出来玩都会顺路带一束花回家，感受春天的气息。”

大竹2026年十件民生实事出炉

本报讯（特约记者 王晓林）昨日，经大竹县第十九届人民代表大会第六次会议投票表决，确定大竹县2026年的十件民生实事项目，涉及交通、城乡治理、托育等方面，切实回应群众急难愁盼。

据悉，十件民生实事项目具体有：竹城大道、欣竹路、文新南路、香樟路等城市干道建成通车；机场大道竣工投用；G65包茂高速大竹南出口缓

堵保畅工程竣工投用；教育园区（一期）竣工；实施“院落更和谐·乡村更和美”治理服务提质行动；深化“社区更温暖·城市更文明”治理服务提升行动；大竹县妇幼保健院“托育”项目主体工程完工；S507庙坝—欢喜坪道路竣工投用；大竹县30万头生猪A级屠宰场建成投用；开展经开区就业服务专项行动，促进就地就近就业2000人以上。



没有一个达州人能拒绝清明菜粿粿

本报讯（记者 魏华 张浩 摄影报道）每到清明前后，达州东部经开区福善镇村民杨红便挎着竹篮穿梭于田间地头，采摘制作粿粿的“黄金原料”——清明菜。清香软糯的清明菜粿粿，是刻在达州人骨子里的春日味觉密码。

“达州的清明菜分大小两种，小清明菜叶片覆着细密白绒，清香更浓、口感更糯，是做粿粿的上品。”杨红俯身轻掐嫩尖，指尖沾染着草木清香。而田垄间星星点点的野葱，则是馅料里不可或缺的“灵魂配角”——辛香鲜辣。从田间到蒸笼，清明菜粿粿的诞生藏着她的匠心巧思。

采摘的野菜经清水洗净，入沸水轻焯，翠绿的汁水晕染开来。野菜切碎后与糯米粉、粘米粉反复揉合，面团渐成温润的碧玉色。“野菜焯水时加少许小苏打，色泽更翠，口感更糯。”杨红的小秘诀，让这份

山野之味更添几分精致。达州人偏爱咸口——老腊肉切丁，佐以盐菜碎，入锅爆炒，然后快速拌入野葱段。三者交融，成就清明菜粿粿馅料的别样风味。手工揉搓、现包现蒸，将转瞬即逝的春日生机，牢牢锁进软糯的面团之中。

蒸笼掀开的刹那，白雾裹挟着草木清气与腊肉醇香升腾而起。圆润饱满的粿粿泛着温润的青光，外皮软糯劲道却不粘牙，轻掰即见馅料饱满扎实，油脂微微渗出。一口咬下——野菜的清香、腊肉的醇厚、野葱的辛辣在齿间层层绽放，咸香四溢，越嚼越生出绵长的回甘。

从田间野菜到餐桌美味，从传统手艺到文旅特色，清明菜粿粿，不仅是达州人的春日心头好，更承载着巴渠大地的民俗传承与烟火温情。