



## P42 田园综合体这样赋能乡村振兴

46 石屏豆腐产业如何实现转型升级 / 杨旭东

### 工作交流

48 “绿色云品”亮相第二十届中国农交会等 8 则

### 双创空间

52 毕兴权团队：把杂粮做出新花样 / 蒋颖

54 赵沫洁：打响“红河嫂”劳务品牌  
/ 王学勇

### 致富前沿

56 国内首款蛋鸭育种芯片研发成功等 6 则

### 农家茶座

58 如何规范农村养犬管理

### 法治乡村

60 维权要避免这些认知误区 / 张兆利

62 被迫离职能否索要经济补偿 / 廖春梅

63 警惕婚恋交友诈骗 / 尹庆元

### 院士科普

64 莴笋和鲜食玉米绿色栽培技术

64 张福锁院士团队简介

65 莴笋绿色高效栽培技术

67 洱河流域旱地鲜食玉米绿色生态种植模式



## P54 赵沫洁：打响“红河嫂”劳务品牌

### 田间课堂

69 云南早春马铃薯黑膜全覆盖  
绿色高效种植技术

71 冬季蔬菜防灾减灾技术指导意见

73 冬季养鸡做好几种疫病防治

### 生活百科

74 尝试这些抗炎饮食法吃出健康  
/ 余慧青 陈梦婷

75 对脂肪的认知误区有哪些 / 董瑞丰

76 这些不良洗发习惯要避免 / 曾心月

77 羽绒服选购及保养指南

### 他山之石

78 浙江余杭：“苦竹”变“富竹”等 6 则

● 封面 位于小新寨村民小组的太空舱酒店

● 封二 冯由明：把野果变成“金果”

● 封三 小中甸镇：唱响山地“牧歌”

● 封底 《云岭先锋》（原支部生活）

创刊 70 周年

（本刊声明：来稿请自留底稿，3个月内未接到用稿通知，请作者另行处理。如系转载文图，请作者与本刊联系，以便支付稿酬、寄赠样刊。）