

今日关注

呼和浩特“为老餐厅”让老人吃上“暖心饭”

中国妇女报全媒体记者 王永权
马妍

油饼、豆浆、茶叶蛋、馅饼，家常可口，热乎卫生……

4月15日一大早，中国妇女报全媒体记者在内蒙古呼和浩特市新城区东影北路社区电机小区的为老服务餐厅看到，在近100平方米的用餐区内，老人们在窗明几净的餐厅里愉快地用餐，餐厅的服务员正忙着为陆续进来的老人们取饭。

油饼、豆浆、老豆腐、烧卖、茶叶蛋、小米粥、南瓜粥、油条、杂粮包、馅饼，各类小菜……多达十几种食物摆满了餐柜。

“我们小区比较大，要是出去吃早点，太麻烦了。这儿的饭菜不仅卫生好吃，价格还不贵，在小区院里就能吃到早餐真好！”电机小区三号楼69岁的居民李大妈一边喝着红豆粥一边对记者说。

“餐厅的菜谱，主要是针对老年人定制的，由专业营养师进行搭配。饭菜讲究低糖低盐少油易消化，维生素含量高，软糯易嚼。我们的价格也不贵，一碗老豆腐2元、一个包子2元、一杯豆浆1元、一根油条2元。老年人

政府每餐补贴、社区提供场地、免费送餐到家——



为老服务餐厅工作人员介绍每周菜单。

在这里平均五块钱就能吃得很好了。”为老服务餐厅负责人高竹奇告诉记者，午餐四菜一汤，二荤二素加主食。餐厅还推出了长者套餐，65岁以上老人，可享受8元用餐；60到64岁老人，可享受12元用餐；60岁以下老人，可享受14元用餐，价格低于同类菜品市场价格

的15%~20%。由于这里的饭菜价低实惠，深受老年人欢迎，每天中午几乎座无虚席。

在采访中记者了解到，餐厅还为老人提供送餐到家服务。电机小区的崔女士前来为父母订餐，她说：“因为工作忙，有时不能为老人做饭。经过几次品尝，我发现这个为老餐

厅荤素搭配非常合理，而且还免费送餐，服务也很贴心，这样我上班也不用惦记老人的吃饭问题了。”

“我们将每位老人预定的送餐时间进行逐一登记，按时送餐上门。”高竹奇告诉记者，因为常年跟小区的老人打交道，哪几位老人需要送餐，需要几点送餐，他们已经熟记于心。

据社区书记原媛介绍，东影北路社区的为老服务餐厅作为新城区试点单位，筹建于2018年。电机小区是建于20世纪70年代的高龄小区，共有20栋楼，居民7537人，60岁以上2862人。餐厅之前是一个车库，经过与街道办事处等上级单位沟通，在这里建了一栋四层小楼，作为为老服务中心。现在一楼是为老服务餐厅，可同时容纳60多人用餐，二楼和三楼则打成了老年人活动室和文化室。

“场地是我们自己的，所有的锅碗瓢盆以及桌椅板凳都是政府提供的，餐厅运营方只需缴纳水电费及员工工资即可。而且老人用餐费政府也有补贴，凡户口与居住地均在社区，持‘新城区试点社区老年卡’的老人，每餐政府补贴4元，因此做到了质优价廉。”原媛说。

首届全国大学生职业规划大赛总决赛将在沪开赛

中国妇女报全媒体记者周韵曦 发自北京 4月18日，记者从教育部官网获悉，首届全国大学生职业规划大赛总决赛将于4~5月在上海市开幕。大赛由教育部、上海市人民政府共同主办，以“筑梦青春志在四方 规划启航职引未来”为主题，以立德树人、就业育人为主线，努力打造强化生涯教育的大课堂、促进人才供需对接的大平台、服务毕业生就业的大市场，更好实现以赛促学、以赛促教、以赛促就的目标。

“首届全国大学生职业规划大赛吸引了北京市90所高校的7.6万余名学生参赛，学生参赛热情很高，展现出了较强的职业规划和综合能力素养。”北京市教委高校学生处副处长陈思思表示。

教育部相关负责人表示，大赛期间，就业赛道辐射了1000多万应届毕业生，成长赛道引导了2000多万非毕业班在校学生，教师赛道影响了10万多名高校就业工作者。

目前，校赛、省赛已全部举办完毕。课程教学赛道总决赛将于4月20日在上海师范大学举行，主要考查高校开设的职业发展与就业指导课程的建设情况、授课教师的教学水平。学生成长和就业赛道总决赛计划于5月10—11日举办，5月12日举办全国总决赛颁奖仪式，之后还将举办最佳风采争夺赛并同步开展系列促就业活动。

据了解，为促进毕业生高质量充分就业的基础工作，2023年8月，教育部印发通知，举办首届全国大学生职业规划大赛。大赛分校赛、省赛和总决赛三级赛事，面向非毕业班学生设置成长赛道，面向毕业年度求职学生设置就业赛道，面向教师设置大学生职业发展与就业指导课程教学赛道，累计报名952万人，覆盖高校2740所。

第十一届汉牡丹文化节在河北邢台开幕

中国妇女报全媒体记者周丽婷/李雪其 发自邢台 为推介河北省邢台市文旅资源，塑造“太行泉城·美丽邢台”城市品牌，加快泉城特色旅游城市建设步伐，4月15日，“春游泉城 同赏百花”第十一届汉牡丹文化节在河北省邢台市七里河同心岛开幕。据悉，汉牡丹文化节将持续到5月15日。

开幕式特别策划了“我为家乡代言”环节。国家著名京剧表演艺术家、邢台文旅宣传大使、汉牡丹文化形象大使李胜素作为代表上台发言，表达了对家乡、对汉牡丹文化节的关心和关注，对家乡父老的祝福。国家中药材产业技术体系岗位科学家、中国农业科学院蔬菜花卉研究所牡丹研究中心主任张秀新，详细介绍了牡丹的产业价值，并为“中国农科院牡丹研究柏乡分中心”成立正式授牌。

据悉，本次汉牡丹文化节加入了全国范围的十省联动宣传，十个省市以牡丹为纽带，共同描绘“春天里的中国”。此外，为弘扬东汉优秀历史文化，推动地方文旅产业发展，刘秀故里湖北枣阳、光武登基河北柏乡、昆阳之战河南叶县、安于原陵河南孟津，四县区决定共建“东汉历史文化旅游城市联盟”。当天下午，在柏乡县还举行了“汉光武帝刘秀与东汉历史文化座谈会”。

中国故事女主角

“唢呐博士”刘雯雯：一支唢呐向世界讲述中国故事

人物小传 /

刘雯雯，上海音乐学院教师，中国第一位唢呐博士。在母亲的带领下，她从5岁起每天练习唢呐，如今的她尝试跨界融合，推出唢呐钢琴协奏曲《敦煌魂》、BossaNova版《百鸟朝凤》等不同风格的曲目，带着唢呐用国际音乐语言向世界讲述中国故事。

中国妇女报全媒体记者 程浏可

公元3世纪，唢呐经丝绸之路传入中国，从此华夏大地上又多了一道嘹亮而高亢的声音。跨越千年后的2017年，在大洋彼岸的悉尼歌剧院，迎来了这里历史上首位唢呐独奏演奏家刘雯雯，她用一曲《百鸟朝凤》技惊四座，“炸”翻全场。刘雯雯，上海音乐学院教师，中国第一位唢呐博士，就这样带着一支唢呐吹响世界。

源于“使命”的唢呐之路

走进刘雯雯家中，中国妇女报全媒体记者就被一阵唢呐声吸引，刘雯雯笑着说：“我爸正给我调哨片呢。”从三四岁拿着唢呐玩耍，到站在国际舞台上表演唢呐独奏，再到成为中国第一位唢呐博士，刘雯雯的唢呐之路一直有父母的指引和陪伴。

刘雯雯的母亲是唢呐吹打第十二代传人，“在母亲之前，家族一直有‘传男不传女’的规矩，但她不服，偷偷学偷偷练，最终获得了外公的认可。”刘雯雯说。

母亲坚定的使命感深深影响了刘雯雯。5岁起，无论春夏秋冬，每天清晨母亲都会带着她去植物园练习唢呐。那时候，刘雯雯是偷不得一点懒的，偶尔想蒙混过关，母亲伸手一摸唢呐内膛，看里面有没有水汽就知道她有没有好好练。

面对严苛的训练，年纪还小的刘雯雯也曾有过抵触情绪，但这个想法很快有了变化。一次偶然的机会，刘雯雯听到了被誉为“中国现代唢呐第一人”刘英的唢呐专辑。“我至今都记得，那个曲目是《正月十五闹元宵》，中间有一段特别

优美，我被深深吸引，每天听着吃饭，听着睡觉。”

刘雯雯与恩师刘英缘分的种子也自此萌芽。15岁时，刘雯雯和母亲来到上海拜访刘英，一曲《怀乡曲》演奏完，刘英看到了刘雯雯身上巨大的潜力，认定她是个好苗子。有了刘英的鼓励，刘雯雯对唢呐的热情更加饱满，练习也更加刻苦。那几年，她和母亲经常坐着绿皮车往返于济宁和上海，只为多从老师这里学习技艺。终于，刘雯雯如愿考入上海音乐学院，开启了唢呐生涯新的一页。

属于刘雯雯的“百鸟朝凤”

来到更大的平台后，刘雯雯眼界愈加开阔，对唢呐的表演和传承发展有了更多思考和感悟。在多年的蓄力后，刘雯雯终于迎来了厚积薄发的时刻。

2017年，刘雯雯应邀在悉尼歌剧院参加中国新年音乐会演出。当年恰逢中国农历鸡年，与《百鸟朝凤》的主题不谋而合，而母亲擅长的咋戏给了刘雯雯灵感。“咋戏可以模仿很多动物的叫声，我的母亲就建议我加入母鸡下蛋、公鸡打鸣的声音。”刘雯雯将这些民间传统艺术的精华编入自己的表演中，带来了一曲与众不同的《百鸟朝凤》。

40秒，一口气吹奏《百鸟朝凤》的华彩段落，刘雯雯让全场屏住了呼吸。接着，一连串惟妙惟肖的百鸟之声把舞台变成了无垠的旷野，观众仿佛透过一支小小的唢呐看到了万物灵动的自然壮景。演奏结束，掌声雷动。“我在那一刻，感受到这20多年的努力和磨炼如此值得，这是观众给我的掌声，更是世界对中国音乐的掌声！”刘雯雯说。

这次文化出海让刘雯雯对唢呐的发展有了更大的信心。“我想打破大家的固定思维，把唢呐‘玩’得更‘洋气’，更多元。”在刘雯雯看来，乐器没有条条框框的限制，唢呐可以吹出优美的流行曲，也可以演奏富有节奏感的爵士乐。她开始尝试跨界融合，邀请优秀的作曲家一同研究创作，推出了唢呐钢琴协奏曲《敦煌

魂》、BossaNova版《百鸟朝凤》等不同风格的曲目，让唢呐这个曾经被认为很“土”的乐器强势出圈。

有赞誉也会有质疑，面对一些传统派艺人对唢呐跨界的争议，刘雯雯坚定自己的选择：“唢呐不是只有一曲《百鸟朝凤》，也不是只能站在乡间田野。音乐不以山海相隔，不以语言为阻，只有打破传统，才能有发展。我要带着唢呐用国际音乐语言向世界讲述中国故事。”

接续传承的文化自信

传承、传播、传授，刘雯雯践行着自己的使命。“火”了的刘雯雯并没有被流量裹挟，她婉拒了很多综艺节目的邀请，一心扑在演出和学术上。“我要在拥有最好精力和体力的时候，用更多的时间推陈出新。”刘雯雯说。

硕士毕业后，刘雯雯选择留校任教，并继续读博深造。“唢呐在中国这片广袤的大地上演绎出了多姿多彩的形态，不同地区的民间艺人给它注入了不同的文化内涵，东北唢呐热情奔放，陕西唢呐高亢激昂，鲁豫唢呐粗犷质朴，每一种鲜明的风格都融入了群众的智慧。”谈到唢呐的发展过程，刘雯雯语气中充满钦佩和自豪，“现在，我也要带着年轻一代继续探索唢呐的更多可能。”

刘雯雯经常带着学生深入田间地头采风，拜访民间艺人，让大家感受独特的风格和技艺。虽然并不年轻多少，但刘雯雯在专业方面的严格要求让学生“有点怕”。“有时候他们自己觉得没练好就会请一天假，一定要练到好的状态再来跟我汇报。”刘雯雯笑着说，除了专业教学，她也总叮嘱学生保持踏实的心态，“越是有浮躁的诱惑越要守住初心，练扎实本领才能谈创新和突破。”

刘雯雯告诉记者，近些年演出时，有她多次她都忍不住感动地流下眼泪，那种“把唢呐吹到了骨头缝儿里”的感觉一次次鼓舞着她。“这个世界少不了它的声音，我要一步步地让唢呐登上更大的舞台，为它的传承发展铺一条更好的路。”刘雯雯说。



刘雯雯在悉尼歌剧院演奏。受访者供图

天天观点

动画短视频成人化 低俗化亟待整治

黄婷

近日，山东济南的张女士在辅导女儿写作业时，因双方意见不合，女儿对她竖起中指并对其爆粗口，气坏了的张女士严厉批评了女儿，并从其口中得知这些脏话和侮辱人的手势是从动画短视频中学来的。据报道，许多家长都反映，孩子经常模仿动画片中的主人公，说脏话或做出不合时宜的言语举止。

动画作为孩子们成长过程中的重要陪伴，其影响力不容小觑。然而，当下一些动画片为了迎合市场口味，却掺杂了许多不良元素，对儿童的身心健康造成伤害，低俗动画内容易于引发或者诱导孩子持续关注不良信息、模仿不安全行为，扭曲他们的价值观，对其未来的人格塑造和社会行为产生负面影响。

从法律角度看，含有成人化、低俗化、暴力失度等内容的动画短视频，不做任何提示，无差别推送给未成年人用户观看，属于违法行为。未成年人保护法第五十一条明确规定：“任何组织或者个人出版、发布、传播的图书、报刊、电影、广播电视节目、舞台艺术作品、音像制品、电子出版物或者网络信息，包含可能影响未成年人身心健康内容的，应当以显著方式作出提示。”因此，对于一些内容明显违法的动画片，相关部门必须及时查处并予以严厉打击，以营造健康良好的传播秩序。

短视频平台上的动画创作受到质疑，既有平台审核不严的原因，也有创作者水准的问题。各短视频平台应加强内容审核，提高动画短视频的准入门槛，同时畅通家长或教师对动画短视频的投诉机制，一旦发现不良内容，应立即下架，并及时反馈给动画片制作方，要求其进行调整。此外，行业治理层面上也应主动应对动画片的短视频化、“脏污化”问题，为未成年人营造清朗的网络空间、观影空间。

作为儿童接触外部世界的一扇窗，动画片在其成长过程中有着重要的功能，内容理应承担积极阳光，符合儿童的心智，对儿童成长起到良好引导作用。动画短视频创作者只有遵循坚持正确的价值导向，强化社会责任感，才能创作出老少皆宜的优质动画短视频。

新闻壹段评

用法律把“新型水军”赶出“网络舞台”

直播间观众大部分是“假人”，有人操纵大量手机“充人头刷人气”，浙江首批“新型网络水军案”判了。近日，宁波市鄞州区人民检察院受理了浙江首批因造假手段操控软件虚增直播间人气被判非法经营罪的案件。其中，王某被检察机关提起公诉后，最终以非法经营罪判处有期徒刑一年三个月，缓刑一年六个月，并处罚金人民币五万元。

在数字化时代，我们期待着一个更加公正、透明的市场环境，让每一次点击、每一次购买都建立在真实与信任之上。整治“新型水军”，要用法律把“虚假观众”赶出“网络舞台”，商家也应当明白直播间“人气幻象”终究是“海市蜃楼”，物美价廉才是做生意的正道。

追捧极简工作餐要避免过犹不及

临近夏日，“减肥”又成为热门话题。一个苹果加咖啡，或者煮玉米和鸡蛋，或者一盒生菜就是一餐，只要能维持身体正常运转即可……这两天，主打方便、快捷的“生命体征维持餐”火了，记者在社交媒体平台上搜索，发现不少网友分享了自己的极简风工作餐，在小红书上该关键词相关帖子超6万，微博上相关话题已经超1亿阅读。

“生命体征维持餐”的走红，呼应了时下低脂、少盐、控糖、反碳水的饮食风潮，但追捧“生命体征维持餐”也要避免过犹不及。现在网上流行的“生命体征维持餐”整体热量较低、营养元素单一，尤其碳水化合物缺乏，会导致人体新陈代谢降低，不宜作为长期的饮食方式。因此，“生命体征维持餐”走红一时可理解，但要养成科学的饮食习惯，还是应该相信权威、不盲目跟风，理性约束自己并持之以恒，从而让食品增益而非减损健康。

不要误读“减肥神药”进医保

近日，一种名叫司美格鲁肽的药物，受到众多爱美人士的追捧。许多热心网友在社交平台分享其用法，并声称“躺着就能变苗条”的减肥“神效”。4月16日，国家医保局回应称，司美格鲁肽注射液已通过谈判纳入国家医保目录，支付范围限定在与成人2型糖尿病有关的两种情形，减肥不在支付范围内，医保不能报销，若请人代开该药用来减肥，将因涉嫌套取医保基金受到处罚，付出违法代价。

司美格鲁肽虽然具有一定的减重效果，但其核心功能仍然是治疗2型糖尿病，将其纳入医保，是为了减轻糖尿病患者经济负担，而非助力减肥。对于想要减肥的人群，应该通过科学的方法和健康的生活方式来实现目标，而不是寄希望于所谓的“神药”来轻松达成，更不能挤占真正需要司美格鲁肽治疗糖尿病的病人的资源。因此，医疗机构和相关部门应该加强司美格鲁肽使用的指导和监管，确保其能合理使用。

黄婷 整理点评