益

开

如何"少交学费"踏入收藏大门?如何淘到真

# 乐见高校兴起"轻食风"

花,没负担又好吃!"5月13日晚间,天津大 行的现实方案,自然大受欢迎。 据悉,"轻食风"正在各地高校食堂兴起。 今年春天以来,北京、四川、安徽等地高校 食堂纷纷"上新"轻食减脂餐,因"少油少

高校食堂餐窗前兴起"轻食风",体现 了年轻群体对健康危机的积极应对。当外 院体检报告中大学生脂肪肝检出率逐年 攀升时,我们不得不正视:重油重糖带来 的舌尖狂欢背后,是代谢负担与健康隐患 的悄然累积。事实上,新一代青年并非忽 视健康,只是在将健康理念转化为生活实 践的过程中缺乏可行路径。高校食堂提供 的轻食餐以30克小份计价、可自由组合, 不仅破解了"一人食难控量"的困境,还以 亲民价格消解了"健康饮食高成本"的认

一份手撕鸡胸、一份紫薯、一份西蓝 知误区,为大学生科学膳食提供了切实可

当健康与好吃兼得的"轻食风"赢得 新。比如天津工业大学践行"中式轻食"理 念,用传统烹饪方式保留食材风味,以自 制酱汁平衡口感,既满足了年轻人挑剔的 味蕾需求,又守住了健康底线。此举打破 了"健康餐=难吃"的刻板印象,让科学饮 食与美味体验实现共生。更深层的变革在 于饮食观念的迭代。高校在推出轻食窗 卖平台上的炸鸡、奶茶订单持续高企,医 口、优化菜品供给的同时,还要加强健康 教育,促使当代大学生构建理性饮食观, 盖干以"蛋白质-碳水-纤维"的科学搭配 取代"酚甜麻辣"的感性选择。

> 色彩缤纷的轻食餐盘,映照出健康 中国的未来图景。当年轻一代学会用数 据丈量饮食、用理性驾驭欲望,这场"轻 食风"终将成为全民健康素养提升的重 要注脚。

浙江杭州520路"商务座"公交凭借全 景天窗、真皮座椅和木质地板的豪华配置 走红,刷爆社交平台,不少人将其视为公共 交通服务升级的标杆。然而,在流量与掌声 背后,这一"网红公交"折射出的公共资源 分配逻辑、服务定位矛盾与运营可持续性

当前,因私家车与网约车分流效应显 著,城市公共交通客运量下降已成为不争 的事实。在此背景下,杭州公交顺应移动 从文旅角度看,结合"520"浪漫路名打造的 特色线路,这路公交车已成为杭州文旅宣 传新窗口。上海外滩观光巴士、成都"杜甫 草堂主题公交"的成功先例也证明,主题 化、品质化公交能有效串联城市旅游资

但繁华表象之下,潜在争议不容忽 共交通的探索前进才能行稳致远。

记者 龙文泱 通讯员 刘则 庞旻) 5月15日,2025年"5·18国际博物 馆日"湖南主会场活动在益阳市 本次活动由省文物局、益阳市 政府主办,以"快速变化社会中的 博物馆未来"为主题,展示了我省 文博系统的积极探索成果,探讨了

博物馆未来发展趋势,呈现了行业

湖南日报5月15日讯(全媒体

改革为大众带来的获得感。 开幕式上,全省首批39家乡 村博物馆名单公布,浏阳花炮文化 博物馆、益阳清溪村作家签名版图 书珍藏馆等人选。2021—2024年度 湖南省博物馆(纪念馆)"陈列展览 精品"及"优秀教育案例"推介结果 出炉。其中,湖南博物院(湖南省文 物鉴定中心)"听·见湖湘——湖南 音乐文物与故事"、长沙博物馆"她 从长安来——汉长沙国渔阳王后 和她的时代"等10个展览获评精 品奖,龙山县里耶古城(秦简)博物 馆"简中窥秦·穿渡千年"青少年研 学活动、株洲博物馆"楚游'奇'遇 记——株洲博物馆青少年教育活 动"等10个项目获评十佳案例。

现场发布的《湖南省博物馆事 业发展报告(2023-2024)》显示,

截至2024年,全省备案博物馆达到200家。 2023-2024年,全省博物馆共推出陈列展览 1852个,举办社会教育活动3.87万场次,接待观 众1.46亿人次。

# 55件藏品亮相 新湖南鉴宝大会

5月15日下午,由湖南日报社旗下国有文物商 店、湖南日报融媒传播有限公司承办的新湖南鉴 宝大会——我家有个"传家宝"公益鉴定活动在 新湖南大厦举行。新湖南App、湘视频视频号、新 湖南抖音、湖南日报微博等平台同步直播。参与 鉴定的藏品共计55件,涵盖青铜、书画、瓷器、唐 卡、牌匾、玉器、拓片等。经专家鉴定,部分藏品来 自汉、唐、明、清等朝代,另一部分为精美的现代

本次鉴定活动由湖南博物院原党委副书记、 国家文物进出境审核责任鉴定员、湖南省文物鉴 定委员会委员郭学仁,中国青铜专业委员会理 事、铜器和杂项鉴定专家卢运全,长沙市收藏协 会副主席、秘书长彭磊三位专家担任鉴宝人。

正的宝贝?三位专家给出了许多中肯的建议,其 中一条是"多逛博物馆"。

全国百余位记者深入岳阳采访,探析"办会兴城"的精彩实践 共赴一场"江湖之约"

第四届湖南旅游发展大会即将启幕。5月 12日,"大美江湖·天下岳阳——新闻媒体岳阳 行"集中采风采访活动启动,来自中央、省市县 媒体的110位记者深入岳阳采访,用笔触和镜 头记录当地文旅融合高质量发展的精彩故事。

# 绿水青山铺展文旅诗意画卷

站在华龙码头望去,水洲清亮,芦苇丛丛, 飞鸟在水天间穿梭,麋鹿在岸边漫步。

坐在船上,不时看见江豚的脊背破浪而出, 新华社记者张格赶紧用手机拍摄记录,她不禁感 慨:"洞庭湖的生命奇迹越来越多,这不仅是岳阳 的资源禀赋,也是这座城市的生态保护成果。"

岳阳临长江、滨洞庭,拥有长江湖南段163公 里黄金岸线,是"守护好一江碧水"的重要阵地。

岳阳坚持打好蓝天、碧水、净土"三大保卫 战",严格落实河(湖)长制和长江"十年禁渔", 坚持山水林田湖草沙一体化保护和系统治理, 先后关停非法砂石码头155处,拆除和提质改 造沿江码头泊位82个,退还长江岸线7.24公 里,整治长江岸线66.3公里,完成长江岸线复绿

依托广袤的生态资源,岳阳积极打造主题 鲜明的生态旅游目的地。

即将焕新开放的洞庭湖博物馆,通过"展 陈+沉浸互动"模式,生动呈现洞庭湖地质历 史、水文变化、生态生物等内容。

开馆后,洞庭湖博物馆将推出演艺项目《洞 庭幻境》沉浸式5D生态剧场,打造人与自然和 谐共生的生态名片,助力该馆成为中国首个生 态文明博物馆范本IP。

洞庭湖南边,熊猫成为继江豚、麋鹿、候鸟 后的第四张岳阳生态名片。

大批市民游客聚集在岳阳中华大熊猫苑, 争相打卡"熊猫的萌态"。

漫步岳阳中华大熊猫苑,竹影桥串起9个 场馆。记者们在绿意盎然的场馆里,望着圆滚 滚、毛茸茸的可爱熊猫,纷纷举起相机记录下这

# 文旅项目激活澎湃发展动能

走进岳阳楼历史文化保护利用示范片区,

作为大会核心观摩项目,岳阳对片区内 3.19平方公里的区域进行系统性改造,修缮124 栋历史建筑,改造巴陵西路等11条街巷,新增 裸眼 3D 电子屏、文化护栏等现代元素,新添"修 旧如旧的历史街区、舒适便捷的宜居社区、文旅 融合的打卡景区"三重身份。



5月14日晚,岳阳市洞庭南路灯火次第点亮,将岳阳古城勾勒成一幅流动的工笔画。这条蜿蜒的历史长廊,珍存着1处国保单位(慈氏塔)、 59栋历史建筑、30幢风貌建筑和13条古巷,沉淀着城市的记忆。 湖南日报全媒体记者 童迪 摄

该片区已引入74家商户,非遗工坊、文创 市集与老字号餐饮交织,烟火气与文艺范共生, 成为游客"必到会客厅"。

在片区的文旅规划设计中,老火车站房(大 美湖区地块)改造项目成为焦点。

岳阳老火车站始建于1917年,是粤汉铁路 的重要节点,随着1994年新火车站启用,老站 逐渐沉寂。

现在,老站已成为"唤醒城市记忆"的钥匙, 月台、铁轨广场、绿皮车厢等被逐一复原。记者们 乘坐观光火车,依次驶过岳阳港工业遗址公园、 慈氏塔等景点,感受岳阳文旅释放的澎湃动能。

乘旅发大会东风,岳阳精心铺排重点项目 62个,项目总投资314.5亿元,推进"文化+旅 游""文化+科技"深度融合,擦亮"洞庭天下水、 岳阳天下楼"金色名片。

通过项目攻坚,历史街区"火"起来了;通过 科技赋能,传统文化"潮"起来了。

夜幕降临,岳阳楼景区光影点亮,沉浸式走 读诗境剧场《今上岳阳楼》迎来第二场公测,先 进投影技术与裸眼全息影像技术联动,将亭台 水榭化作流动画卷,多端无线数控技术与多媒 体视觉矩阵的充分结合,为观众带来极具新鲜 感的光影表达。总导演李彦介绍,创作团队依托 景区既有园林空间,在物理空间上"借景还境", 用光影与数字技术编织虚实交融的诗意场域。

中国旅游报社记者高慧看完后感触颇深: "岳阳用《岳阳楼记》打造沉浸式剧场,把历史故 事转化为可体验的旅游产品,把传统玩出了新 花样!"

# 全域焕新绘就民生幸福底色

走在金凤桥南路,新铺的沥青路面平整如 镜,岳阳楼纹样的文化井盖与清晰的道路标线 相映成趣

中国日报社记者朱友芳来过岳阳数次,不 禁感慨:"旅发大会带来的变化太大了,基础设 施大为改观,岳阳老百姓的出行越来越方便。"

办会兴城,岳阳用"全域提质"回应民生期

岳阳大道、金凤桥南路等8条主干道完成 翻新,北港南路等4条道路大修,累计提质道路 28.18公里、175万平方米,17座桥梁与金鹗隧道 旧貌换新颜,岳阳楼区、君山区等同步改造次干 道、背街小巷及景区路网。

在洞庭大道经营便利店15年的张建国,最 近总爱站在新铺的柏油路边打量来往车辆。"以 前坑洼处要垫三四块木板才能过车,现在送货 的师傅都说这路平得像溜冰场。"他说。

走进洞庭渔歌小镇,映入记者眼帘的,是白 墙黛瓦的精致民居。

曾经,这里被称为西瓜山片区。13年前,20 来岁的吴魏随妻子第一次来到西瓜山,脑海中 留下满是鱼腥味的记忆。此后,他和妻子定居上 海,从事商业景观设计。

去年,7.8万平方米的西瓜山片区、174栋居 民房屋全面提质改造。片区拆除违法建筑216 处,新增停车位206个。

吴魏回乡探亲,"差点找不到回家的路"。如 今,吴魏回乡创业,把老房子装修一新,与小镇 整体景观相得益彰,不仅吸引岳阳、长沙、武汉 的客户前来洽谈业务,还成了艺术建筑打卡点。

提质的,除了基础设施,还有公共服务。 在筹备旅发大会期间,岳阳新建191座公

厕,岳阳东站、火车站新增智慧公厕,智能感应、 自动清洁技术让如厕更便捷;岳阳大道、巴陵路 的智慧公交驿站成了新地标,集候车、如厕、便

针对"停车难",岳阳6000余个机关企事业 单位停车场免费开放。为破解"出行堵",新增湖 滨片区9路公交,优化8条景区线路,延长20余 条线路运营时间,保障夜间返程需求。

办一次会,兴一座城。

此刻的岳阳,生态底色更靓、文旅动能更 足、民生温度更暖。全城上下秉承着"东道主"的 热忱与担当,向世界递出"大美江湖·天下岳阳" 的闪亮名片,邀请游客共赴一场"江湖之约"。

# 工程机械展,远不止一场视觉盛宴

次展会设立了多个室内外主题展区,共有1650余家 术革新与未来发展趋势的绝佳窗口

矿业装备、应急救援装备、运输装备三个板块首 次亮相,内容丰富。在应急救援装备板块,山河星航 造工艺上的全方位突破。看似炫技式的表演,其实质 研发的"系留无人机消防车"直击超高层建筑消防难 题,可在200米高空精准喷射灭火剂,斜飞精度达20 验等核心领域的实力投射。 米;山河智能的无人车构建起"空地协同"系统,可实 现物资投送、危化品处置等全地形作业……工程机 本届展会共邀请56个国家驻华使团、5个国际组织、 械装备正不断突破人们的固有认知,不仅能够驰骋 45家国际商协会、20个国家的760家国际贸易商参

5月13日,广西百色一女子发视频称,自己

孩子在右江区实验小学上三年级,学校家委会

强制给家长排班轮值护学岗,自己被迫抱着2个

月大的婴儿站岗。当事家长称:"护学岗不是家

长自愿报名,是家委会自己排班,前一天突然通 知让我们去值班,我们只能去了。共有四批家 长,分别在四个时间段值班,也没有签到,去了

之后把照片发群里给老师。"这暴露出当前家校 关系中普遍存在的一个问题:学校以"家校共

作规范》等文件,动员社会力量参与校园周边

治理确有必要。但现实中,许多学校将这一机

制异化为"家长执勤制度",折射出教育公共服

务的缺位。按照《中华人民共和国义务教育法》

等规定,保障校园安全是政府和学校的法定职

责。交警部门应在上下学高峰加强交通疏导,

学校应完善保安配备。但一些地方为节省行政

成本,将本应由专业力量承担的工作推给家

长,这既让家长左右为难,同时如果真的有突

校延伸管理的载体。很多家长都表示自己曾被 迫参与学校事务,包括打扫教室、监考甚至代

当前,"家长群""家委会"等组织已成为学

从本质上看,护学岗制度的设计初衷值得 肯定。根据教育部《中小学幼儿园安全防范工

育"之名,将更多教育管理责任转嫁给家长。

着地、后轮悬空。人们对工程机械展印象最深的,无

后往往是工程机械行业在技术研发、产品设计和制 是企业在极端工况、全生命周期可靠性、人机交互体

长沙国际工程机械展同时也是一场商贸盛会。 于矿山与深海,更以惊人的适应能力游走于错综复 会,国际买家超过5000人次。基于此,面对东南亚、 价值,积极引领全球市场发展。

杂的城市和乡村环境,为公共安全注入了全新活力。 非洲等需求快速增长的地区,我们可考虑去当地建 挖掘机360度旋转底盘、整机漂移;装载机前轮 设生产基地,以进一步贴近市场、降低物流成本,提 供高性价比、耐用的适应性产品;对于欧美市场,则

> 外行看热闹,内行看门道。长沙国际工程机械展 真正的价值远不止于一场视觉盛宴,而是为整个行 业提供了一个洞察全球需求动态、探索技术前沿、创 新商业模式的优质平台。从产品到产业链布局,中国 工程机械秀出的硬实力,正在变成技术优势和品牌



# "全典牛奶""橙果粒",山寨食品太离谱

有网友反映,一些山寨食品的"势力范 围"已突破以往的农村市场,凭借与正品高 度相似的包装、极具迷惑性的名称、低廉的 价格悄然潜入监管薄弱地带,在网购、外卖 等平台以及一些线下零食店频频"冒头"。 鉴于此,应加强对食品行业的全链条

监督,尤其是加大对网购平台及外卖渠道 的监控力度。此外,应从名称、包装到广告 宣传,明确界定"高度相似"与"侵权"的边 界,提高公众辨别山寨食品的能力,引导其 选择正规渠道购买商品。 图/文 陶小莫

# 且慢为"商务座"公交叫好

关育兵

问题,远比其亮眼的内饰更发人深思。

源,带动消费增长。

视。首先,"商务座"公交的采购与维护成

本显然远高于普通车辆,重金打造少数豪 华线路,难免让人质疑公共资源是否偏离 了"普惠"本质。更深层的矛盾在于,"商务 座"公交模糊了公共服务与商业运营的边 界。公交作为城市交通的兜底保障,本应 以均等化服务为核心价值,当豪华配置与 "网红打卡"成为运营重点,不仅可能弱化 基础线路的服务质量,还可能陷入"重面 子轻里子"的建设误区 面对这一争议,相关部门可在小范

围、特定时段内测试特色线路,通过动态 票价、广告植入等市场化手段平衡成本 单",确保在满足基础出行需求后,再进行 差异化服务探索

公共交通的每一次变革,都应立足城 市发展的长远利益。在"商务座"公交热潮 中,更需要冷思考:唯有守住公共服务的 公平底线,让创新回归服务大众初心,公

(作者系教育工作者)

# 强

局,须重构责任体系。首先应明确护学岗的辅助性质,其次要 增加专业安保投入。 "幼有所育"不仅是一句口号,更是对孩子们健康成长的 庄严承诺。这份承诺,需要我们以理性、责任与智慧去实现, 也需要全社会用行动来守护。 (作者系自由撰稿人)

批作业。这种越界异化了家委会的定位——它本应是家长维

权的组织,现实中却常异化为校方"代言人"。要破解这一困

发状况发生,家长也无力应对。