

本期热评 >>

老穆

让古都大同的魅力辐射全国传导世界

经国务院批复同意,文化和旅游部近日印发《旅游强国建设“十五五”规划》,确立全国“枢纽—重点—特色”三级旅游发展新格局。大同成功跻身全国重点旅游城市行列,与承德、洛阳、桂林、大理等知名文旅城市一并纳入国家旅游强国建设顶层布局。(《大同日报》7月14日)

太振奋了!这份国家级认证,标志着大同在全国文旅高质量发展中树立了全新坐标,为资源型城市转型发展写下了生动范本。

深厚的历史底蕴,是大同入选全国重点旅游城市的核心底气。大同地理位置优越、历史文化灿烂,是北方少有的集厚重古都文脉、壮阔边塞风光、优良生态环境于一体的文旅节点城市,夏季平均气温21℃,空气清新,是华北地区天然避暑康养胜地,具备发展全域、全季、全天候旅游的独特优势。我市拥有1家5A级、12家4A级、25家3A级景区,构建起以世界文化遗产云冈石窟为龙头,恒山、悬空寺、大同古城、明长城、火山群五大核心资源为支撑,县区特色景点多点联动、梯次发展的现代化文旅新格局。

近年来,我市持续推进全域旅游提质扩容,实现从“点状开花”向“连片成

势、全域跃升”的质变。我市坚持以文塑旅、以旅彰文,深度挖掘古都文化内核,持续修缮古城肌理、活化历史街区、传承非遗技艺、演绎古都故事,从古城夜游、非遗文创、沉浸式实景演艺,到生态康养、乡村微度假、黄花特色文旅、四季乡村休闲,不断丰富新业态、拓展新场景。通过持续活化古城文脉、升级景区配套、创新文旅业态、优化城市生态,相继斩获“国际美食之都”“避暑旅游优选地”“全国博物馆之城建设重点城市”等多项国字号荣誉,文旅市场活力持续迸发,文旅产业已成为城市高质量发展的支柱和引擎。

全国重点旅游城市的定位,赋予大同全新的发展使命与战略机遇。国家构建“枢纽—重点—特色”三级旅游发展新格局,将大同纳入重点建设梯队,意味着这座城市不再是区域文旅节点,而是全国文旅版图中承载历史文化传播、北方文旅联动、品质休闲度假的核心载体。相较于传统热门旅游城市,大同兼具厚重历史、北方风光、边塞风情与烟火气息,既能依托云冈石窟、古城文脉深耕文化研学、古迹探秘业态,也能凭借优质生态资源发展避暑休闲、康养度假产业,文旅发展的可塑性、成长性极强。

国家级名片既是荣誉,更是责任。当前,全国文旅市场加速迭代,游客需求从观光打卡转向深度体验。大同文旅发展既要守住千年文脉的根本,持续盘活古建、石窟、边塞文化等核心资源,做好文化传承与活化文章;也要立足消费趋势,创新文旅产品供给,打破传统观光模式,推动文旅与研学、康养、美食、文创深度融合,打造更多年轻化、沉浸式、高品质的文旅场景。同时,依托全国性交通枢纽优势,强化与京津冀、晋冀蒙区域文旅联动,放大区位优势与品牌效应,让千年古都的文化魅力辐射全国传导世界。

入列全国重点旅游城市,为大同文旅高质量发展注入了全新动能。未来,这座兼具历史厚度、生态温度、发展速度的千年古都,必将以全新姿态绽放光彩,在旅游强国建设中彰显大同担当、贡献大同力量,书写文旅兴城、全域出彩的新篇章。



诗画同评

王鹏/画 穆亮/诗

“断碳戒糖”减肥不可取

短视频平台上,不少健身、美妆博主推出“断碳戒糖”指南:戒主食、断糖是快速掉秤、紧致肌肤、延缓衰老的秘诀,并配套推广代餐、抗糖丸、控糖补剂等产品,吸引大批年轻人跟风尝试。

专家表示,“断碳戒糖”看似短期见效,长期坚持得不偿失。大脑主要利用葡萄糖供能,碳水摄入减少后会导致记忆力下降、反应迟钝等。长时间“断碳戒糖”还会造成肌肉大量流失,导致基础代谢变慢。

真正要谨慎对待的“糖”,应为白砂糖、果葡糖浆之类的添加糖,以及蜂蜜、果汁等所含的游离糖,不包括新鲜水果和牛奶中的内源糖。

想要健康摄入糖与碳水,一是用粗粮复合碳水替代精制米面;二是严格限制游离糖,合理保留内源糖;三是拒绝极端,回归可持续的膳食模式。少吃零食、增强运动、持之以恒,才是科学健康的减脂方式。 文图据新华社



科学忠告 有损健康 专家直言 风险暗藏 却不知 跟风效仿 不少网友 断碳戒糖 快速掉秤 推荐某些 博主

有感而发 >> 陈江

烟火入诗 人心成文

7月15日,第九届鲁迅文学奖揭晓,“外卖诗人”王计兵将大奖收入囊中。数日前,鲁迅文学奖提名作品公示,作为新大众文艺的代表,“外卖诗人”王计兵的《低处飞行》获诗歌奖提名,“菜场作家”陈慧的散文集《在菜场,在人间》入选散文杂文奖提名作品,引发广泛关注。

王计兵的诗,写在送货单和废纸壳上。在等餐的间隙、等电梯的几十秒、等顾客开门的一瞬间,他把脑子里蹦出来的句子随手记下。近6000首诗就是这么一笔一画“赶”出来的,因此自称“赶时间的人”。

陈慧在浙江余姚的菜市场摆摊,凌晨四点起床,九点半收摊,摊子旁边就是她观察人间的窗口。菜市场里杀猪的、卖鱼的、讨价还价的大妈、蹲在墙角抽烟的老汉,一个个都被她写进了书里。

评委们的选择释放了一个清晰的信

号:文学的生命力,或许不只在书斋的安静里,还在电瓶车的后视镜里,在菜场的吆喝声中,在每一个普通人喘息的缝隙里。

这些年,文坛有个怪现象。有的作家越来越“宅”,躲进书斋玩弄文字技巧,写出来的东西精致漂亮,却跟真实的生活隔着一层玻璃。看着热闹,伸手一摸,凉的。这叫什么?这叫“悬浮”,叫“失重”。文学一旦脱离了“地气”,再华丽的辞藻,看上去终究是少数人的自娱自乐。

王计兵和陈慧最大的本事,就是“在场”。王计兵有一年因送餐纠纷被罚款后,愤懑中写下“从空气里赶出风,从风里赶出刀子”几行诗,这样的句子,编是编不出来的。陈慧说“我的写作并不比摆摊高级”,所以不管是不是入围国家级文学奖,她都不会放弃摆摊,因为生活才是最重要的。他们的文字,写的就是自己的日子,

苦是真的苦,滚烫也是真的滚烫。

这让人想起古人的话:“饥者歌其食,劳者歌其事。”中国的文学就是从土地里长出来的。文学固然有高雅和通俗之分,但把它关进象牙塔,不是它该有的样子。无论社会如何发展变化,文艺始终要为最广大的人民大众服务。从本质上讲,王计兵获奖、陈慧入围,不是什么草根逆袭的励志故事,而是一次“认祖归宗”,文学回到了它本该在的地方。

快递员、菜贩子,文学的人生宁有种乎?真正的好文学,既要有书房里的静思,也要有热气腾腾的烟火。当越来越多的王计兵和陈慧被看见,文学的土壤才算真正松了土。当下,一系列前所未有的文艺现象纷纷涌现,“新大众文艺”发展得如火如荼,写作的黄金时代不在远方,就在每个人站着的这片土地上。 据中工网

有话直说 >>

张雪

24小时退房制应该大力推广

最近,酒店行业一条沿袭多年的“铁律”正在松动。据新华社等媒体报道,全国多地酒店试水24小时退房制——客人从入住时刻算起,住满24小时再退房。

看似只是时间节点的调整,实则折射出行业服务理念の深层转向。

长期以来,酒店行业约定俗成的“中午12点退房”,有不少槽点和尴尬:有的客人凌晨才入住,睡不了几个小时,就得起来收拾行李;有的是傍晚航班,退房后拖着行李无处可去;计价方式一刀切,只住几个小时与住满24小时,房费一模一样……

24小时退房制的出现,正是基于对客人多样化需求的洞察。住满24小时再退房,本质上是从方便酒店排房转向方便客人安排行程,让客房服务回归到以客人权益为核心。对消费者而言,按实际占用时长付费,性价比、获得感和公平感都会提升不少。

不过,对于24小时退房制的全面推广,不少业内人士认为尚有诸多现实阻碍。比如,清洁成本上升、房间周转率下降、保洁排班复杂度增加等。此外,在旅游高峰期,弹性退房还可能影响后续客人的入住体验。不难看出,这一模式对酒店的精细化管理、动态调度和人力配置等,都提出了更高要求。

不管怎样,24小时退房制的探索释放了一个重要信号:酒店行业正在主动打破惯性,以给自己添麻烦、增成本的方式,给用户添便利。服务供给本就不应千篇一律,而应尊重差异、回应多元。管理多一分弹性,客人多一分从容;服务多一分用心,品牌多一分美誉。

体验经济时代,谁能率先帮客人消除“时间焦虑”,谁就能在口碑与市场的角逐中,赢得先机。对懂得顺势而为、主动让利于消费者的商家,人们应该多多支持、多多推介。 据新华网

一针见血 >> 金宇

警惕虚假大学 收割升学焦虑

当前正值高考志愿填报、招生录取的关键阶段,也是各类升学诈骗高发期。部分不法机构借机通过炮制虚假大学、捏造招生信息等方式实施诈骗,误导考生及家长,骗取钱财。

有考生在接受媒体采访时表示,满心以为自己顺利考上心仪院校,前途可期,直至升学谢师宴上,才被老师告知考上的一所被曝光的虚假大学,该校校名看似正规大气、极具权威性,却暗藏陷阱。

这样的事情并非个例。虚假大学的诈骗套路之所以能屡屡得逞,是因为已形成高度专业化、隐蔽化的灰色产业链。一方面,骗子瞄准低分滑档考生,利用考生迫切升学和心理,复刻正规高校录取、缴费流程,让一些考生防不胜防;另一方面,一些农村等偏远地区的家庭辨别能力较弱,存在一定的信息差,部分虚假大学制造“免试入学”“免学费”“包分配”等噱头,夸大就业前景、升学率,误导考生和家长。

实际上,不少虚假大学根本就不是非全日制统招,而是“自考专科+自考本科”,无法进行普通高等教育新生学籍电子注册,学生将来拿到的假文凭在学信网查无记录,导致浪费了时间和金钱。

升学宴上的“假录取”闹剧,再次敲响了预防虚假大学诈骗的警钟,面对层出不穷的套路,考生和家长要明白“天下没有免费午餐”的道理,摒弃“低分捡漏”“花钱买学历”的侥幸心理。在报考和录取阶段,务必通过教育部官网、省教育考试院官方平台和高校官网进行交叉核验。凡是不在官方备案名单内、无法在考试院系统内查到的“录取”,很可能都是骗局。 据光明网