

# “双11”:要热闹,不要闹心

湖南日报全媒体评论员 周泽中

近期,各大电商平台的“双11”促销一轮接着一轮,盯紧消费者的诈骗活动也悄然升级,套路愈加隐蔽,增加了防范难度。北京的张女士就因一台7元包邮的电动搅蒜机陷入骗局:收货后,她发现商品是坏的,随即联系售后,对方以补发货品为由加她好友,又拉她进“商家群”,以刷单返佣金为诱饵引导其转账。起初,几笔小额充值均顺利返现,可当她投入500多元后,对方却称“操作错误”。为挽回损失,张女士继续转账,一步步落入陷阱,最终损失5万余元……

据11月4日《现代快报》报道:还记得三年前那个需要师兄谢思思细心引领的“小红娃”全红婵吗?时光荏苒,如今的全红婵已然升级为温柔细心的“红娘”,帮着谢思思照顾他年幼的孩子。这个转变被媒体镜头捕捉,在网络上引发一片“萌翻了”的赞叹。这看似平常的一幕,却映照出中国体育薪火相传的温暖底色。

今年8月30日,全红婵在社交媒体分享了与谢思思一家三口的合影,并配文“语言的承诺此刻真象化了”。她特意晒出三年前的评论截图——那时她祝福谢思思“早生贵子”,而谢思思幽默回应“好嘞,你可要抱好了”。这段跨越三年的互动,恰似一根无形的纽带,将两代运动员的情谊紧密相连。从被照顾到照顾他人,全红婵的成长轨迹令人动容。这让人想起她在跳台上的表现:同样的从容不迫,同样的精准到位。只是这一次,她从十米跳台转换到了人生舞台,动作依然优美,情感更加真挚。

细细思量,“红娘”这个亲切称呼背后,蕴含着体育精神的深层内涵。体育训练培养的不仅是竞技能力,还有人格素养。当全红婵从“小红娃”变身“红娘”,小心翼翼地抱着师兄的孩子,那份专注与温柔,与她站在跳台上时的专注如出一辙。这种在不同场景下展现出的优秀品质,正是体育育人的最佳证明。

体育的魅力从来不止于赛场。当掌声散去、奖牌收起,那些流淌在运动员之间的温情瞬间,那些代代相传的体育精神,才是体坛最动人的风景。

(作者单位:安徽省水电有限责任公司)

刘纯银

仔细想来,这台售价仅7元的搅蒜机,本身就是一个精心设计的“信任诱饵”。消费者可能会想,“为7块钱骗人不值当”“售后态度这么好,应该也没啥问题”。而骗子正是利用这种小额交易所建立的安心感,完成了诈骗的“冷启动”。至于后面的套路就很简单了,与网赌、博彩平台如出一辙:先许以蝇头小利,让你赚个“三瓜两枣”,再利用人的不甘与补漏心理层层加码,最后骗你个“底儿掉”。

的确,很多诈骗分子不再广撒网,而是巧妙披上“售后服务”的外衣,更

具欺骗性。尽管“刷单返利”已是老套路,他们却善于“旧瓶装新酒”,以“粉丝专属福利”“直播专享返现”“平台体验官”等话术包装,让人误以为撞上好运、捡到便宜。受害者在看似合理甚至“正规”的交流中,逐步卸下防备,最终落入预设的陷阱。

这类骗局的升级,也反映出电商生态中存在商家信息被泄露、平台监管薄弱等问题。事实上,涉事平台完全有能力加强商家审核、拦截可疑客服沟通,但他们往往把精力花在优化推荐算法、提升消费转化

率和延长用户在线时长上,对潜在的风险漏洞疏于管理。如此一来,在“效率优先”逻辑下,消费安全就沦为次要选项,风险被悄然转嫁给了消费者。

每年“双11”,我们都期待是一个更实在、更安心的购物节,但骗局年年翻新、层出不穷。“放心购”不应只是一句口号,更应是一种能力、一种态度、一种对用户始终如一的尊重。这份尊重,应贯穿于每一次点击、每一笔支付、每一天的运营之中。唯有如此,“双11”才能热闹而不闹心。

# 帝王蟹“闪退”,高校食堂回归公益

万代红

近日,南京大学食堂因推出售价999元的帝王蟹引发热议。这道与校园环境格格不入的“天价菜”,在成为舆论焦点后迅速“闪退”。这不仅是一次及时纠偏,更是一次深刻提醒。

高校食堂承载着一代学子的青春记忆,其核心是为广大师生提供便捷、安全、营养且可负担的日常饮食。帝王蟹的试错表明,脱离普惠性原则的高校食堂“创新”,如同无根之木,必然会引发舆论的反弹与管理的纠偏。高校食堂的烟火气,当来自米饭、面点的温热馨香,而非高档海鲜。

高校食堂兼具满足口味和服务育人价值,不仅在于让师生吃得饱、吃得好,更在于让师生“吃得对”——通过普惠、平价的菜品设置,引导学生理解“一碗饭当思来之不易”、树立“量入为出”的理性消费观。帝王蟹“闪退”,不是对消费升级的否定,而是对食堂育人功能的重新聚焦——只有让公益服务与价值引

导形成共振,食堂才能真正成为“无声的德育课堂”。

高校食堂的创新,需要以坚守公益属性为前提、以少数服从多数为标尺,而不是单纯追求“新鲜感”或“话题度”。随着生活水平日益提高,学生对餐饮的多样化、品质化需求确实客观存在。问题的关键在于,如何在坚持普惠为主前提下,适度、合理地满足多元需求。一个健康的高校餐饮体系,应是“金字塔形”的——“塔基”是价廉物美、营养均衡的大众菜品,保障基本生活;“塔身”可以是风味独特、价格适中的特色菜品。真正的多元化,在于品类的丰富与口味的提升,而非价格的攀升与食材的猎奇。

大学的温度,从来不在高端海鲜里,而在价格较低的平价素菜、暖心早餐以及免费的热汤中——这些看似微小的普惠服务,才是高校食堂该有的“底色”。

(作者单位:四川省泸州市龙马潭区教育和体育局)

# “良心动物园”何以感动你我

童其君

清晨的贵州凯里深山,雾气还未散尽,70岁的冯元勇已提着水桶走进动物园。“先喂老虎,它性子急。”他熟练地将新鲜食物投进笼舍,棕黄色的东北虎立刻扑上前,喉咙里发出温顺的低吼。这个藏在山坳里的园子,十年间鲜有人知,如今却因一条短视频意外走红,今年国庆中秋假期以后,周末一天卖的票量顶得上以往四个月的。

正可谓“閨藏深山人未识,一朝闻名天下知”。而这一切,都离不开冯元勇于一日的坚守。这位退休教师,从安徽宿州来到贵州凯里,一人身兼园长、饲养员、保洁员等数职。20元的门票十年未涨,1.3米以下孩子还能免费入园。为了让动物吃饱吃好,最难的时候,他用退休工资补饲料钱,自己却省吃俭用。他还在山坡开辟菜园,种出的青菜、萝卜成了动物们的口粮……

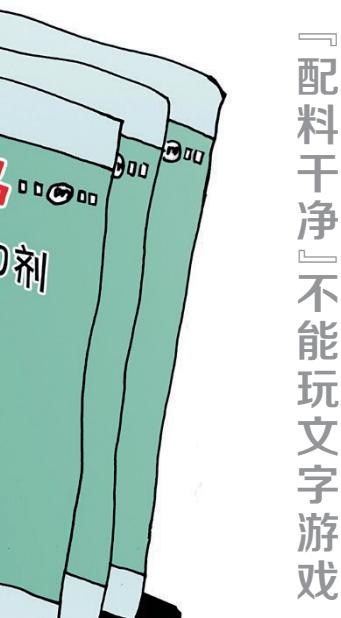
爱我所爱,无怨无悔,此情长留心

间。他的坚守,源于对动物的尊重与关爱。在他眼中,每一只动物都有自己的生命和尊严,需要用心去呵护。他给动物们取可爱的名字,熟悉它们的习性,根据它们的状态来调整喂食量。这种对生命的敬畏,尤其可贵。

他的坚守,也源于社会责任感。当一些人热衷于追逐利益最大化,冯元勇却没有因为动物园亏损而放弃,也没有因为运营困难而提高门票价格,而是“宛如平常一首歌”。他用自己的行动,诠释了什么是初心、什么是良心。

如今,这座动物园因网络走红,游客纷至沓来。这不仅是对冯元勇坚守的认可,也体现了人们对这种纯粹与善良的向往。希望这样的“良心动物园”越办越好,也希望冯元勇的故事能激励更多人在平凡岗位上坚守初心,守护好不掺杂质的善良与真诚。

(作者系自由撰稿人)



超市货架前,家长捧着儿童食品对比配料表;社交平台上,“配料表比脸干净”成热门赞誉……然而,当“配料干净”成为消费热点,部分商家的文字游戏也随之而来。比如,一款热销的桃汁配料表上写着“水、浓缩桃汁、桃浆”,看似简洁,实则“桃浆”为复合配料,可能包含果胶、黄原胶等增稠剂。

真正干净的标签,不应只是视觉上的简洁与文案上的讨喜,而应是所有配料来源清晰、用途明确,不刻意遮掩、不误导解读。让这样的标准成为行业共识,仅靠消费者较真远远不够,还需要加强监管,坚决纠正故意打擦边球、混淆概念、诱导选择等不良行为。

图/文 蒋跃新

暮色中的沅水两岸,产业园区的灯火与古城的灯笼交相辉映。电子厂下班的工人骑着电动车驶过新修的柏油路,保障房小区的窗户透出温暖的灯光,辰州古街的商铺还在接待最后一波游客——这幅动静相宜的民生画卷,映射出沅陵生机勃勃的经济动能和民生温度。

从就业岗位的精准供给到安居工程的拔地

# 酉水汤汤 民生康康

——沅陵在发展中书写幸福答卷

李重臣 周佳毛晶

结构性就业矛盾,沅陵在优化培训项目上下足功夫。围绕市场需求和新兴产业发展趋势,开展涵盖直播、电商和乡村领雁创业等行业的职业培训,提升劳动者就业技能。

为确保脱贫人口稳定就业,沅陵建立了务工数据动态监测机制,2025年已实现脱贫人口务工54129人,超额完成目标任务的110%。针对返乡人员,县人社部门联合农业农村局实施动态跟踪,建“三张清单”精准对接,“一人一策”开展“1311”服务,返乡人员再就业率达92%。此外,积极深化省内外区域间劳务协作,为劳动力转移就业牵线搭桥,目前劳务协作已实现脱贫劳动力转移就业47000余人,就业率达87%。

## 安居惠民:让群众住得更舒心安心

“以前住的棚户区,房子又破又旧,一到下雨天就漏雨,盆盆罐罐都得派上用场接水。现在好了,搬进了这两居室的电梯房,冬天屋里暖乎乎的,住着太舒心了。”72岁的退休工人王某家客厅的墙上,一幅“幸福之家”的十字绣,格外醒目,这四个字道出了他对如今生活的满足。

“住有所居”是民生之基,也是群众幸福生活的起点。在沅陵,住房保障工作始终是县委、县政府牵挂的心头事。

面对县情的特殊性带来的住房保障复杂性和艰巨性,沅陵以坚定的决心、务实的举措,不断完善住房保障体系,织就了一张坚实的住房保障网。

2010年至2023年,沅陵累计投入16亿元,建设保障性住房11514套,涵盖工矿棚户区改造2025套、林业棚户区改造91套、廉租住房1247套、公租房

2879套、城市棚户区改造4870套、保障性租赁住房402套六大类项目,让数以万计的家庭圆了“安居梦”。

辰州矿业的老矿工们对此深有体会。他们以前住半辈子的筒子楼,空间狭小、设施陈旧,生活十分不便。如今,通过工矿棚户区改造项目,他们搬进了宽敞明亮的新楼房,小区里配套建设了健身广场、老年活动中心等设施,生活品质得到了极大提升。

“我们在建设保障性住房时,不仅考虑到了住房本身,更注重周边配套设施的建设,就是要让群众住进来之后,能够住得舒心、住得方便。”沅陵县住建局负责人介绍说,目前建设的片区,社区服务中心、幼儿园、生鲜超市等配套设施一应俱全,极大地方便了居民的生活。

为了确保保障性住房分配的公平公正,沅陵建立了完善的分配制度和操作程序,明确了保障范围、对象、标准和方式,对拟分配的保障性住房名单进行公示,接受群众和社会的监督,确保“阳光分配”。

同时,推行保障性住房智慧化管

理,启用沅陵县保障性住房服务平台,

并与县不动产登记中心数据互通共享,

群众通过平台就能申请保障性住房、租

赁补贴、房屋维修、缴纳租金等业务,实

现了保障性住房办理事项“一次不跑”。

据不完全统计,近年来,沅陵累计有1.1万余户,近4万人的住房条件得到根本性的改善;因在实施“保交楼”、

保障性安居工程、自建房安全整治和农

村住房建设等真抓实干工作中成效明

显,受到湖南省人民政府通报表扬。

## 城市更新:让古城焕发新活力

“小区原来到处飞线,容易起火,环

境也不好,现在改造后不仅路面干净整齐,还给我们配备了不少健身器材、充电桩,生活方便多了。”家住龙兴花城14栋的范阿姨满意地说。

兴建于2009年的龙兴花城,原小区线路老化、生活环境脏乱差,存在一定的安全隐患。为保障群众安全,改善居民的居住环境和生活条件,2024年开始,沅陵对该小区强弱电、路面、污水管网、屋顶等项目进行全面提质改造,解决民生实事,极大地提升了居民满意度。

这是沅陵实施城市更新行动成效的彰显。近年来,沅陵城市建设日新月异,但因历史的原因,在发展过程中交通拥堵、管网杂乱、城市内涝等问题日益显现,与人民群众的生产生活需求存在一定差距,城市发展优势在一定程度上被制约。

沅陵县委、县政府运筹帷幄,着力把城市更新作为工作之重,根据县域资源环境承载力情况,点线结合、以点带面、分项推进、分步实施,通过业态更新、社区服务、交通通达、绿脉营城六大城市计划来推动城市更新,全面深入地优化资源配置和用地结构,完善设施配套和交通体系,改善建设环境和生活品质,挖掘名城文化,创新文旅业态。

2021年12月,沅陵城市更新一期项目建设全面启动。目前,正高标准加快推进城市二期建设,对老旧小区、背街小巷、市政管网、公共服务设施等设施进行全面升级改造。

在项目的具体实施中,作为省级历史文化名城,沅陵坚持“保护与发展并重”,尊重城市历史和城市文化,让千年古城在焕新中留住乡愁。

沅陵县马路巷居民区位于辰州古街,是2024年实施的省市重点民生工程,也是沅江流域生态文明建设项目之一。为将改造项目对接好旅发大会,沅陵摒弃单一传统改造模式,以“守旧护形、保持风貌,活化利用、艺术赋能,保留乡愁”为理念,通过“量体裁衣”制定个性化改造方案,对小区内遗留的历史建设进行保护性改造,对居民区结合旅发大会主题进行翻新,对基础设施进行提质升级。目前这里已成为沅陵县内外游客和网红慕名打卡地,带动百余就业,增加收入近千万……

城市功能的完善是城市更新的重要内容。沅陵投资4.72亿元,实施城市路网升级工程,新建改建城市道路14.2公里,打通“断头路”2条,建成公共停车场10个,新增停车位4256个;投入1.5亿元实施城乡垃圾收运一体化和大堂、城南及城北片区地下管网建设,有效解决了雨季内涝、供水不足等问题。

如今,经过“城市更新”的沅陵,古朴与现代交相辉映,一派崭新的面貌。街道黑亮整洁,楼体焕然一新,老旧小区、背街小巷以及市政管网和公共服务设施都得到了全面的翻新和升级,人民群众的获得感、幸福感越来越强烈。

从“有没有”到“好不好”,从“保基本”到“高品质”,沅陵的实践印证着一个道理:民生工作既要算经济账,更要算民心账。当就业岗位送到家门口,当安居梦照进现实,当古城焕发新颜,发展的温度自然会流淌在群众的笑容里。

民生工作没有终点,只有连续不断的新起点。站在新的发展阶段,沅陵县正以更大的决心、更实的举措,持续增进民生福祉,让改革发展成果更多更公平地惠及全体人民,在沅水之畔续写更多温暖人心的民生故事。



辰州古街 邓浩然 摄



## 就业优先:让“饭碗”端得更稳更牢

“之前在外地打工,最放心不下的就是家里的老人和孩子。现在在家门口就业,既能照顾家庭,每月还有4000多元的收入,真是太满意了。”李春云一边熟练地操作着电子焊接设备,一边高兴地说。

这得益于沅陵县人社部门每年定期举办的“园区企业招聘月”活动。2025年3月,40岁的返乡人员李春云通过招聘会,成功入职湖南奇力新电子有限公司。目前,县人社部门为产业园内的128家企业设立了专属人社服务专员,实现了企业用工需求与劳动力供给的精准对接。

这样的案例在沅陵已成常态。一直以来,沅陵将就业作为最大的民生工程,将促进高质量充分就业作为经济社会发展的优先目标,不断创新就业服务模式,为不同群体搭建起广阔的就业创业舞台,让越来越多的群众实现了“挣钱顾家两不误”的美好愿景。

退捕渔民的就业安置一直是沅陵县就业工作的重点之一。51岁的退捕渔民唐仕田原本因妻子残疾、孩子上学而生活困难。人社部门了解他的情况后,迅速行动,开展就业帮扶,积极送岗上门和免费职业培训。

目前,沅陵已开发乡村公益性岗位4787个,年发放补贴3100万元,成为困难群众的重要保障。荔溪乡的颜昌军因肢体残疾生活拮据,村里为他安排了保洁员岗位后,他不仅每年增收6000多元,还成了村里的“环境卫士”,带动村民参与环境治理。

麻溪铺镇某农业公司中药材加

工车间里,65岁的张翠兰正仔细分拣着药材。“以前闲着没事干,现在每天能挣80多元,一个月2500多元呢!”负责人彭亚兰介绍,车间23名员工中80%是困难群众,采用弹性工作制让他们既能顾家又能增收。

这样的“乡村车间”在沅陵已有74家,吸纳脱贫劳动力744人,近三年发放奖补353.1万元。辰龙关茶园通过“企业+合作社+农户”模式,带动1.2万农

户农年均增收8000元。

从产业园区到乡村车间,从公益性岗位到技能培训,沅陵已建立起全方位、多层次的就业帮扶体系。

为了让政策红利更精准送达企业和劳动者手中,沅陵县人社部门与乡镇、园区、社区形成联动机制,变“人找政策”为“政策找人”。通过组建政策宣讲队,深入企业车间、乡村集市开展政策解读活动,让企业了解用工补贴、社保减免等优惠政策,让劳动者知晓职业培训、创业扶持等帮扶措施。

与此同时,着力搭建就业“双向奔赴”平台,线下的人力资源市场(零工市场)热闹非凡,为求职者