

南宁广播电视台报

Nanning Radio & TV Guide

南宁广播电视台出版 国内统一连续出版物号:CN45-0027
本报地址:南宁市葛村路25号 邮编:530022 印刷:南宁日报社印刷厂

2023年3月9日

2023年第9期

总1793期

每周四出版

本期16版 定价:2元

征订电话:0771-2189585

植树造林

每一抹绿意
都是向上生长的未来



南宁广播电视台 南宁广播电视台
南宁头条APP 抖音号: jlyvideo 微信公众号

一张图读懂 2023年政府工作报告

一、过去一年和五年工作回顾

过去一年，我国发展取得来之极为不易的新成就

GDP 国内生产总值 增长 3%

城镇新增就业 1206 万人

居民消费价格 上涨 2%

货物进出口总额 增长 7.7%

财政赤字率控制在 2.8%

粮食产量 1.37 万亿斤，增产 74 亿斤

新增减税降费 超过 1 万亿元

过去五年
我国经济社会发展取得
举世瞩目的重大成就

经济发展再上新台阶

- 国内生产总值增加到 121 万亿元，五年年均增长 5.2%，十年增加近 70 万亿元、年均增长 6.2%
- 财政收入增加到 20.4 万亿元
- 粮食产量连年稳定在 1.3 万亿斤以上
- 工业增加值突破 40 万亿元
- 城镇新增就业年均 1270 多万人
- 外汇储备稳定在 3 万亿美元以上

脱贫攻坚任务胜利完成

- 近 1 亿农村贫困人口实现脱贫，全国 832 个贫困县全部摘帽，960 多万贫困人口实现易地搬迁，历史性地解决了绝对贫困问题

科技创新成果丰硕

- 一些关键核心技术攻关取得新突破，载人航天、探月探火、深海深地探测、超级计算机、卫星导航、量子信息、核电技术、大飞机制造、人工智能等领域创新成果不断涌现
- 全社会研发经费投入强度从 2.1% 提高到 2.5% 以上

经济结构进一步优化

- 高技术制造业、装备制造业增加值年均分别增长 10.6%、7.9%
- 新产业新业态新模式增加值占国内生产总值的比重达到 17% 以上
- 常住人口城镇化率从 60.2% 提高到 65.2%，乡村振兴战略全面实施

基础设施更加完善

- 一批防汛抗旱、引水调水等重大水利工程开工建设
- 高速铁路运营里程从 2.5 万公里增加到 4.2 万公里，高速公路里程从 13.6 万公里增加到 17.7 万公里
- 新建改建农村公路 125 万公里。新增机场容量 4 亿人次。发电装机容量增长 40% 以上
- 所有地级市实现千兆光网覆盖，所有行政村实现通宽带

改革开放持续深化

- 全面深化改革开放推动构建新发展格局，供给侧结构性改革深入实施
- 共建“一带一路”扎实推进。推动区域全面经济伙伴关系协定（RCEP）生效实施，建成全球最大自由贸易区
- 货物进出口总额年均增长 8.6%，突破 40 万亿元、连续多年居世界首位

生态环境明显改善

- 单位国内生产总值能耗下降 8.1%、二氧化碳排放下降 14.1%
- 地级及以上城市细颗粒物（PM2.5）平均浓度下降 27.5%，重污染天数下降超过五成
- 设立首批国家公园，建立各级各类自然保护地 9000 多处

人民生活水平不断提高

- 居民收入增长与经济增长基本同步
- 居民消费价格年均上涨 2.1%
- 新增劳动力平均受教育年限从 13.5 年提高到 14 年
- 基本养老保险参保人数增加 1.4 亿、覆盖 10.5 亿人，基本医保水平稳步提高
- 多年累计改造棚户区住房 4200 多万套，上亿人出棚进楼、实现安居

二、对今年政府工作的建议

今年发展主要预期目标

国内生产总值增长 5% 左右

城镇新增就业 1200 万人左右

城镇调查失业率 5.5% 左右

居民消费价格涨幅 3% 左右

居民收入增长与经济增长基本同步

进出口促稳提质 国际收支基本平衡

粮食产量保持在 1.3 万亿斤以上

单位国内生产总值能耗和主要污染物排放量继续下降

赤字率拟按 3% 安排

对现行减税降费、退税缓税等措施，该延续的延续，该优化的优化

五年来 主要做了以下工作

一 创新宏观调控，保持经济运行在合理区间

二 如期打赢脱贫攻坚战，巩固拓展脱贫攻坚成果

三 聚焦重点领域和关键环节深化改革，更大激发市场活力和社会创造力

四 深入实施创新驱动发展战略，推动产业结构优化升级

五 扩大国内有效需求，推进区域协调发展和新型城镇化

六 保障国家粮食安全，大力实施乡村振兴战略

七 坚定扩大对外开放，深化互利共赢的国际经贸合作

八 加强生态环境保护，促进绿色低碳发展

九 切实保障和改善民生，加快社会事业发展

十 推进政府依法履职和治理创新，保持社会大局稳定

经济社会发展多领域、各方面工作重点

一 着力扩大国内需求

二 加快建设现代化产业体系

三 切实落实“两个毫不动摇”

四 更大力度吸引和利用外资

五 有效防范化解重大经济金融风险

六 稳定粮食生产和推进乡村振兴

七 推动发展方式绿色转型

八 保障基本民生和发展社会事业



出席全国两会 讲好广西故事

全国人大代表班宁:促进中国文化“走出去”

春风浩荡中,2023年全国两会大幕开启。这是全面贯彻落实党的二十大精神开局之年,踏上实现第二个百年奋斗目标新征程重要时刻召开的盛会,举国关注,举世瞩目。肩负着广西5700多万各族群众的信任和重托,在桂全国人大代表认真履职,提出议案建议,把壮乡人民心声带到两会。

南宁广播电视台倾力打造的《春天的旋律》跨国春节晚会是加强国际传播能力建设,大力推进中国与世界文化交流的一场文化盛宴。从2007年创办至今,南宁广播电视台创新发展研究中心研究员班宁一直参与该晚会的制作,努力让中国文化进一步走向世界。

在当选全国人大代表后,班宁又多了一项职责:把多年对中国文化“走出去”的思考和观察整理成建议带到全国两会上去。

收集材料、深入学习、反复研究……作为南宁广播电视台的“大脑”,及时地捕捉群众对文化作品的需求、媒体发展的走向,是南宁广播电视台创新发展研究中心的日常工作。

南宁是中国—东盟博览会的永久举办地,也是东盟了解中国文化的重要窗口。如何让中国文化“走出去”,是班宁这位“老媒体人”一直最关注的问题。在单位办公室,班宁的书柜里摆满了各种关于文化建设、“一带一路”建设、构建人类命运共同体的材料和书籍。

工作30年的时间里,班宁见证了南宁市对外文化交流的变迁。“从上世纪90年代开始,南宁电视台就已经有作品送到海外播出;2007年,作为地方城市电视台,我们筹办、组织了《春天的旋律》跨国春节晚会,正式开启了对外文化宣传的新篇章。”班宁说。

2023年,在与东盟国家成功联办15届跨国春晚的基础上,第16届跨国春节特别节目突破常态形式,以南宁的绿水青山为背景,把舞台放在最具东盟文化特色、最能展现南宁元素的地方,以各国年轻人喜闻乐见的方式讲好中国故事南宁篇章。以高品质文化大餐为底气,创新宣介形式为手段,“春天的旋律·2023”跨国春节特别节目的传播力影响力进一步提升。节目作品实现新的突破,班宁对跨文化交流也有了自己新的思考。

班宁认为,中国传统年节文化活动在促进中华文化走出去、中外人文交流方面有很大的潜力,工作方式也有优化和提升的空间,因此在此次全国两会上,他提出了《关于促进我国的年节文化活动在对外文化交流中形成合力》的建议,希望国家有关部门在理念、渠道、队伍等方面,推动该项工作进一步走深走实、迈向更高水平,助力深化中外人文交流互鉴。

首次当选全国人大代表,对于班宁来说既是荣誉也是责任。“作为全国人大代表,我一定不负党和人民的信任与重托,以饱满的热情履职尽责,想尽一切办法为群众办实事、办好事。”班宁说,他将把壮乡这些年的建设成果和人民群众对美好生活的向往,形成优质的意见建议,通过人大代表履职,让家乡变得更美,让祖国更加繁荣昌盛。

来源:南宁日报



今年住桂全国政协委员行李箱依然故事多多。行李箱里的新物件,或蕴含着时代记忆,或记录着脱贫故事,或体现着发展实践,背后是一个个精彩生动的广西好故事。委员们行李箱里携带的物品每年都有变化,但不变的是委员们履职尽责的赤诚之心、为国为民的深厚情怀。

织锦传友情 共创好生活

“我带了一件特别的织锦作品上会,这是广西壮锦与老挝织锦融合碰撞形成的新产品,也是中国与老挝友好交流合作的见证。”当全国政协委员、广西国际博览事务局局长韦朝晖从行李箱中取出一件精美的织锦上衣展示时,大家的视线都被吸引了。

衣服既有老挝元素,例如寓意福禄延绵不绝的菱形,又有壮锦元素,例如代表多子多福的蛙纹、代表年年有余的鱼纹,还有中老双方共有的吉庆元素,比如代表荣华富贵的花朵,寓意生机活力的树木……各种元素有机结合,让这件上衣成了一件艺术品。

韦朝晖介绍,壮锦是中国四大名锦之一。前些年,广西组织动员民营企业,在中越边境龙州县金龙镇打造“非遗+扶贫”就业工坊,各民族妇女在兼顾农活、照顾家庭的同时,每天织锦2—4小时,每年每人新增收入超过1万元。

广西脱贫攻坚的成功经验,特别是壮锦文化传承利用所取得的成效,引起了东盟国家的关注和兴趣。在国家有关部委的支持下,壮锦纳入了东亚减贫示范合作技术援助项目,于2020年率先在老挝万象市桑通县版索村和琅勃拉邦市象龙村实施。项目组在当地农村建起了手工作坊,组织当地妇女建立织布小组,共同学习织锦技艺,研究开发新产品,织布小组负责商标注册、宣传、统一展示展销等。当年,老挝这两个村的织娘人均年纯收入就达到了1104美元。

“2021年,习近平总书记在中国—东盟建立对话关系30周年纪念峰会上提出共建‘五大家园’,其中在共建友好家园中提出要继续推进妇女交流。”韦朝晖表示,她希望通过展示这件织锦上衣,继续加强广西和东盟国家的织绣合作,持续拓展双方农村妇女创业增收、实现乡村振兴的新路径,通过织锦搭建起中国—东盟妇女友好、民心相通的桥梁,为构建更为紧密的中国—东盟命运共同体汇聚更多情感认同。

一弦出百音 音韵扬万里

左手操控摇杆,右手轻拨琴弦,随着推拉控杆改变琴弦张力,悠扬的旋律从独弦琴中流泻而出。

今年,全国政协委员、东兴京族博物馆馆长苏海珍带着她心爱的独弦琴来到北京。“一日练琴一日功,一日不练十日空。”除

了利用每天开会的闲暇时间坚持练琴外,苏海珍也希望有机会在参会的委员们面前展示这款京族文化瑰宝,让更多人听到独弦琴的动人琴音、了解广西丰富多彩的民族文化。

东兴市地处中越边境,与越南芒街市仅一河之隔。作为跨境同源民族,中国的京族和越南主体民族语言相通,习俗相近。“每年京族‘哈节’和越南芒街的‘哈节’,两地民间人士都要带着独弦琴互访庆祝,切磋琴技、交流情谊。”苏海珍说,回首京族独弦琴的发展历程,它从一门小众的乐器一步步登上央视和国际舞台,被更多人所了解,得到很好的传承和发展,这与十年来我国文化建设的蓬勃发展密不可分。

“习近平总书记在党的二十大报告中指出,要推进文化自信自强,铸就社会主义文化新辉煌。在参加广西代表团讨论时又强调,坚定信心、守正创新,奋力谱写全面建设社会主义现代化国家新篇章。”苏海珍说,作为独弦琴艺术的非遗传承人,她将以总书记的重要讲话精神为指引,传承好独弦琴这门艺术,在国际舞台上进一步增强中华文明传播力、影响力。

破“茧”待蝶变 情牵新“丝路”

打开行李箱,全国政协委员、河池市商务局局长欧彦伶展开一条光滑柔软的丝巾,松松地挽在脖子上:“我准备自己‘披挂上

来源:广西日报

广播剧《牵手走在阳光里》 在中央广播电视台总台中国之声播出



2023年是共建“一带一路”倡议十周年。在这一特殊的年份里,由广西壮族自治区广播电视台、中共南宁市委宣传部和南宁广播电视台联合出品,反映中非共建更为紧密的中非命运共同体的3集广播剧《牵手走在阳光里》,已于3月1日至3日连续三天登陆中央广播电视台总台中国之声《记录中国》栏目。

《牵手走在阳光里》以中非携手共建命运共同体为时代背景,紧扣时代脉搏,从“小缩影”反映“大时代”。该剧以广西建工集团

第一安装工程有限公司援建埃塞俄比亚欧姆2糖厂项目为故事原型,生动再现了建设团队在自然环境极端、生存环境恶劣、物资紧缺、部落冲突的困境中,一步步攻坚克难,最终带领当地工人提前完成糖厂建设的过程。以文艺表现形式为载体,生动展现了中国和非洲从人文交流到政治互信,在实现跨越式发展中走出一条和睦友好、合作共赢的光明大道的精彩历程。

2021年12月起,南宁广播电视台着手组建该剧的核心编导团队,通过大量走访调研最终确定故事大纲,并对剧本进行8次反复打磨,整个创作过程历时14个月。为了确保在制作上能出精品,团队专程赴北京邀请广播剧国家一级导演王锐亲自执导,杨默、阎萌萌、伍凤春、任杰等国内著名配音演员参与演播。为了生动还原非洲当地人文风情,该剧在音乐创作方面还将非洲音乐和广西民族音乐进行巧妙融合,力求为听众营造身临其境的代入感。

记者:许术

良庆区:依法拆除一占用耕地非法采砂点

日前,良庆区南晓镇政府和良庆区自然资源局、城管“两违”监察大队、特勤大队等部门开展联合执法,对南晓镇同里村一处占用耕地的非法采砂点依法进行拆除。

在日常巡查中,“两违”执法人员发现曾经处置过的一处非法采砂点又重新开工。据查,该处采砂点占用土地约3亩,其中1.98亩是基本农田,无任何土地使用及采砂等许可证件,而且自2021年10月以来,曾两次被政府部门依法处置,当时均已清理现场囤积的砂石,并在当事人拆走设备之后平整了土地。但当事人利欲熏心,利用地形偏僻的便利又偷偷开工。此次,“两违”执法部门介入后,当事人表现极为顽固,对“两违”执法人员责令自拆、恢复原状的要求置之不理。为彻底铲除这一违法占用耕地“毒瘤”,切实维护执法权威,南晓镇政府协调城区相关职能部门,周密部署,组织力量,对该违法占用耕地非法采砂点予以依法拆除,并将土地进行复垦。此次行动清理违法用地面积约263平方米,复垦土地约949平方米。

耕地保护事关国家粮食安全,坚决制止耕地“非农化”,防止耕地“非粮化”是政府部门的工作重点之一。南晓镇对占用耕地进行非农化建设行为始终秉持“零容忍”的态度,一经发现必予打击,绝不手软。当事人不听规劝继续占用耕地进行非农化建设,必定会给自己带来经济损失并承担相应的法律后果。

本台记者:秦玉刚 刘青
通讯员:黎玮 黄慧敏 黄天麒

地摊经济是一道 没有标准答案的考题

作为拉动城市消费的新增长点,如何进一步提高城市资源优势利用程度,持续释放城市夜间经济活力,这还需要城市管理部门出台多种措施,进行鼓励发展,其中包括如何让小摊小店活起来、火起来。

每当夜幕降临,夜市里便人流如织,叫卖声不绝于耳。小摊上不仅汇聚了美食,也汇聚了百货、服装、手工艺品等各种商品,市民在这里逛逛,总能淘到自己喜欢的东西。这种小摊,也被叫做“地摊”。

夜市里的地摊商品琳琅满目,物美价廉,还能买到大商超里难以买到的东西,所以,只要地摊上不卖伪劣产品,那么地摊的存在就会给相当一部分人带来幸福感。

随着社会生产力水平的不断进步,地摊一直都在发生着变化,而且,还在继续向前发展。但,地摊带来的问题也随之出现。比如杂货摊占道影响交通,饮食摊油污影响市容,夜宵摊吵闹影响居民等……这些既是市民生活中的痛点,又是相关部门在管理中需要思考的问题所在。

地摊要不要存在?如何存在?这对任何一座城市来说都是一道有难度的考题。南宁市前不久出台的《关于做好疫情防控常态化形势下地摊经济和店外划线经营、规范管理、有序放开等服务管理工作的指导意见》,谋划搭建全市临时摊点数据库,逐步构建“一摊一码、一人一码”临时摊点信息化管理制度,交出了南宁答卷。这份答卷究竟答得如何,具体还要看执行过程中的更多人性化、精细化等等细节,我们拭目以待。

作者:黎青

民生新闻集锦



111个药品纳入新版国家医保药品目录

3月起,新版国家医保药品目录开始实施。目录新增111个药品,涵盖2个新冠治疗用药、7个罕见病用药、22个儿童用药等,绝大部分是5年内新上市的药品。调整后的国家医保药品目录内药品总数达2967种。

广西首位! 郑志明当选2022年“大国工匠年度人物”

1997年,郑志明进入广西汽车集团,成为一名学徒钳工。研磨、锉削、划线、钻削,年复一年,郑志明在与钢铁对话中练就了精湛技艺,对零部件的加工精度可以控制在0.002毫米,这相当于头发丝的1/40。2014年,以郑志明名字命名的国家级技能大师工作室成立,他带领团队先后自主研制完成工艺装备900多项,参与设计制造自动化生产线10多条。

广西9人7集体获全国三八红旗手(集体)称号

全国妇联在京举行的“三八”国际妇女节纪念暨表彰大会上,广西共有35名个人和76个集体获得表彰。陈晓军等9人被授予全国三八红旗手称号;广西右江民族商业学校等7个集体被授予全国三八红旗集体称号;南宁市疾病预防控制中心微生物检验科等54个集体被授予全国巾帼文明岗称号;陈子丽等26人被授予全国巾帼建功标兵称号;南宁市社会福利院等15个集体被授予全国巾帼建功先进集体称号。

广西3.4万多支“桂姐姐”志愿服务队开展帮困解难

2022年,自治区妇联团结引领广大妇女在服务高质量发展中建功立业。2000多个“妇字号”示范基地辐射带动巾帼特色产业发展,全区233个巾帼志愿服务阳光站、3.4万多支“桂姐姐”志愿服务队广泛开展各类帮困解难志愿服务。

广西四部门联合发文 全力保障师生“舌尖上的安全”

根据工作部署,广西各地市场监管部门要会同教育部门,对学校食堂、校外供餐单位、校外托管机构、校内及校园周边食品生产经营单位实施全环节全覆盖监督检查。教育部门要摸清辖区学校校外供餐情况,强化校外供餐管理,要督促中小学校、幼儿园严格落实学校食堂由学校自主经营,统一管理,不允许委托经营、承包或变相承包。

南宁急救医疗中心七星直属急救站揭牌

该急救站是隶属南宁急救医疗中心的第6个直属急救站,属于全市急救网络站点中的骨干网点,将进一步完善青秀区院前急救网络布局,缩短片区急救半径和平均反应时间,为最大限度挽救群众生命争取时间和机会,更好守护百姓生命安康。同时也标志着南宁市急救医疗体系建设迈出新的步伐,全面提升南宁市院前急救效率和水平。

南宁市五里亭片区局部用地调整

南宁市自然资源局发布《南宁市中心城区五里亭片区控制性详细规划》局部地块维护方案公示,拟对该片区局部用地规划进行调整。拟将原规划市场用地调整为居住兼容商业商务用地、中小学用地;拟将原规划居住用地调整为公园绿地;拟将原规划公园绿地、水域调整为排水设施用地。

编辑:许术



老友说



扫码了解更多



儿子未尽赡养义务 八旬夫妇诉请撤销赠房协议

洪某和老伴均年过八旬，本应颐养天年却因为60万元的拆迁补偿款被亲生儿子强某告上法庭。福建省厦门市湖里区人民法院一审审理了这起赠与协议纠纷案，判决原告及反诉被告强某返还洪某夫妇拆迁补偿款23万元。近日，经厦门市中级人民法院二审，维持原判。



洪某夫妇育有五子，2010年，夫妇俩通过公证方式与三子强某签订《赠与协议》，约定将名下位于厦门市湖里区某城中村的一处房产赠与强某，并约定该房屋如遇拆迁应得的补偿安置钱物（安置房）亦全部归强某所有。2020年，强某受赠房屋被征收并拆除，洪某夫妇获得了该处房产83万元的拆迁补偿款，拆迁安置房则由强某取得。2021年4月，洪某将拆迁补偿款中的

23万元给了强某，剩余60万元未支付。

原告强某诉称，双方签订的《赠与协议》合法有效，之前约定将这房子的产权及权益全部都赠与自己，现在房子征收补偿款共计83万元，却只支付了23万元，父母应依约向其支付剩余的60万元拆迁补偿款。

被告洪某夫妇辩称，夫妇二人是在不知情的情况下签署的《赠与协议》，这并非他们的真实意愿；且强某自打分家之后就未与他们夫妇二人来往，从未支付过

任何生活费或医药费，甚至住院期间都不曾电话问候或到医院探望，可以说强某对父母二人既没有精神上的慰藉，也没有金钱上的付出，对父母未尽扶养义务，依法应撤销赠与。

洪某夫妇遂在本案中向法庭提出反诉，要求撤销上述《赠与协议》，并要求强某返还此前支付的拆迁补偿款23万元。

强某不同意全部反诉请求，表示子女对父母应尽的是赡养义务而不是扶养义务，民法典规定可以撤销赠与的条件并不包括当事人未尽赡养义务，况且洪某夫妇没有证据证明其未尽赡养义务。同时，洪某夫妇行使撤销权也早已经过了撤销权行使最长的五年除斥期间。

湖里区法院审理后认为，依照日常生活经验，洪某夫妇在已将拆迁补偿款中的23万元支付给儿子强某，且将市场价值数百万元的拆迁安置房赠与强某的情况下，倘若其恰当履行了赡养义务，父母亲不至于反诉主张撤销赠与。但强某不顾父母已是耄耋之年，因剩余60万元拆迁补偿款将父母诉至法院，使其承受本不该有的精神烦恼，显然不能认定其已充分履行了对父母精神上慰藉的赡养义务，因此洪某夫妇依法有权要求撤销《赠与协议》。此外，因为强某未履行赡养义务一直处于持续状态，不宜认定本案撤销权过了除斥期间。

综上，湖里区法院判决驳回强某的诉讼请求，撤销洪某夫妇与强某签订的《赠与协议》，强某返还洪某夫妇拆迁补偿款23万元。一审判决后强某提出上诉，厦门中院驳回上诉，维持原判。

法官说法

《中华人民共和国民法典》第六百六十三条第一款第二项规定，对赠与人有扶养义务而不履行的，赠与人可以撤销赠与。该“扶养”是指一定亲属间在经济上相互扶助和供养的法律责任。我国婚姻法律关系中所指的扶养，专指夫妻在生活上供养的法律责任，以示与父母与子女间相互供养的法律责任的区别。在继承法律关系中，对不同辈分的继承人和被继承人之间存在的相互供养的法律责任则均表述为“扶养”。由此可见，“扶养”的外延涵盖了“赡养”。

孝敬父母、关爱老人是中华民族的传统美德。《中华人民共和国老年人权益保障法》第十四条第一款规定，赡养人应当履行对老年人经济上供养、生活上照料和精神上慰藉的义务，照顾老年人的特殊需要。虽然洪某夫妇因本身享有社会保障收入并未要求其子女每月支付赡养费，但赡养人的赡养义务显然不单指经济上的供养，还应包括上述法律规定的生活上照料和精神上慰藉的义务。虽然洪某夫妇将案涉房产及相关权益通过公证的方式赠与了强某，但父母对子女的赠与并非理所应当，此应为一般社

会民众所能普遍接受的共识。倘若强某未尽赡养义务，洪某夫妇依法应当有权撤销该赠与，否则将有悖于培育和践行社会主义核心价值观，不利于传承孝亲敬老的传统美德。

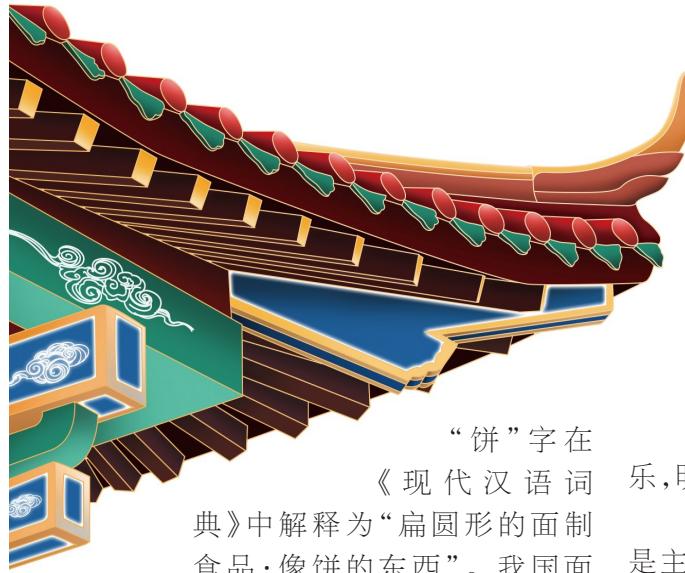
关于强某是否履行了赡养义务，当事人对自己提出的诉讼请求所依据的事实或者反驳对方诉讼请求所依据的事实，应当提供证据加以证明。主张法律关系变更、消灭或者权利受到妨害的当事人，应当对该法律关系变更、消灭或者权利受到妨害的基本事实承担举证证明责任。本案中，洪某夫妇主张强某未履行赡养义务，因该主张属于消极事实，显然无法通过举证予以证明。强某对于其已履行赡养义务的积极事实有义务提供证据加以证明。依洪某夫妇庭审陈述，强某在父母生病住院期间从未前往探望、关心、照顾，日常生活中也对其不闻不问、漠不关心。强某为证明其履行了赡养义务，仅提交了一张其与父母及兄弟等家人的合影，该证据显然不足以证明其对父母履行了生活上照料和精神上慰藉的赡养义务。

讲文明树新风 公益广告

传承良好家风家训
弘扬孝老爱亲美德



自治区文明办
广西文明网 宣



“饼”字在《现代汉语词典》中解释为“扁圆形的面制食品；像饼的东西”。我国面点小吃的历史可上溯至新石器时代，当时已有石磨，可加工面粉，做成各类面食。古人的盘中餐不仅有面条，还有煎饼、烤饼之类。

后来各时代的饼铛都有出土面世，也发现了不同时代烙煎饼的壁画多幅，揭示了饼在历史上的真实存在。

到了明代，已经是炉饼、火烧、缸饼、炊

饼香油乍压 斋美韭新腌

饼等面饼百花齐放、百家争鸣的时期。距今500年的1514年，是明武宗朱厚照在位的正德九年。朱厚照堪称明朝历史上最贪玩、最闹腾的顽主，有他的带动，再加上明代中期经济的发展和商业的繁荣，整个社会开始逐渐崇尚吃喝玩乐，明代初期的节俭之风荡然无存。

宫廷里日常饮食繁复奢华自不用说，单是主食、甜点已经是琳琅满目。主食有大馒头、小馒头、花头鸳鸯饭、马牛猪羊肉饭，还有名目繁多的甜点糕饼，比如大银锭、小银锭、像生小花果子油酥、黑白饼、甘露饼、大油饼等。在各种节日还有许多时令美食，如“捻转”“包儿饭”“熏虫”等。“捻转”象征一年五谷新味之始，做法是取麦穗，煮熟去芒壳，再磨成条。“包儿饭”是把精肥肉、蒜、姜剁成豆

状，以此拌饭，再用莴苣大叶包裹起来吃，相当于肉饭团。“熏虫”只在每年农历二月二才能吃到，是把黍面枣糕用油煎食，或者用面糊摊成煎饼。木樨花开的时候，宫里还会用木樨花和面制饼。这些明代的节令风俗有许多一直保留到清代，甚至流传至今。

中国古代的饼花样繁多，但大多数都使用专制的炉具进行烹制，所以食家把饼食归于炉造类。明朝韩奕的《易牙遗意》卷下专门介绍炉造类的面食，其中列举了椒盐饼、酥饼、风消饼、肉油饼等。诸饼用料各异，但制熟方法只有两种，一种是把饼入炉内烤熟，一种是放在鏊[ào]子上烤熟。鏊是一种摊面食的器具，铁制，平圆，中间稍凸起。今天小编与大家分享《易牙遗意》中介绍的几种饼类的做法。

《易牙遗意》原文

椒盐饼：白面二斤、香油半斤、盐半两、好椒皮一两、茴香半两。三分率为率。以一分纯用油、椒、盐、茴香和面为穰，更入芝麻庵[cū]屑尤好，每一饼夹穰一块，捏薄入炉。



酥饼：油酥四两、蜜一两、白面一斤，搅成剂。入肫作饼，上炉。或用猪油亦可，蜜用二两尤好。



雪花饼：用十分头罗雪白面，蒸熟，十分白色。凡用面一斤，猪油六两，油半斤，糖猪脂切作骰子块，和少水，锅内熬烊，莫待油尽，见黄焦色，逐渐舀出，未尽再熬再舀，如此则油白。和面为饼。底熬盘上，略放草柴灰，上面铺纸一层，放饼在上烘[hàn]。(烘：烘焙之意。)



麻腻饼子：肥鹅一只煮熟，去骨，精肥各切作条子，用焯熟韭菜、生姜丝、菱白丝、焯过木耳丝、笋干丝，各排碗内，蒸热麻腻并鹅汁，热滚浇。饼似春饼，稍厚而小。每卷前味食之。



文：黄理佳

“邕”有好春光

拾翠踏青 春游南宁

“衣香花气熏人醉，蛱蝶蜂儿扑面来。”阳春三月，百花齐放，正是赏花踏青、外出游玩的好时节。让小编为您推荐南宁市几个踏青赏春的好去处，带上家人和朋友一起度过一个休闲浪漫的周末吧。



南湖公园：春到临春花正妍

垂钓花团荡秋千，丝丝清香引蜂忙。近日，南宁市南湖公园南岸隧道顶大片“抱团”盛开的非洲芙蓉为邕城添了一抹热闹喜庆的气息。近200株非洲芙蓉竞相开放，纤柔的枝条上悬垂着一捧捧粉红色花球，枝繁叶茂，花朵比碗还大。

非洲芙蓉是非洲芙蓉属，热带或亚热带常绿灌木。别称有吊芙蓉、粉红球、热带绣花球等。其树冠圆形，枝繁叶茂。花丛叶腋间伸出，伞形花序，悬垂花球，花色粉红，一朵五瓣，是理想的蜜源植物。最值得一提的是，非洲芙蓉开花时是垂着头的，像喝醉酒一样，也被称为“三醉芙蓉”。



青秀山风景区：花动一山春色

在青秀山风景区竹园南面的风铃谷内，黄花风铃木正在怒放。一朵朵喇叭状的黄色小花缀满枝头，组成一片温柔的黄色的海洋。四周的青山映衬着黄色的花朵，宛如画卷一般赏心悦目。

青秀山风铃谷面积约200亩，是南宁市面积最大的黄花风铃木种植地。3000株黄花风铃木，乘着春风如期而至，黄金花海，惊艳万分。黄花风铃随风飘落的花瓣，洒落于草地，遍地的“黄金甲”，让人震撼。现在正值黄花风铃盛花期，此美景，不容错过，一起来赏花踏青，共享这黄金花海吧！

花花大世界：千叶桃花胜百花

进入春季，南宁市武鸣区的花花大世界景区迎来了赏花时节，桃花、炮仗花、风铃木已竞相开放。3—4月气温渐暖，正是桃花盛放的时节，放眼望去，满园桃花像粉红色的海洋，又像艳丽的花毯，漫步在花从中，细嗅桃花的清香，抬头遇见一枝春，感受春风拂面的暖。春游踏青，沐浴在明媚的阳光下，在芳草绿境大草坪上选一处心仪的地方铺开野餐垫，尽情享受春日美景里的欢乐时光。



花卉公园：百般红紫斗芳菲

春风送暖，次第花开，三月的南宁花卉公园姹紫嫣红，作为花园中的主角，月季在细雨纷飞中，尽情展示它的喧闹和烂漫。目前南宁花卉公园种植月季大约100亩、100多个品种约3万株，不仅有罕见的中国古老月季、浑身翠绿的绿萼，花苞如绿色“爆米花”的埃克莱儿，更有粉嫩仙飘、花香四溢的羽毛，花大如碗的火红绯扇等，美得各具特色，令人目不暇接。

南宁花卉公园风景园林工程师任飞介绍说，月季花盛放的花期从12月份到次年的5月份，此时正是最佳观赏期。花朵争奇斗艳，分外妖娆，甚是好看，吸引了众多游客前来观赏拍摄。



山东临沂 从“指尖技艺”到“指尖经济”

近日,文化和旅游部等六部门联合印发《关于推动文化产业赋能乡村振兴意见》,明确创意设计、演出产业、音乐产业、手工艺等8个文化产业为赋能乡村振兴的重点领域。

近年来,山东省临沂市充分发挥非遗、民俗资源富集优势,鼓励

乡村手艺人、非遗传承人等带动农户结合实际开展手工艺创作,推动沂蒙布艺、费县手绣、高榆木梳等传统工艺实现创造性转化、创新性发展,把“指尖技艺”转化为“指尖经济”,涌现了一批促就业、稳增收的典型实践。

传统技艺融入现代生活

几块零碎的布料,经过巧手加工,就会变成“呆萌”的小饰品、流行的壁挂艺术品……沂蒙布艺是流传于沂蒙山区的民间工艺,传统产品涉及服饰、背包、手帕、头巾等,既有浓郁的地域特色,又兼具实用性、观赏性。近年来,沂蒙布艺项目非遗传承人王昆琳在推动技艺传承的同时,以创意、创新赋能生产实践,推出DIY布艺材料包、电子视频教程等,让传统技艺与当代审美结合,吸引了一大批年轻人体验“手造”魅力。

从传统虎头鞋、虎头帽到“潮品”手绣礼盒,临沂费县手绣非遗项目如今也实现创新发展。该项目代表性传承人卞成飞一方面深入农村寻访老艺人,学习几近失传的针法,一方面在创作过程中吸收打籽绣等新绣法,让作品更加立体饱满。为了让牡丹、喜鹊、麒麟等传统图案“潮”起来,她还为费县手绣文创产品市场化做了推广实践。卞成飞说:“通过费县手绣项目带动,目前,费县设立了崔家沟社区扶贫车间等8处手绣传承、就业基地,帮助473位村民实现就业,制作手绣工艺品达1000多个品种。”



为深挖传统资源、实现创新转化,临沂市从乡风民俗等10个方面评选1000个具有临沂印记的文化元素,对入选名录项目在政策上予以扶持,同时与高等院校、职业学院广泛对接,加强工艺设计等门类专业技术人才培养,多方合力开发适应当代人审美需求的精致化、精品化、高附加值产品,既探索了新理念、新路径,也为培育项目、人才提供了保障。



融合发展带动村民稳步增收

张凤兰是费县费城街道东胡家村村民,因双腿行动不便,曾一度找不到就业门路。在卞成飞的帮助下,她学习手绣技艺,通过灵活就业方式,每天在家做绣活,平均年增收七八千元。在费县,许多留守妇女、老人和残障人士都像张凤兰一样,通过学习手艺增收致富,其中收入最多的每月达四五千。在临沭县,乡村手艺人刘长龙将柳编产品搬到网上展销,其网店年销售额逾200万元。他以电商途径分销了多个乡村手艺人的柳编产品,还通过手把手培训,带动十几个年轻人经营网店致富。

围绕“非遗+扶贫”模式,临沂市文化和旅游局推动建立了稳定、长效非遗保护资金保障机制,向重点项目、濒危项目、深度贫困地区以及带动困难群众就业增收的项目倾斜;持续助推乡村好手艺与旅游深度融合,

让手工艺品、非遗产品融入景区,让乡村旅游激活手艺关联产品消费,实现双向赋能。

位于该市沂南县朱家林村秉持“创新、三美、共享”理念打造田园综合体,齐备的吃、住、行、游、购、娱及商、养、学、闲、情、奇旅游要素极富吸引力。在其非遗文化体验馆,游客可以跟着手艺人学习绣鞋垫、绣香包,还制作木版年画、面塑手工艺品等。项目运营团队串联这些“打卡点”,开发主题旅游线路及研学课程,既丰富了业态布局,又通过“旅游+文创+生态建筑”创新共享的扶贫模式为村民提供增收机会,让昔日的“空心村”迎来“返乡潮”,老百姓的日子越过越红火。

手工艺专业村 “多点开花”

临沂市莒南县板泉镇东高榆村有“中国木梳第一村”的美誉,木梳制作技艺在该村已传承300多年。在村党支部书记丁明文的带领下,该村依托优势技艺,建立木梳传承实训基地、工艺品公司,打造木梳文化展销中心,注册“高榆”“清越坊”等商标,实现了关联领域抱团发展。村里还牵头成立了莒南县木梳专业合作社,统一原料、进货渠道、质量标准、销售价格等。并建成东高榆木梳电商园,招

募专业人员负责运营,开拓“非遗+电商”渠道,打破了产品销售单一依靠传统市场的瓶颈。据介绍,东高榆村2021年全年生产木梳4300万把,木梳产量占全国市场的70%,已成为名副其实的木梳加工专业村。

近年来,临沂市各级文旅部门以手工技艺为依托,带动乡村开拓创业就业新路子。比如,选聘手艺精湛的非遗项目传承人、手工艺人为工艺导师,将其所在企业作为示范场所,开展传技授艺活动;推动“非遗+电商”平台建设,带动辐射贫困群众增技、增收;支持非遗特色小镇建设,培育了以草柳编、中国结等为代表的一批专业镇、专业村。仅临沭全县9个镇(街道)中就有7个以柳编加工产业为主,关联产业从业人员10万余人。

修建二胡博物馆、举办二胡制作大赛,临沂市郯城县乐泉村发挥旅游特色村、二胡制作专业村优势,将二胡产业发展为“一村人的技艺”,变家庭作坊式生产为集制作、展销、游览体验于一体的联动发展模式,形成乐器制作专业户60余家、从业人员600多人,二胡产销量占全国市场50%以上。





书法家进校园 弘扬中华文化

近日,中国管理科学研究院文研所副所长、高级艺术品鉴定评估师、著名书法家林秋璇教授一行6人来到南宁市明天学校,为失依学子开展书法学习帮扶活动。

林秋璇教授通过中国书法家王羲之的家风故事,引导孩子们认真学好书法,弘扬书法艺术。又

从毛笔的握笔姿势、站立姿势、运笔方法、字体间架结构等方面进行深入详细的讲解,并现场挥毫泼墨创作了“请党放心,强国有我”等作品赠与孩子们。

孩子们在活动中体验了书法的妙趣,陶冶了情操,感受了中国书法艺术的魅力,同时也在心中种下了一颗艺术的种子。

来源:西乡塘区教育局



广西木偶戏走进“红领巾学非遗”课堂

这个学期,南宁市民主路小学“红领巾学非遗”课堂迎来了几位新老师,与以往的非遗老师不同,他们是“孙悟空”和“红孩儿”,还有“梁山伯”与“祝英台”,他们有着木头雕刻的身体,不但会说话还会唱彩调……作为非遗课堂的主角,广西木偶戏惟妙惟肖的表演引得现场掌声阵阵,受到了同学们的热捧。

据了解,2014年广西木偶戏入选第五批自治区级非物质文化遗产名录。除了传统的表演元素外,广西木偶戏融合了壮剧、民间小调、山歌等壮乡传统民间艺术,将经典故事重新演绎,具有独特的艺术风格。木偶形式上由提线木偶过渡为杖头木偶,在杖头木偶基础上研发了肢体躯干饱满、真实感强的软体木偶、铁枝木偶等。

在课堂上,广西木偶剧团准备了《钟馗醉酒》《梁山伯与祝英台》《红孩儿与三昧真火》三场经典木偶戏。通过不同种类的木

偶表演,不同形式的题材呈现,让同学们感受到木偶戏表演的妙趣和独特视听感受。

现场,为了让同学们“零距离”体验木偶戏的魅力,在广西木偶剧团演员们的指导下,同学们登上舞台提起木偶线,举起木偶,尝试着如何操控木偶表演。“它们的嘴巴像人一样说话会动,手脚的关节都很灵活,太好玩了!但是提起来表演很难,需要每一根线都配合好才行,我觉得木偶剧团的老师们很了不起。”参与体验的同学在课后将自己的感受告诉记者。

随着“红领巾学非遗”课堂地不断开展,同学们接触到越来越多的广西非遗项目,非遗传承的种子在心里不断生根发芽。而南宁市民主路小学非遗课堂的开展,在增强同学们民族自豪感和文化认同感的同时,也为广西非遗文化传播作出创新实践。

来源:南宁云



反恐宣传进校园活动 提升学生自我保护能力

“大家知道《中华人民共和国反恐怖主义法》吗?”“在生活中发现涉恐涉暴线索该如何举报?”在南宁市桂雅路小学,这一连串的问题拉开了反恐宣传活动的序幕。

活动以“平安共创 反恐有我”为主题,自治区反恐办和南宁市反恐办、市公安局、市教育局、市人民检察院等单位通过设立宣传展板、发放宣传手册、展示反恐防暴装备、现场播放反恐宣传视频等方式,向师生讲解什么是恐怖活动、如何防范和应对恐怖活动等相关知识。

南宁市公安局特警支队进行了擒敌拳、盾牌等战术演练,参练人员高昂的士气、精彩的表演赢得了同学们的热烈掌声。现场设有互动体验区和装备展示区,展示

反恐防暴车辆、反恐应急处突器械、枪支等装备,吸引了大量师生关注,展示了警方坚决打击恐怖主义活动、保护人民生命财产安全的能力和决心。

南宁市人民检察院检察官以“增强法制意识 走好未来人生路”为题,为学生们上了一堂法制教育课,并进行有奖知识问答。

此次活动还通过网络直播,向青秀区115所中小学约3万名师生进行宣传。“反恐宣传进校园活动,让我们师生直观地感受到反恐防恐的重要性。”南宁市桂雅路小学柳婉君老师告诉记者,通过学习,她知道了遇到突发事件怎么躲、如何保护学生,增强了师生应对突发事件的能力和自我保护意识。

来源:广西新闻网



守护校园平安! 南宁市首个校园责任民警制启动

2月23日,南宁市首个校园责任民警制在鲁班路小学启动。活动现场,由民警辅警、专职保安、学校老师、周边单位保卫干部和学生家长代表等志愿者组成的校园护校队正式成立,学校和新阳派出所为护校队成员颁发《治安聘书》。

据了解,“校园责任民警制”根据辖区内实际情况,采取“一对多”、包片包干制等形式,统筹分配警力,明确每所中小学、幼儿园的责任民警;督促指导学校组建校园安保队伍(护校队),由民辅警、专职保安员、保卫干部、学校老师以及周边企事业单位保安员和学生家长等治安积极分子共同

组成;落实“3+3”高峰勤务机制,科学统筹巡警、特警、交警、派出所等警力,实行主城区“3+3”高峰勤务,即上午、下午、晚自习(课后服务)3个重点时段上下学必须开展巡逻防范工作,做到校园门口及周边“见警察、见警车、见警灯”,在校园门口及周边形成“校园安全区”,切实提高学生儿童安全感。

近日,自治区公安厅制定了《广西公安机关维护中小学幼儿园安全十条措施》,要求全区各级公安机关细化工作措施,全方位维护校园周边良好治安秩序。校园责任民警制则是该工作措施的重要一项。

来源:南宁教育

新闻综合频道 1—14集剧情

和平之舟



第1集

大洋之上，一艘印着红十字的大白船缓缓驶过——中国海军医疗船“和平方舟”正在执行和谐使命任务。突然警铃响起，“和平方舟”接到上级命令——救援失联多日的“菲尔号”渔船。确定渔船位置后，高旗率蛟龙队员全副武装登船，船上状况惨烈，队员们不断发现面容发黑的尸体，院长孙诚海根据同步的视频画面迅速做出判断，船上不排除发生了烈性传染病的可能。

第2集

“菲尔号”渔船救援任务顺利完成，并与他国政府完成交接仪式。孙诚海向叶南请求将张渡航留在“和平方舟”继续工作，可张渡航却想着早日回编队转业。另一边，路阳正在给众医护人员上“枪弹穿透伤的处理”课程，张渡航落座后排，暗自在纸条上记录着什么。课后，张渡航让姜俊波将纸条交给路阳，指出其授课内容中的错误。

第3集

“优雅号”上，船长因手术感染昏迷不醒，孙诚海让张渡航对他进行二次手术。路阳表示自己一次手术时严格按照流程操作，因此张渡航感到困惑，埋头研究枪伤手术。另一边，汪鸣前去特殊病房修理灯泡，但因紧张闹出了笑话。“优雅号”任务总结大会召开，张渡航、路阳等人因表现突出受到表扬。

第4集

叶南去劝诫病房中的走私组织头目，让其不要再做伤天害理的事情，并表达中国海军的为人之道。“和平方舟”即将靠岸，却再次接到紧急命令，因斐利国经受台风灾害，故“和平方舟”受命前往当地执行人道主义医疗救援任务。叶南召开动员大会，并安排众人进行准备工作。叶南批准张渡航下船回家的休假请求，路阳前来与张渡航道

别。

第5集

高英俊晕船吐了，王聪与他聊起过往经历。此时前甲板舱口盖松动，里面的物资如果进水将会有危险，王聪与高英俊接领任务，两人全副武装，赶往前甲板。船舱外狂风骤雨，船身飘摇，王聪与高英俊终于到达前甲板舱口盖处，在安全绳的固定下，他们齐心协力终于将松动处修复，然而王聪手筋断了，张渡航与路阳配合为王聪进行手术缝合。

第6集

在斐利国，叶南与孙诚海找到华侨商人史先生相助，史先生将自己的房子提供出来作为前置医院。另一边，张渡航正在治疗一名肩膀脱臼的患者，而路阳则发宣传资料。路阳发现一位病人急需手术，可当地医院只能让其等候，路阳为此很着急，耐心劝说病人去“和平方舟”上治疗。

第7集

叶南与大使商议，希望能尽快与媒体接触，以宣传的方式消除“和平方舟”与病人之间的隔阂，以便能收治更多病人。孙诚海安排张渡航与路阳沿路发放物资，并接收病人至前置医院。张渡航一行人遇到一位拉肚子的小男孩，他们得知村里很多人都有类似症状，察觉此处已爆发痢疾，张渡航、路阳等人将部分病人带回前置医院治疗。消杀用品运至，张渡航组织人员对村落进行消杀。

第8集

张渡航与路阳深入村落巡视灾情，此时一处楼房发生坍塌。路阳为伤者进行简单治疗，而张渡航则尝试用千斤顶救援。一位伤者苏醒过来，告知众人他的儿子也被埋了，众人开始全力寻找。前置医院内，一名孕妇出现危险，需回“和平方舟”生产，她的丈夫却与中

陈坤
张天爱
曹盾
冯骥
制片人
陈坤
张天爱
曹盾
冯骥
浙江卫视
中央电视台
海军政治工作部
浙江省委宣传部

剧情梗概

一场突如其来的紧急任务，上级将护航编队的军医张渡航火速调上了海军医疗船“和平方舟”。执行任务时，张渡航和女军医路阳因医学理念不同水火不容。张渡航瞧不上过分理智冷静的路阳，而路阳也看不上“野路子”出身的张渡航。阴错阳差间，两人竟调到了一个部门，不得不硬着头皮处理各种紧急任务：商船遇险、跨国救灾、抗击病毒、海外反恐。在血与火的考验中，两人出生入死，献身使命，两颗心也越走越近，与“和平方舟”一起，大力弘扬人道主义精神，广泛传播“和谐世界、和谐海洋”理念，谱写了一曲当代中国海军的英雄赞歌。

方医生产生误会，激动之下还拿手术刀挟持了齐暖，随后夫妇二人愤然离去。

第9集

日月流转，灾情渐渐得到控制，“和平方舟”援助任务圆满完成，吴志方和叶南商量着菲利国军需首长前来探望患者、参观“和平方舟”的行程，因为孙诚海病了，所以打算让张

渡航出面介绍情况。高危产妇和她丈夫与吴志方交换了礼物，叶南送上中国结，表达美好祝愿。翌日，众多患者出院，他们与医护人员合照留念，并表达感谢。“和平方舟”圆满完成任务，启程返航回国。

第10集

张渡航的妻子沈默病了，张渡航希望大家可以对她隐瞒病情，等沈默上完公开课后再进行手术。公开课这天，张渡航一早就坐在教室里等着沈默上课，可是沈默迟迟没有来，听闻沈默有点不舒服，张渡航赶紧去办公室。此时，路阳也正在和男友浪漫约会，男友将自己驻外得的第一枚勋章送给了路阳，面色凝重地表示有重要事告诉她。但是男友还没等把话说出口，路阳就接到了孙诚海的电话要为沈默手术，路阳匆忙离开。

第11集

沈默手术很成功，可路阳却累倒了，她在医院睡着了，醒来时才发现男友顾宇峰一直在医院外等候。两人回家，一起吃蛋糕、看电影，看着看着，路阳在顾宇峰身旁睡着了。沈默醒来，张渡航在她身边无微不至地照顾着，还为她买了假发。孙诚海询问路阳关于沈默的情况，路阳表示虽然手术成功了，但还会有术后感染的风险。孙诚海为了让张渡航留在陆地上照顾妻子，便帮他申请调任至自己的医院工作。

第12集

社区委员小赵替沈默买菜，并看望沈默。孙诚

海向首长请求调任张渡航，首长考虑张渡航家里情况，同意调任，张渡航对此事感到十分意外。712医院内，常胜透露张渡航即将调来的消息，大家议论纷纷。孙诚海前来看望沈默，并带来张渡航即将调任的消息，可张渡航却不愿浪费科室的配置和资源，希望转业，陪在妻子身边，他还声泪俱下地诉说对沈默的愧疚。

第13集

路阳失恋了，自从和顾宇峰分手之后她就没有好好睡觉，这让姜俊波有些担心，特地和孙诚海要求让路阳休息。孙诚海知道路阳失恋的事情，想要给路阳放一个长假，但是路阳却拒绝了，她要求工作。张渡航把沈默当年准备的婚纱找人干洗出来，希望两人拍一组婚纱照，给沈默一个惊喜。可还没拍照沈默却突然发热昏迷，吓得张渡航赶紧送她去医院，原来是术后感染。

第14集

张渡航坐在沈默床头，为沈默哼唱《军港之夜》，沈默在歌声中慢慢睡着，张渡航看着她的样子心里五味杂陈。沈默的烧逐渐退下来，她也知道自己的发烧和手术之后恢复有关，上网查了一些资料知道自己的病很麻烦，沈默想要从护士那里打听出来自己的实际病情，可是护士什么都不肯说。贺昭本以为自己的中医没有用武之地，经过姜俊波提醒，他开始给老兵理疗。

「讲文明 树新风」公益广告

文明南宁

富强 民主 文明 和谐 自由 平等 公正 法治 爱国 敬业 诚信 友善

文明健康
绿色环保

南宁市精神文明建设委员会办公室

第9集

芳姨发现钱自强竟然跟七八个女生都保持暧昧关系,生怕钱自强走歪路,就让钱广抽时间跟钱自强谈一下。钱安安和高远的新节目首期制作完成,高远特意请客犒劳大家,但是钱安安毅然拒绝了邀请。晚上聚餐时,高远先行离开了,账都没来得及结,原来是因为柳思喝多了,打电话给高远,于是高远便去将她送回家,看得出柳思对高远很有意思。

第10集

冯立业找到父母,冯家老两口准备放弃治疗,冯立业知道爸妈是不愿意再拖累自己,可是他又劝不动二老。幸好钱安安及时赶到,并骗二老说那二十万的医药费交了就不能退,二老心疼钱,这才答应他们重回宁州接受治疗。钱安安回去后,高远突然找到她,想让她帮忙将新节目在一周之内正式上线,钱安安听完冷漠地拒绝了。

第11集

刘菁菁向钱自强道歉,说钱自强遭遇的一切都是她所为,于是钱自强把她给赶了出去。刘菁菁离开后,芳姨和钱广来了,芳姨非要绑走钱自强,而钱自强不肯,钱广夹在中间左右为难。见母子俩这么闹下去也不是办法,钱广终于说服了芳姨不再逼钱自强回家住,但他要求钱自强上交一把他自己家的钥匙,钱自强答应了。

第12集

钱广给钱自强找了一份工作,让他去老年合唱团当辅导老师,经不起叔叔阿姨的夸赞和钱广劝说,钱自强最终答应了。钱自强帮合唱团重新创作了一首歌,可歌曲太过新潮,老年人根本受不了,再加上钱自强态度恶劣,老年人赶走了他。钱自强内心遭受重大打击,面对继续强行干涉自己生活的芳姨和钱广,他将情绪全都发泄了出来。

第13集

在钱安安地奔波下,新节目上线的事总算通过了,然而这只是一个开始,更大的挑战还在后面。董新宇牛奶过敏却误喝拿铁,浑身起了疹子。节目马上就要开始,钱安安为了节目能如期上线,恳求董新宇去医院治疗之后赶快回来录制。董新宇明白节目对钱安安的重要性,他穿上高领上衣,直接上场,钱安安很感动。黄玉华跟周明来到他的小修配厂,周明介绍自己的计划,但黄玉华觉得盘店的价格太高。

第14集

孙涛让钱文静去看看冯立业,并催冯立业回去上班,钱文静反而为大哥打抱不平。孙涛到老宅吃了闭门羹,遇上黄玉华回来,把他迎进门,要和他好好聊聊。芳姨给钱自强送饺子,发现钱自强吃光了之前门口的饺子,她放下新的保温桶,刚想离开时钱自强开了门,别扭地让她进去。母子俩的关系得到缓解,芳姨十分的高兴,但她还不知道这一切都是钱广的功劳。

第15集

小修配厂里,冯立业正在布置器材,黄玉华过来送吃的,犒劳师徒二人。钱自强跟刘菁菁大谈特谈他和“小雅”之间的爱情,刘菁菁心情难以言喻,更觉得那个“小雅”不靠谱。冯立业被迫和周明经营修配厂,既然已成事实,冯立业只能踏实地去干。修配厂需要的工具设备很快全都准备齐全,打算第二天开业,黄玉华还特意给冯立业印了名片。

第16集

钱广摆了一桌酒席,把钱文静和冯立业都叫了过来,还请来了修配厂的投资人杜总。其实这个杜总根本不是真的,而是钱广的朋友假扮的。钱文静认出了杜总是假的,她当众揭穿了钱广的

伎俩。虽然钱文静在生大哥的气,但见大哥落了难,她也不能袖手旁观,于是钱文静最终答应了自己去找孙涛商量让大哥复职的事情。

第17集

钱广到酒店去见前女友刘晓雅,结果被钱文静和芳姨跟踪了。钱广因刘晓雅去见钱安安感到十分不悦,他大声地警告刘晓雅不要再试图接近钱安安。钱广大声说话的内容,恰好被门外的芳姨听到,芳姨和钱文静一起冲进房间,钱文静认出了刘晓雅,她也知道刘晓雅和钱广初恋情人的关系,于是质问刘晓雅回来的目的。

第18集

刘晓雅告诉钱广,自己马上就要回美国了,所以在走之前她还想要再见见钱安安。听到刘晓雅的哭求,钱广心软了,他同意让刘晓雅见钱安安。正在这个时候钱安安回来了,她这才知道原来父亲钱广跟刘晓雅认识,钱广也没有对钱安安隐瞒,他告诉钱安安,自己和刘晓雅是初恋情人关系。

第19集

钱广打了钱文静一巴掌,钱文静心里很难受,一整天不吃不喝以泪洗面,钱广跟钱文静道了歉,父女俩终于能够心平气和地坐下来说话了。钱文静看到钱广、刘晓雅和钱安安坐在一起拍全家福的场景深受刺激,为死去的母亲感到不值。经过父女俩的谈话,钱广和钱文静之前心里的结算是暂时打开了。

第20集

在亡妻慧云的坟前,钱广将最近发生的事情说了出来。这个时候钱文静也来看望母亲,在母亲坟前她很是愧疚,为自己一时冲动说出钱安安身世,伤害钱安安、伤害家人的情况向母亲道了歉。不过钱文静很害怕钱安安会与刘晓雅相认,于是她找到钱安安,想劝阻钱安安认母。可此时的钱安安心烦意乱,根本没有心思想这些。

第21集

冯立业将怀疑钱安安有男朋友的事情告诉了钱广,一直对钱安安终身大事十分重视的钱广立刻紧张起来。第二天,钱广偷偷摸摸地开始跟踪起了钱安安。财经栏目的美女记者徐海鸥又约了一次对孙涛的采访,这一次孙涛没有爽约。孙涛和徐海鸥的交谈十分融洽,特别是徐海鸥提及的关于天使投资的事情,让孙涛十分感兴趣。

第22集

面对钱安安对自己强烈地排斥,刘晓雅心里很难过,钱广劝她慢慢来,可是刘晓雅却害怕自己没时间了,因为最近刘晓雅记忆力退化很厉害。知道这些情况的钱广,感到心里很不是滋味。其实钱安安心里有很多疑问想要问刘晓雅,她想知道刘晓雅当年为何抛弃她,还有她的亲生父亲到底是谁?

第23集

钱广把刘晓雅带去医院检查,这次赵宝乐才知道刘晓雅得了阿尔茨海默症,这更加坚定了赵宝乐要把刘晓雅留下来照顾的决心。而钱广则将这个消息通知了钱安安,钱安安这个时候才得知刘晓雅的病情,她内心十分挣扎,不知该如何对待面前这个女人。



我和我的儿女们

HEART - TO - HEART DIALOGUE

我和我的儿女们

都市生活频道

9-29 集剧情

第24集

虽然天使投资计划被钱文静拒绝了,不过孙涛还是跟着徐海鸥一起继续了解郝东他们这个游戏开发团部,特别是郝东他们对创业的理解,让孙涛很是惊讶,同时郝东他们的创业精神也让孙涛很感动。这一次孙涛是真的动了心,真正打算投资给这个游戏,帮助这些年轻人完成他们的梦想。

第25集

为了帮助高远追钱安安,钱广给高远出了个主意,让高远故意弄断钱安安家里的一根线路,造成停电。本来这是高远在钱安安面前表现的机会,可没想到高远接了半天也没搞定的线路,却被安安轻松搞定了,钱广的计划彻底破灭。4S店的财务小李是钱文静安插在孙涛身边的人,孙涛打算投资郝东的游戏,于是以开除为要挟,禁止小李将这件事透露给钱文静。

第26集

刘晓雅最终答应和赵宝乐在一起,为了庆祝这一喜事,赵宝乐特意请钱广和芳姨到家里吃饭。新版的《毒鸡汤》节目正式上线了,新节目上线仅一小时观看量便突破了一千万,这让钱安安有些眼红。这时节目却出了问题,原来是新主持人璐璐在微博上曝出首期嘉宾邓妙的丑闻,邓妙的团队立刻出来辟谣,并且指责《毒鸡汤》节目一手操控诬蔑事件。

第27集

钱文静和孙涛之间出现问题,钱广和芳姨老两口的日子不安生了。钱广拉着芳姨仔细研究起了这个徐海鸥,黄玉华也跟上来出谋划策,但黄玉华觉得问题不在孙涛身上,而是要提防徐海鸥,不过在此之前,他们要安抚好钱文静的心情。黄玉华想去开导钱文静,冯立业立马提出异议,毕竟她和钱文静之间水火不容。

第28集

徐海鸥理直气壮地拒绝退回六百万投资,因为孙涛已经签了合同,如果钱文静要终止合同撤资,不但拿不到钱,还要赔偿损失。对于徐海鸥说的话,并没有受过多少高等教育的钱文静和黄玉华根本听不懂,他们去找钱安安咨询,看了合同后,钱安安认同了徐海鸥的话,这合同确实是受法律保护的。

第29集

见过徐海鸥后,钱广知道孙涛和钱文静之间并不存在感情危机,于是他又去找钱文静,希望钱文静能够意识到自己身上的问题,多理解和信任孙涛。听完了钱广的话,钱文静冷静了一段时间,她决定去找孙涛好好谈谈。

鸡蛋是“营养佳品”还是“心血管杀手”？

这些年出现了不少关于鸡蛋传闻:有人认为鸡蛋营养全面,是不可多得的养生蛋;也有人提出反对意见,认为鸡蛋是“心血管杀手”,常吃血管迟早遭殃。真相到底是什么呢?

鸡蛋的好处

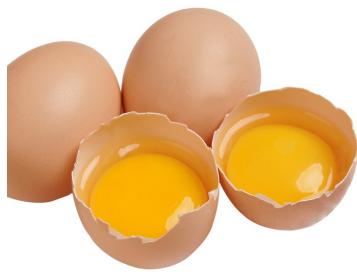
鸡蛋的营养是毋庸置疑的。在营养学界,鸡蛋一直被认为“全营养食物”,有营养专家表示“鸡蛋几乎包含生命需要的所有重要营养素”。具体来说,鸡蛋最突出的好处有以下几方面:

补充营养:鸡蛋中含有人体所需的全部8种必需氨基酸,蛋白质类型和氨基酸构成都非常完美。此外,鸡蛋含有身体需要的维生素A、B2、B12、D、E和叶酸、胆碱、卵磷脂,以及钙、铁、硒等矿物质。

保护血管:鸡蛋的蛋黄中,含有保护血管的叶黄素以及铁、硫等微量元素。

增强记忆:鸡蛋蛋黄含有的卵磷脂和卵黄素,有利于神经系统的发育。

清热补血:李时珍在《本草纲目》写到,鸡蛋蛋清性微寒,能清热;蛋黄性微温,能补气血。



人们对鸡蛋的恐惧

不少人认为鸡蛋是“心血管杀手”,是因为鸡蛋中的胆固醇,让人们感到恐惧。鸡蛋确实属于胆固醇含量较高的食物:一个鸡蛋(50克)大约含141~234毫克胆固醇,其中胆固醇大部分集中在蛋黄。而在很多人印象里,

胆固醇是导致动脉硬化、冠心病等心血管疾病的罪魁祸首。其实,健康人体内胆固醇的合成可以自行调节。如果摄入胆固醇多了,体内合成的数量就少,同时分解增加;摄入少了,合成就多,且分解减少。而人体出现血脂异常,主要是由于内分泌或血脂代谢失调、高血压、体胖及活动量不足等因素造成的。换句话说,没必要妖魔化鸡蛋,只要适当地吃,是不会对健康造成不利影响的。

此外,有研究发现:每天吃一个鸡蛋,对心血管反而有益。2018年,中国一项研究对2.8万名无心血管疾病人群进行了近10年的随访发现,每天一个鸡蛋不增加心血管死亡风险。研究组同期进行了超过160万人的Meta分析发现,每天一个鸡蛋似乎可降低9%的中风危险。

鸡蛋怎么吃更健康?根据《中国居民膳食指南(2022)》,我国成人平均每天蛋类的推荐摄入量是40~50克。换算下来,建议每天吃1个鸡蛋,每周吃鸡蛋不超过7个。为防止膳食胆固醇过多对健康产生不良影响,高血脂者应严格限制胆固醇摄入。因此,高脂血症者应尽量少吃蛋黄。而生长发育期青少年、哺乳期女性等需要额外补充营养的人群,可以适量多吃,每天2~3个鸡蛋。

江湖上关于鸡蛋的N个传说

总之,鸡蛋确实是不可多得的“人体营养的宝库”,虽然存在一些缺点,但只要我们正确地食用,是不会影响健康的。最后再说说关于鸡蛋的4种传闻,是真?是假?

蛋黄越黄,越有营养?蛋黄黄色深浅,主要是受其食物中类胡萝卜素含量的多少影响,最常见的就是叶黄素。发黄、发红,说明鸡吃的食物中叶黄素含量比较高,比如它可能吃了比较多的小米、玉米渣等食物。

但是,在饲料中添加色素,也可以达到这样的效果。例如,给鸡吃天然的辣椒红素,或者使用合成色素加丽素



红、加丽素黄、露康定等都可以让蛋黄变黄。而且,这些色素也都是允许添加的。所以,不要再“以貌取蛋”了。

用密封盒装鸡蛋,更卫生?事实上,储存的鸡蛋也需要“呼吸”,并向外界蒸发水分。如果密封盒不透气,里面的环境会变得潮湿,从而使蛋壳表面的保护膜溶解失去保护作用,加速鸡蛋变质。所以,存放鸡蛋时,记得不要完全密封起来。

鸡蛋煮得越久越好?鸡蛋煮太久,不仅会导致营养流失,还会变得难消化。例如,鸡蛋在沸水中煮超过10分钟,蛋白质结构就会变得更紧密,不容易与胃液中蛋白酶接触,人吃了比较难消化。煮蛋技巧:凉水下锅,水必须没过蛋,用中等火候,冷水煮沸,水开后煮6~10分钟即可。

煮熟的鸡蛋,蛋黄发绿是咋回事?鸡蛋黄发绿,主要是因为煮蛋时间过长。鸡蛋经过长时间的水煮,蛋氨酸会释放硫化物,和鸡蛋中的铁发生反应,形成深色的硫化亚铁,导致蛋黄表面发绿,但没有毒,也不会致癌,食用不会伤身。

图片来源:北青网

高温油会使部分蛋白焦糊,可能会流失蛋白质营养,焦黑的部分还容易致癌。

2. 潢心蛋

没有充分加热或煮熟的鸡蛋,细菌可能还未被杀死,比如酷爱生食的致病菌——沙门氏菌等。

No.3 挑鸡蛋的小技巧!

一“看”

看蛋壳的颜色、清洁程度、是否有裂缝等。新鲜的鸡蛋蛋壳完整,无光泽,表面有一层白色的粉末,手摸蛋壳有一种粗糙感。鸡蛋放久了,蛋壳表面那层粉状的霜差不多全部脱落,摸起来蛋壳非常的光滑,这种蛋就是放久了的陈蛋。

二“晃”

把鸡蛋拿起来晃一下,没有声音的是鲜蛋。因为没有声音,说明整个鸡蛋气室、蛋黄完整;反之,有声音的则可能是陈蛋。

三“照”

拿着鸡蛋对光观察。好的鸡蛋,蛋白、蛋黄清晰,呈半透明状,一头有小气室;如果是不新鲜的鸡蛋,则呈灰暗色,且空室较大;陈旧或变质的鸡蛋会有污斑。

四“浸”

将鸡蛋浸入冷水中。鸡蛋平躺着,就比较新鲜;倾斜在水中,表示这颗蛋已经放了3~5天;直立在水中,说明这颗蛋已经放了至少10天;如果鸡蛋浮在水面上,那么这颗蛋多半已经变质了。

来源:科普讲堂

鸡蛋的秘密,你知道几个?



你知道鸡蛋该怎么挑选吗?选购时又有哪些小技巧?下面就让“小报童”带你一起探寻吧。

No.1 这样的鸡蛋要不得!

1. 长斑的鸡蛋

长斑的鸡蛋可能是由于鸡蛋存储时间过长,细菌不断滋生,在蛋壳上形成菌斑;或者由于饲养条件不太好,饲料中缺少蛋白质和维生素,蛋壳没有得到很好的发育进而形成斑点。

长斑的鸡蛋很可能含有沙门氏菌,对于免疫力低下的人群,如老人、小孩等,危害性更大。

2. 裂纹的鸡蛋

裂纹蛋,就是蛋壳有裂缝的鸡蛋。细菌无孔不入,裂纹蛋很容易成为细菌生长的温床,导致致病菌污染,食用后可能会产生食物中毒等问题。

3. 发霉的鸡蛋

鸡蛋在保存不当、受潮的情况下易出现外壳发霉现象,发霉的鸡蛋失去了外壳的保护,细菌、病菌就容易侵入鸡蛋内部,导致鸡蛋变质,而且在鸡蛋外壳长出霉斑,打开后会散发发霉的味道,这种鸡蛋一定不可食用。

4. 长黑斑的鸡蛋

鸡蛋打开后,蛋壳内壁有黑色的斑点,这类蛋就是黑斑蛋。

长黑斑的原因主要是因为鸡蛋的外壳上有许多气孔,在高温、潮湿的环境中,鸡蛋的保护膜消失,细菌、霉菌等趁机而入,并不断滋长,形成黑斑。

这种鸡蛋迷惑人的地方在于蛋壳内部长了黑斑,蛋黄却是好的,会让人误以为这种鸡蛋还能食用,结果

食用后极易造成腹泻等问题。

5. 散黄蛋

散黄蛋的形成主要有两种可能,一是单纯由于运输过程中的震荡原因造成,二是因为存放的时间过长,被细菌或霉菌侵蚀,破坏了蛋白质的结构,从而造成散黄。遇上这样的鸡蛋还是谨慎食用。

6. 粘壳蛋

如果鸡蛋存储的时间过长,蛋膜由韧变弱,易导致蛋黄膜紧贴着蛋壳不动,并且贴皮的地方呈深黑色,这种鸡蛋通常还有难闻的异味,内部已经细菌丛生。

7. 肉斑蛋

打开鸡蛋,蛋黄上有明显肉块的,我们称之为肉斑蛋。这类鸡蛋的蛋清呈粉红色、绿色或红色,鸡蛋内可能含有致病菌,也不建议食用。

No.2 这样的鸡蛋吃不得!

1. 煎焦或煎糊的鸡蛋



智能电视“套娃式”收费被中消协点名

又到“3·15”国际消费者权益日。日前,中消协发布2022年全国消协组织受理投诉情况分析,其中就提到智能电视平台“套娃式”收费引发消费者不满。

“现在只要想看电视,就得先付费,不然什么都看不了。”

有不少消费者表示,电视越来越没有底线了,不仅开机要先看90秒的开机广告,还有弹窗广告,观看自己感兴趣的内容,总是需要另外付费购买会员。

家住浙江的李蕾对此深有同感:“年前刚花5000元左右买了电视,先花了1000块装宽带、装有线电视,结果想要看电影,得充腾讯的VIP;想看综艺,得充爱奇艺的VIP;家里的小孩想看动画片,还要充值动漫VIP……整个操作很闹心。”

而各大视频网站不仅对会员有着严格的等级划分,还会用低价策略吸引用户购买连续包月会员。但低价也就意味着会员的观看权限低,手机端能看的内容电视端无法观看,且不支持投屏;而如果用户还想观看体育赛事、动漫等节目,则需要再次付费,进一



步提升会员等级。

商业数据派算了笔帐,如果想要畅通无阻地观看所有节目,至少需要购买爱奇艺星钻VIP(428/年)、芒果TV全屏会员(348/年)、腾讯视频的超级影视SVIP(348/年)、酷喵VIP会员(488/年),全年最少花费1612元,其中还不包括有线电视费、宽带费以及部分应版权方要求的付费电影及体育赛事直播等。

对消费者来说,明明已经是视频网站的会员,却为何只是因为播放终端的改变就要附加另一笔费用?这样的收费逻辑是如何形成的,又涉及哪些参与方?

薅消费者羊毛,谁都想分一杯羹

“开通了小米电视会员后,只能观看部分影视剧,但要看其他剧和电影,还需再另外买会员。”对此,张强有种被欺骗的感觉,他花了近300元的价格,却无法观看自己喜欢的所有内容。不仅如此,他还发现,即便购买了视频网站的普通会员,手机端与电视端依旧无法通用,只能花更多的钱,购买更高级别的会员。

事实上,小米电视的会员体系较为简单,只有单会员产品,主要涵盖奇异果TV(爱奇艺)内容,如果用户想要观看其他平台的内容,则需要另外下载安装对应的视频应用,同时购买该平台会员。

但让张强不解的是,当小米会员过期后,他不仅无法观看奇异果TV,就连此前购买的优酷、腾讯会员也无法使用。“客服给出的回答是,必须开通小米会员,其他会员才能使用,这种捆绑销售就很没有道理。”

类似小米电视这种“套娃式”的收费模式,在各大电视品牌中屡见不鲜,即便是稳坐电视头把交椅的海信也未能免俗。海信电视的会员体系分为单会员和组合会员两种,单会员则包含奇异果TV、芒果TV、华数、4K花园等平台,组合会员则是将上述单会员权益统一纳入海信的内容平台聚好看影视VIP中,用户

可以直接登录海信的账号进行购买及观看。但如果要观看聚好看未曾打通的极光TV(腾讯)、酷喵(优酷)等视频平台,用户仍需要单独下载及购买相应会员才能观看。

于是新的问题如期而至。“在手机端分别购买了体育会员、动漫会员,如果不是较高级别的会员,也没有办法在电视端观看。”李蕾解释,现在如果只是爱奇艺的黄金VIP,可能连高清视频都看不了,更不要说多终端播放了,而在几年前,黄金VIP可以享受到最顶级的权益。

据了解,目前爱奇艺的会员体系分为黄金VIP(258/年)、白金VIP(308/年)、星钻VIP(448/年),后两者皆可在电视端播放。不同的是星钻VIP还支持VR、车载及智能家居等终端共享,并涵盖体育、动漫、奇异果等会员权益。但VR等智能设备尚不成熟,即便是在市场渗透率最高的美国,VR家庭的渗透率也只有13%。因此有不少

消费者吐槽,视频平台们的多终端播放,并不能带给用户多少切实的权益,只是徒增价格。

在这场没有硝烟的战争中,电视品牌销售了终端产品,同时与视频平台联手,打造了更为“丰富”的内容平台;而视频平台则借由电视的渠道,售卖出更多的会员产品。只有用户,面临着“套娃式”的消费体验,在一个又一个的VIP中无奈又愤怒。

牌照背后的复杂产业链

对于视频网站的收费乱象,上海市消保委曾发文表示,投屏是移动端用户正常的使用场景,消费者付了钱,在手机上看还是投屏到电视端观看都是消费者的权利,视频平台无权不当获取手机权限干涉消费者采用第三方APP或者连线等方式投屏。

人民网也评论,用“套娃会员”和多终端不兼容的霸王条款变相地向用户收费,不仅吃相难看,更会将前期积累的良好用户体验和对商家的信任消耗殆尽。

造成“套娃式会员”体系的原因,是互联网电视产业链中多方的利益博弈。

目前,在中国互联网电视服务行业实行许可准入



制,只有拥有广电总局发放的“集成牌照”与“内容服务牌照”的机构,才能提供相关服务。

目前互联网电视行业的三大机构主体分别为:集成机构、内容机构,以及终端设备厂商。其中,集成机构需要拥有集成播控牌照,对所建集成平台独家拥有资产控制权和运营权、管理权,只能连接广电总局批准的合法内容服务平台。据公开资料显示,只有中央人民广播电台、南方传媒等7家具有国资背景的机构拥有此等牌照。

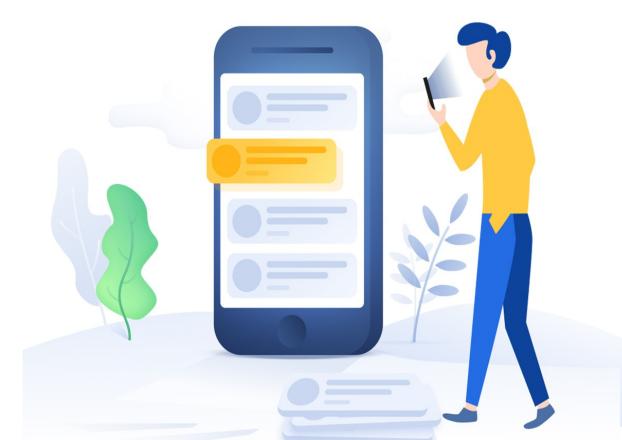
内容机构则分为“内容服务机构”与“内容平台的合作方”两类。其中,内容服务机构与上述机构类似,拥有“内容服务牌照”且具有国资背景,该类机构共计16家。而像爱奇艺、腾讯等视频网站,则属于有内容无牌照的内容平台合作方,只能与有牌照的机构合作,提供影视剧等内容。比如爱奇艺与中央人民广播电台合作,推出银河奇异果;优酷与中国国际广播电台合作,推出酷喵;腾讯视频与南方新媒体合作,推出云视听极光等。这也导致视频平台只负责运营,国资企业按控股比例分钱。一位从业者透露:“如果爱奇艺的普通会员费用20元就能回本,那在电视终端上,则需要40元才能回本。”

与此同时,不同的智能电视品牌也有自己的信息源,推荐比例也会根据与视频平台的合作关系而有所侧重,继而进行后续分成,这也是为何电视系统需要自己的会员体系,不仅要保证其内容生态的多样性,还要为之后的硬件产品打下内容根基。

而生产机顶盒的终端设备厂商,则需要获得广电总局的批准及授权,一机一号,且只能连接互联网电视集成平台,不得有其他访问互联网的渠道。也就是说机顶盒的作用,只能满足用户观看有线电视的需求。

因此,如今的电视内容之所以会形成如此混乱、像俄罗斯套娃一样的收费逻辑,并不单单是视频网站或电视品牌某一方的问题,而是其背后层层嵌套的各方利益之间商业博弈的结果。

来源:新京报



14 节目预告

南宁广播电视台

<http://www.nntv.cn/nngdb/>

本期16版 2023年3月9日出版 版式/黄嘉嘉 编辑/戴珊珊 顾问:冯兆强 热线电话:0771-5655815

南宁广播电视台 新闻综合频道

2023/3/13 星期一

00:30 人文纪录
07:00 南宁新闻(重播)
07:25 新闻夜班(重播)
08:20 政法在线(重播)
08:57 流金岁月(19)
09:57 流金岁月(20)
11:10 南宁新闻(重播)
11:55 政法在线(重播)
12:30 人文纪录
13:00 新闻夜班(重播)
13:52 家家(50)
14:50 家家(51)
15:45 家家(52)
16:40 家家(53)
17:30 中国城市报道
18:00 政法在线
18:30 广西新闻
19:00 新闻联播
19:35 南宁新闻
20:00 新闻夜班
21:00 南宁新闻(重播)
21:30 和平之舟(4)
22:20 和平之舟(5)
23:15 政法在线(重播)
23:40 新闻夜班(重播)

13:00 新闻夜班(重播)
13:52 李春天的春天(1)
14:50 李春天的春天(2)
15:45 李春天的春天(3)
16:40 李春天的春天(4)
17:30 中国城市报道
18:00 政法在线
18:30 广西新闻
19:00 新闻联播
19:35 南宁新闻
20:00 新闻夜班
21:00 南宁新闻(重播)
21:30 和平之舟(6)
22:20 和平之舟(7)
23:15 政法在线(重播)
23:40 新闻夜班(重播)

20:00 新闻夜班
21:00 南宁新闻(重播)
21:30 和平之舟(6)
22:20 和平之舟(7)
23:15 政法在线(重播)
23:40 新闻夜班(重播)

2023/3/15 星期三

00:30 人文纪录
07:00 南宁新闻(重播)
07:25 新闻夜班(重播)
08:20 政法在线(重播)
08:57 流金岁月(23)
09:57 流金岁月(24)
11:10 南宁新闻(重播)
11:55 政法在线(重播)
12:30 人文纪录
13:00 新闻夜班(重播)
13:52 李春天的春天(5)
14:50 李春天的春天(6)
15:45 李春天的春天(7)
16:40 李春天的春天(8)
17:30 中国城市报道
18:00 政法在线
18:30 广西新闻
19:00 新闻联播
19:35 南宁新闻

00:30 人文纪录
07:00 南宁新闻(重播)
07:25 新闻夜班(重播)
08:20 政法在线(重播)
08:57 流金岁月(25)
09:57 流金岁月(26)
11:10 南宁新闻(重播)
11:55 政法在线(重播)
12:30 南宁警方(重播)
13:00 新闻夜班(重播)
13:52 李春天的春天(9)
14:50 李春天的春天(10)
15:45 李春天的春天(11)
16:40 李春天的春天(12)
17:30 中国城市报道
18:00 政法在线
18:30 广西新闻
19:00 新闻联播
19:35 南宁新闻

00:30 人文纪录
07:00 南宁新闻(重播)
07:25 新闻夜班(重播)
08:20 政法在线(重播)
08:57 流金岁月(27)
09:57 流金岁月(28)
11:10 南宁新闻(重播)
11:55 政法在线(重播)
12:30 南宁警方(重播)
13:00 新闻夜班(重播)
13:52 李春天的春天(13)
14:50 李春天的春天(14)
15:45 李春天的春天(15)
16:40 李春天的春天(16)
17:30 中国城市报道
18:00 政法在线
18:30 广西新闻
19:00 新闻联播
19:35 南宁新闻

2023/3/17 星期五

00:30 人文纪录
07:00 南宁新闻(重播)

00:30 人文纪录
07:00 南宁新闻(重播)

2023/3/14 星期二

00:30 人文纪录
07:00 南宁新闻(重播)
07:25 新闻夜班(重播)
08:20 政法在线(重播)
08:57 流金岁月(21)
09:57 流金岁月(22)
11:10 南宁新闻(重播)
11:55 政法在线(重播)
12:30 人文纪录

00:30 人文纪录
07:00 南宁新闻(重播)
07:25 新闻夜班(重播)
08:20 政法在线(重播)
08:57 流金岁月(23)
09:57 流金岁月(24)
11:10 南宁新闻(重播)
11:55 政法在线(重播)
12:30 人文纪录
13:00 新闻夜班(重播)
13:52 李春天的春天(5)
14:50 李春天的春天(6)
15:45 李春天的春天(7)
16:40 李春天的春天(8)
17:30 中国城市报道
18:00 政法在线
18:30 广西新闻
19:00 新闻联播
19:35 南宁新闻

00:30 人文纪录
07:00 南宁新闻(重播)
07:25 新闻夜班(重播)
08:20 政法在线(重播)
08:57 流金岁月(25)
09:57 流金岁月(26)
11:10 南宁新闻(重播)
11:55 政法在线(重播)
12:30 南宁警方(重播)
13:00 新闻夜班(重播)
13:52 李春天的春天(9)
14:50 李春天的春天(10)
15:45 李春天的春天(11)
16:40 李春天的春天(12)
17:30 中国城市报道
18:00 政法在线
18:30 广西新闻
19:00 新闻联播
19:35 南宁新闻

2023/3/18 星期六

00:30 人文纪录
07:00 南宁新闻(重播)

07:25 新闻夜班(重播)
08:20 政法在线(重播)
08:57 流金岁月(27)
09:57 流金岁月(28)
11:10 南宁新闻(重播)
11:55 政法在线(重播)
12:30 南宁警方(重播)
13:00 新闻夜班(重播)
13:52 李春天的春天(13)
14:50 李春天的春天(14)
15:45 李春天的春天(15)
16:40 李春天的春天(16)
17:30 中国城市报道
18:00 政法在线
18:30 广西新闻
19:00 新闻联播
19:35 南宁新闻

18:00 政法在线(重播)
18:30 新闻联播
19:00 南宁新闻(重播)
19:35 新闻夜班(重播)
20:00 南宁新闻(重播)
21:00 和平之舟(12)
22:20 和平之舟(13)
23:15 政法在线(重播)
23:40 新闻夜班(重播)

2023/3/19 星期日

00:30 人文纪录
07:00 南宁新闻(重播)
07:25 新政流金岁月(31)
08:20 新政流金岁月(32)
08:57 流金岁月(33)
09:57 流金岁月(34)
11:10 南宁新闻(重播)
11:55 政文春天(21)
12:30 政文春天(22)
13:00 政文春天(23)
13:52 政文春天(24)
14:50 政文春天(25)
15:45 政文春天(26)
16:40 政文春天(27)
17:30 政文春天(28)
18:00 政文春天(29)
18:30 政文春天(30)
19:00 政文春天(31)
19:35 政文春天(32)
20:00 政文春天(33)
21:00 政文春天(34)
21:30 政文春天(35)
22:20 政文春天(36)
23:15 政文春天(37)
23:40 政文春天(38)

南宁广播电视台 都市生活频道

2023/3/13 星期一

00:00 南宁康健学院
00:10 全民健康学院
00:40 健康学院
07:00 全国健康学院
07:30 全国健康学院
08:00 全国健康学院
08:25 全国健康学院
08:30 全国健康学院
08:47 全国健康学院
09:15 全国健康学院
09:20 全国健康学院
09:30 全国健康学院
10:00 全国健康学院
11:00 全国健康学院
11:35 全国健康学院
12:00 全国健康学院
12:30 全国健康学院
17:30 全国健康学院
18:00 全国健康学院
18:50 全国健康学院
19:35 全国健康学院
19:40 全国健康学院
20:30 全国健康学院
20:55 全国健康学院
21:00 全国健康学院
21:05 全国健康学院
21:15 全国健康学院
21:25 全国健康学院
21:35 全国健康学院
22:00 全国健康学院
22:30 全国健康学院
23:55 全国健康学院

09:30 全民健康学院
10:00 全民健康学院
11:00 全民健康学院
11:35 全民健康学院
12:00 全民健康学院
12:30 全民健康学院
17:30 全民健康学院
18:00 全民健康学院
18:50 全民健康学院
19:35 全民健康学院
19:40 全民健康学院
20:30 全民健康学院
20:55 全民健康学院
21:00 全民健康学院
21:05 全民健康学院
21:15 全民健康学院
21:25 全民健康学院
21:35 全民健康学院
22:00 全民健康学院
22:30 全民健康学院
23:55 全民健康学院

21:00 南宁公园卡

2023/3/16 星期四

00:00 南宁公园卡

00:00 南宁公园卡

00:40 南宁公园卡

07:00 南宁公园卡

07:30 南宁公园卡

08:00 南宁公园卡

08:25 南宁公园卡

08:30 南宁公园卡

08:47 南宁公园卡

09:15 南宁公园卡

09:20 南宁公园卡

10:00 南宁公园卡

11:00 南宁公园卡

11:35 南宁公园卡

12:00 南宁公园卡

12:30 南宁公园卡

17:30 南宁公园卡

18:00 南宁公园卡

18:50 南宁公园卡

19:35 南宁公园卡

19:40 南宁公园卡

20:30 南宁公园卡

20:55 南宁公园卡

23:55 南宁公园卡

2023/3/17 星期五

00:00 南宁公园卡

00:00 南宁公园卡

00:40 南宁公园卡

07:00 南宁公园卡

07:30 南宁公园卡

08:00 南宁公园卡

08:25 南宁公园卡

08:30 南宁公园卡

08:47 南宁公园卡

09:15 南宁公园卡

09:20 南宁公园卡

10:00 南宁公园卡

11:00 南宁公园卡

11:35 南宁公园卡

12:00 南宁公园卡

12:30 南宁公园卡

17:30 南宁公园卡

18:00 南宁公园卡

18:50 南宁公园卡

19:35 南宁公园卡

19:40 南宁公园卡

20:30 南宁公园卡

20:55 南宁公园卡

23:55 南宁公园卡

00:10 全民健康学院
00:40 全民健康学院
07:00 全民健康学院
07:30 全民健康学院
08:00 全民健康学院
08:25 全民健康学院
08:30 全民健康学院
08:47 全民健康学院
09:15 全民健康学院
09:20 全民健康学院
09:30 全民健康学院
10:00 全民健康学院
11:00 全民健康学院
11:35 全民健康学院
12:00 全民健康学院
12:30 全民健康学院
17:30 全民健康学院
18:00 全民健康学院
18:50 全民健康学院
19:35 全民健康学院
19:40 全民健康学院
20:30 全民健康学院
20:55 全民健康学院
21:00 全民健康学院
21:05 全民健康学院
21:10 全民健康学院
21:15 全民健康学院
21:20 全民健康学院
21:25 全民健康学院
21:30 全民健康学院
21:35 全民健康学院
22:00 全民健康学院
22:30 全民健康学院
22:55 全民健康学院
23:55 全民健康学院

17:30 全民健康学院
18:00 全民健康学院
18:30 全民健康学院
19:00 全民健康学院
19:30 全民健康学院
20:00 全民健康学院
20:30 全民健康学院
20:55 全民健康学院
21:00 全民健康学院
21:05 全民健康学院
21:10 全民健康学院
21:15 全民健康学院
21:20 全民健康学院
21:25 全民健康学院
21:30 全民健康学院
21:35 全民健康学院
22:00 全民健康学院
22:30 全民健康学院
22:55 全民健康学院
23:55 全民健康学院

2023/3/19 星期日

00:00 全民健康学院
00:10 全民健康学院
00:40 全民健康学院
07:00 全民健康学院
07:30 全民健康学院
08:00 全民健康学院
08:25 全民健康学院
08:30 全民健康学院
08:47 全民健康学院
09:15 全民健康学院
09:20 全民健康学院
09:30 全民健康学院
10:00 全民健康学院
11:00 全民健康学院
11:35 全民健康学院
12:00 全民健康学院
12:30 全民健康学院
17:30 全民健康学院
18:00 全民健康学院
18:35 全民健康学院
19:40 全民健康学院
20:30 全民健康学院
21:00 全民健康学院
21:05 全民健康学院
21:10 全民健康学院
21:15 全民健康学院
21:20 全民健康学院
21:25 全民健康学院
21:30 全民健康学院
21:35 全民健康学院
22:00 全民健康学院
22:30 全民健康学院
22:55 全民健康学院
23:55 全民健康学院

21:00 全民健康学院

21:30 全民健康学院

22:00 全民健康学院

22:30 全民健康学院

23:00 全民健康学院

23:30 全民健康学院

24:00 全民健康学院

24:30 全民健康学院

25:00 全民健康学院

25:30 全民健康学院

26:00 全民健康学院

26:30 全民健康学院

27:00 全民健康学院

27:30 全民健康学院

28:00 全民健康学院

28:30 全民健康学院

29:00 全民健康学院

29:30 全民健康学院

30:00 全民健康学院

你知道吗?

广西珍稀濒危物种特有值全国第一

最新调查数据表明:广西珍稀物种、濒危物种的特有值在全国排名第一;广西已知陆栖野生脊椎动物1151种,仅次于云南,位居全国第二;广西已知野生维管束植物9494种,占全国总数的31%,仅次于云南和四川,位居全国第三……

植物:兰花金花竞艳 银杉冷杉重见

在广西境内,分布有国家重点保护野生植物物种332种。其中,德保苏铁、元宝山冷杉、狭叶坡垒等仅分布于广西;观光木、金丝李、金花茶等近百种植物属于珍稀或濒危植物。据统计,分布在广西的濒危植物共有113种,在全国所有省(区、市)中排名第二。

在五光十色的植物王国里,最让壮乡人引以为傲的当属兰科植物。广西境内分布着兰科植物300多种,其中特别珍贵的兜兰属植物有12种,占全国50%、全球18%。

位于百色市乐业县境内的广西雅长兰科植物国家级自然保护区,是我国唯一以兰科植物命名并以其为重点保护对象的国家级自然保护区。保护区目前已知兰科植物160种,约占全区一半。世界上最大的带叶兜兰、莎叶兰、台湾香莢兰三大野生居群,在保护区保存良好,令人叹为观止。近年在保护区发现雅长山兰、雅长玉凤花、广西羊耳蒜、天贵卷瓣兰4个新种,为地球兰科植物家族添新成员。雅长保护区还是贵州地宝兰的唯一分布区,堪称中国野生兰科植物的集中区、基因库。

1955年,中国植物学家带领一支调查队到广西桂林

龙胜花坪林区考察,发现了当时被认为地球上早已灭绝、只保留着化石的珍稀植物——银杉。1979年,同样被认为早已灭绝的“资源冷杉”在资源县被发现而命名。

20世纪60年代,我国植物学家在广西十万大山首次发现金黄色的山茶花,当即引起世界瞩目。十万大山的兰山支脉一带是金花茶主要分布地,集中了全世界90%的野生金花茶。在这里,1986年建立金花茶自治区级自然保护区,1994年晋升为国家级自然保护区。

近年又在防城港等地发现一种膝柄木,目前仅幸存15棵,是中国十大濒危树种之一。2022年国庆前夕,在钦州市钦南区一座水库边山坡上,广西国有钦廉林场新种下1000株两三年龄、齐腿高的树苗,让国家一级保护的膝柄木首度成批量回归野外。

和膝柄木一样,我区林业部门积极实施极小种群野



金花茶



资源冷杉



膝柄木

生植物拯救保护工程,开展珍稀濒危植物野外回归工作,2022年在百色市右江区将50株德保苏铁、在元宝山国家级自然保护区将100株元宝山冷杉、在马山县将1000株蒜头果分别进行野外回归。

动物:猴猿白头黑冠 儒艮有望再现

根据新调整的《国家重点保护野生动物名录》,广西有国家重点保护野生动物263种,占全国27%。野生脊椎动物数位居全国第二的广西,也是灵长类动物分布最为集中的省区之一。

白头叶猴是广西特有珍稀濒危动物,国外不仅没有白头叶猴活体,甚至连标本也没有,其研究价值不亚于国宝大熊猫。其散居的崇左市喀斯特山区,1982年划定为自治区级自然保护区,2012年定为国家级自然保护区。经过数十载的努力,白头叶猴种群数量已由2003年的598只增加到目前的1400多只。

一度认为已经灭绝、2006年在中越边境邦亮林区重新发现的东黑冠长臂猿,经广西与越南及时建立跨境合

作保护机制,已由发现之初的19只增长到目前136只。位于靖西市境内的广西邦亮东黑冠长臂猿国家级自然保护区,是东黑冠长臂猿在我国的唯一栖息地。

瑶山鳄蜥在野外一度处于极度濒危状态,10多年来,大桂山鳄蜥国家级自然保护区积极开展人工繁育。2022年新增118条,使人工繁育鳄蜥总数超过700条,成为全球最大的鳄蜥人工繁育种群。2019年5月,保护区进行了世界首次鳄蜥野外放归;2020年9月,进行了第二次野外放归,两次先后放归鳄蜥35条。据监测,目前保护区内野生鳄蜥共有500多条,是地球上不可多得的鳄蜥乐园。

广西江河纵横湖库密布,海域广阔岛屿众多,淡水海水质量一流,已知淡水鱼类290种、海洋动物1587种,其

中属国家一级保护的有中华白海豚、中华鲟、儒艮、鼋(yuán)4种。

儒艮被称为“美人鱼”,20世纪在合浦海域时有出没。1986年合浦儒艮国家级自然保护区成立,保护区及其附近海域有4条较大的潮流深槽,一般水深8—10米,是儒艮活动和栖息的主要场所。保护区设立以来,着力保护修复海洋生态系统,特别是对儒艮喜食的海草进行重点保护和人工扩繁。2022年,保护区内中华白海豚、中华鼋(huà)、各种候鸟均呈现大幅增长态势。虽然已有20多年未有儒艮现身的直接证据,疑似儒艮的发现报告及问卷调查表明,保护区海域仍有儒艮分布和活动的可能性。

环境:生态生境两利 生物生生不息

广西地处云贵高原东南边缘,北回归线居中横贯而过,给八桂大地带来得天独厚的气候条件,形成全国最优的绿色植被。全国最优植被涵养出全国最优水质,连年全国城市地表水质考核结果一再显示,广西城市集群不仅稳金夺银抢铜,而且在前十名城市中占据大半席位,近岸海水质量和城乡空气质量在全国也长期保持一流水平。广西拥有全国最富硒的土壤,默默地为植物、动物和人类健康提供着“长寿元素”。

广西生态系统有森林、灌丛、农田、湿地等多种类型,每种类型又包括多种气候型和土壤型。例如在广西森林生态系统中,天然植被就包含有针叶林、阔叶林、竹林、灌丛、草丛5个植被型组、14个植被型、26个植被亚型、301个群系。

好山好水好土壤,好林好草好空气,生态优势金不换的广西,成为国际生物多样性热点地区。包括天平山、八十里大南山、越城岭、海洋山、都庞岭、萌渚岭等在内的南岭山地,地跨防城港和钦州两市的十万山区,都被列入我国

16个生物多样性热点地区之中。桂西南石灰岩地区被列入我国17个优先保护的生物多样性关键地区之中。同时,桂西南石灰岩地区、南岭山地、沿海等地区被列入我国35个生物多样性优先保护区域之中。

广西碳酸盐岩裸露面积占全区总面积的40%,喀斯特地貌在全国乃至全世界分布最集中、表现最典型、景观最美丽,其中有“山水甲天下”的桂林湿润热带亚热带峰林地貌,有“世界岩溶天坑博物馆”乐业天坑群等独特岩溶地貌。

喀斯特地貌石灰岩的双层结构,还形成独特的地下石灰岩生态系统,孕育出十分独特的生物类型,如栖居洞穴中的蝙蝠和地下水体中生存的罕见盲鱼。不同地方各有与众不同的独特类型,这些珍稀物种多为当地特有,是十分宝贵的遗传资源,具有重大科研价值和全球性意义。

来源:广西日报

