

主打“健康养生范” 创新月饼受青睐

专家提醒：应选购正规厂家生产的月饼，根据自身体质选择适宜口味适量食用



日报消息（全媒体记者蒋定嵩报道摄影）中秋临近，我市各大商超均将月饼放置于醒目位置。记者走访了解到，除了大家熟悉的伍仁、莲蓉、蛋黄等馅料，不少月饼生产厂家还推出了“黑五类”月饼、“红五类”月饼、“草本月饼”，将药食同源的食材添加到月饼馅料中，主打健康、养生理念。

胜利路一家大型超市内，多款低糖月饼礼盒和散装月饼吸引了不少市民购买。记者留意到一款售价69.9元的低糖月饼礼盒，内有8枚月饼，包含低糖玫瑰山药月饼、低糖南瓜味小米月饼、低糖紫薯味黑米月饼三种口味。该超市销售人员介绍，这款月饼礼盒是今年推出的新品，添加了玫瑰花、山药、南瓜、紫薯、小米、黑米等多种药食同源的食材，满足消费者对健康和肠胃“轻负担”需求；此外，豆沙陈皮、豆沙黑芝麻、广式桑葚等口味的月饼也很受欢迎。

“传统月饼太甜、太油腻，家里老人吃了难消化，不敢多吃。这款低糖月饼含药食同源食材，感觉比较健康。”市民王女士仔细看了该月饼外包装标注的配料表后，购买了两盒低糖月饼。

记者通过手机浏览电商平台看到，各种“养生月饼”琳琅满目，价格各异。一款黄芪阿胶月饼5个试吃装仅售6.06元，销量显示“已售4万+”；一款0蔗糖荞麦山楂月饼，5个试吃装售价14.8元，销量显示“已售6000+”。

值得一提的是，近两年以来，在各大商超和购物平台上，各种“药食同源”养生产品火爆出圈，热度不断。

采访中记者了解到，近日，由广西生态工程职业技术学院创办的广西饼业产业学院的师生们研发出多款创新月饼。例如，佛手碧螺春茶馅月饼，主馅料为佛手、碧螺春茶；山楂乌梅馅月饼，主馅料为山楂肉、乌梅肉；黄精黑洋酥馅月饼，主

馅料为黄精、黑芝麻。这些创新月饼旨在满足消费者对健康养生、营养均衡的需求。

广西生态工程职业技术学院旅游学院副院长薛娟萍介绍，中医自古便有“食医同源”理念，如《黄帝内经》提出“五谷为养，五果为助”，强调食物与药物的协同作用。常见药食同源物质包括山药、枸杞、生姜、百合、山楂、黄精等。

薛娟萍提醒，消费者在选购“养生月饼”时，应尽量选择正规厂家生产的月饼，根据自身体质和健康状况选择适宜的种类并适量食用。另外，“养生月饼”虽具有一定的保健功效，但其本质仍是高热量食品，过度食用有可能导致消化不良或热量摄入过多，适量食用为宜。

市交通运输部门联合爱心企业为高培小学115名学生送去午睡枕 助侗乡娃午休更舒心

日报消息（全媒体记者宁静波）9月18日，三江侗族自治县同乐乡高培小学的校园里满是欢声笑语，该校115名学生收到了市交通运输综合行政执法支队以及爱心企业带来的特别的礼物——午睡枕。小小的枕头承载着满满的关怀，让孩子们午休时光多了一份舒适与安心。

这一难题的解决，缘于一场从“反映需求”到“精准帮扶”的快速响应。据悉，市交通运输综合行政执法支队是同乐乡高培村的乡村振兴后盾单位，一直聚焦教育帮扶与民生改善。新学期伊始，高培小学向村委会反映，学校共有115名学生，其中30%是留守儿童，且多数家庭因务农地点偏远、家校距离远，孩子们全部需要留校午休，但由于条件有限，他们只能趴在课桌上休息，长期如此易引发颈椎不适、手臂发麻等问题。

了解这一情况后，该支队迅速响应并联系爱心企业，很快便为孩子们送去了贴合儿童身体特点的人体工学午睡枕，有效改善孩子们的休息环境，助力他们以更好的精神状态投入学习。

该支队相关负责人表示，支队作为后盾单位，心系帮扶村群众，将继续聚焦民生需求，用更务实的举措解决群众的困难和问题。

城中区开展第十六届“中国统计开放日”宣传活动 让统计知识走出报表走近群众

日报消息（全媒体记者宋美玲）9月19日晚，由城中区统计局主办、城中区多个街道一同参与的第十六届“中国统计开放日”宣传活动在城中万达广场拉开帷幕，让统计知识走出报表、走近群众。

此次活动以“诚信统计守初心 依法履职担使命”为主题。活动区域内，“统计小百科”主题图文展板整齐排列，新修订的《中华人民共和国统计法》解读、统计发展史、全国1%人口抽样调查及农业普查工作亮点等内容一目了然，工作人员在现场耐心地为市民进行讲解。“CPI指的是什么？”“GDP反映什么？”在“统计快问快答”互动区，众多市民积极抢答。

活动主舞台上，韵律舞、近景魔术、趣味气球表演与统计学知识有奖问答环节交替进行，既点燃了市民参与活动的热情，又让市民体会到统计工作服务发展、惠及民生的重要意义。

城中区统计局局长郑业表示，这次活动普及了基础统计知识，让市民近距离了解统计工作的科学严谨和重要意义。目前，我国即将全面开展全国1%人口抽样调查和第四次全国农业普查两项事关国计民生的工作，调查员会入户走访、耐心询问、仔细核对，群众的理解和配合将让每一个关系民生政策制定的数据更加精准。

警惕蚊媒传染病及手足口病红眼病 市疾病预防控制中心提醒：注意加强防护，保持良好卫生习惯

日报消息（全媒体记者罗妙）目前，我市仍处于蚊媒活跃期，存在基孔肯雅热、登革热等蚊媒传染病传播风险。同时，当前也是手足口病和红眼病的高发季节。市疾病预防控制中心提醒广大市民及来柳游客，注意加强防护，保持良好卫生习惯，积极预防相关疾病。

该中心传染病防制所副主任医师郑文彬介绍，蚊媒传染病如登革热和基孔肯雅热主要通过蚊子叮咬传播，常见症状包括发热、皮疹和关节疼痛。手足口病多见于5岁以下儿童，尤其是3岁以下婴幼儿，主要表现为手、足、口腔等部位出现疱疹或溃疡，通过密切接触和受污染物品传播。红眼病（即急性出血性结膜炎）由病毒引起，常见症状包括眼红、眼痒和分泌物增多，传染性强，易在集体环境中发生传播。

市疾控中心建议市民日常应培养良好卫生习惯：勤洗手，不饮用生水，不食用生冷食物；保持环境清洁，经常通风，勤晒衣被。进行户外活动时，应穿着长袖长裤、使用驱蚊液，避免在树荫、草丛等蚊虫密集区域长时间逗留。红眼病患者的日常用品须及时消毒，并定期对门把手、玩具等物品进行清洁消毒。一旦出现发热、皮疹、口腔溃疡或眼红、眼痛等症状，应尽早就医。

AI赋能 学生变身“神笔马良”

日报消息（全媒体记者苟诗媛报道摄影）古有“神笔马良”，手绘作品变为活物；今有AI软件，手绘作品变为动画。9月19日，由市科协组织的“科普向未来 AI启石梦”活动在柳州奇石馆开展，22名来自市潭中路第二小学总部的学生手持画笔，应用AI工具，绘制柳宗元的故事，体验科技与艺术融合的魅力。

该校六年级学生邓芷馨、韦金雨在现场分别绘制了凉亭、山水等素材。这些素材经过AI软件创作，顷刻在多媒体屏幕上“动”起来，学生们不禁赞叹：“AI软件修饰了画面缺陷，让画面更加生动，还加上了配音，这技术真是太神奇了。”

市潭中路第二小学德育副校长赵敏表示，现场展示了AI技术在文化创意领域的应用，让学生们感受到科技的神奇与魅力。希望通过活动，激发学生对柳宗元及其文学作品的兴趣，培养学生的绘画创造力与故事表达能力，体验科技赋能艺术的过程。下一步，学校将通过信息技术课程，让更多学生走近AI，掌握AI，鼓励学生学以致用，让生活变得更美好。



绘制素材。

龙潭公园 鲜花绽放 五彩缤纷醉游人



游客在赤芭花下留影。

近日，我市龙潭公园主干道旁的20余处花境鲜花绽放，引人入胜。缀满枝头的赤芭花色彩艳丽，吸引众多市民游客驻足观赏。“园内花卉五彩缤纷，各具特色，拍照打卡效果很好。”从桂林来柳州旅游的陈女士说，在龙潭公园的游玩体验感大大超出预期。

据了解，赤芭花原产于南美洲多雨的森林地带，其红色“花朵”由众多苞片组成，层层叠叠，颜色鲜艳，极具观赏价值。

“赤芭花较易养护，不易发生病虫害，但需修剪控高。”龙潭公园高级工程师黎承珍介绍，园内的赤芭花于2018年引种，花期一般为9月至12月。此外，园内还有金芭花、姜荷花等在我国较罕见的热带植物正在盛放，各处花境层次分明，景观别具一格。

全媒体记者 李恒宜 摄

两位匿名好心人 归还失物



好心的阿婆（左二）亲手将物品交到失主覃女士（左三）手中。（受访者供图）

微光成炬 善行暖人心

日报消息（全媒体记者周茜）微光成炬，善行暖人心。9月19日，我市两位不愿意透露姓名的好心人，用拾金不昧、物归原主的善行温暖着这座城市。

“您好，我捡到一个手提袋，里面有重要证件，可以帮忙寻找失主吗？”当日15时许，一位年约七旬的阿婆提着手提袋来到柳北区胜利街道金茂园社区服务中心求助。工作人员打开袋子，发现袋内有身份证等证件以及300元现金。工作人员核对证件信息后，确认失主是小区8栋居民覃女士，因多次打电话联系未果，便直接登门告知。随后，覃女士赶到社区服务中心取回物品，她说：“这些证件如果遗失了，重新办理非常麻烦，感谢阿婆拾金不昧，感谢社区工作人员认真负责。”

据了解，这位阿婆当天在小区垃圾桶旁发现这个袋

子，心想失主应该十分着急，便毫不犹豫地到社区服务中心求助，直至物归原主才放心离去。

无独有偶，在鱼峰区海馨家园也上演了暖心一幕。

当晚，市民龙波停好摩托车回到家才发现忘记取车钥匙。他迅速返回停车处，看到自己的摩托车停在原地，但车钥匙却不在了。车上贴了一张字条，写着留言“朋友，钥匙忘拿，请联系133xxxx6725”。然而，他多次拨打该电话均被挂断，过了一会，他收到对方发来的短信“我是听障人士，无法接听电话，希望通过微信沟通”。

“刚开始我以为是诈骗，没有马上添加微信好友。”龙波说。很快，一个陌生号码来电，对方称是这位听障人士的朋友，待确认其是失主本人后即告知车钥匙存放处。随后，龙波按照对方提示顺利拿到了车钥匙。

随后，记者联系上这位听障人士。她通过文字表示，当晚她在原地等候了一段时间，未见车主归来，便将车钥匙藏到安全处并留下电话号码，希望物归原主。



“桦加沙”携大风至

受其影响我市24将出现降雨，量级以中雨为主

日报消息（全媒体记者吴倩雯）秋分到来，我市近期凉意渐起，体感舒适，秋季台风活动进入活跃期。

记者从市气象台了解到，自20日起，一波冷空气开始南下，此前台风“米娜”登陆后迅速减弱，未给我市带来明显降雨，但在其外围水汽与冷空气共同作用下，使得我市总体天气状况较差，天空云量密集，以阴天为主，气温下降。

当前，西太平洋海面台风活动频繁。被称为“年度风王”的台风“桦加沙”正逐步逼近我国，其云系庞大、环流范围广，引发了广泛关注。自22日起，我市受“桦加沙”外围下沉气流影响，天气逐步好转，云量不断减少，到22日下午已可见阳光，气温维持在适宜区间。

市气象台预计，“桦加沙”目前位置较远，且北方有冷空气持续南下，其行进路线偏西，对我市的影响将以大风为主。23日，我市为多云天气，但风力较大。24日，我市将出现降雨，量级以中雨为主，雨量不大，整体影响小于9月初的16号台风“塔巴”。后续“桦加沙”将沿海南沿海向西移动，强度逐渐减弱。

在“桦加沙”影响减弱之后，我市天气又将逐渐变热，这主要是受到副热带高压的影响。气象部门提醒，目前仍处于台风活跃期，后续仍有其他台风影响的可能，市民需密切关注天气变化，提前做好防范措施。