

一家言

## 用AI点燃梦想火花

◎苑广阔

“20年后,我想当一名演员!”当宁波市镇海区崇正书院601班学生王晨说出自己的梦想时,转身就在大屏幕上看到了20年后成为“演员”的自己——时髦的发型,帅气的五官,嘴角露出一抹迷人的浅笑……这是发生在语文课上的一幕,老师用AI助孩子“梦想成真”,孩子们看到20年后的自己不禁两眼放光。

这种利用AI技术为学生打造震撼心灵的梦想可视觉化体验,是AI进校园最动人的打开方式:不是冰冷的机器替代,而是温暖的梦想催化;不是技术的形式炫酷,而是教育的本质回归。

AI技术在这堂语文课中扮演了梦想镜像的角色,它突破了传统向教育的抽象性,将未来的可能转化为眼前的真实。当学生刘云硕看到自己成为流行病学专家的模样,当王心阳目睹作家版的自己,这种视觉冲击带来的心理震撼远胜千言万语的说教。AI生成的形象恰如一面镜子,照见的不仅是面容的变化,更是梦想具象化后的心灵认同。这种自我投射效应可以增强学生的目标感,使原本模糊的职业想象变得清晰可触。

同时,这种实践有利于呵护那些被标准化评价掩盖的独特天赋。三名被认为成绩一般的学生分别说出美食主播、游戏主播、服装设计师的梦想,在AI技术的呈现下获得了与他职业同等的认同。这从一定程度上打破了唯分数论的桎梏,诠释了行行出状元的内涵。当技术被赋予这样的人文视角,教育评价也走向了百花齐放。

另外,这种AI应用模式为教育数字化转型提供了宝贵范式。老师将AI与古诗教学结合,让李白杜甫穿越古今对话;将AI与口语交际、主题作文融合,打造“造梦计划”,体现了技术服务内容的智慧。面对学生的迷茫与焦虑,“20年后的我”这一设计也有助于学习意义感的提升。当学生看到梦想成真的自己,当下的努力便与未来发展建立了情感联结,而这就是教育技术应用中最稀缺也是最珍贵的。

当然,再逼真的图像也只是梦想的起点,真正的成长需日复一日的坚持与努力。教师的关键作用在于既用AI点燃梦想的火花,又引导学生理解实现梦想需要付出的努力;既展现未来的美好图景,也培养面对挫折的心理韧性。教育科技的终极价值不在于替代教师,而在于拓展教师影响心灵的能力;不在于展示技术本身,而在于唤醒每个生命的无限可能。在AI的辅助下,教师能更好更直观有效地启发学生内心深处梦想的种子,这既有科技高度又有人文温度的教育创新,或将是未来校园最动人的风景。

街谈

## 体重管理需警惕减肥陷阱

◎王琦

“当场减腰围2至5厘米”“减重牙膏可有效抑制虚假食欲,让你刷刷牙就能瘦”“用高科技仪器刺激穴位疏通经络,40天瘦20斤不反弹”……市面上五花八门的“瘦身神器”层出不穷,一些商家通过制造身材焦虑、夸大宣传、伪造科技概念等手段,打造一条条“深入人心”的宣传标语,俘虏了不少人的金钱与健康。

随着生活节奏加快,加班、熬夜、饮食不规律成为部分人的生活常态,导致肥胖问题愈发凸显。数据显示,我国人口超重率与肥胖率分别达到34.3%和16.4%,且呈逐年上升趋势。国家卫生健康委员会开展“体重管理年”3年行动,初衷是普及健康生活方式,然而这一举措却被一些不良商家视为商机,在减肥市场设下重重陷阱。

商家制造身材焦虑的手段可谓五花八门。部分商家不惜重金雇佣“文案团队”,借助社交平台精准推送焦虑内容:虚构美好愿景,宣称“瘦了就是人生赢家”;精心打造专家人设,用“6000字脱水干货”对营销软文进行包装。还有一些商家故意放大顾客身体部位,用“大妈背”“游泳圈”“麒麟臂”等字眼制造视觉冲击,再配以极具刺激性的标语,让消费者陷入“胖=失败”的思维怪圈,进而为“速瘦”付出金钱与健康的双重代价。

这些焦虑营销行为通过贬损“胖”的形象,将“瘦即正义”的错误价值观植入社会认知,给肥胖者带来沉重的心理压力。同时,这种行为还涉嫌违反相关法律法规。比如,有的商家以“平台期突破套餐”“巩固期疗程”等名义诱导消费者持续消费,巧妙规避医疗广告监管,以“个案效果因人而异”为借口,逃避广告法中虚假宣传的认定。

除了焦虑营销,伪科学话术也是减肥陷阱的“杀手锏”。众多机构借助“脱水疗法”制造短期体重下降的假象,比如流行的“涂油甩脂”,实则是通过排汗使身体水分流失,一旦补水体重便会迅速反弹。还有一些商家推出“用电磁能量仪调节生物电场”“用智能纤体热灸仪击破燃分解脂肪”等所谓的减肥奇术,其实是用伪科学话术对普通热敷、按摩项目进行包装,误导消费者为“黑科技”买单。

治理减肥市场乱象需多方协同发力。相关部门应加大监管力度,提高行业准入门槛,规范商家的宣传和经营行为,对违法违规行为予以严惩。同时,要加强宣传教育,提高消费者的辨别能力,引导消费者树立正确的健康观念和消费观念,避免被商家的虚假宣传所迷惑。消费者也应保持理性,不盲目追求快速减肥,用科学健康的方式管理好体重。

体重管理是一项关乎全民健康的重要行动。只有规避、填平上述陷阱,让减肥市场回归理性,体重管理才能落地生根,为人们的健康保驾护航。

北疆观察

## 评论

## 聚焦需求升级激活消费澎湃动能

◎袁宝年

增强消费能力,改善消费条件,创新消费场景,让消费热起来、人气旺起来,能够为经济增长注入持久动力,还能够提升人民群众生活品质,为内蒙古培育新动能、融入新发展格局提供有力支撑

入持久动力,还能够提升人民群众生活品质,为内蒙古培育新动能、融入新发展格局提供有力支撑。

提振消费是推动经济持续回升向好、提高人民生活水平的必然要求。2024年,内蒙古汽车、家电、电动自行车、家装厨卫以旧换新4.4万台(件),核销补贴资金37.3亿元,累计带动消费300多亿元,惠及群众超百万人次。这不仅反映了消费市场的活跃,更彰显了消费升级的巨大潜力。今年以来,内蒙古以“消费提振年”为主题,大力实施提振消费专项行动,扩大家居、家电类产品补贴政策面,优化补贴流程。同时,以“活力内蒙古·乐享消费”为主题,

突出重点时段,聚焦重点品类,联动线上线下,组织开展形式多样、人民群众喜闻乐见的促消费活动,指导盟市打造“惠购青城”“约惠鹿城”“暖城乐购”等品牌活动,进一步激活消费市场的“一池春水”。

随着人民群众生活水平的提高,消费需求日益多元化,对消费品质的要求也不断提升。以高质量供给创造消费需求、引领消费升级,是全方位提振消费、推动经济高质量发展的必由之路。内蒙古加快培育新型消费,大力发展首发经济,支持企业举办首发首秀首展活动,开设高能级特色首店,正是积极顺应消费需求升级的趋势,找准了优化消费供给体系、激发市场活力的关键钥匙。

近年来,消费者需求在不断变化,消费场景也在不断发展和演变。创新多元化消费场景,对促进消费提质升级、更好满足人民美好生活需要具有重要意义。当前,数字、绿色、智能等新型消费的发展为消费场景的创新提供了广阔空间,但在提振消费的过程中也应注重加快推动数字技术与实体经济的深度融合,利用云计算、大数据、人工智能等先进技术,打造线上线下融合的消费新场景,提升消费者的生活品质和体验感。

消费兴则经济兴,消费活则全局活。提振消费是一项系统工程,需要政府、企业和社会各界共同努力。以坚定的决心、有力的举措,全力激发消费潜能优势,让消费这驾“马车”跑得更快更稳,让广大人民群众在消费升级中享受更多获得感和幸福感,内蒙古闯新路进中游的步伐必将更加稳健。

辣语

近日,工信部正式发布GB38031-2025《电动汽车用动力蓄电池安全要求》(以下简称“新国标”),将于2026年7月1日实施。新国标首次提出因内短路发生热失控后不起火不爆炸的要求,被称为“史上最严电池安全令”。

——据《新京报》

**锐评:**最严电池新规来得好!新国标的推出,对提升乘员人身安全有着重大意义,也从政策层面倒逼车企和动力电池企业多在研发上下功夫。

随着“露营热”持续升温,越来越多市民游客选择在周末或假日走进自然,在山林、湖畔、草坪等地搭建帐篷、烧烤聚会,追求“诗与远方”的美好体验。然而,在这场露营浪潮中,一些不文明行为频频上演,带来了环境破坏和安全隐患。于是,“无痕露营”的理念被越来越多人所推崇。

——据《湖南日报》

**锐评:**大自然馈赠我们以清风、绿野与星空,我们回馈它的不应是垃圾与伤痕。践行“无痕露营”理念,让露营更可持续,让美景永驻人间。

近日,江西师范大学继续教育学院发布通告,取消罗某等75人2025年上半年成人学士学位申请资格,原因是其毕业论文文字重复率超过50%,被认定为不合格。虽然被取消资格的75人,在该校申请成人学士学位的四五千人中占比不高,但这一决定依然具有标志性意义——成人教育进一步提升质量和标准,严守学术与诚信规范。

——据《中国青年报》

**锐评:**成人教育不能成为学术监管的“盲区”。守住成人教育的底线,既是为了让努力的人得到应有的回报,也是为了拓宽这条让人可以“再出发”的教育路径。

听过“拒绝上学门诊”吗?北京儿童医院挂号系统内,“拒绝上学门诊”的一周号源显示全满。北京儿童医院是我国最早一批开设儿童心理门诊的三甲医院,去年6月医院从原来儿童心身医学科的基础上,单独分出了一个“拒绝上学门诊”,门诊开设10个月,接诊近一万人次。火热的需求和庞大的数字,令人担忧。

——据《光明日报》

**锐评:**解决“拒绝上学”难题,还需多方努力,只有摸清孩子为什么不想去上学,才能有的放矢,有针对性地解决问题。

传统观念中,身穿“白大褂”的科研精英与身穿“红工装”的一线技工,两个群体间的工作交集并不多。但就在近日,中国石油渤海钻探公司井下技术服务分公司首席技师赵增权收了一个38岁的博士徒弟王方祥,成为公司首个“博导”。拜师后,两人强强联手,发挥各自优势,携手开展攻关创新,推动生产效率大幅提高。

——据《工人日报》

**锐评:**首席技师当“博导”,激励技能人才更有作为。期待更多企业打破学历门槛,更多院校敞开技能大门,让“红工装”与“白大褂”携手同行、共创新篇。

在山东青岛团岛农贸市场,鲜活虾蟹即买即做,轻松实现“海鲜自由”;在云南昆明水花野生菌市场,蹲在摊前辨识根茎还裹着泥土的鸡枞菌……当下,一些年轻人的旅行关注点,从景区门票转向何时菜价,菜市成了新的“城市会客厅”。

——据《人民日报》

**锐评:**风景不只在山川湖海,也在柴米油盐、瓜果蔬菜中。把生活美学融入街头巷尾,用民生关怀沁润人心,在菜市场里感受城市味道。

画里有话



## 严查违法广告

市场监管总局近日印发《关于维护广告市场秩序 营造良好消费环境的通知》,在全国开展广告市场秩序整治。今年将严查“神医”“神药”广告、食品广告疗效化宣传、保本无风险的金融理财广告、职业技能培训类违法广告、互联网违法广告等,切实守护消费者合法权益。

新华社发 朱慧卿 作

洞见

## 执文化之笔绘产业新篇

◎周荣光

各民族特色文化保护传承和开发利用,让民族特色焕发新光彩的同时,助力产业发展和群众增收。曲棍球赛事带动当地餐饮、住宿、演艺等多业态发展,蒙古族刺绣产业化发展开辟就业新空间……实践证明,文化传承完全可以在群众增收“双向奔赴”。

牧民通过一针一线鼓起腰包,当手艺人凭借传统技艺获得尊重,当一间桦皮坊一年吸引5万多人次体验,文化传承也便有了最持久的内生动力。

文化产业的可持续发展,需要兼顾生态环保。从刺绣产业的落地转化,到桦皮资源的科学利用,再到曲棍球竞技人才的团队培养,内蒙古传统技艺的发展始终与生态理念同频共振。

林业部门科学规划桦树采伐,手艺人创新使用库存桦皮,设计师将边角料再造为文创饰品,桦皮坊实现“零废弃”生产。

当体验者在这里触摸文化脉络时,他们参与的不仅是一场精彩的手工实践,更是一次生动的生态环保教育。

传统文化既承载着传承的使命,也潜藏着发展的机遇。做好传统文化的创造性转化,就能打造更多经济增长新引擎。期待更多地区执文化之笔绘发展新篇,把传统技艺转化为富民产业,把文化资源转变为经济来源,实现文化传承与民生改善的双赢。

一线·观点

## “出摊办公”解锁便民新场景

◎王颖

“以前办业务得跑社区,现在社区把服务送到家门口,太方便了!”近日,乌海市海勃湾区海北街道黄河社区居民惊喜地发现,社区工作人员在小区内摆起了“流动办公桌”,开启了“出摊办公”服务模式。

年检认证、医保缴纳、就业登记等业务面对面办理,下水管道堵塞、杂物乱堆乱放等问题在家门口登记处理……别出心裁的“出摊办公”,看似只是社区工作人员多走了几步路,换了个场所办公,实则变“坐等”为“靠前”,实现了为民服务从“被动应对”到“主动作为”的转变,受到了辖区居民们的点赞和好评。

社区是居民生活和城市治理的基本单元,也是提供基本公共服务的重要载体。随着生活水平的不断提高,人民群众对社区服务的内容覆盖、服务水平、服务模式提出了更高要求。社区只有顺应人民群众对美

好生活的需要,不断创新服务模式、提升服务质量,才能实现居民需求与社区服务的有效对接,真正做到居民有需求、社区有服务。

社区连着千家万户,社区服务要从居民需求出发。社区工作人员只有主动作为,沉下去了解居民的所需所求,并及时解决群众的问题难处,才能把服务做到群众心坎上。从“坐等上门”到“出摊办公”,这一创新模式,不仅提升了服务的精准性,也提高了居民的幸福感、获得感,更为其他社区提供了宝贵经验和借鉴。

聚焦民生问题,全力以赴解决群众的急难愁盼,不断把惠民的事办实、暖民心的事办细、解民忧的事办好,是每一个社区义不容辞的责任。继续挖掘居民实际需求,持续深化“出摊办公”模式,全力当好辖区居民的“娘家人”,让每一个日常难题、每一处生活烦恼都能更好地解决,社区定会成为城市中最美的风景。

发连锁反应,将带动激励更多人投身到爱心传递的行动中来。

事实上,这样的暖心之举在呼和浩特并不鲜见,这样的暖心故事就在我们身边上演:洗车店着火,七名快递小哥拿起网点的灭火器便奔赴火场;在白塔机场,护士张慧不顾骨折术后的疼痛,飞奔跪地完成心肺复苏和人工呼吸,成功挽救老人的生命;发现一名快递小哥晕倒在地,市民乔永福和王景文立即下车施救;道路中心百余米的护栏被大风吹倒,众人在夜色中合力扶起……

这种从个体自觉到群体共识的升华,这种从个体闪光到群星璀璨的蜕变,正是呼和浩特这座城市最生动的表达。凡人善举如同涓涓细流,汇聚成推动城市发展进步的强大动力,也为城市建设注入新的活力。相信在大家的共同努力下,呼和浩特这座城市将会变得更加美好、更加温暖。

## 凡人善举擦亮城市文明底色

◎王英

每个月请环卫工吃顿肉!这两天,呼和浩特一家饭店老板的爱心之举如同四月的春风,吹暖了万千青城人的心。

饭店老板表示,环卫工们起早贪黑不容易,自己只是力所能及地请他们吃顿肉而已,不足为赞。在物质条件富足的当下,一顿肉确实不稀缺,但这样的爱心暖行饱含着对环卫工人深深的敬意与关怀。这不仅仅是一顿饭,更是一份认可、一份尊重,让环卫工人在辛勤劳动之余,感受到来自社会的温暖与善意。

城市是人的城市,它的温度源于人与人之间真挚的情感交流与无私关爱。每一个生活在城市中的人,都是城市温度的传递者。每一个小小的善举,都能为城市增添一抹亮丽的色彩。饭店老板的行为,如同在城市发展长河中投入一颗石子,激起层层涟漪。它向社会传递出一种关爱他人、尊重劳动的积极向上的价值观念。这种价值观如同星星之火,在社会中引