

把虚拟世界搬进现实

主题婚礼正在成为95后的新选项

晓棠和阿远的婚礼是在一片草坪上举行的,宾客们走进婚礼现场的时候都愣了一下。

草坪入口立着手绘的“世界地图”,蜿蜒的路线从他俩“相识的那天”指向“今天”。仪式台背后不是鲜花拱门,而是一座纸板和木条搭成的“瞭望塔”,塔顶插着画有两人Q版头像的旗帜。迎宾区是一棵古树装置,树枝上挂满了木质许愿牌。

新娘穿着束腰短衫和皮质护腕,胸前挂着自制徽章,新郎站在她身旁,也是同样的装扮,一个小朋友拉着妈妈问:“这里是游乐园吗?”

这场婚礼,从一开始就没有打算按常理出牌。

从游戏搭子到人生伴侣

晓棠和阿远的相遇,要从一款冒险游戏说起。

两个人被系统随机匹配到同一支队伍,晓棠操作生疏,总是卡在同一个关卡过不去,阿远就打字教她走位,一局游戏打完,阿远发来好友申请,晓棠通过了。后来他们经常上线一起打游戏,从打字到开语音,从聊游戏副本攻略到聊各自的生活。在手机上交流半年后,两人决定线下见面,结果发现住在同一个城市。游戏里的冒险,就这样慢慢变成周末的徒步、爬山和自驾。

决定结婚时,两个人几乎没有任何犹豫就达成了共识:不找婚庆公司套模板。晓棠说:“婚礼不应该是一场模板化的表演,毕竟这辈子婚礼就只有一次,我们想把自己一路走来故事装进去,让来的每个人都感觉到这是一场特别的婚礼。”

于是就有了这场“冒险营地”主题婚礼,从手绘地图到纸板瞭望塔,从自制徽章到许愿牌,每一个细节都是两人亲力亲为,就像两人曾经一起在游戏里开荒,一步一步探索,一点一点搭建,最终把虚拟世界的想象搬进了现实。



所有人一起找戒指

婚礼当天没有请司仪。阿远自己拿起话筒开场,“欢迎大家来到冒险营地,今天的任务只有一个——吃好喝好玩好。”仪式上最热闹环节是找戒指。戒指没有让伴郎伴娘送上来,而是藏在现场某个角落,需要所有人一起找。晓棠手绘了一张简易地图,剪成几块碎片,分别交给不同桌的亲友。朋友们凑在一起拼图、猜位置,长辈们一开始不知道发生了什么,后来也跟着讨论线索,玩得不亦乐乎。

最后是一个小女孩在古树模型后面找到了戒指盒,她捧着盒子一路小跑上台,交换戒指的那一刻,晓棠眼眶红了。台下坐着的,是专程从外地赶来的大学室友,是当年一起开黑的游戏搭子,是看着他们一路走来的至亲挚友,这一刻,最重要的人都在身边。

晓棠的婚礼宴席也没有按照常理出牌,他们准备的是自助餐,长桌上摆

着中餐、西餐,还有甜品,在酒水上准备了饮料和梅见青梅酒,没有模板化的大规模宴席,大家想吃什么,想喝什么都可以自己选择。

这场婚礼没有一圈又一圈的敬酒任务,晓棠和阿远一人端着一杯青梅酒,走到每桌前和大家碰杯闲聊。在这张桌子上,一家人喝的酒,不是考验酒量的社交工具,而是一家人可以共享情感的酒。

重要的人在身边

晓棠和阿远的婚礼结束后,照片被发到网上,很快引来了广大网友们的评论。有人追问瞭望塔怎么搭的,有人求手绘地图教程,更多人说:“这简直就是我理想中婚礼的样子。”

其实,这场冒险营地婚礼并非孤例。新华网报道指出,当90后、00后成为结婚主力军,这届新人正用五花八门的创意爆改婚礼——从新中式凤冠霞帔、二次元动漫角色复刻,到赛博

朋克灯光装置、剧本杀互动仪式,婚礼正在从标准件变成私人订制。《2025年Z世代婚礼态度洞察报告》显示,超过60%的新人认为婚礼不仅是两个人的结合,更是自我表达的重要时刻;主题化婚礼策划订单量占比在2025年已达到28%,较2022年提升了15个百分点。

从游戏搭子到人生队友,从虚拟世界的组队开荒到现实世界的一砖一瓦搭建营地——晓棠和阿远的故事,正是这一代年轻人对婚礼最真诚的理解:婚礼不是演给别人看的戏,而是与生命中最重要的人分享喜悦的时刻。

那天的伴手礼卡片上写着一句话:最好的通关,不是副本难度有多高,而是有人愿意陪你从头走到尾。

人生百味,自在就好,重要的人都在身边,重要的时刻被见证,至亲挚友都在身边,不用担心被冷落,不用害怕被遗忘,这或许就是婚礼最本真的样子。 □ 来源:周口日报

不断推动沪滇协作走深走实

(上接1版)会上,崇明区与临沧市各县区签订2026年东西部协作项目协议。

代表团来到沧源自治县勐角乡勐甘村立新自然村,近年来,在沪滇协作项目支持下,立新自然村启动民族团结示范村建设,通过提升人居环境、改善公共空间,不仅解决了村民出行难问题,建成了特色民族村落群,还为茶叶、蜂蜜等特色农产品打开了面向市场的展销窗口。吕晨飞边走边看,详细了解村庄规划、农民增收、农文旅融合发展等情况,指出要进一步整合周边资源,吸引更多市场主体参与,推动“美丽资源”转化为“美丽经济”。

在耿马自治县人民医院,代表团

听取医院建设发展情况,看望我区援临医务人员。自建立帮扶关系以来,崇明区与耿马自治县持续开展医疗人才合作交流,每年选派2名骨干医生驻点帮扶,开展临床带教、技术帮扶和学科援建。吕晨飞与援临医务人员、当地医生亲切交流,表示医疗帮扶要更有针对性,更加突出上海优势学科与临沧薄弱学科匹配对接,帮助培养更多业务骨干,打造“带不走的队伍”。

作为沪滇产业协作的典型,由崇明牵线引进的耿马绿赛可新材料(云南)有限公司于2019年6月在耿马自治县成立,公司以制糖副产品“甘蔗渣”为原料,通过植物纤维改性技术,生产可降解环保餐具及包装材料,产

品涵盖130多个品种,主要出口欧美国家,带动当地近600人就业。吕晨飞饶有兴致地询问企业生产经营情况,指出产业协作是东西部协作的重要支撑,要发挥上海在技术、资金等方面的优势,用好“16+16”重点园区共建机制,找准产业协作合作点,实现以产业带就业、促发展。

在镇康县工业园区,代表团调研了哈里咖啡加工厂项目,该项目依托沪滇资金建成3条年产咖啡制品总量1000吨以上的精深加工生产线,以及咖啡体验馆、产品体验展示中心等,由上海企业运营,年产值5000万元。吕晨飞表示,咖啡产业作为临沧的特色优势产业,要进一步帮助临沧延伸

产业链条,提升产品附加值,推动临沧咖啡从“原料输出”向“产品输出”转型升级。

代表团来到双江自治县沙河中学,沙河中学“崇明楼”由崇明区援建,项目的建成,有效解决了当地学生学习用房不足的状况。看到崭新的教学楼,吕晨飞指出,教育是百年大计,改善学生就学环境是办好人民满意的教育的重要前提,要持续着眼对口地区社会事业发展需求,对接更多优质教育资源,让更多临沧学子通过教育走出大山、成就梦想。

代表团还前往沧源勐角乡翁丁村农产品交易服务站、耿马勐撒镇精制茶叶标准化加工车间等地调研。

区委常委、统战部副部长龚伟,副区长宋学梅;临沧市委常委、副市长樊冲,副市长李丕明参加相关活动。

追求减重效果 须谨慎对待药物

今年全国两会期间,国家卫生健康委员会主任雷海潮提及体重管理,减肥再次成为很多人关注的健康热词。近年来,司美格鲁肽等药物颇受减重人群关注,此类药物是否安全有效?适合哪些人群?

浙江大学医学院附属邵逸夫医院内分泌科主任周嘉强介绍,司美格鲁肽是一种胰高血糖素样肽-1(GLP-1)受体激动剂,能促进胰岛素分泌,降低血糖;还能作用于下丘脑食欲调节中枢,延缓胃排空,降低饥饿感,从药理来看,确实具有减重作用。目前市面上有降糖版和减重版两种司美格鲁肽,降糖版适用于成年2型糖尿病患者血糖控制;减重版适用于成年患者在控制饮食和增加体力活动的基础上的长期体重管理。

周嘉强介绍,在目前获批减重药物中,司美格鲁肽的效果较为显著。在临床试验中,每周接受司美格鲁肽逐渐递增至2.4毫克注射治疗68周的参与者,平均体重下降约16%—18%。但减重效果存在个体差异,要看体重基数,且药物需要坚持使用。临床试验表明,停药后体重会出现明显反弹,多数患者会在停药数月半年内,反弹用药减重的一半及以上。

健康人群如果单纯为了减重使用该药物,可能导致严重营养不良、肌肉过度流失、乏力、头晕、脱发,甚至诱发进食障碍等。许多使用过司美格鲁肽的人反馈,使用后出现恶心、呕吐、腹泻等副作用,多与胃肠道相关且反应因人而异;严重的副作用与风险包括胰腺炎、胆囊疾病、甲状腺C细胞肿瘤风险等,因此在使用过程中要密切观察。

司美格鲁肽属于处方药,必须凭执业医师开具的处方才能获取。近年来有不法分子嗅到商机,在无资质药房非法生产含司美格鲁肽的注射液。周嘉强提醒,正规医疗机构的专科医生在对患者进行全面评估(包括病史、身体质量指数、血糖、肾功能、甲状腺、并发症及合并症等)后,才能开具处方,用药人群要在具备资质的正规药店购买,并接受药师用药指导。

面对市面上形形色色的“减肥药”,周嘉强提醒,要警惕夸张宣传,所谓“不节食不运动”“纯天然无副作用”等,基本都不可信;购买时一定要核查批准文号、认清处方药身份,任何无需处方就能轻松买到的“减肥针”“减肥药”,安全性都无保障;更要警惕“西布曲明”“芬氟拉明”等违禁成分。“真正的健康来自对身体的尊重、对科学的信任,也在于专业指导下持之以恒地自我管理。”周嘉强说。

□ 来源:人民日报

我国钠离子电池 取得重大突破

4月6日,中国科学院物理研究所胡勇胜团队在《自然·能源》发表重磅成果:该团队成功开发出一种具有自保护功能的可聚合不燃电解质(PNE),全球首次在安时级钠离子电池中实现彻底阻断热失控。

该团队打破了“阻燃电解质等于安全”的传统认知,跳出单一防线,构建了“热稳定性—界面稳定性—物理隔离”三位一体的智能安全防护体系。当电池温度异常升高至150°C以上时,PNE会自动由液态固化为致密屏障,犹如在电池内部筑起一道“智能防火墙”,彻底切断热失控的传播路径。值得一提的是,这一突破并未牺牲电池的高性能表现。该电池兼具极好的宽温性能(-40°C到60°C)和耐高压稳定性(>4.3V),且材料均为成熟的工业化产品,具备极高的产业化竞争优势。这一成果刷新了人们对电池安全的认知,为钠离子电池在电动汽车、重型卡车、大规模储能等领域的商业化落地奠定了坚实基础。

□ 来源:中国汽车报网

“五一”假期崇明旅游消费双丰收

(上接1版)水上运动、星空露营、萌宠互动、非遗手作、艺术展览等新潮玩法轮番上线,乡镇特色节庆活动亮点纷呈。竖新镇潮宠嘉年华、新海镇露营嘉年华、堡镇丁坝夜市等活动,吸引大量游客前往打卡,构建起“全域联动、特色鲜明、体验丰富”的文旅游玩格局,让游客沉浸式感受崇明生态之美与人文魅力。

假期期间,海岛住宿市场同样热度不减。各大宾馆酒店量身打造非遗体验、篝火音乐节、主题度假套餐等个性化服务,星级精品民宿推出菜园认

领、非遗美食制作、田园手作等特色项目,全方位提升住宿游玩体验。全区宾馆酒店、星级精品民宿出租率稳步上涨,高品质住宿产品备受游客青睐,家庭游、团体游客纷纷选择入住民宿,尽享田园野趣与慢生活。

文旅活动的火爆为崇明消费市场注入了源源不断的活力与动能。

“五一”假期恰逢第七届崇明“五五购物节”火热开启,全区紧扣“缤纷55购在崇明”主题,打造多元消费场景,推动文商旅体展农深度融合,假日消费市场亮点频现,新兴场景成为拉

动消费的新引擎。

核心商圈与乡村商业载体联动发力,推出形式多样的促消费活动。崇明万达广场聚焦海岛生活主题,举办市集、体育赛事、消费满减等活动,汇聚海量客流;中樱广福里、东滩新天地、崇明M515等新兴消费场景,依托赛事引流、场景创新、业态升级,推出特色体验活动与惠民消费举措,吸引市民游客驻足消费。

5月2日至3日,2026上海乒乓球嘉年华混合团体冠军联赛崇明区选拔赛首次走进中樱广福里商圈,商户积

极参与体育赛事“一票回本”票根联动促消费活动,推出票根抵用、买赠打折等惠民举措,借助赛事热度吸引大量市民游客到场观赛并就地消费。“五一”假期期间,中樱广福里商户日均销售额环比增长33%。

同时,崇明深挖本土非遗资源,推动非遗技艺与时尚消费融合,推出多款非遗文创新品,做强“崇明好物”品牌,通过线下市集、跨界合作、展区参展等形式,让本土特色好物走向更广阔市场。非遗体验、特色美食、文创购物等多元消费业态相融,打造出一站式消费体验场景,进一步激发假日消费潜力,让崇明生态消费市场从商品消费走向全域消费。