

看看你读书达标了吗

重庆成年居民人均阅读纸质图书4.2本

重庆市成年居民综合阅读率(包括纸质阅读和数字阅读)为**92.03%**,较2021年的**91.96%**增长**0.07%**

重庆市成年居民日均综合阅读时长为**39.8分钟**,较2021年增长**1.8分钟**

重庆市成年居民人均阅读纸质图书**4.2本**,电子书**5.3本**,听有声书**3.6本**,平均阅读量为**4.76本**,较2021年增长了**0.07本**

重庆市全民阅读公共阅读推广活动平均知晓率为**81%**,平均参加率为**51.16%**,平均满意率为**54.3%**

重庆市青少年群体日均课外阅读时间**33.71分钟**,日均阅读时间延长与年龄的增长正相关

重庆青少年最爱的三本书分别是《稻草人》《昆虫记》《小王子》。调查显示,超六成青少年表示父母共同陪伴阅读不足,超七成的青少年对于AI辅助阅读呈接受的态度

记者赵欣整理 制图/曹启斌



4月17日,解放碑商圈,2024巴渝书市在此开市。市民徜徉在书海中挑选自己中意的书籍。

记者 齐夙森 摄/视觉重庆

重庆发布指南 预警“癌症信号”

本报讯 (新重庆-重庆日报记者 李珩)4月12日,2024年重庆市全国肿瘤防治宣传周启动仪式在渝北区举行。启动仪式上,重庆市癌症中心和重庆医科大学附属肿瘤医院联合发布了《重庆市居民常见恶性肿瘤筛查和预防指南(2024版)》(以下简称《科普指南2024版》),与以往版本不同,《科普指南2024版》在原有25个癌种的高危人群、筛查建议的基础上进行了升级,新增了“预警信号”部分,帮助民众识别日常生活中身体发出的“癌症信号”。

癌症不再是绝症

近年来,我国恶性肿瘤发病率和死亡率不断上升,已成为严重威胁我国居民健康的主要卫生问题之一。2022年,重庆市新增恶性肿瘤确诊病例10万例,报告死亡病例超过5.7万例,总体呈上升趋势。发病前10位的恶性肿瘤依次是肺癌、结直肠癌、肝癌、乳腺癌、甲状腺癌、食管癌、胃癌、宫颈癌、脑及神经系统肿瘤和淋巴瘤。

但在医学不断进步的今天,癌症已不再是人们传统认知中的绝症。重庆医科大学附属肿瘤医院院长徐波表示,癌症实质上已成为一种可预防、可筛查、可治疗的慢性疾病,其发展大多需要数年时间,这为我们提供了预防和控制的机会。

世界卫生组织也明确指出,至少三分之一的癌症是可以预防的,三分之一可以通过早期发现,三分之一可以通过早期发现,则完全有可能得到根治。“预防为癌症控制提供了最具成本效益的长期策略。”徐波说,对于高发癌症如肺癌、乳腺癌和甲状腺癌,如果能在早期发现和规范治疗,患者的五年生存率可达90%以上。通过早期诊断和治疗,仍有可能在癌前病变阶段及时发现并治愈它。

身体的某些预警信号不容忽视

《科普指南2024版》新增了“预警信号”部分,帮助民众识别日常生活中身体发出的“癌症信号”。

重庆医科大学附属肿瘤医院肿瘤内科主任李咏生表示,多数癌症早期无特异性表现,但身体出现的某些“预警信号”不容忽视。这些信号可能包括:身体浅表部位出现的异常肿块;体表黑痣和疣等在短期内色泽加深或迅速增大;身体出现硬咽感、疼痛等异常感觉;皮肤或黏膜出现经久不愈的溃疡;持续性消化不良和食欲减退;大便习惯及性状改变或带血;持久性声音嘶哑、干咳、痰中带血;听力异常,流鼻血,头痛;阴道异常出血,特别是接触性出血等。一旦出现这些症状,应及时到正规医院进行检查,以明确罹患癌症的可能性。

科普指南新增预警信号,市民可自查

由重庆市肿瘤防治科学传播专家团47名专家编制的《科普指南2024版》在更新内容时,不仅结合了重庆地区的实际情况,还从普通民众的角度来编写内容。“该指南从高危人群、预警信号和预防筛查三个方面入手,以简洁、权威且易懂的语言普及防癌抗癌知识,是公众识癌防癌的‘口袋书’。”徐波表示,市民可依据个人实际情况,对照指南中的高危因素,警惕各种癌症的危险信号,并积极参与癌症筛查,从而有效预防和控制大部分常见恶性肿瘤。

中对网上书店的使用率最高。居民对公共阅读服务设施平均满意率为61.1%,对经营性阅读服务设施的满意率为64.12%。

重庆青少年最爱这三本书

本次调查设计了针对重庆青少年的专项阅读调查评估,问卷采用《重庆市青少年阅读综合评估指标体系》中的相关维度,重点围绕重庆青少年范围青少年“爱读书、读好书、善读书”三个方面来展开,从阅读的兴趣、时间、时段、场所、目的、选择、偏好、能力、方法、媒介等多个维度进行调查。

报告显示,2023年重庆市青少年群体日均课外阅读时间33.71分钟,日均阅读时间延长与年龄的增长正相关。其中小学1—3年级阶段最低,26.68分钟;小学4—6年级阶段33.94分钟;初中阶段36.63分钟;高中(中职)阶段最高,40.77分钟。青少年群体上学期间人均阅读纸质课外书6.88本,人均家中拥有纸质图书36.32本。

青少年阅读最主要的原因是丰富知识、开阔眼界,其次是个人兴趣。不过,值得注意的是,本次调查显示,青少年群体阅读兴趣评分3.55(满分5分),未来一年青少年的阅读意愿3.84(满分5分)。从数据来看,青少年群体阅读兴趣和阅读意愿处于相对较高水平,内在动力强,但仍有较大提升空间。

2023年重庆青少年最爱的三本书分别是《稻草人》《昆虫记》《小王子》。影响青少年购买课外图书的最大因素是书名或内容简介,其次是畅销榜单。青少年阅读偏爱语言文学艺术类、综合性图书类、文化科学教育体育类图书。最感兴趣的阅读主题是征文、书画、演讲、朗诵活动、亲子共读、师生共读等。

超六成青少年称父母陪伴阅读不足

报告显示,青少年认为老师对课外阅读习惯的影响最大,其次是父母、同学。需要特别提醒广大父母注意的是,超六成青少年表示父母共同陪伴阅读不足,妈妈陪伴显著高于爸爸陪伴。妈妈陪伴阅读占比28.1%,爸爸陪伴阅读占比7.8%,父母偶尔陪伴阅读占比43.3%,父母几乎不陪伴阅读占比20.8%。倡导家庭陪伴阅读应当作为促进青少年阅读的重点工作。

有意思的是,超七成的青少年对于AI辅助阅读呈接受的态度,已使用AI辅助阅读的青少年对“AI能帮助快速了解图书内容、写作背景、图书评价等方面的信息”的作用认同度最高。

报告还对当下青少年对红岩精神的了解进行了调查。结果显示,他们最愿意了解红岩精神知识的方式是书籍、电影和网络,最不喜欢的的方式是讲座。

当一座城在阅读中走向辽阔



新重庆-重庆日报评论员 王瑞琳

世界太大,脚步太短。如果你难得远行,书就在那里,为你保留着通往世界的坦途。四川说,每个人的生活都是有限的,阅读能让我们跨越这些看不见的范围和边界。是的,脚步无法丈量的地方,文字可以;目光无法触及的过往,文字也可以。在有限的生活里,能带你我越过限制、走向辽阔的,是阅读。

4月,是温暖的时节、阅读的时节。一年一度,我们思考阅读的意义。阅读,无疑是一件很私人的事,每个人都有自己阅读的方式和体验;阅读,也是一种公共文化行为,联合国《图书宪章》第一条就明确,“每个人都有阅

读的权利”。

当一个人选择在阅读中走向辽阔,这意味着他选择了知识体系的完善、文化视野的开拓,又或许,是精神困境的突围、思想高度的攀升。

对于很多人来说,阅读和吃饭一样重要。不多读、多思、多学,感受就会迟钝,内涵就会见底,思维就会僵化。有人说,“要在阅读中把自己打开”。打开,把自己打开,在书中与人类智慧、古今中外链接,这是阅读赋予人的“超能力”。

被这种“超能力”武装的人,在面临现实难题时,可能依旧无计可施,但一定不会无所适从。正如姜家所言,读书不是向外的利器,而是回家的路。阅读教会你我的,是如何于纷繁复杂之中保持宁静,如何在向外探寻中学会向内求索。

当一个人开始向内求索,构筑起稳固的

精神世界,就会发现真正的辽阔。《读》一书中,有张照片叫《废墟上的阅读者》,它呈现出这样的场景:1940年,战火纷飞的伦敦,在一座图书馆的残垣断壁间,三位读者静立其中,选书、读书——看,即使在最绝望的日子里,阅读依然是一种坚定的选择,也彰显着人格的高贵与笃定。

今天,阅读更多发挥着修身养性的作用,扮演柴米油盐之外的“诗和远方”。对于一座城市而言,追求人文立城,就需要涵养人居生活的诗意,鼓励人们在阅读中寻觅远方。有人翻书,是一座城市最美的样子,也是她的生命力之所在。

上个月,重庆轨道交通6号线上,一位挑菜筐的“行吟诗人”火了。这位菜农在回家的路上,途经洪崖洞,面对壮丽夜景从容吟诗一首。他只有初中文化,却嗜书如命,认为生活因阅读而幸福,“只有读书的人才

能明白读书的快乐”。

重庆,爱书之人不绝。2023年,重庆全市开展基层阅读活动超8000场次,活动参与人次超1300万。4月,是法定的重庆市全民阅读月。就在昨天,“近悦远来·书香重庆”2024巴渝书市正式启动,此次书市的规模为历届活动之最,将为市民送上一场文化盛宴。

“近悦远来,归如流水”,又何尝不是山城在阅读中走向辽阔的写照。城市气质的涵养,取决于无数个体的行为选择,而全民阅读就是塑造社会风尚的途径。以阅读滋养一座城的浩然精神,同时也是在丰饶她的文化事业、浸润她的文化底色,传承她的文化品格。

赫尔蒙·黑塞说,“世界上任何书籍都不能带给你好运,但是它们能让你悄悄成为你自己”。人生没有白走的路,也没有白读的书。四月正是读书天,读书不止四月天,趁春光正好,一起来读书吧。

黄子芸

近日,一段短视频引发热议:火车卧铺车厢里,一位阿姨吐槽在下铺挂帘子的年轻人,称其不让一位70岁的老人坐下,呼吁大家都来“评理”。

来“评理”的网友,没有站在这位阿姨一边。有人认为,购买了下铺就有使用权,不该被“道德绑架”;还有人认为,“不是谁拍视频谁有理”。

对此,铁路12306客服回应,“没有明确规定不能使用围挡,不影响其他旅客情况下可以使用,但需要跟各位旅客协商好。”可以看出,铁路方面也并不支持这位阿姨的诉求。那问题出现了,怎么解决? 丢给旅客自行协商。怎么协商? 谁来协商? 协商没用咋办? 旧的问题还没解决,新的疑惑又来了。

笔者认为,在这场“下铺挂帘”之争中,不必将两代人对立起来,但和稀泥也解决不了真问题。一方面,这一争议所凸显的,是公共意识和个体意识的观念碰撞;另一方面,火车卧铺车厢座位少的问题由来已久,“下铺不能挂帘”的根本矛盾是“非下铺乘客坐哪儿”。

第一层,观念摩擦的润滑剂是相互尊重与宽容,这需要寻找情、理、法的平衡。遵守规则,是人身处公共场所的底线,无论是哪个群体,都应该具备规则意识。当然,各守“本分”并不意味着不讲“情分”,互相之间有些沟通、少些利己总不是坏事。不过,一旦某一方侵害了对方的合法权益,就必须受到惩治。

第二层,破解此事中座位的供需矛盾,主动权在于铁路部门。诚然,改造车厢增设固定座位暂不现实,但提供便携式折叠椅等方式,也不是扩大座位供给的可行思路吗? 同时,铁路方面不妨结合大数据,在售票时就优先为老、弱、病、残、孕等群体提供下铺,别让矛盾在开车后升级为冲突。

“下铺挂帘”之争,可能并非孤例,它在现实中还将以其他不同形式继续出现。这在提醒提供公共服务的部门,服务要力求更加精细化,多考虑不同群体的需求和特点。尤其要提的是,在当前公共服务还无法令所有人都满意的情况下,人们不妨多拿出一些同理心,别弄伤了人情味。

(作者系西南科技大学学生)

在360碗美食中发现重庆故事



新重庆-重庆日报评论员 臧博

美食只是用来满足口腹之欲、味觉刺激的吗? 不是。刚刚结束的重庆旅游美食“渝味360碗”发布仪式,给出了清晰答案,也让人通过一次美食评选,解读出小碗菜后的大门道:原来,官方认证“盖戳”的地道美食,不仅是游客可以“闭眼选”的舌尖好物,还隐藏着许多吃以外的学问。

360碗美食里,有文旅与美食融合的故事。层层筛选,优中选优,综合考量,说到底是为了推介,让更多人跟着美食去旅行。南川泉水鸡、潼南太安鱼、开州大混蒸、梁平张鸭子……当一个个菜名与地方深度绑定在一起,美食就不再局限于一碟一碗、一桌一餐,而是与当地文旅紧紧捆绑在一起。在此前提下,要思考如何挖掘美食资源,保证美食IP含金量,让菜品的质量、特色、分量、价格都能击中消费者的心。讲好了舌尖上的故事,也就讲好了文旅美食的故事。

360碗美食里,有关于食品产业的故事。一道菜摆上桌,背后是原材料生产、加工、运输、销

售的一整条产业链。这些“一道菜一产业”的链条,或长或短,或简单或复杂。例如重庆老火锅,就是产业链长且复杂的代表。立得住、叫得响、卖得好的“渝味”美食,都如小小秤砣,稳住了产业链,也稳住了许多人的幸福生活。进一步寻找产业链交集合作的可能,结成规模更大、联系更密的产业网,将利好更多领域,成就“一碗菜带动千万家”的佳话。

360碗美食里,还有着重庆文化传承的故事。“了解一座城市,除了脚步的丈量,还有味觉的体会”,这是市文旅委再华章的感慨。去一个地方游玩,许多人喜欢“走一路吃一路”,只有真正的特色,才能让人记忆深刻、过口难忘。重庆美食,源于重庆的好山好水,凝结千百年的传承与改良。这让每道精挑细选的“渝味”菜品,拥有了独特的烟火烙印与文化特征。人们品尝着风格不同、味道各异的美食,也想象着它们一路走到餐桌上的过程。从这个层面来说,360道菜的文化故事,才刚刚被发掘,其背后的深刻内涵,值得更多人来讲述。

一道菜一个味道,一道菜一个产业,一道菜一个故事。360碗美食,承载着重庆人的情怀,讲述着重庆城的故事。期待更多人,用舌尖感受“渝味”,用味觉丈量城市,在麻辣鲜香的巴渝味道中,发现更多精彩的重庆故事。

“熟人推荐”不能侵害隐私



画/朱慧卿

王大爷最近有些纳闷:自己空闲时刷的养生视频,怎么内容都被儿女知道了? 据《法治日报》报道,部分App的“熟人推荐”关闭功能形同虚设,用户点赞过的内容、购买过的东西、观看过的直播等,都可能因平台推送机制,被好友和其他人知道。

点评:“熟人推荐”可以有,侵害隐私不能忍。治理该功能所引发的乱象,需要相关部门强化监管,进一步完善网络信息保护机制。平台尤其要遵纪守法,履行保护用户隐私的法定责任;用户感到被“熟人推荐”冒犯,也可以积极举报,维护自己不被“偷窥”的权利。

「下铺挂帘」之争暴露了哪些真问题