

家里积攒的纸箱、闲置的衣服不知道怎么处理?近日,记者走访发现,玉林城区一些小区内设置了垃圾分类智能回收站,扫码、开箱、投递、自动称重、实时结算金额,垃圾瞬间变现,居民对此表示赞赏。



一位居民带着孩子将矿泉水瓶投进智能回收箱。

## 垃圾分类智能化好方便——

# “吃”的是废品 “吐”的是金钱

### 玉林 70 多个垃圾分类智能回收站陆续启用

□本报记者 黄兰萍



垃圾分类智能回收屋里堆满了废旧物品。

当前,健康保健相关产品市场需求提速,不少80后、90后坐稳“养生C位”,扛起养生产品的消费大旗。年轻的“养生达人”一边疯狂熬夜“为自由”,一边囤积保健品“要保养”。这样的“危机公关”有多大用处呢?

#### 消费者: 吃保健品大多是“图个心安”

凌晨二三时,你发了一条朋友圈,感慨自己要变成“秃头小宝贝”。一会功夫,点赞区找到了一群“志同道合”的小伙伴。

“我熬的不是夜,是自由”,这个网络流行的段子形象描绘了当下很多年轻人的真实生活。

“根据日常规律作息的标准,超过23时因具体事务,如工作、学习、游戏等,在自愿或非自愿的情况下,仍未进入睡眠状态的现象,都算熬夜。”广西医科大学玉林校区、附设玉林卫生学校内科主治医师俸善美表示,熬夜对人的影响很大,包括大脑受损、消化功能紊乱、内分泌失调、视力下降、皮肤暗淡等。一旦经常性熬夜,伤害更大。

经历熬夜后,大多数人的身心作出反应,下意识想做点什么。此时,食用保健品成了首选,以达到“以形补形”目的。

午饭后吃维生素B、越橘精华,晚上吃叶黄素,这是80后陈欧(化名)每天在吃的保健品。她表示,因为自己高度近视,几年前就入坑了护眼明目类的叶黄素,“就是一种心理暗示吧,觉得吃了总比不吃好。”后来,她的保健品清单更长了,前一阵子还加购了钙片。

25岁的黄伊(化名)是一名美容师,白天工作强度大,觉得下班后的时间才属于自己,回到家会看剧、刷视频,有时哈欠连天了还不愿意休

#### 居民亲身体验“废旧物换钱”

近日,记者在玉东新区富林·双泉雅苑小区看到,一组绿色的箱子特别吸睛,将原本整洁的小区衬托得更加亮丽。箱子上面标注着“垃圾分类智能回收箱”,分设了纸类回收、金属塑料回收、纺织物回收3个投放口,并写有使用教程和提现流程。居民可以通过微信小程序扫码,待回收箱的仓门打开后,根据对应的投放口往里投递废品,回收箱会进行称重,并按照相应

#### 每天回收废旧物资约300公斤

在玉东新区奥园康城小区内,记者找到了一个垃圾分类智能回收屋,屋内的一架子上、地上放满了大大小小的袋子,主要以旧衣物为主。

“为了满足不同社区的多元化需求,垃圾分类智能回收站分为回收箱和回收屋。回收箱占地面积小,通过自动称重,在小程序上实时结算金额;回收屋占地面积相对要大一些,居民把废品放到回收屋,由工作人员收回

的价格进行计费后便能实时到账及提现,简单两步就能完成废旧物品的投递。

垃圾分类智能回收箱吸引了不少居民围观和体验。小区居民王成思成功注册了“邕易收”小程序,亲身体验了一回“废旧物换现金”的过程。

“自从看到小区有这个智能回收箱,我就鼓励孩子平时注意把空瓶子、纸箱等收集起来,趁着周末和孩子一

起拿下来投递。”王成思认为这种有偿回收服务很好,家里的旧衣服、纸皮、矿泉水瓶等不仅可以放到这里换成零花钱,也能让孩子通过收集废旧物品提高环保意识。

居民陈艳平时也有把不用的纸箱等废旧物品收集起来的习惯,她说:“以前我会把废品攒到一定量后再拿到废品回收店卖,时间一久,家里的角落里塞得到处都是废品。如今在自家小区内有了这么便捷的智能回收箱,不论废品是多是少,随时拿下来就能投放,这可太方便了!”

## 一边疯狂熬夜“为自由”,一边狂补保健品“要保养” 这样吃保健品,真管用?

□本报记者 林冬冬 实习生 宁春霞

息。“我每天都会吃维生素C、维生素B、葡萄籽等保健品,身边也有不少朋友是这样,大家还会相互‘种草’。”小黄表示,虽然感觉不出效果,但是心理上得到了安慰。

**建议:**

**保健品不能替代良好生活习惯**

记者登录国内几家知名的电商平台看到,保健品种类繁多且销量火爆,排名靠前的几款保健品的价格在几十元到上百元不等。面对消费群体的年轻化趋势,商家也纷纷在产品上发力,精准对标适用人群。

“每月花费一百两百元,自己也能承担,就坚持吃了。”黄伊说自己是“夜猫子”,抱着“吃保健品或许能回点血”的想法试试看。

那么,靠吃保健品真的能“回血”吗?

“保健品不能替代良好的生活作息习惯,而且保健品并不适合所有人。”俸善美坚持这一观点。

俸善美表示,消费者在选择一款保健品之前,必须要认真做好功课。“首先要明确是什么样的保健品,是偶尔补还是长期补,并不建议长期过度补充某一种营养。”她认为,养生首选非口服保健品的方式,吃保健品只能达到一定的调理作用,养成良好的生活习惯最重要。

“如果是因为工作无法避免熬夜,建议尽量在白天补觉,保证充足的睡眠。”俸善美表示,熬夜透支身体后,补充睡眠是最好的“回血”方式。



不少年轻人热衷于囤积各种各样的保健品。

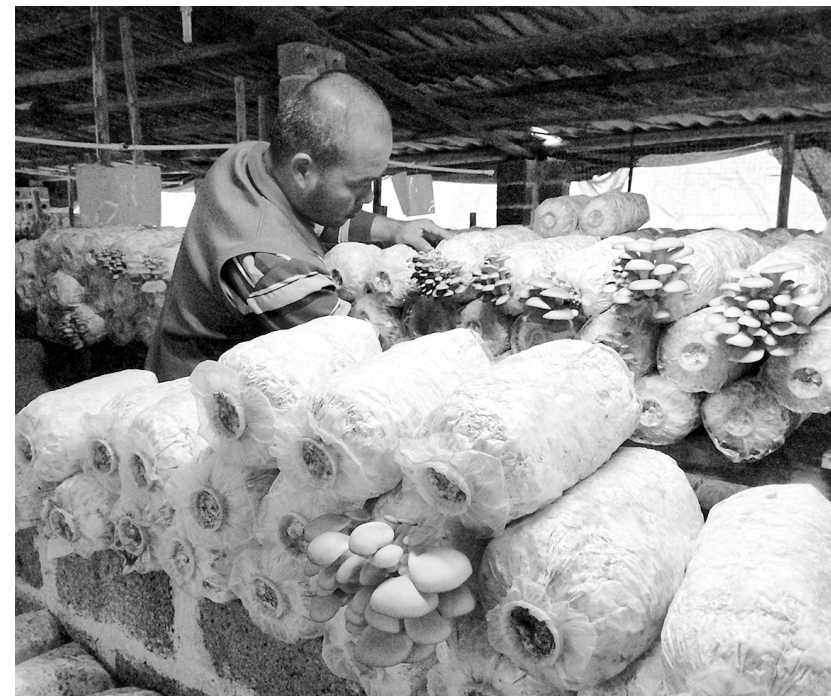
## 变废为宝 秸秆“长出”食用菌

**本报北流讯** 11月底,北流市大里镇古红村村民黄海家里栽培的食用菌平菇喜获丰收。一排排菌棒整整齐齐地摆放在闲置的房间、客厅、楼道、走廊的木架上,一朵朵平菇菌破袋而出,娇嫩新鲜、长势喜人。几个工人有的采摘,有的包装,有的搬运装车,准备送往玉林宏进批发市场。

黄海是一名退伍军人,在科技特派员指导下,他学会了平菇栽培技术,之后利用自己家中闲置的房间、楼道、走廊等种植平菇。平菇的菌棒原料为甘蔗叶、稻秆、豆腐渣等,将原料粉碎

后按一定比例经发酵形成营养料,装入加有5公分口径的塑料密封袋里面,再在接菌种箱接上菌种,20至30天即可出菇。

据了解,每5000公斤甘蔗渣、水稻秸秆废料可做5000个菌棒,成本约6000元,产菌5000公斤左右,也就是一公斤料可以产一公斤菇,如果种得好可以达到1:1.5的产出比。利用水稻秸秆、甘蔗叶栽培食用菌,不仅可以变废为宝,取得较好的经济效益,还可以降低秸秆的焚烧率,减少空气污染。(陈军 张海)



黄海在查看平菇生长情况。

## 容县 推进学校食堂无水厨房建设

**本报容县讯** 近年来,容县市场监管、教育等部门高度重视校园食品安全工作,严格落实食品安全“两个责任”要求,不断提升校园食品安全监管水平,全面实施“日管控、周排查、月调度”工作机制,按照“试点先行,重点突破,因地制宜,逐步推进”的原则持续推动学校食堂创建无水厨房(指食品处理区后厨地面干净整洁无积水),不断提升餐饮质量安全。

工欲善其事,必先利其器。加强食堂食品安全管理,须对食堂后厨进行规范。容县市场监管局会同县教育局因地制宜,指导学校从“厨房改造、定点清洗、规范运送、及时清洁、日常维护、加强培训”等六个方面对厨房进行升级改造。硬件上,通过采取使用内进内出的清洗池,调整天花板坡度,减少凝结水滴落;操作台设置挡水边,

置物架增设盛水托盘,有效控制水外流;软件上,加强员工培训,做到毛巾、拖把及时擦净,每天工作结束前,全方位清洁,让地面干燥不湿滑。

同时,通过“互联网+明厨亮灶”实现24小时全天监控,食品监管人员、学校师生都可以通过App做到网上实时监督,为师生“舌尖上的安全”筑牢防线。

据悉,容县高中、容县中学食堂无水厨房已通过上级初步验收。容县市场监管局将继续通过指导学校总结提升经验,组织召开全县校园食品安全工作(无水厨房建设)现场推进会,以点带面推广无水厨房,持续推进餐饮质量安全提升行动,积极促进校园食品安全持续健康发展。(何龙范 黄丽霞)

## 预防艾滋病母婴传播知识

- 一、什么是艾滋病病毒(HIV)、HIV感染者、艾滋病患者?**

HIV是一种逆转录病毒,它主要破坏人体的免疫系统。HIV感染者指已经感染HIV病毒但没有发病的人,无临床症状和体征,但HIV感染者携带有病毒,具有传染性,隐匿性强,是最危险的传染源。一旦HIV感染者的免疫功能降低到一定程度,而不能维持最低的抗病能力时,则会出现艾滋病相关症状和各种机会性感染,进而成为艾滋病患者。
- 二、HIV传播途径有哪些?**

1.血液传播。血液传播是艾滋病的重要传播方式,如果被输入含有HIV的血液,或使用了含有HIV的血液制品,比如跟艾滋病感染者共用针头,就有可能被传染艾滋病。

2.性传播。性传播是艾滋病目前最主要的传播方式,HIV存在于精液和阴道分泌物中。性生活可能会造成皮肤黏膜破损,HIV可以通过皮肤黏膜破损处,造成感染。

3.母婴传播。是指由感染了HIV的孕产妇在妊娠期、产时、哺乳期将HIV病毒传给孩子,也被称作垂直传播。
- 三、艾滋病母婴传播可以避免吗?**

尽管艾滋病的母婴传播不能完全避免,但通过早期筛查、诊断、及时药物干预,产时注意避免侵入性操作,为艾滋病暴露儿童提供治疗,可以极大程度减少艾滋病的母婴传播。
- 四、我国对HIV感染女性所生婴儿的喂养建议**

提倡人工喂养,避免母乳喂养,杜绝混合喂养。
- 五、艾滋病感染孕产妇所生儿童的早期诊断时间:**

1.出生后48小时和6周、3个月时抽血送HIV病毒核酸检测;

2.宝宝在12、18月龄随访筛查;进行艾滋病抗体筛查及必要的补充试验。
- 六、国家优惠政策:**

1.免费为孕产妇在孕期提供一次艾滋病、梅毒、乙肝两对半检测。

2.免费为艾滋病感染孕产妇抗病毒阻断治疗。

3.免费为艾滋病感染孕产妇提供病毒载量、CD4检测。

4.免费为艾滋病感染孕产妇所生儿童抗病毒药物治疗和随访至18月龄。

5.免费为艾滋病感染孕产妇所生儿童发放奶粉。

6.艾滋病感染孕产妇分娩补助1000元。