

玛纳斯县新农人胡邦建

直播带货为家乡的羊肉拓销路

□本报通讯员 赵善宾 谷雅萍 王富全



玛纳斯县包家店镇黑梁湾村村民胡邦建抢抓机遇、自主创业，借助直播平台，用直播带货的形式宣传和推广家乡的农畜产品。

“大家好，我是玛纳斯县包家店镇黑梁湾村的放羊娃胡邦建，咱们的羊个个花头白身白蹄子，膘肥体壮撒欢子……”近日，笔者见到胡邦建时，他正骑在马上直播卖羊肉，幽默风趣的直播风格让网友在购物的同时感受到了欢乐。

胡邦建今年49岁，2007年开始放羊，是黑梁湾村一位地地道道的牧羊人。胡邦建家里共养殖了350只细毛羊、6匹马、9头牛和100只鸡。为了扩展羊肉销路，2023年胡邦建下载了直播软件，开始学习拍摄短视频，记录并分享



近日，玛纳斯县包家店镇黑梁湾村村民胡邦建正在马背上直播卖羊。

□赵善宾摄

乡村生活。后来，在村干部和村里返乡大学生的帮助与指导下，他又学起了直播带货。闲暇之余，胡邦建就拿出手机进行直播，羊圈旁、摩托车上、马背上都

是他的直播间，身后的蓝天、白云和羊群成了他的直播间背景墙。“我想把家乡的羊肉宣传出去，让更多的人了解咱们家乡的美味羊肉。”胡邦建说。

胡邦建平时还会在直播平台发布一些关于乡村生活的短视频，他用视频记录下烤羊肉、放羊、喂马、喂鸡、种地、晒干豆角等乡村日常生活场景，以及在牧羊时看到的美丽自然风光。这些短视频不仅展现了乡村生活的真实面貌，也展现了家乡的美食美景，让更多人了解了黑梁湾村，促进了农畜产品的销售。

一年时间，胡邦建利用直播的方式不仅卖出了自家的200多只羊，还帮助村里其他养殖户卖出了200多只羊，销售额达20万元。“我养了140只羊，去年胡师傅帮卖了70多只羊，有8万多多元的收入。”黑梁湾村村民赵元文说。

如今，越来越多的人通过胡邦建的直播间知道了黑梁湾村的羊肉，福建、上海、天津等地的网友都通过他的直播间购买羊肉。下一步，胡邦建计划学习更多直播技巧，帮助村里更多人把羊肉卖出去。“我希望自己的直播间能做得更好，能让更多的人了解咱们家乡的美味羊肉，也能带动更多家乡父老发展畜牧业，增收致富。”胡邦建说。

自治区第二届职业技能大赛闭幕

昌吉州选手摘得2金2银3铜

本报讯 记者陈传松报道：10月14日，为期三天的自治区第二届职业技能大赛在喀什落下帷幕。经过激烈的角逐，昌吉州9名参赛选手（含援疆选手）奋勇争先，夺得2金2银3铜的好成绩。除此之外，昌吉州人力资源和社会保障局还荣获了突出贡献单位奖。

大赛作为自治区目前规格最高、规模最大、项目最多、影响最广的综合性职业技能赛事，聚焦自治区“九大产业集群”建设和特色优势产业发展，围绕制造与工程技术、信息与通信技术、结构与建筑技术、运输与物流、社会及个人服务等5大领域，设置33个赛项。

大赛有116名选手荣获33个项目的金、银、铜牌，442名选手摘得优胜桂冠。116人获得技师及以上职业资格或职业技能等级，442人获得高级工职业资格或职业技能等级。

本届大赛参赛人数、选手阵容、项目数量、竞赛水平较上一届都有大幅提高，各项指标创历史新高。大赛首次邀请了来自14个援疆省市的33名选手与新疆选手同台竞技、切磋交流，促进了与援疆省市间的交流，增进了技能水平的提升。接下来，自治区将组织集训选拔，遴选符合条件的选手代表自治区参加第三届全国技能大赛。



10月13日，昌吉参赛选手参加自治区第二届职业技能大赛茶艺项目比赛。

□本报记者 陈传松摄



科苑

□编辑/杜燕葵
□审校/郑丽媛

阜康市九运街镇中学科学教师李秀英

为孩子们种下科学的种子

□本报通讯员 王筱庆 于相成 依克拉木·海力江

李秀英是阜康市九运街镇中学的一名科学教师，在孩子们眼里，她拥有“超能力”——能用塑料瓶、橡皮筋、吸管等不起眼的材料，做出非常有趣的实验。从教27年的李秀英秉承教育初心，扎根乡村教育，给孩子们种下科学的种子。

李秀英总能将枯燥的科学知识转化为生动的实验和有趣的案例，让学生在轻松愉快的氛围中掌握科学知识。同时，她经常组织学生进行科学实验，让学生操作、观察、分析，从而深入理解科学原理。阜康市九运街镇中学学生陈俊杰说：“李老师会给我们讲许多有趣的知识，比如无人机、机器人执行任务、线路连接和模拟飞行等，还会用废弃的道具给我们做许多有趣的装置。”

为了让学生更好地理解科学知识，李秀英在课堂上创设了许多生动活泼的场景，用观察、发现的方式把抽象的科学知识变得形象化。“我喜欢通过做实验把学生的思维打开，让他们自己发现问题，而不是机械式地把题目做了一遍又一遍，作为一名新时代的科任教师，我要努力培养孩子们的科学精神和创新能力，让每一个孩子亲历科学、体验科学、理解并运用科学，让孩子们玩转科学，为他们种下科学的种子。”李秀英说。



近日，阜康市九运街镇中学科学教师李秀英教孩子搭建机器人。

□于相成摄

阜康市：科普大篷车进校园 点亮孩子科学梦想



近日，在阜康市第一小学，机器人舞蹈表演吸引了学生的目光。

□阿山别克摄

本报讯 通讯员阿山别克、张琴报道：近日，阜康市科协联合阜康市教育局开展科普大篷车进校园活动。科普大篷车驶入阜康市第一小学、第三小学、第五小学、厦门实验小学，为师生带来了一场精彩纷呈的科技盛宴，助力青少年科技教育。

科普大篷车犹如移动的科技馆，满载着各种新奇的科技展品和野生植物标本。活动现场，学生围绕在一个个展品前，好奇地观察、操作、体验。有的学生在探索力学原理的展品前，反复尝试不同的操作方法，感受科学的神奇魅力；有的学生被小机器人深深吸引，沉浸在机器人舞蹈表演中。

此次科普大篷车进校园活动还配备了专业的讲解员。他们耐心地向学生介绍展品的科学原理，解答学生提出的各种问题。讲解员通过生动有趣的讲解，让学生在轻松愉快的氛围中学习科学知识，培养科学思维。同时，也为校园营造了浓厚的科普氛围，推动了学校科技教育的发展。此次活动受众师生达7000名。

阜康市科协将继续依托阜康市科技馆和科普大篷车的科普设施，为青少年提供近距离接触科学的平台，让青少年在实践中感受科技的魅力，激发创新思维，种下科学的种子，为未来发展奠定坚实的基础。

昌吉州拳击项目三级裁判员培训班开班

本报讯 通讯员宋凯琪、许璐报道：近日，昌吉州拳击项目三级裁判员（社会体育指导员）培训班在呼图壁县开班。来自全州各县市的36名从事拳击项目的学员参加培训。

培训中，执裁经验丰富的授课老师围绕拳击竞赛规则、裁判法、拳击基本技术的理论实践等，进行细致讲解，并组织考试，考试合格者颁发相应的等级证书。培训学员董飞说：“我以前是一名武术教练，通过参加拳击裁判员的培训，学习到了很多拳击裁判规则，为今后带学生打下基础。”

呼图壁县专场招聘会亮相小巴扎

本报讯 通讯员吾拉提·巴合提努尔、艾丽菲热报道：近日，呼图壁县在二十里店镇小巴扎举办“四方助农”农业行业（乡村振兴）专场招聘会，受邀企业在小巴扎“摆摊”，把岗位送到群众身边。

招聘会现场，工作人员在小巴扎集中设置咨询台，发放企业招聘信息宣传资料。求职者仔细查看企业用工信息，认真询问用工要求，精心挑选自己心仪的岗位。招聘人员全方位介绍薪资待遇、发展前景、工作环境、岗位要求等，帮助求职者顺利找到合适的岗位。

此次招聘会共推荐就业岗位97

个，吸引了100余名求职者。据悉，今年1月至8月，呼图壁县公共就业服务中心开展现场专场招聘会31场次，提供电工、操作工、驾驶员、服务员等1233个工种，提供就业岗位5295个，参加求职人员4981人次，初步达成就业意向707人。

呼图壁县公共就业服务中心干部马旭江说：“我们将实施‘月月有招聘、季季有摸底、节节有宣传’的推介服务模式，把政策送到群众手中，把服务送到群众家中，做好农民工、就业困难人员、高校毕业生等重点群体就业服务保障工作，实现劳动者与企业的双赢。”

阜康市技能培训送到“家门口”

本报讯 通讯员王嘉蕾报道：近日，阜康市技工学校在阜康市准东街道阜彰路社区教学点开设网络创业培训班。

此次培训采取“理论+实操”的方式进行，课程包含直播运营、直播实操、短视频拍摄和剪辑、互联网营销相关法律法规等内容。辖区内的个体工商户、灵活就业人员等50余人参加了为期8天的技能培训。学员宋利霞说：“我要把网络直播学好、用好，创业增收，改善家庭生活条件。”

阜康市技工学校通过与街道合作，将技能培训班开到群众“家门口”，进一步提升群众的就业、创业、增收能力。今年以来，阜康市技工学校共开展网络创业培训、电工、叉车司机、保安员等职业技能培训30余期，培训城乡劳动力及企业在岗职工1500余人。阜康市技工学校副校长张德佩说：“我们还将通过加大宣传力度、开展针对性培训、扩大培训阵地、完善对接机制等方式，培养出企业需要、上岗可用的技能人才。”

每周科普

人的一生为何有两次“断崖式”衰老？

□科技日报记者 张佳欣

许多人都曾有过这样的感受：突然间就觉得自己老了。实际上，这种感受并非错觉，或许正是身体内部深刻变化的真实写照。医学数据与研究也提供了有力的佐证。

《自然·衰老》杂志最新报道称，美国斯坦福大学医学院的科学家揭示了衰老不是一个简单的线性过程。相反，人类在青春后期还会经历两次显著的“断崖式”衰老。不过，清晰的认识将帮助人们更好应对。

两次显著衰老变化

科学家招募了108名种族背景多样的参与者，年龄从25岁到75岁不等。在长达数年的时间内，科学家每3到6个月收集一次参与者的血液样本，以评估基因活性、血糖水平等不同因素随时间的变化情况。

他们利用这些样本，追踪了超过135000种不同的分子和微生物，包括已知与免疫健康、心血管功能、新陈代谢、肾功能以及肌肉和皮肤结构相关的代谢物、脂质、蛋白质和蛋白质前体。这些样本总共提供了约2460万个不同的生物标志物数据点。

研究结果表明，81%的分子并没有像线性衰老所预期的那样持续变化，而是在中年和老年发生两次显著变化。

中南大学湘雅医院抗衰老MDT门诊牵头专家、心血管内科主任医师兼教授莫龙告诉科技日报记者，生物年龄是一个综合表现，涵盖外观和内在的变化。外观包括体态、皮肤光泽、皱纹和弹性；内在则涉及脏器功能，如心脏、肝脏和肾脏的健康，以及糖化指标等。此外，功能性的改变，如心肺功能和运动能力，也是重要指标。综合这些数据，通过大数据分析，人们才能更准确地评估生物年龄，而不仅仅是凭外观判断。

分子水平研究说法

在中年加速衰老期，一些变化发生在影响代谢的细胞中，这解释了为什么人们随着年龄的增长更难代谢咖啡因和酒精。脂肪组织蛋白的变化可能解释了中年时期胆固醇水平升高和体重意外增加的原因。与皮肤和肌肉结构相关的结缔组织蛋白的变化则解释了为什么皮肤开始松弛、出现皱纹，以及为什么人们更容易出现与肌肉拉伤和损伤相关的问题。

在老年加速衰老期，科学家观察

到了更多相同的分子变化，以及与肾功能和免疫健康相关的分子的显著波动。这解释了为什么老年人更容易感染新冠，以及为什么癌症发病率、肾脏问题和心血管疾病会急剧增加。

美国《国家地理》杂志援引哈佛大学医学院外科副教授塞缪尔·林的话称，首次衰老爆发期间突然发生的分子变化在步入老年时可能会进一步加剧，但衰老的每个阶段都会对人体有明显影响，如胶原蛋白和弹性蛋白产生减少、黑色素减少，以及皮肤质量下降、头发变灰白和变少。

他认为，这些明显的衰老迹象是人体内发生的分子和微生物变化的直接结果。

社会因素影响程度

此前，有许多研究表明，与年龄相关的疾病都会在步入老年时发生剧烈变化，因此，科学家对人体在这个时间段突然衰老并不感到诧异。但是，中年这个时间点却令人好奇。

起初，科学家推测是更年期或围绝经期导致研究中的女性群体发生了巨大变化，从而影响了整个组群。但当他们按性别对研究组群进行分类时，发现44岁左右的男性也出现了相同的衰老趋势。他们认为，很可能还有其他更重要的因素在影响着男性和女性的这些变化。

莫龙团队最新研究认为，40—45岁、60—65岁是两个衰老突然加速的阶段。

莫龙认为：“社会因素是导致衰老的一大重要原因。很多人40多岁正面临‘上有老、下有小’的‘中年危机’，而60多岁会出现‘晚年危机’，相关的心理和生活方式变化也会显著影响衰老进程。”

研究人员建议，当步入40岁时，要密切关注胆固醇水平，加强定期锻炼以保持肌肉质量。他们还建议多喝水以缓解与年龄相关的肾脏问题，多吃富含抗氧化剂的食物以减少氧化应激的不良影响。

莫龙还提出3种抗衰老的饮食方式。一是抗炎饮食；二是地中海饮食，即以坚果和蛋白质为主；三是原始饮食，即模仿古代人类的饮食习惯，减少碳水化合物的摄入，适当进行轻断食。此外，适当摄入咖啡因也有助于延缓衰老。

来源：科技日报