

中医药文化“圈粉”年轻人

“以前点咖啡，现在喝药饮。”6月10日晚在万柏林区新时代文明实践中心举办的中医药文化夜市上，23岁的杜鑫品尝了一杯洛神乌梅山楂饮(酸梅汤)，感觉味道很“nice”。记者采访发现，随着中药茶饮、中医养生操等养生方式的涌现，“草本香”正在不断融入日常生活，让更多年轻人爱上了中医药文化。

逛夜市闻草本香

傍晚，许多居民来到万柏林区新时代文明实践中心，感受中医药的魅力。这场由万柏林区委宣传部、中国中医科学院西苑医院山西医院(山西中医药大学附属医院)主办的中医药文化夜市，将持续到8月份。现场设置了多个特色鲜明的功能区域，每个“摊位”前坐着不同科室的中医专家。中医脉诊、耳穴压豆、品鉴膏方、学八段锦……慕名而来的居民很多，其中不乏年轻人，21岁的陈娜特意跟着父母过来体验。父母找中医咨询一些具体的健康问题，而陈娜直奔中

药茶饮区。专业药师现场讲解每款茶饮的功效、适用人群及饮用禁忌，居民们纷纷驻足品尝，感受着中药茶饮的独特风味。

纺织街社区是本次活动的协办方，安排了网格员现场维持秩序，提供引导服务。网格员高雅注意到，现场来了不少年轻居民，他们主要对中药茶饮、养生操、推拿艾灸等感兴趣。“平时总低着头用电脑办公，颈椎疼得厉害，这么按一通，感觉舒服多了。”25岁的张晴雯体验推拿后，不忘请教日常注意事项。中医笑着提醒：“别久坐，少熬夜。”



年轻人体验中医养生

边追剧边学养生

“我想把中医传到千家万户……希望你们立志做现代的孙思邈、张仲景。”在电视剧《后浪》中，中医专家对着徒弟们谆谆教导。看完这部剧，21岁的刘思思对中医药文化产生了兴趣。

该电视剧，讲述了这样一个故事：中医传承班上，一群活力四射的“后浪”在青春欢闹中不断碰壁、不断成长，逐渐爱上中医这一优秀传统文化。由于多为年轻演员，且剧情诙

谐幽默，播出后颇受年轻人喜爱。

另一部电视剧《爱你》，讲述了“中医+爱情”的故事。剧中，内容轻松，还提到不少实用的养生方法。比如熬夜后泡枸杞菊花茶、按压穴位缓解头痛等。在社交平台上，不少年轻网友晒出观后感。有人一边追剧一边做“中医笔记”；有人表示看完剧后“喝中药都不觉得苦了”；还有人改变了对中医的刻板印象，开始关注甚至尝试了解中医。

传统中医变年轻

26岁的刘梓晨，觉得生活中与中医药有关的场景，正越来越多。“我原先爱喝奶茶，现在改成了中药茶饮。车上的挂饰，是中药香包。工作间隙放松，会做一套八段锦。”他说，中医已不是“白胡子老爷爷”，也变得年轻和时髦起来。

纺织街社区书记冯骏芳有同感，平时社区会举办制作艾草锤、中药香囊、中医养生操等活动，来的年轻人明显多了，说明他们对中医药文化的

认可日渐上升。

在中医药文化夜市上，一位中医告诉记者，中医起源于生活，本就是接地气、有烟火气的。对于年轻人常遇到的头疼、肩颈疼痛、湿气重等病症，通过耳穴埋豆、刮痧、艾灸等中医诊疗，效果很明显。另外，现在传播渠道多了，中医药的展现形式也在出新，所以受到越来越多年轻人的青睐，也有利于中医药文化的传承和发扬。

记者 李涛 文/摄

高考结束 消费接踵来

随着高考结束，“后高考时代”开启，美容美发、数码产品、报名驾校……准大学生们摩拳擦掌，一波“嗨”消费在路上。

一考完试，“美丽计划”提上日程。6月9日晚，记者走访时发现，不少准大学生们一头扎进理发店，或烫染头发，或做造型，通过这种方式释放紧张情绪。“每年高考过后，不少准大学生都是组团来弄头发，短时间内客流量能增长三四成左右。”市内某理发店造型师凯文如是说。

即将进入大学，为自己准备手

机、平板、笔记本电脑“数码三件套”的准大学生不在少数。某数码产品销售人员郝春涛介绍，每年高考过后，就会迎来大批准大学生购买数码产品。今年的优惠力度空前，除常规促销外，加之国补、教育补贴等优惠政策叠加，能享受到超值优惠。

学车热现象在每年高考过后都会上演，准大学生们会利用这个超长假期学一项技能，迈入人生新阶段。6月10日，位于马道坡附近某驾校已经作好准备迎接准大学生来学车。该驾校负责人张迁介绍，暑期会为准

大学生们开辟“绿色通道”，报名时注意带上身份证、准考证等。

“后高考时代”的消费之旅，谨记理性消费。山西晋来律师事务所律师赵小瑶说，“美丽消费”时，如果办卡务必签合同，切莫大额充值，对于退卡条件要熟知。购买数码产品时，要选择正规渠道并核实国补政策适用条件、申请流程及补贴标准。报名驾校学习，务必签订正规合同，明确培训周期、收费明细、教学安排、违约责任等。需特别警惕“低价陷阱”，保留好交费凭证。

记者 李晓琳

形象管理课程吸引爱美女性

本报讯(记者 刘志刚)6月10日，古交市桃园街道腾飞路社区的新时代文明实践站里热闹非凡，一堂专为女性设计的形象管理课吸引了众多爱美居民。

“脸也有‘轻’‘重’之分?”讲师生动开讲，瞬间抓住了大家的好奇心。讲座围绕“量感理解、风格适配”主题展开，通过分析五官比例、骨骼轮廓等维度，教大家如何科学判断风格、精准穿搭。

此外，讲师用生活化语言和大量对比案例，传授秘诀：先凭直觉感受整体风格，再细看比例大小，就能找准个人魅力定位。

“原来选衣服发型真有科学门道！这课让我明白，优雅不分年龄，关键要懂自己！”现场不少爱美女士听完课豁然开朗，直呼“学到了”，准备回家就实践新搭配。

这场形象管理课为社区女性提供了实用的美丽指南，让提升魅力变得简单有趣。

腾飞路社区负责人表示，将持续关注居民需求，推出更多此类“接地气”的活动。

“618”未到 寄递迎高峰

本报讯(记者 李涛)今年“618”电商平台促销活动，比往年来得更早，也让快递行业提前忙碌起来。6月10日山西顺丰公布近期寄递特点，现已迎来派件高峰，其中生鲜水果占“大头”。

每年的“618”促销，都可以看作快递行业的“期中考”。因为，对于网购者而言，除了实惠的价格，能否及时收到货也直接影响到消费体验。

相比往年，由于预售订单前置更为普及、物流加速智能化等因素，今年快递应对收派件高峰更为从容，不少市民明显感觉到收货更快了。

“从5月下旬起，每天的收派量比平时增幅在20%左右。现已迎来首波高峰，比去年同期增长30%。”山西顺丰的负责人表示，这几天寄到山西的快递，从类别上看，生鲜水果最多，这与应季水果大量上市有关。其次

是副食干货、服饰、电子产品等。

山西顺丰的负责人说，这些快递从地域上看，来自广州的快递最多，其次来自苏州、北京、上海、深圳等城市，这与电商企业的分布以及热卖商品的仓库布设有关。

另外，从山西往外走的快递也有不小增长，多为本地的土特产，包括运城的甜瓜、稷山的鸡蛋、晋城的核桃，以及运城的樱桃、油桃、毛桃等。