文化七日谈

双冠，看见辽宁奋进姿态！

朱才威

绿茵场上，辽宁女足在职业联赛登顶，守住荣光，这是辽宁足球厚积薄发的集中亮相，映照了辽宁人的奋进姿态。

11月15日，辽宁沈北禾丰女足主场1:1战平北京女足，提前一轮拿下本赛季女超联赛冠军，斩获队史首座顶级联赛奖杯。这支历时10年打磨的队伍，以4年4级跃升的脚步，站上国内女子足球之巅。

辽宁女足在职业联赛登顶，不是孤立的高光，而是辽宁足球厚积薄发的集中亮相。2026赛季，辽宁足坛硕果累累。大连英博在中超赛场上演惊天逆转，从落后18分的困境中创造了奇迹。一省包揽中超、女超双冠，写下辽宁足球职业化以来的崭新纪录。

与此同时，“东北超”火爆出圈，而今又敲定扩军，覆盖东北四省区，引领国内草根足球蓬勃发展。“辽超”扎根城乡，与“东北超”双向赋能，持续培育草根足球土壤……职业联赛冲高、群众赛事升温，今年，名副其实是辽宁足球的丰收年！

一支队伍的登顶，照见一地事业的成长。

很多人惊叹辽宁足球的爆发，却看不见荣耀背后漫长的积淀。解码辽宁女足的成长之路，就能读懂辽宁足球逆势向上的底层逻辑。

深耕青训固本培元，是辽宁足球突围的坚实根基。

2017年，辽宁时隔32年重新组建女足梯队。起步时选材捉襟见肘，最初只有9名队员。队伍没有急功近利追逐短期成绩，而是沉下心抓少年苗子、磨脚下技术、搭梯队链条。

从U14赛场历练，到拿下中青赛U17冠军、全国青少年“三大球”运动会女足金牌，王爱芳、谢宗梅、叶彤等一批小将陆续走进国字号。10年扎根，一步一个台阶，铺就了从女乙、女甲到女超的上升通道。

极致拼搏永不言弃，是辽宁足球破局的精神血性。

足球赛场没有捷径，苦练是唯一的通行证。辽宁女足常年坚持一日三练，周训练时长稳定在30小时以上；漫长的冬训从11月持续到次年4月，不少春节都在训练场度过，冬训期间周训练量突破40小时。全国青少年“三大球”运动会决赛鏖战120分钟，队员人均奔跑超1.2万米，有人突破1.4万米，持续压迫、反复冲击，拼到加时赛结束才锁定胜局。

这份咬牙坚持，和大连英博在巨大分差下逆风追赶、绝不放弃的内核一脉相通。敢打硬仗、善拼到底，是辽宁儿女刻在骨子里的血性！

全域联动生态成型，是辽宁足球常青的核心支撑。

单项出彩是亮点，全域兴盛才是振兴。辽宁足球早已跳出单一球队的局限，形成分层发展的完整生态。顶端有大连英博、辽宁女足冲击顶级联赛桂冠；基层有“辽超”，让普通足球爱好者站上赛场；区域层面有“东北超”，打通四省区交流，带动群众足球连片发展。

精英引领、草根托底，上下贯通的足球生态、绿茵场上的奔跑，映照辽宁奋进的姿态。

足球的振兴故事，也是辽宁振兴发展稳步向前的生动注脚。务实笃行、厚积薄发、久久为功，这是辽宁足球的取胜之道，也是辽宁儿女干事创业的共同底色。

站在新起点，扎根青训、传承拼搏、凝聚合力，辽沈大地的绿茵之上，还会有更多新的荣光，等待次第绽放。

指尖安全，别栽在“一键同意”上

刘 乐

聊政/事/儿

日常生活中，不少人有过这样的体验：刚和朋友闲聊说起一件商品，转头打开手机，同款商品的广告就推到眼前。他们的第一反应常常是“太巧了”，可这份巧合背后，往往藏着个人信息被过度收集的隐患。

最近，一些媒体在报道公安机关依托短视频平台推送的安全提示，引导大家自查违规APP、核对支付相关权限，把数字安全提醒发送到大家的手机屏幕上。这份实用的提醒，大家可别不当回事儿。

需要厘清的是，正规平台很少直接后台录音窃听对话。但一些来路不明的违规APP十分狡猾，它们悄悄藏在弹窗、捆绑安装包里面，稍不留意就会被我们装上，或是在安装页面悄悄勾选附加权限，其收集到的各类信息再通过数据匹配，实现精准推送。这些信息一旦流入黑灰产业链，就会变成电信诈骗、骚扰推销的“原料”。还有不少人绑定银行卡时，随手开通免密支付、自动扣款，疏于定期核对，不知不觉埋下财产安全隐患。这类风险藏在日常的指尖操作间，隐蔽性强，最容易被忽视。

筑牢群众指尖上的安全防线，离不开多方合力。管好APP权限弹窗、规范信息收集，是一项协同治理工作。该定规矩的，把个人信息保护的底线划清楚，收集什么、干什么用，得跟用户讲明白，APP该提示的及时提示，不含糊。该管行业的，盯紧软件怎么索权，该规范的规范，不合规的督促整改。该出手打击的，盯住窃取、倒卖信息这条违法犯罪链条，露头就打。尤其需要注意的是，各类应用分发平台要守好入口关，落实审核责任，从源头减少违规软件流入。

现实中，监管的防护网织得再密，也离不开我们每个人的主动设防，得当好自身信息与财产安全的第一责任人。下载软件认准官方应用商店，陌生链接、弹窗广告里的APP坚决不点；弹窗索要权限的时候多想一想，相机、麦克风、位置这些权限，这个软件是不是真的用得上，不必要的权限果断拒绝授权。绑定银行卡之后，更要定期检查免密支付、自动扣款设置，及时清理闲置账号，解绑不用的卡片。

小小的一方手机屏幕，装着我们的生活信息，连着钱包里的真金白银。在享受数字便利的同时，可别图省事顺手点击“一键同意”，一定要小心里面可能还有坑。多擦亮眼睛、多上点儿心，定期给手机做做安全检查，守住这份安稳，我们才能放心自在地用好手机。

热评

规则不能不顾人命

孟嘉多

30岁的小伙子突发脑出血进了ICU，身子插着管子靠呼吸机撑着，一天几千元的费用花着，母亲徐女士的积蓄很快见了底。

她想起儿子卡里还有存款，拿着户口簿、身份证去银行取钱，却被拦了回来：不知道密码，光有户口簿证明是母子不行，必须得有法院出具的监护人身份证明。人命关天的节骨眼儿，救命钱就躺在账户里，可就是取不出来。

最后还是法院出手救了场。近日，浙江兰溪法院启用“明伤不鉴定”机制，法官当天核实情况，又去社区查了亲属关系，没走漫长的司法鉴定流程，很快就判决认定小伙儿无民事行为能力，指定母亲做监护人。拿着判决书，徐女士终于取出了钱，续上了儿子的治疗费。

这事一出，网上骂银行的声音不少。银行当然有相关规矩。储户资金安全是严肃的事，要是随便来个亲属就能动储户账户，无法确保储户的资金安全。但问题从来不是“该不该守规矩”，而是规矩是否只做到了“防人”，却没有做到“救人”。人都进ICU了，家属拿着齐全的证件、医院的诊断，还得绕一大圈走司法程序，等程序走完，救命的黄金时间可能就错过了。这种机械执行规矩、不以人为本的做法，代价是不是太大了？

其实类似的窘境不是头一回出现。老人昏迷取不出养老钱、配偶重病动不了存款、孩子出事家长拿不到账户里的钱，隔三岔五就冒出来一例。每次舆论一炸，就有银行出来说“合规操作”“制度要求”，看似在守规矩，可听着让人心里发凉。制度设计的初衷是更好地保护人，而不是为难人。风控的底线应是防坏人，不应是卡住好人。当一套规则在最需要它发挥作用的时候成了绊脚石，那这套规则就该好好审视一下了。

办法也不是没有，有些地方的银行早已开通绿色通道，家属拿医院出具的病危证明、社区开具的亲属关系证明，经工作人员上门核实后，可以先行支取部分资金用于治疗，后续再补全手续。天台、芜湖等地也有成熟做法，资金直接打进医院账户，专款专用，既防了风险，也救了人命。这些方案在技术上没什么难度，考验的从来不是能力，而是愿不愿意在冰冷的规则里给人情留一道缝。

兰溪法院的“明伤不鉴定”是个好信号，它告诉我们，司法是可以有速度的，规则也是可以有温度的，但光靠法院救火还不够，银行的风控体系也该往前迈一步。不能总等到舆论倒逼、法院兜底，才想起特事特办。毕竟，老百姓把钱存在你这里，图的不只是安全，还图有难处时能指望得上。

规则是死的，人是活的。一个真正成熟的社会，既要有守住底线的刚性，也要有接住窘迫的弹性。别让救命钱卡在合规的门槛上，别让最需要帮助的人，先被制度撞了腰。



画里有话

进退两难

漫画作者 郭 玲

以法规“烹”好老年助餐这碗饭

胡海林

山海经

全国地级市首部老年助餐法规实施，营口的做法给“老人吃饭”立了规矩，坚持公益属性，完善监管机制，更好地满足了老年人的就餐需求。

一碗热饭，看似小事，却是万千老年人日常生活里最实在的期盼。11月1日，《营口市老年助餐服务规定》（以下简称《规定》）正式施行，是全国地级市首部专门规范老年助餐服务的地方性法规，旨在破解老年人就餐难、送餐难的问题，打造15分钟助餐服务圈。

老龄化是我们无法回避的现实。截至2025年年末，辽宁60周岁以上人口占比达32.6%；65周岁以上人口占比达23%，已达到重度老龄化社会的标准。营口这项立法，一头连着老年人“吃得上、吃得好”的民生刚需，另一头连着潜力巨大的银发经济，启示我们做好养老服务，既要兜牢民生底线，也要顺势培育产业，在温情服务和产业发展之间找到平衡点。

老年助餐，首先是惠民的民生工程。不少高龄、独居、失能老人，买菜做饭力不从心，子女又难以时时陪伴，看似简单的一日三餐却成为困扰他们的痛点。《规定》明确坚持普惠覆盖、优先保障，精准锁定最需要帮扶的人群；盘活机关、企事业单位闲置用房，让助餐点建在老人家门口；定位保本微利，守住公益底色。一条条规定，都传达出清晰的信号，即民生底盘扎稳了，养老服务才有根基。

守住公益，不等于排斥市场。银发经济不能简单理解为赚老年人的钱，而重点是以刚性养老需求为入口，带动服务业态提质升级。以老年助餐为例，助餐网点可以延伸送餐上门、上门照护、康复陪护、文体陪伴等服务；中央厨房标准化配餐，可以增加本地粮油、果蔬、畜禽等农产品订单，本身就是养老产业链中的一环。此外，《规定》提出配套用地、用房、水电气热、税费减免以及运营补贴政策，即是用制度降低准入门槛、鼓励经营主体参与供给。所以，政府做好规则制定、资金保障与监管，市场负责丰富供给、提升品质，二者互促互补，才能避免助餐点“建得起、活不长”。

站在需求的角度看老年助餐，规范监管是实现可持续发展的关键。如果补贴被虚报冒领、服务质量参差不齐，不仅会伤害老人切身利益，还会挫伤优质经营主体的积极性。因而，法规的关键在于搭建起准入、运营、评估、退出全链条闭环监管体系，用清晰的监管红线发挥约束和保护双重作用：一来惩戒“害群之马”；二来给合规经营者稳定预期，引导其把精力放在优化菜品、改善服务上，催生更加成熟、规范的养老服务市场。

积极应对人口老龄化，要求我们跳出单一的救助思维，养老服务不是单纯的财政支出，培育银发经济也不能脱离民生底线一味追逐利润。《规定》的出台给老年助餐“立规矩”，提供了一个可借鉴的样本：用法治保障普惠服务，用政策激发市场活力，把养老痛点转化为产业增长点。

民之所盼，发展所向。老年人的生活需求点多面广，涉及吃穿住行等方方面面，大到旅居康养，小到三餐营养搭配，只有持续完善适老化服务供给，用心解决他们的一桩桩小事，才能不断释放银发消费潜力，走出一条民生保障与产业发展共生共赢的道路。

“雪王”携芋农出海 这份朴实世界懂了

于佳平

五里河谈天地

蜜雪冰城出海，这次带上了种芋头的中国农民。

蜜雪冰城近日在海外社交媒体平台Instagram上晒出一张“雪王”与芋农的合影。没有明星站台，也没有精致布景，画面朴素得近乎简单。这样的广告投放在海外社交媒体平台上，恰恰戳中了海外消费者新的审美偏好：看多了层层滤镜包装的人，越来越愿意为朴实的生活停下目光。

这份朴实，对中国人来说并不陌生。民以食为天，珍惜粮食、尊重劳动、感念耕耘者，本就是刻在日常里的生活观念。田间地头有故事，普通劳动者有光彩，蜜雪冰城这张照片把幕后的劳动者直接推到了台前：一杯芋泥奶茶的甜，源头在田间地头，在芋农日复一日的耕耘里。

“雪王”携芋农出海，带出去的是中国人熟悉的生活，也是中国文化中朴素而持久的价值追求。

这份根植本土的价值，正在海外市场找到越来越多的共鸣。相关消费者调查显示，真实感和亲近感已经成为海外消费者看重的品牌特质。当滤镜越来越厚、广告越来越精致，人们反而开始怀念真实的面孔、自然的生活，希望看清商品背后是谁在付出劳动。能看见劳动者的面孔，本身就是一种动人的吸引力。

这种消费心态的转变，背后还有更深一层的思考。这种审美变化背后，还有更深层的社会原因。放眼全球市场，埃塞俄比亚的咖啡豆、西非的可可豆支撑起无数知名咖啡、巧克力品牌，消费者在购买商品之外也开始关注原料来源、劳动者权益和公平收益。人们开始意识到，一件商品的价值不应只是货架上的售价，还包含生产者付出的劳动与应得的尊严。

国际消费文化曾经推崇奢华、精致与身份象征，如今风向在变，真实、劳动与社会责任开始受到重视。而中国人长期珍视的朴实生活、劳动价值，恰好与这种新变化产生共鸣。品牌真正值得展示的特色，往往就藏在那些寻常的烟火与耕耘里。国际贸易除了让商品漂洋过海，还应让创造价值的人被世界看见。

当“雪王”带着芋农走向世界，这份朴实便有了新的意味。它是土地的气息，是劳动的底色，也是人与商品之间不该切割掉的真实联结。商品可以卖到更远的地方，土地上的劳动者也应该被看见、被尊重、被善待，这或许就是这张带着泥土味的照片留给世界的最值得琢磨的启示吧。

锵锵汇 QIANGQIANGHUI

大连赢了账本与人心

事件源起：11月14日，“辽望观天下”发布《2.5小时卖千万！大连英博夺冠，后劲儿有多大？》，网友纷纷为大连的主场效应点赞。

圆让 我们一家三口从沈阳去大连梭鱼湾看了7场球，贡献了两万多元。大连的足球氛围真好，我们计划明年再看10场！

小五 下雪那场，现场临时买了条秋裤才扛住。返程高铁晚点，折腾到半夜才到家。要问我值不值？值！

封蓟 我是湖南人，很喜欢大连。大连把流量变增量，这转化率，多少城市得眼红。

马小仔 顶级主场是城市经济的发动机。这句话，搞体育产业的人都该抄在本子上。

做有锐度的思考者

扫码关注“辽望观天下”

请扫码投稿