

既有独处空间,又无社交封闭

“搭子”成年轻人社交新方式

万事皆可找“搭子”

“饭搭子”“健身搭子”“学习搭子”“追剧搭子”……如今,各式各样的“搭子”频繁出现在当代年轻人的生活中,一种以精准适配、轻度陪伴、边界清晰为核心的“搭子”文化悄然走红,成为年轻人构建社交关系的全新方式。不同于传统深厚的友情、亲情,“搭子”是基于特定需求、共同兴趣爱好形成的临时性、功能性陪伴,年轻人在这种新型社交模式中,既能守住独处的自在空间,又能打破社交封闭,精准获取陪伴与共鸣。

文/图 阳江日报记者 梁驰

“每天下班最开心的事,就是约上我的饭搭子去吃新开的小店,不用刻意找话题,吃饭时安安静静也不尴尬,吃完各自回家,轻松又舒服。”24岁的职场新人林晓彤说起自己的饭搭子,满是惬意。她口中的饭搭子,是和公司不同部门的同事,两人因每天下班顺路、口味相合,自然而然组成了固定搭档,解决了独自吃饭的孤单,也避免了无效社交的疲惫。

在当下年轻人的生活中,像林晓彤及其同事这样的“搭子”无处

不在,且类型愈发细分多元。无论是日常出行、学习工作,还是兴趣爱好、休闲娱乐,都能找到对应的“搭子”。考研备考的大学生,会在社交平台寻找“自习搭子”,互相监督学习进度、分享备考资料;在枯燥的复习路上彼此鼓励;热爱运动的上班族,组建“健身搭子”群,相约打卡跑步、瑜伽、球类运动,克服独自锻炼的惰性;喜欢旅行、看展、看演出的年轻人,通过线上招募找到“兴趣搭子”,一同奔赴热爱,共享快乐瞬间;甚至还有“吐

槽搭子”“逛街搭子”“美甲搭子”等,覆盖生活的细枝末节。

记者随机采访发现,七成年轻人拥有至少一种“搭子”,其中大学生、刚步入职场的青年是“搭子”文化的主要参与者。“我有学习搭子、健身搭子、追剧搭子,不同的搭子对应不同的生活场景,不用勉强自己迎合所有人,相处起来特别自在。”高校大三学生张泽宇说,他的学习搭子是同专业校友,两人每天相约去图书馆,专注学习互不打扰,遇到困难互相讲解,效率远超独自学

习;健身搭子则是学校社团结识的伙伴,每周固定两次一起去体育馆运动,互相督促坚持。

在年轻人眼中,“搭子”与传统朋友有着明显区别。朋友是长久的情感寄托,需要投入大量时间、精力维系,知晓彼此的生活全貌;而“搭子”是特定场景下的陪伴,关系简单纯粹,只聚焦于共同的目标或兴趣,无需深入了解对方的私人生活,也不用承担复杂的情感责任。这种“有限陪伴”的特点,让“搭子”快速融入年轻人的日常生活,成为不可或缺的存在。

快节奏催生新社交

“搭子”文化并非突然出现,而是在快节奏、高压力的生活背景下,当代社会发展、青年生活方式与社交观念转变的必然产物。当下,社会运转节奏不断加快,职场竞争、学业压力占据了年轻人大量时间与精力。对于职场青年而言,每天往返于公司与住所,加班成为常态,可自由支配的社交时间极少;对于大学生来说,学业、实习、考证等任务繁重,很难抽出时间维系全方

位的深度社交。在这样的情况下,耗时短、门槛低、目的性强的“搭子”社交,恰好契合了年轻人对高效社交的需求,不用花费大量时间磨合、相处,就能快速找到契合的伙伴,满足当下的陪伴需求。

而年轻人社交观念的迭代升级,是“搭子”文化兴起的核心理因。“就是没有精力再去费心经营全方位友谊了。”从事医疗行业的杨滨直言,工作已经耗费了他大量

心力,实在不想花精力社交,“搭子”关系的边界限制给了他足够的安全感:大家不是因为私人生活而接近,而是为了一个具体的需求短暂相聚在一起,这样的边界感让他感到自在。随着自我意识的觉醒,当代年轻人愈发注重社交舒适度与边界感,这种“搭子”社交清晰的边界感,完美契合了年轻人的社交需求,双方保持着恰到好处的距离,既能享受陪伴的温暖,又不会被过度捆绑。

互联网的普及,也为“搭子”文化的传播提供了肥沃土壤。社交平台、校园社群、职场群组等线上渠道,打破了地域、圈子的限制,让年轻人能够快速发布寻找“搭子”的信息,精准匹配志同道合的伙伴。在小红书、微博、豆瓣等平台,各类“找搭子”话题阅读量破亿,无数年轻人发帖分享自己的搭子日常、招募合适搭档,线上相识、线下相约的模式,让“搭子”社交变得更加便捷、高效。

恰到好处的临时陪伴

“以前总觉得,一个人吃饭、健身、学习很孤单,强行融入不适合的圈子又很累,现在有了各种搭子,终于找到了最舒服的生活状态。”职场青年陈雨的话,道出了众多年轻人的心声。“搭子”文化的兴起,让年轻人跳出了传统社交的束缚,在社交与独处之间找到了完美平衡点,既享受了独来独往的自在,又拥有了恰到好处的陪伴。

从社交价值来看,“搭子”不仅是简单的陪伴,更能为年轻人提供情绪价值与行动动力。学习搭子带来的监督与鼓励,帮助年轻人提升自我;健身搭子的相互陪伴,让年轻人养成健康的生活习惯;兴趣搭子的同频交流,满足了年轻人的精神共鸣。这种轻量化、低成本的社交,让年轻人在轻松的氛围中拓展社交圈子,缓

解生活压力,治愈孤独情绪,以更积极的状态面对生活。

不过,在“搭子”文化走红的同时,也有不少提出担忧:这种浅层次的社交,是否会让人失去建立深度情感关系的能力,导致人际关系变得更加冷漠、功利?对此,陈雨表示,“搭子”社交与深度友情并非对立关系,“搭子”是特定场景下的临时陪伴,而友情是长期的情感沉淀,二者满足了年轻人的不同需求,自己既享受“搭子”带来的轻松,也会用心维系真正的挚友,不会因“搭子”社交放弃深度情感连接。

但需要注意的是,年轻人在寻找

和维系“搭子”关系时,要保持理性与警惕。线上匹配“搭子”时,注意保护个人隐私,线下见面选择安全、公开的场所;明确双方的社交边界,尊重彼此的生活习惯与个人空间,不过度窥探、不强行捆绑;秉持真诚相处的原则,拒绝功利化交往,让“搭子”关系保持纯粹与舒适。



“搭子”组队进行户外登山活动。梁驰摄

柔韧弹牙又解馋,拥趸遍及阳江男女老幼 岭南人的“驴打滚”

阳江日报讯(记者/周雅)在阳江,若想在正餐“粥粉饭”之外寻一份解馋“小甜点”,街边巷尾村头圩市里“糯叽叽”是不二选择。煎糍、豆糍、咸水角、白水堆、茯苓糕青团、狗利仔、叶贴、酒杯印……拥趸遍及男女老幼。

其中,颇具阳江乡土气息的豆糍糍也被网友称为“岭南驴打滚”,也有地方称它为“豆糍喇”“大糍糍”。逢年过节、秋收庆贺或是寻常日子里

解馋,勤劳能干的老一辈总会为小辈做上几枚豆糍糍。软糯糯的糯米团子,包上花生、椰丝、白糖等作馅,上桌前,在熟糯米粉里打个滚,裹上一身轻薄的“糠衣”,既是防粘的巧思,也成了这道阳江风物最标志性的扮相。

阳江方言,称花生为“地豆”。饱满的“地豆”翻炒至酥脆去皮后细细碾碎与白糖、芝麻拌匀便成了豆糍糍的馅;豆糍糍的“糠”,则是炒熟的糯米粉。揉打得光滑的糯米团在粉

豆糍糍

中“滚”上一圈(阳江方言称),让熟干粉黏附在温热的糯米团表面,“豆糍喇”由此而得名。目前,豆糍糍制作技艺已经被评定为阳江市级非物质文化遗产代表性项目。

制作豆糍糍的手法看似简单,却暗藏门道。糯米粉要用滚烫的开水烫熟,揉成团后还得反复揉搓,直到面团表面光滑、不粘手,做到手光、盆光、粉团光滑。上锅蒸熟的时辰火候,也丝毫马虎不得,出了蒸锅的粉团,

再捶打至胶质,如此才能造就柔韧弹牙的好口感,放上一天也不会变硬。

阳江最经典的白色豆糍糍,以白糯米做皮,白糖、炒香的花生碎、芝麻做馅。一口咬下去,花生酥香、芝麻浓香,混着糯米的清甜,软糯弹牙,甜而不腻;绿色豆糍糍,则用当季采摘的鲜嫩艾叶榨汁,以滚烫的艾汁烫熟糯米粉,蒸熟后包入红糖花生芝麻馅。艾草的清苦与糯米特有的粉软香甜,交叠出丰富的层次,入口便让人倍觉惊喜;紫色豆糍糍,则用黑

糯米粉代替白糯米,红糖做馅,色泽紫润,口感更添一份米香醇厚。这也是豆糍糍制作技艺不断适应市场,推陈出新的“新玩法”。

从灶头到餐桌,豆糍糍始终带着亲切的市井气息,在阳东、阳春等地最为出名。其中,近年来豆糍糍最“火”的地方要数阳东区雅韶镇勿朝村,这里不少食肆都有豆糍糍售卖,街头推着小车叫卖豆糍糍的阿姨,还可能是深藏不露的非遗传承人。

极地探险邮轮暴发汉坦病毒感染疫情引发关注,专家表示:

国内传播风险低 人传人较为罕见

近日,一艘极地探险邮轮暴发汉坦病毒感染疫情引发国际关注。什么是汉坦病毒,与安第斯病毒有何关系?会不会出现人传人?我国是否有传播风险?针对公众关心的问题,记者采访了传染病防控专家。

什么是汉坦病毒?中国疾病预防控制中心病毒病所副所长王世文介绍,汉坦病毒是一组主要由啮齿动物携带的病毒,可引起明确疾病的汉坦病毒有20多种,在我国一直有分布。不同种汉坦病毒引起的临床表现差异显著,主要分为肾综合征出血热和汉坦病毒肺综合征。而引发荷兰籍极地探险邮轮“洪迪厄斯”号疫情的安第斯病毒,正是汉坦病毒“家族”中的一员。安第斯病毒主要分布于南美洲,自然宿主为长尾豚尾鼠。世界卫生组织最新评估认为,此次事件对全球人群构成的风险目前为“低”。

“在我国,当前没有引发本次邮轮疫情的安第斯病毒的传播,也没有发现能够携带并传播该类病毒的宿主动物。”王世文表示,安第斯病毒输入我国的风险低,引发聚集性疫情的风险低。

复旦大学附属华山医院感染科副主任医师王新宇介绍,安第斯病毒是目前已知的唯一可在人与人之间传播的汉坦病毒。从既往疫情来看,人与人之间的传播较为罕见,主要发生在南美洲,且人传人通常需要有密切且持续时间较长的接触,聚集性疫情往往发生在密闭空间内。“一般情况下,汉坦病毒感染不会引发人与人之间传播。人们主要通过接触受感染的啮齿动物或其尿液、粪便或唾液及其污染的食物、物品等而被感染。”王世文说。

国家传染病医学中心主任、复旦大学附属华山医院感染科主任张文宏表示,我国本土汉坦病毒相关疾病主要是肾综合征出血热。主要临床表现为发热、出血和肾脏损害。发热早期有头、腰和眼眶痛“三痛”和颜面、颈部、前胸出血潮红“三红”症状,部分出现休克、血小板减少、肾功能衰竭等症。目前,临床上对汉坦病毒感染的患者主要采取支持性治疗,包括休息、补液和对症治疗等。专家表示,重症病例及早接受重症监护,可以改善预后。

根据中国疾控中心发布的健康提示,减少人与啮齿类动物的接触是预防汉坦病毒感染的主要策略。

专家建议,要保持家庭和公共场所清洁,及时清理杂物,避免直接接触鼠类及其排泄物、尸体;在野外露营或在农田、林区、工地劳作,应避免接触各类野生动物及其排泄物或分泌物,避免坐在草丛或鼠洞附近;对啮齿动物尿液和粪便进行消毒处理。建议从事农业、林业、环卫、野外勘探的高风险工作人员接种流行性出血热疫苗。

针对旅行医学风险,王新宇建议,近期有南美、南极、南大西洋探险旅行史,或有远洋邮轮旅行、鼠类暴露、野外住宿等经历的人群,如出现发热、肌痛、乏力、胃肠道症状,应及时就医,并主动告知旅行史和暴露史。

医疗机构在接诊不明原因发热合并快速进展性呼吸困难患者时,尤其患者有南美或探险旅行背景,应主动询问旅行史和密切接触史。对疑似病例应尽早开展隔离、报告、转诊和实验室检测咨询。

据新华社

阳江市自然资源局高新分局关于阳江 LNG 调峰储气库项目 配套码头维护性疏浚临时用海使用前公示

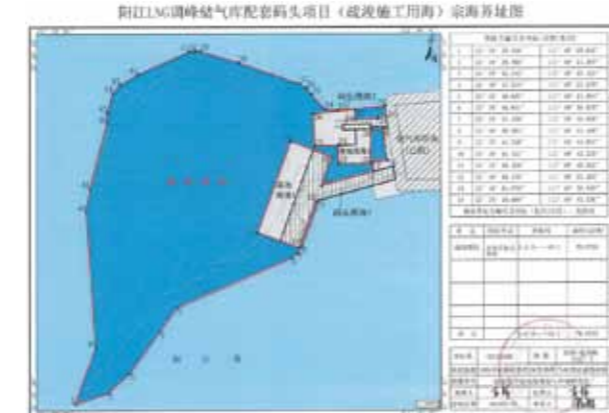
广东阳江海陵湾液化天然气有限责任公司拟开展阳江 LNG 调峰储气库项目配套码头维护性疏浚,项目总用海面积为 79.0723 公顷,用海期限为 2 个月。具体范围和位置见附图,有关事宜公告如下:

1. 公示期间,个人和单位均可通过来信、来电等形式,向我局提出该项目用海的意见和建议,个人提出的,应签署本人真实姓名和联系方式,以单位名义提出的,应加盖本单位印章。

2. 公示时间: 2025 年 5 月 15 日至 5 月 24 日止,共 10 天。

3. 受理单位: 阳江市自然资源局高新分局; 地址: 阳江市平冈镇公路养护所一楼, 邮编: 529533; 联系人: 李佩玲, 联系电话: 0662-3830588, 传真: 0662-3833622。

阳江市自然资源局高新分局
2026 年 5 月 14 日



生态环境违法行为公开道歉守法承诺书

我司位于阳西县溪头镇白水村委会面前坡村沙地从事海水养殖。2026 年 3 月 4 日,阳江市生态环境局执法人员调查发现,我司未按有关规定对入海排污口养殖尾水开展自行监测,违反了行政管理秩序,对生态环境造成了不利影响。

我对阳江市生态环境局认定的违法事实、性质、情节和危害后果没有异议,针对上述违法行为愿意认错认罚。之后,我已积极主动采取措施对上述违法行为进行了改正,于 2026 年 4 月 8 日委托第三方检测公司对养殖尾水取样检测,检测结果符合相关排放标准。

我愿意接受相应处罚,在此就违法行为作出公开道歉,向社会表示诚挚的歉意。同时,郑重承诺:一、在从轻处罚后,将在收到处罚决定书后的 15 日内自觉履行罚款缴纳义务;二、在今后的生产和经营过程中,严格遵守生态环境法律法规,认真落实各项生态环境保护有关要求;三、自觉承担起企业应有的生态环境保护主体责任,全面加强自身环境管理,确保不再出现环境违法行为。以上承诺请全社会监督!

阳江市恒良水产养殖有限公司法定代表人: 陈安信
2026 年 5 月 12 日

生态环境违法行为公开道歉承诺书

我司经营的闸坡镇山白吉坑养殖场在 2025 年未按照有关规定对养殖尾水自行监测,违反了生态环境相关法律法规,对环境造成了不良影响。事后我司已全力整改,采取了符合要

求的措施,确保污染物达标排放。对此我司深感愧疚,诚恳接受生态环境部门的行政处罚决定,并向社会公开道歉。郑重承诺:今后将严格遵守生态环境法律法规,全面落实环保主体

责任,强化内部管理,杜绝类似行为再次发生,自觉接受社会监督。

道歉人: 李建华
2026 年 5 月 10 日