

乡村故事

□本报记者何月

通讯员黄勇丹 刘迪 文/摄

“大家好，我是小廖辉，今天继续给村里老人免费煮桂林米粉。开饭！开饭！”直播镜头前，廖永辉精神抖擞，熟练地和不断涌入直播间的观众打招呼。在他身前，炖煮各类食材的大锅咕嘟作响，米粉一“冒”热，便连汤带肉盛进碗里，送与早已在一旁等候的老人。

廖永辉是从事乡村公益类直播的主播，每天清晨他都会在村里为老人免费煮早餐，今年是他公益直播的第二年，从无人问津到人气渐旺，从公益小白到暖心达人，从桂林城里的夜宵摊主到灵川乡村的公益主播，这位 29 岁的年轻人共送出了超过两万份米粉，用一碗碗热气腾腾的米粉，“冒”出了属于“95 后”的公益温度，也“冒”出了农村留守老人陪伴问题的新解法。

从夜宵摊主到公益主播

廖永辉1996年出生，灵川县大圩镇桂局村人。他幼时家贫，初中毕业便选择外出打工。他只身来到桂林，由于年龄偏小，技能有限，能供他选择的工作并不多。“我还记得我第一份工作是在夜宵店做服务员，每天上满12个小时的班，一个月工资1200元。”廖永辉说。

昼夜颠倒的生活，繁重的体力活，不可谓不辛苦。但廖永辉在配菜、传菜的间隙偷师学艺，成年后便和朋友合伙支起夜宵摊。“我烧烤水平不错，常有回头客，一晚上基本上能有两三千元的收入。”廖永辉表示。但好景不长，因市容管理需要，他出摊的地方被取缔，廖永辉只能放弃在桂林的生意，于2019年回到大圩镇重新创业。在大圩，他租了两个门店，白天卖米粉，晚上卖烧烤。

然而过了不久便是疫情来临，廖永辉的门店生意一落千丈。“连连被打击，我状态也很消沉。”幸好妻子秦艳姣一直陪伴他、鼓励他，疫情期间他们还迎来新生命。爱情的结晶与为人父的责任感让廖永辉重新振作，认真思考起未来的生活方向和目标。

廖永辉萌生了做自媒体的想法，学习广告设计专业的妻子秦艳姣建议，传统自媒体制作流程复杂、成本高，直播门槛低、更直接。擅长厨艺的廖永辉决定结合特长，以特色内容打开直播之路。

浏览短视频平台探看直播赛道时，农村公益直播内容进入廖永辉视野。看到公益主播回村为老人做饭、理发的直播画面，他立刻锁定方向：“就是它了！”

经过调研，廖永辉得出桂林乡村公益直播主播并不多的结论，而他所在的桂局村共有104户人家，老龄化严重且多为留守老人。“村里老人的子女长期在外务工，鲜少归家陪伴。没有子女在身边照顾，老人生活就很随便和简单。而我觉得我可以利用我的厨艺让他们吃得丰富些。”于是，廖永辉和家人敲定了免费为乡村老人煮早餐的公益直播计划。

逐步蜕变的主播之路

“还记得第一次直播时的心情吗？”记者问。

“那怎么忘得了？手忙脚乱，表情僵硬，舌头打结。”廖永辉如此评价自己直播的第一次表现。2023年，在研究了直播流程后，廖永辉注册了“小廖锅”抖音直播账号。同年11月20日，他怀着忐忑的心情开播。不像烧烤摊里与客人面对面共处，如今与自己相对的，是冰冷的手机镜头。廖永辉无所适从，第一次的直播尝试就在慌乱的表现中结束，廖永辉检查直播间观众数，仅有几十人。

“挺失落。不过第一次嘛，不顺利也很正常。”廖永辉坦诚道。此后每次结束直播，廖永辉都会和妻子认真复盘当日的表现：主题不够鲜明，他们就挂上写有“每天免费煮粉给农村老人吃”字样的横幅；表现不够亮眼，他们就拆解头部主播的镜头表现，学习对方的手势、语气和引导词，提升镜头感；直播内容单调，他们就增加与老人的日常交流，讲述村屯曾经的故事，体现更多的人文关怀。

一年多过去，如今的廖永辉在镜头前可谓如鱼得水，“今天是姐的生日，请大家把生日快乐打在公屏上，祝我姐生日快乐”

95后小伙开启乡村公益直播，两年为农村老人送出超两万份米粉

一碗桂林米粉温暖留守老人心



▲廖永辉在烹制米粉。



▲廖永辉给老人们分发香蕉。



▲廖永辉在直播间与粉丝互动。

乐！”“感谢哥送的礼物，祝哥天天开心！”直播间里，廖永辉一边炒菜、颠勺、冒粉、盛汤，动作行云流水，一边边缝插针与直播间观众互动。如今廖永辉直播间粉丝数近2万，高峰时直播在线人数超3000人。

廖永辉说，他坚持食材现买、现做、现直播。十多年的餐饮经验，令他在食材搭配与烹饪细节上有自己的追求——熬制汤底时用猪肉增香、红枣滋补、冬瓜解腻，一碗米粉还得上现煎荷包蛋与手工豆腐脑，再搭配当季水果，这让他端出的每碗米粉都分量扎实、香气扑鼻。吃过米粉的桂局村老人无一不竖起大拇指称赞：“比在城里吃得好多了！”

更难能可贵的是，直播备菜时，总能看到廖永辉切肉，老人们在一旁剥蒜；廖永辉煮汤，老人们在一旁做豆腐酿的温馨画面。他与村里老人，不是单纯的施惠与受惠者关系，更有着邻里互助，在烟火气中相互扶持、陪伴的深厚情谊。

“说实话，没有村里老人对我的支持和关照，我坚持不了这么久。我一直认为我照拂了他们，而他们成就了我。”廖永辉说。2024年一整年，廖永辉休息时间不超过两周。作为努力的回报，廖永辉的粉丝数量稳步上涨，其中不乏真金白银支持廖永辉直播事业的热心网友。

当然，这两年来廖永辉的公益直播事业并非一帆风顺，从直播伊始，质疑与恶意中伤的言论就没有断过。“骂我最多的就是说我利用农村老人博同情挣烂钱，这种评论看得多了，我也难免陷入自我怀疑，觉得有必要继续做农村老人方向的公益直播吗？”

好在廖永辉总会快速调整心态。他告诉记者，全州的一位粉丝大哥曾经对他说，做好事也是讲条件的，只有自己强大了，才能更好地帮助别人。廖永辉深以为然，他说：“老人们实实在在吃了米粉，获得快乐，我问心无愧。只要一坚持做公益，我相信流言自会消散。”

乡村公益的留守陪伴与可持续发展思考

“每次直播我都会提前1-2小时到场，因为知道总会有老人比我来得更早。”廖永辉说。两年公益煮粉，与村里老人朝夕相处，让他对农村留守老人的情

感需求和乡村公益的本质有了更深感悟。

“我的公益直播能做起来，说到底是因为现在大家越来越关注老人的生活，尤其是农村留守老人，他们缺的就是有人陪。”廖永辉说。他冬至炖猪蹄，清明煮牛肉，就是想让老人们能在节日里吃得热闹些、心里暖乎些。直播结束，他还会和家人拎着米面油去看望村里腿脚不便的孤寡老人，让这些老人也能得到关爱。

“有时候老人们不是缺这一口吃的，更盼着能聚在一起说说话、聊聊天。”廖永辉认为自己的公益直播一方面起到聚集农村老人的作用，补充了农村留守老人的情感需求，另一方面为老人子女提供了一个“窗口”——有了廖永辉的直播，这些老人在外务工的子女就能通过观看他的直播了解父母的日常状态，缓解子女的牵挂。

不过，廖永辉对自己的公益直播活动也有清醒的认识，“直播只能缓解孤独，不能替代子女。我自知个人能力有限，只能在力所能及的情况下为农村老人提供帮助，通过直播这一媒介，让更多人关注到农村留守老人这一群体。”

廖永辉告诉记者，公益直播的发展，其优势在于传播快、影响有力、互动性强，但也面临可持续性的挑战。廖永辉给记者算了一笔账：“我每天购买的肉蛋果蔬，花销大概300元，一个月仅物资成本就将近1万元。如果不能有效涨粉，获得打赏，又有几个做公益直播的新手主播经得起这样的前期投入呢？”

在廖永辉看来，尽管做农村公益直播是一件好事，但需要找到更多提升直播质量和拓展内容的解决方案，形成有效的收益模式，比如通过直播带货特色农产品、吸引爱心赞助等方式实现盈利，以此吸引更多年轻人投身到农村公益直播事业中来，真正实现农村留守老人与年轻人返乡创业的双赢。“今年，我也在尝试将免费煮粉服务拓展至大圩镇其他村屯，目前已去过秦岸村和下黄塘村。”廖永辉说。

廖永辉的灶台连着屏幕，一端煮着老人的热乎早餐，一端映着年轻人的返乡可能。当公益直播成为留守老人的“陪伴基站”，乡村振兴的密码也许正藏在这碗热气腾腾的米粉里——不是单向付出，而是让善意在可持续的模式中生长，成为激活乡村的内生力量。

永福中学成功举办

首届心理健康辩论大赛

本报讯(记者周绍瑜 通讯员唐继卉)为积极响应国家关于加强青少年心理健康教育的号召,贯彻落实全区“5·25”心理健康活动要求,永福县永福中学于5月20日至6月3日成功举办首届“思辨心灵,护航成长”心理健康辩论大赛。此活动以思辨形式引导学生关注心理健康议题,提升自我认知与心理调适能力,是学校构建高质量心理健康教育体系的实践。

大赛聚焦人际交往、亲子关系等青少年心理健康前沿话题,各年级代表队在辩论中引经据典,探索应对压力、建立健康人际关系等有效途径,展现新时代青少年理性思辨、关爱心灵的风貌。活动吸引了21个班级1100多名学生参与,从预赛到决赛场座无虚席,最终评选出优胜队伍及最佳辩手。

此次辩论大赛是学校落实相关专项行动计划的创新尝试,变被动接受为主动探索,让心理健康知识内化为学生心理素养,激发自我关爱动力,使心理健康工作“关口前移”。它不仅为学校营造了关注心理的浓厚氛围,更以创新形式丰富心理健康教育载体,提供鲜活校园实践案例,是护航学生成长、培育时代新人的有力举措。

龙胜： 200 多名党员

参加志愿服务活动

本报讯(记者刘健 通讯员李龙芳 黄颖)6月5日,龙胜各族自治县县委直机关工委联合多部门开展以“美丽中国我先行”为主题的2025年六五环境日暨“同心圆梦先锋行”新时代文明实践党员志愿服务活动,龙胜县直机关20余个党员志愿服务队共200多名党员志愿者参加了活动。

活动期间,党员志愿服务队通过文艺演出、“凝聚志愿力量 守护美好家园”承诺签名、鱼苗放流、生态环境宣传、环境综合整治等多项活动形式,身体力行展现生态环境保护成果,积极传播环保理念,用实际行动倡导爱护环境、爱护青山绿水的社会文明新风,践行尊重自然、爱护自然的生态文明理念,引导广大职工群众争做生态文明的传播者和模范践行者。

据悉,自龙胜县直机关“同心圆梦先锋行”党员志愿服务活动启动以来,该县共成立了43个县直机关党员志愿服务队,组织机关党员开展了160余次志愿服务活动。“我们将以本次活动为契机,持续引领县直机关党组织和广大党员干部在围绕中心、服务大局中发挥先锋模范作用,为困难群众解难题送爱心,密切党群关系,为他们点亮微心愿,让党旗在群众身边闪耀。”龙胜各族自治县县委直机关工委相关负责人介绍。

三江乡：

芒种时节耕种忙



梁辉 摄

▲芒种时节，恭城瑶族自治县三江乡栗田村的村民们正抢抓农时开展水稻种植。据了解，今年该乡水稻种植面积达6500亩，机械化耕作与生态种植模式成为亮点。近年来，三江乡依托高山梯田优势，积极践行“两山”理念，推广“水旱轮作+有机肥”模式，既保障粮食安全，又守护生态底色。图为村民利用耕地机进行机械化耕作。

溶江镇：执环境整治之笔

绘美乡村新画卷

本报讯(记者刘健 通讯员林德凯)近日,兴安县溶江镇强化生态环境保护监管力度,进一步明确整治目标、聚焦重点、全面动员,以人居环境小切口,撬动乡村振兴大战略,不断提高农村“颜值”,为广大群众营造良好的生产生活环境。

据悉,该镇依托新时代文明实践活、党日活动等,积极引导党员干部、志愿者成为美化乡村建设的先行者,带头参与人居环境整治,倡导文明新风。按照“以点带线,线面结合”的方式,各村组织村干部、党员、志愿者、公益性岗位人员对各自辖区内主干道沿线、村部周围、河道沟道、非正规垃圾点等重点区域开展集中清理,用自身行动感染群众,引导大家积极参与全镇环境整治作。同时,通过乡村大喇叭、宣传画、宣讲会等,加大垃圾分类、环境保护等科普力度,促使群众养成良好的生活习惯,自觉美化自己的居住环境。

“自打我们村开展移风易俗工作以来,政府干部不仅经常来宣传环保知识,还经常组织村干部、党员、村民代表等带头在村子里面搞卫生。现在家门口也放置了垃圾桶,并且定时清运垃圾,整个村子变得干净整洁起来。”莲塘村村民庄先生说道。

“溶江镇将继续紧扣生态保护部署要求,进一步完善机制、压实责任、强化引导、持续治理,由‘面子’向‘里子’拓展,让环境提升见实效。”溶江镇政府相关负责人介绍。

全州：“小米粉”成就“大产业”

本报讯(记者刘健 通讯员邓琳 沈昊)6月5日,位于全州县才湾“粉业小镇”内的桂林米兰香食品有限公司生产车间里,机器轰鸣,通过技改后的13条生产线马力全开,干米粉日产量达60吨,成为广西目前最大的干米粉生产企业。这是全州县干米粉加工企业技术升级推动产能提升、抢占市场的一个缩影。

近年来,全州县以稻米精深加工为核心,通过技术升级、政策赋能、抱团发展、“工农”联手、借“网”外销等融合发展,探索出一条“小米粉成就大产业”

的振兴路径,为县域经济高质量发展注入澎湃动能。

全州县是全国100个优质商品粮生产基地县之一,全县水稻种植面积稳定在110万亩左右,年产量近40万吨,素有“桂北粮仓”之称,为干米粉加工产业提供了坚实的原料基础。为发展米粉产业,全州县先后出台《做大做强全州米粉产业实施办法》《全州县奖补扶持新型经营主体发展产业工作实施方案》等一系列政策,推动米粉产业融合与产业链延伸夯实了根基。

政府鼓励抱团发展。为把资源优势转化

为产业优势,早在2006年,全州县就成立了干米粉协会,带动全县米粉生产企业严格按照国家食品生产标准和要求生产米粉,发展企业。近年来,随着桂林市实施米粉百亿元产业工程,全州县建立“粉业小镇”,引进40多家现代化规模米粉企业入驻,鼓励、支持企业申报自治区、桂林市重点龙头企业,并不断加大米粉产业产品创新。目前,全州除了干米粉外,还研发出鲜湿米粉、红油米粉、保鲜方便米粉等多元化系列产品。

“工农”联手互惠共赢。作为“桂北