

今天早知道

桂林市歌舞团参与节目《我的家乡最闪耀》 将于今晚亮相2026央视网络春晚

本报讯（记者李思静）中央广播电视总台2026网络春晚将于今晚8点在中央电视台综合频道、中央电视台综艺频道播出。日前，本届网络春晚全阵容公布，桂林市文艺演出有限责任公司下辖的桂林市歌舞团将参与节目《我的家乡最闪耀》的演出。

中央广播电视总台网络春晚由央视网于2011年创办，是总台五大晚会之一，迄今已成功举办十五届，晚会聚焦“网络”与“青春”，致力于打造“最受年轻人喜欢的总台晚会IP”。

据了解，节目《我的家乡最闪耀》邀请了桂林市歌

舞团、河南省青年舞团、吉林省歌舞团、陕西省歌舞剧院等四家地方专业舞蹈院团通过团播这一形式，以自身精湛的专业技巧，结合新媒体端最具标志性的团播包装手段，展示职业艺术传播方式上的新赛道、新场景、新方向。

回忆起节目录制时的场景，《我的家乡最闪耀》节目导演之一、桂林市文艺演出有限责任公司艺术创作部部长周碧告诉记者，尽管录制过程并不轻松，但是大家都对演出投入了饱满的热情。

“网络春晚是一个充满活力、面向全国的广阔平

台，我们希望借助这个舞台，让更多人认识我们桂林市歌舞团，认识桂林。”周碧说。

近年来，周碧和团队把目光投向了线上演出运营，利用“桂林市歌舞团”的IP进行推广。“去年，我们桂林市歌舞团在全国80多个院团的直播比拼中，获得了‘优质院团机构’的荣誉，这也是我们能够登上央视网络春晚的‘敲门砖’。”周碧告诉记者，希望通过这次演出，打开更广阔的演出市场，带动公司下辖的杂技团等演出团体一起“走出去”，把桂林优秀的本土文化展现给广大市民乃至全国观众。

城市表情



玩沙

近日，一位家长带着小朋友在漓江边开心地玩沙子，享受亲子乐趣。 记者周子琪 摄

实用新闻

一个转身看出身体异常

转身，一个日常生活中再普通不过的肢体动作，或可作为疾病早期“探测器”。近期，美国《神经科学年鉴》刊登的一项研究证实，追踪分析老年人转身动作的特征变化，包括速度变慢、弧度增大等，可提前约8.8年识别出帕金森病的发病风险。

德国基尔大学等研究团队在2013至2023年间，借助可穿戴设备追踪1051名参与者的转身动作，纳入933名51~85岁、无帕金森病史的受试者，随访期间23人确诊帕金森病。研究发现，年龄增长会导致转身弧度增大、时长延长、角速度（反映转身速度）减慢。

北京大学人民医院神经内科副主任医师霍阳认为，这项研究的核心价值在于首次将转身动作的变化，纳入帕金森病的前驱期观察体系。她解释道，临床上帕金森病确诊前存在长达5~10年甚至更久的前驱阶段。长期以来，该阶段的识别和筛查主要集中于嗅觉减退、便秘、快速眼动期睡眠行为障碍等非运动症状，对于已存在的、细微的运动功能改变关注不足。此次德国基尔大学的研究，是首个对帕金森病高风险人群纵向评估转身动

作的研究，为预警帕金森病提供了一个客观、可量化的新指标，有助推动更早期的疾病干预与管理。

转身动作异常不仅是帕金森病的早期预警信号，还与身体其他系统病变有关。无论是脑部功能障碍，还是肌肉骨骼劳损，都可能在这一动作中露出端倪。转身不稳、动作变慢，警惕前庭功能障碍。转身僵硬、活动受限，提示核心肌群薄弱。转身费力、伴随疼痛，当心腰髋关节病变。转身无力、协调性差，或为脑卒中后遗症。

专家们提醒，维持转身动作稳定性与灵活性，对于降低多系统疾病风险、守护全身运动功能健康意义重大，具体可遵循以下三步训练策略。强核心，稳定转身的动力引擎。练平衡，重塑身体的协调中枢。勤活动，打破久坐的健康枷锁。首都医科大学宣武医院神经外科主任医师吴浩强调，避免或改善转身异常，最基本也最直接的方式是避免久坐。久坐会导致全身尤其是核心肌群和下肢肌肉流失加快，不良坐姿还会损害脊柱健康，加速腰椎间盘退变，进而影响转身等动作的进行。

据《生命时报》

快讯

临桂两江镇

“迎新春篮球赛”火热开赛

本报讯（记者刘菁 通讯员胡艺）2月7日，临桂两江镇“迎新春篮球赛”在两江飞虎篮球场火热开赛，为当地群众献上了一场活力四射、独具“两江风味”的篮球盛宴。

哨声响起，赛场上球员们精神抖擞，迅速进入状态，传球、突破、投篮的动作行云流水，每一次攻防都牵动着观众的心。赛场上，呐喊声、欢呼声此起彼伏，邻里乡亲相聚观赛，欢声笑语间满是新春的热闹与祥和。

本次比赛从2月7日持续至18日，共吸引该镇17支队伍参加。赛事分为小组循环赛和交叉淘汰赛两个阶段进行。

据悉，此次赛事由两江镇党委、政府主办，桂林银行临桂支行、两江镇便民服务中心协办。这场赛事，不仅点燃了大家的运动热情，更以篮球为纽带，凝聚起邻里乡情，让新春的年味在奔跑与拼搏中愈发浓厚。

大圆盘社区

开展迎新春主题活动

本报讯（记者周子琪 通讯员张婷婷）为进一步提升辖区居民金融反诈意识，守护群众财产安全，同时传承中华优秀传统文化，营造温馨祥和的新春氛围，近日，七星区大圆盘社区精心组织“反诈+做灯笼”主题活动，二十余名居民踊跃参与，共学反诈知识、共迎新春佳节。

活动伊始，从事金融工作的志愿者唐瑛老师带来了一场生动实用的金融反诈科普讲座，她提醒老年居民，面对“稳赚不赔”“高收益低风险”的投资宣传，一定要保持警惕，牢记“未知链接不点击、陌生来电不轻信、转账汇款多核实”的防诈准则，切勿轻信陌生人的诱惑，守护好自己的“钱袋子”。

科普环节结束后，手工做灯笼活动正式拉开序幕。居民们围坐一堂，分工协作、互帮互助，大家一边动手制作灯笼，一边交流心得，现场氛围温馨而欢乐。

此次活动不仅筑牢了社区反诈防护网，守护了居民的财产安全，更拉近了社区与居民之间的距离，增进了邻里情谊，为即将到来的马年新春营造了平安、和谐、喜庆的浓厚氛围。