

# “赘肉换牛肉” 减重挑战赛火了

## 无锡一街道举办新奇赛事超2000人报名

近日，江苏无锡一项“赘肉换牛肉”的体重挑战活动走红，迅速登上热搜。

3月12日上午，活动举办地——江苏省无锡市梁溪区山北街道工作人员向华西都市报、封面新闻记者确认：“是真的，活动从3月20日开始，目前已经有2000多人报名。”

记者注意到，这项体重挑战赛将持续到今年12月31日。2027年1月1日至10日称重兑奖，可以根据减掉的体重，换牛肉、牛骨、牛尾巴、牛内脏、牛舌等，每人最多可用20斤赘肉去换。也就是适度减肥，不能不顾健康地减重。

用用自己减掉的赘肉去换牛肉：1斤赘肉换1斤牛肉或换3斤牛骨，2斤赘肉换1斤牛尾巴，3斤赘肉换1斤牛内脏（含牛百叶等），4斤赘肉换1斤牛舌，多减多得，每人最多可用20斤赘肉去换。也就是适度减肥，不能不顾健康地减重。

**街道办回应：  
已有超2000人报名**

“目前我们后台已经超过2000人报名了，但是现在还在招募阶段，具体的官方数据还没有出来，因为一直在持续地动态更新中。”该工作人员介绍，活动很火爆，还有很多在外地工作、学习的山北人来咨询。“要保障体重数据监测的客观公正，目前还不接受远程线上参与。”

根据招募令，3月20日前，参与者完成线上报名；3月23日至27日，到街道便民服务中心指定地点现场称重、登记初始体重并建立个人减重档案。

“接下来，细则方面也会出一些更具体的规定，包括后续怎么量体重，怎么规范一些规则上的界定，如在活动结束后如何界定参与人员的体重测量和数据对比，都会在后续细则中一一说明。”该工作人员说，活动初衷是希望居民朋友科学地管理体重，增强身体素质，改善精神面貌。

华西都市报·封面新闻记者 谢杰

**“赘肉换牛肉”  
新奇的减重挑战**

减重挑战赛活动正是由山北街道发起，活动很快登上了热搜。网友纷纷打趣，“现在搬到这个社区还来得及吗”“春节吃出来的赘肉也有了用武之地”。

根据山北街道官方微信公众号发布的《“赘肉换牛肉”，一起加油》招募令，活动面向所有社保关系在山北辖区的在职人员。报名条件为BMI（身体质量指数） $\geq 23\text{kg}/\text{m}^2$ ，或女性腰围 $\geq 80$ 厘米，男性腰围 $\geq 90$ 厘米。活动时间为2026年3月20日至12月31日。

这项活动备受关注的是它的奖励规则——赘肉换牛肉。

2027年1月1日至10日为最终称重兑奖期，凡是参加活动的人员可

## 远嫁孙女返程，96岁奶奶寸步不离含泪相送 怕这一走，再也见不到了

远嫁孙女返程，年迈的奶奶寸步不离地跟在身后，哭着说道：“怕这一走，就再也看不见了。”近日，有网友发布了一段离家前奶奶不舍相送的视频，感动了众多网友。网友配文写道：“看见我收拾东西准备离家，奶奶像个小孩一样跟着我。”网友们纷纷点赞评论，“想奶奶了，这画面把我看哭了”“家里老人年龄大了，见一次少一次，分别的时候真的太难过了”。

3月11日，记者联系上当事人陈女士，她表示，奶奶已经96岁高龄，看着满是不舍的奶奶，她心里也十分难过，上前紧紧抱住了奶奶。分别前，她特意替奶奶剪了头发。

陈女士介绍，她远嫁浙江，老家在贵州铜仁，两地相隔近1700公里。因为路途遥远，再加上孩子上学、自己工作缠身，她每年只能回家一两次。

这次回家，陈女士足足陪伴了家人20天，可分别的时刻终究还是来了。

返程当天，奶奶看到陈女士收拾行李，便知晓孙女又要远走，不舍的情绪涌上心头。为了多看孙女一眼，老人寸步不离地跟在她身后，眼眶噙满泪水。

“我发现后，心里五味杂陈，立刻上前抱住奶奶。”陈女士说，奶奶哽咽着说出“怕这一走，就再也看不见了”，瞬间让她破防，心酸与难过涌上心头，眼泪止不住地往下流。

陈女士说，自己8岁起便由奶奶一



分别前，陈女士细心地为奶奶剪了头发。受访者供图

手带大，感情很深。小时候每天中午放学，锅里总会留着奶奶为她准备的炒饭；调皮不听话时，奶奶拿着棍子追着她跑，却从来舍不得真的打一下。“远嫁之后，每次和妈妈视频通话，奶奶总会凑到镜头前嘘寒问暖，叮嘱我好好吃饭、好好工作，总是挂念着我和我的孩子。”

“我也很舍不得奶奶，可生活所迫，不得不离家远行。”离别之际，陈女士细心地为奶奶剪了头发、梳好发髻，还为奶奶备好了满满当当的吃食。

华西都市报·封面新闻记者 李茂佳



民警搜寻4小时后将车队拦停。雅丹派出所供图

## 18辆越野车擅闯罗布泊无人区

### 民警戈壁滩搜索4小时成功拦截

3月10日，甘肃敦煌雅丹派出所经历了一场与时间的赛跑——一支由18辆越野车、28人组成的车队，企图非法穿越罗布泊无人区。所幸民警发现及时，兵分三路在戈壁滩上展开了一场持续4小时的追截，最终在车队进入罗布泊区域36公里处成功将其拦停。3月12日，雅丹派出所所长徐海瑞讲述了事发经过。

#### 网上发现有人要闯罗布泊

徐海瑞介绍，10日上午10时许，民警在日常网络巡查中发现线索，一家越野俱乐部正在组织穿越罗布泊的活动，计划从雅丹附近进入无人区，“这一情况立刻触发了警报——罗布泊地区地形极端复杂，气候瞬息万变，加之属于国家级自然保护区，擅自进入不仅破坏生态，更是拿生命开玩笑。”徐海瑞说。

派出所当即启动联合应急救援机制，民警分为三组同步展开搜索：一组民警驾驶执法车辆从派出所出发，沿玉雅公路向市区方向巡查；一组民警协调组织越野车辆，从市区出发沿玉雅公路向雅丹方向巡查；还有一组民警联系野骆驼国家级自然保护区三垄沙保护站工作人员，在进入罗布泊的关键区域开展巡查。三方合力，只在在车队深入无人区之前将其截停。

#### 戈壁滩上硬核追截成功拦停

茫茫戈壁，要找到一支正在行进中的越野车队并不容易。直到当天下午2时许，好消息传来：第二组巡查人员在进入罗布泊区域约36公里处，发现了正在向无人区深处行进的越野车。民警迅速上前将其拦停。

18辆越野车、28名人员，这个车队的

规模不小。民警询问得知，这支车队由辽宁省辽阳市一越野车俱乐部通过网络组织，在西安市集结后一路向西自驾。

3月10日上午9时许，车队结束在敦煌的两天旅程后，从市区出发驶向雅丹方向，行至S303公路331公里附近时，径离开公路闯入戈壁滩，试图沿“大海道”线路穿越罗布泊前往新疆哈密。

#### 现场普法，叫停穿越行动

“罗布泊地形复杂、气候多变、没有水源，一旦迷路或者车辆抛锚，救援都找不到你们。”现场，民警没有简单处罚了事，而是耐心地向28人普及法律法规，讲解擅自闯入无人区的风险。

在民警的耐心劝说和普法教育下，车队人员意识到问题的严重性，全体人员主动表示愿意配合警方工作，终止穿越行动。随后，在民警的全程引导下，车队安全驶出保护区。

因该车队未经批准擅自进入国家级自然保护区，涉嫌违反相关法律法规，雅丹派出所已将线索移交有管辖权的敦煌西湖国家级自然保护区管理中心，由其进一步依法处理。

警方提醒广大户外爱好者：罗布泊沙漠、戈壁广布，水源匮乏，贸然进入不仅涉嫌违反相关法律法规，还存在极大的安全风险，一旦发生迷路、被困等意外情况，救援难度极大、救援成本极高。希望广大户外爱好者严格遵守法律法规，敬畏自然、敬畏生命，切勿擅自进入无人区、自然保护区等禁止区域，共同守护生态安全和公共安全。

华西都市报·封面新闻记者 曹菲

## 招标公告

因工作需要，现将四川欣闻物业管理有限公司管理范围内的“集团物业服务”项目人员外包服务面向社会公开招标，现公告如下：

#### 一、项目基本情况

1. 招标范围：四川日报报业集团印务公司锦江区三色路288号、梓彩路158号管理区域内生产辅助、车间保洁、保安、厂区保洁、绿化、配电等岗位人员外包服务，具体内容详见招标文件第五章所列范围及要求。

2. 服务期限：合同签订之日起至2026年12月31日24:00时。

#### 二、投标人资格要求

1. 具有独立承担民事责任的能力；  
2. 具有良好的商业信誉和健全的财务会计制度；  
3. 具有《劳务派遣许可证》；  
4. 有依法缴纳税收和社会保障资金的良好记录；  
5. 参加本次采购活动前三年内，在经营活动中没有重大违法违规记录；  
6. 法律、行政法规规定的其他条件；  
7. 信用要求：(1) 投标人不得为“信用中国”网站(www.creditchina.gov.cn)列入失信被执行人、重大税收违法失信主体；(2) 投标人单位及其现任法定代表人、主要负责人没有行贿犯罪记录；  
8. 本次招标不接受联合体投标。

#### 三、招标文件的获取

本项目招标文件采用线上或现场获取两种方式之一，需准备的材料如下：  
1. 营业执照副本复印件；  
2. 法定代表人授权委托书及法定代表人身份证明、法定代表人身份证复印件(正反两面)；  
3. 被授权人的身份证复印件(正反两面)。

注：(1) 以上材料均需加盖鲜章；(2) 若为经独立法人资格授权合法登记注册的非法人分支机构的，则上述第2项为负责人授权委托书及负责人身份证明、负责人身份证复印件(正反两面)。

若采用线上方式获取招标文件的，以上材料均提交扫描件或照片，一并发送至招标人指定邮箱：wangyuyang@qq.com，经招标人审核合格后，向投标人发放电子版招标文件。

若采用现场方式获取招标文件的，收取以上全部纸质材料，并核验被授权人身份证原件。经招标人审核合格后，向投标人发放纸质版招标文件。

#### 四、获取招标文件的地点和时间

地点：成都市锦江区红星路二段70号四川日报报业集团12楼B区集团总经办；  
时间：2026年3月11日至3月19日(工作日上午9:00-11:00，下午2:00-5:00)。

#### 五、项目最高限价：2000000.00元(含税)。投标报价以服务期内总价为准。

#### 六、资金来源：公司自筹

#### 七、投标文件递交地点和时间

投标文件递交截止时间：2026年3月27日上午10点。逾期送达的投标文件，将被招标人拒收，不接受邮寄、电子邮件、传真等其他投标方式。

投标文件递交地点：四川省成都市锦江区红星路二段70号四川日报报业集团12楼B区集团总经办。

#### 八、公告期限：2026年3月11日至3月19日。

#### 九、公告发布载体：华西都市报、消费质量网

#### 十、联系方式：

招标文件咨询联系人：段老师，联系电话：18980757050

#### 十一、异议受理

异议受理联系人：王老师

异议受理地址：成都市红星路二段70号四川传媒大厦

异议受理电话：028-86968222

四川欣闻物业管理有限公司  
2026年3月6日