

数字赋能美好生活

切菜机、蒸馍机、炒菜机器人……

# 智能厨房守护“舌尖幸福”

“以前切菜得3个师傅忙两个小时，现在1台机器、1个人、半个小时就能搞定，还能精准控制菜的粗细长短，太省心了！”在盐湖区凤凰金秋老年公寓的厨房里，厨师长董师傅一边操作着智能切菜机，一边指着刚切好的土豆丝和青菜段介绍。近日，该公寓厨房批量引入智能切菜机、炒菜机器人、蒸馍机等设备，让传统后厨焕发新生机，用科技为老人的“舌尖幸福”保驾护航。

位于盐湖区大渠街道北张村的凤凰金秋老年公寓，始终以提升老人居住幸福感为核心追求。随着入住老人数量增多，传统后厨人力紧张、菜品稳定性不足等问题逐渐凸显。为此，该公寓负责人冯雷振决定推进厨房智能化升级，让科技适配养老餐饮需求。

走进该公寓厨房，智能设备有序运转，烟火气中透着科技感。智能切菜机旁，工作人员只需将洗净的蔬菜放入进料口，根据菜品需求调节刀片速度和输送速度，叶菜便能被切得长短均匀，根茎类蔬菜也能被切成粗细一致的丝条。“老年人口味特殊，叶菜要切得略短才好咀嚼，萝卜丝、土豆丝得粗细适中才入味。”冯雷振笑着说，“以前全靠师傅手工把控，难免有偏差，现在智能设备能精准满足这些需求，还大幅解放了人力。”

谈及智能化升级的初衷，冯雷振坦言：“公寓后厨人手有限，以前遇到员工临时请假，饭菜供应就会紧张。同时，人工做菜，火候、调味全凭经验，同一道菜今天和明天的口感可能都不一样。”如今，智能炒菜机器人彻底解决了这些难题。这台设备兼具手动和自动模式，内置50多道运城风味家常菜菜品程序，工作人员还可自主编辑菜谱存入后台App。

董师傅熟练地在炒菜机器人的操作面板上调参数，从火力大小到锅体转向角度，再到搅拌棒的转动速度，每一项都精准把控。“刚开始操作这台机器时，大家都有点不适应，怕机器做的菜没有‘烟火气’，不合老人胃口。我们就先用水和食材反复试验，用手动模式一点点调节参数，摸索出适合老人的烹饪节奏——火力



▲厨师长董师傅在操作智能切菜机 记者 张国平 摄

要稍缓，避免外焦里生；搅拌速度要适中，防止食材被搅碎，同时保证均匀入味。”董师傅说，经过一段时间的摸索，他已经自己编辑了45道专属菜谱，都是老人爱吃的软嫩口感，从清炒时蔬到红烧肉、炖排骨，每一道都经过反复调试。“现在用自动模式调取菜谱，出来的味道和我手工做的几乎一样，甚至更稳定。”他还表示，智能设备不仅有效填补了人力空缺，更实现了菜品标准化生产，“每道菜的火候、调味、烹饪时间都精准可控，品质稳定了，老人们吃得也更舒心，我们也少了很多顾虑。”

智能蒸馍机的投入使用，同样让后厨效率翻倍。以往蒸馒头，需要1人和面、1人切面揉制、1人摆盘入蒸箱，3道工序环环相扣，耗时又费力。如今，和面环节实现机械化辅助，只需1人看管机器和面，另1人负责将面团摆盘送入蒸箱即可。“以前蒸两锅馒头就得忙一上午，现在效率提升了一半，蒸出来的馒头大小均匀、口感松软，老人们都夸好。”负责制作面点的郭师傅说。

厨房智能化节省下的成本，最终都转化为对老人和员工的贴心保障。冯雷振介绍：“省下来的资金一部分用于优化老人的餐饮标准，增加时令

蔬果和优质蛋白的供应，一部分用于员工技能培训和福利提升，形成良性循环。”他强调，科技不是替代人工，而是让工作人员从重复劳动中解脱出来，有更多精力关注老人的饮食需求和服务细节。

在公寓就餐区，刚端上桌的饭菜香气四溢。78岁的刘大爷夹起一筷子红烧肉，入口即化，连连称赞：“这肉炖得真软和，比家里做的还合胃口，而且每天的菜都不重样，越吃越香。”82岁的薛奶奶接过话茬：“以前有时候菜切得偏大，我牙口不好只能少吃点。现在的菜都做得特别细致，味道也稳定，我们吃得舒心，子女也放心。”

老人们的认可，正是智能厨房最大的价值体现。冯雷振表示，未来公寓还将继续探索智慧养老新模式，在食品安全监管、营养精准配餐等方面深化智能化应用。“养老服务既要用心，也要借力科技。我们希望通过这些智能设备，让老人们吃得更健康、更可口，在公寓感受到家一般的温暖，能安享幸福晚年。”

如今，凤凰金秋老年公寓的智能厨房，不仅让后厨效率大幅提升，更让每一顿饭都饱含温度。科技与养老的巧妙碰撞，正在为这片“夕阳天地”注入新的活力，守护着老人们的幸福时光。

全民反诈 守护平安

## 家长请注意！ 这些针对孩子的 数字陷阱需警惕

如今，孩子触屏年龄越来越小，智能手机、平板成为日常陪伴工具。一些不法分子也将诈骗黑手伸向缺乏辨别能力的儿童，利用孩子的单纯、好奇与顺从心理，通过各种花式套路诱导孩子操作家长手机，悄无声息地转走账户资金。这类针对儿童的数字诈骗隐蔽性强，往往家长发现时，钱款已难以追回，各位家长需提高警惕，认清这些专坑孩子的诈骗套路。

孩子沉迷手游，遇上“热心师傅”可能是骗局。一个10岁孩子在手游中结识自称“游戏大神”的陌生人，对方以免费代练、送绝版皮肤为诱饵获得孩子信任，随后以领取皮肤需实名认证、绑定支付账号为由，引导孩子用爷爷奶奶的手机操作，先后以“验证费”“保证金”“解冻资金”等借口，让孩子多次转账，合计骗走6万余元。不法分子全程耐心与孩子互动，抓住孩子想要游戏福利的心理，一步步诱导其完成转账操作，孩子甚至全程以为只是在帮“师傅”完成简单任务。

课外学习场景，也可能暗藏诈骗陷阱。不法分子会伪装成孩子课外班、幼儿园的老师，备注孩子姓名和班级添加家长微信，利用家校之间的信任套近乎，再以寒假打卡领文具、补课资料续费抵扣为噱头，让孩子用手机按指令操作，谎称“只是确认信息，不用输密码”，实则引导孩子点击转账链接、提供支付验证码，短短几分钟就能转走数千元；还有不法分子冒充书法、绘画兴趣班助教，以孩子作品可参加全国比赛为诱饵，让孩子拿家长手机报名，以“审核费”“制作费”为由诱导，还告知孩子“别告诉家长，学校会报销”，让孩子在隐瞒中完成转账。

孩子喜欢的短视频、社交平台，也是诈骗高发地。不法分子会在短视频平台发布玩具开箱、手办测评视频，伪装成玩具博主私信孩子，称关注转发可免费领手办，需要家长手机登记收货信息，诱导孩子拿家长手机加微信后，再以“防止恶意领取需验证支付账户”为由，教孩子输入支付密码、点击“小额验证”转账，甚至让孩子打开屏幕共享，远程操控家长手机转走数万元。同时，也有不法分子在儿童社交App、学习打卡群伪装成同龄玩伴，以组队拼网红文具、一起领动漫周边为借口拉近关系，再以“付定金拼单、之后退款”为由，诱导孩子偷偷拿家长手机转账或索要验证码。

就连孩子的爱心与荣誉感，也可能被不法分子利用。不法分子会伪装成公益组织工作人员，通过学校周边社群联系孩子，称给山区孩子捐文具可领公益小证书，学校还会表彰，抓住孩子想获得荣誉的心理，引导孩子拿家长手机登记信息，再以“信息验证需小额支付、后续全额退还”为借口，转走家长微信、支付宝余额，甚至诱导孩子绑定银行卡完成大额转账，让孩子在做“有意义的事”的错觉中，成为不法分子的“操作工具”。

这些诈骗套路的核心，都是利用孩子的认知局限和心理特点，避开与家长直接沟通，让孩子成为转账操作的载体。在此，提醒各位家长，要加强对孩子的反诈教育，告诉孩子凡是让家长手机转账、输密码、给验证码、开屏幕共享的，无论对方是谁，一律拒绝并及时告知大人；同时要做好手机支付安全设置，开启转账限额、支付密码和指纹/面容验证，不随意告知孩子支付密码，定期检查手机转账记录和银行卡流水。守护孩子的网络安全，就是守护家庭的财产安全，家校携手，才能让孩子远离数字陷阱。

本版文字 记者 王璐

本版责编 商英 校对 王君

数字应用场

AI赋能提效率

## 私企员工年终“减负”记

年关将至，运城各大企业进入年终总结与新年规划的冲刺阶段，私企员工何墨涵的工作节奏，却与往年大不相同。作为公司年终总结与计划PPT制作的负责人，往年这个时候，她早已陷入海量资料的整理漩涡，而今年，借助AI工具的赋能，年终工作实现了高效“减负”。

“往年，年前半个月就得启动，每天至少有半天扑在总结上，忙得脚不沾地。”谈及过往的年终工作，何墨涵颇有感触。收集各部门上报的资料，按照统一格式逐字逐句修改，再反复与各部门核对内容，光是琢磨总结的

专业话术，就要耗费整个工作流程六七成的精力。在她看来，制作PPT本身并非难事，真正耗时费力的，是资料整理、内容打磨的琐碎过程，往往忙到除夕前，才能完成最终定稿。

今年，何墨涵尝试用AI工具辅助开展年终工作，这一选择让她的工作效率实现了质的提升。给出精准指令后，AI能快速完成资料的初步整理、内容的框架搭建，还能根据企业工作规范，优化总结话术。原本需要半个月的工作量，如今整体耗时缩减了一半，每天投入的时间也大幅减少。

“AI不是万能的，细节处还是要

认真核对。”何墨涵坦言，AI生成的内容偶尔会出现偏差，需要逐字核查、反复校对。即便如此，AI工具依然帮她省去了大量基础性、重复性的工作，让她能将更多精力放在内容的优化和提升上。

从手忙脚乱到从容有序，何墨涵的年终工作变化，是AI技术融入企业日常工作的一个缩影。如今，越来越多的企业员工像她一样，学会借助智能工具赋能工作，在提升效率的同时，也让工作变得更轻松。新春的脚步越来越近，高效完成工作的她，也能拥有更多时间感受年味、迎接新年。