



每天16斤米、8斤肉、30个鸡蛋、20斤水果，做饭6小时

16个外甥又来过暑假了

“宇宙舅舅”：不想下一代的关系疏远，所有付出都值得



龚玲军买菜回家



吃饭是最热闹的



龚玲军和外甥互动

重庆夏日的蝉鸣声中，一栋普通居民楼里传来16个孩子的嬉笑打闹声。这是龚玲军家连续第五年上演“外甥军团”扎堆过暑假的奇观。从清晨6点挑着扁担买菜的舅舅，到深夜2点还在收拾碗筷的舅妈，120平方米的小屋始终充满欢笑。这场看似“甜蜜的负担”，却让无数网友直呼：“这才是童年该有的样子！”更有网友感叹说：“小时候总嫌亲戚烦，现在刷着舅舅家视频哭成狗。”

江西人龚玲军定居重庆后，每年寒暑假接待十几个外甥的夸张场景走红网络，网友们亲切地称他为“宇宙舅舅”，《家有儿女》plus版。“宇宙舅舅”龚玲军表示，人太多了，容易把人记漏！有时候吃饭，还有人在床上睡觉我们都注意到。值得一提的是，从前是16个外甥，今年再加上重外甥和龚玲军自己的两个孩子，队伍即将壮大到21个。

“最初只是想记录孩子们的成长和家族亲情的点滴。”龚玲军回忆道，5年前的暑假，三个姐姐和一个妹妹的16个子女自发来到他的面包店帮忙，孩子们在店里嬉笑打闹的场景让他萌生了拍摄视频的想法。随着视频在网络走红，每年暑假他都

会通过直播分享与外甥们的相处时光，但龚玲军坚决否认有专业团队运作，强调所有内容都是家庭生活的真实记录。5年间，龚玲军的视频账号记录下每个孩子的成长轨迹：从最初需要踮脚够柜台的小不点，到如今能独立完成烘焙的少年；从羞涩内向的新面孔，到主动策划家庭活动的“小主人”。他翻出手机里的照片感慨：“每年都能看到孩子们的变化，有的长高了，有的懂事了，这种幸福感是金钱买不来的。”

面对网友“是否辛苦”的疑问，龚玲军坦言每天要买16斤米、8斤肉、30个鸡蛋、20斤水果，加上5台空调24小时运转，仅食材采购就需700-1000元/天，一天做饭

的时间要花费约6小时。虽然累，但幸好妻子始终全力支持他，妻子认为“家族团聚比什么都重要”。外甥们也用行动回应舅舅的爱：主动承担家务、为舅舅准备生日惊喜，甚至用零花钱给舅妈买礼物。这种双向的亲情流动，让龚玲军觉得所有付出都值得：“我很喜欢外甥们，不想和下一代的关系疏远。孩子们能健康快乐成长，亲情越来越近，就是最大的幸福。”

据大象新闻、极目新闻



龚玲军夫妻和外甥们逛街

预计送客940万人次 航班6.1万架次 重庆江北机场暑运“火力全开”

重庆江北国际机场昨天发布消息，2025年暑运江北机场预计起降航班6.1万架次，同比增长3.2%；旅客吞吐量940万人次，同比增长6.0%。在国内航线方面，各航空公司加大了旅游热门目的地的运力投入，在新疆、西藏、云南、青海、甘肃、内蒙古等热门旅游目的地上增开航班，重庆至乌鲁木齐和库尔勒每日最多达9班和4班，至阿克苏、喀什和伊宁每日最多达3班，至拉萨每日最多达12班，至西宁、昆明每日最多达7班，至呼和浩特、丽江、大理每日最多达5班，至兰州每日最多达4班。前往东北避暑成为暑期的热门选择，重庆至沈阳、哈尔滨、大连、长春每日分别最多达14班、9班、8班和7班。另外，一些新兴的小城市旅游目的地也成为新热点。重庆至延吉、敦煌每日最多达2班，至嘉峪关、海拉尔每日也有1班。

国际（地区）航线方面，今年以来江北机场新开或恢复莫斯科、东京、古晋、高雄客运航线，加密首尔、大阪、曼谷、中国香港客运航线。截至目前，江北机场实际在飞国际（地区）客运航线33条，每周近180个班次，航线网络覆盖北美洲、欧洲、澳洲、中东、日韩、东南亚等地区。目前，重庆直飞伦敦、巴黎、罗马、马德里、米兰、莫斯科、悉尼、迪拜、吉隆坡9条国际航线已开通国际航班通程业务，来渝中转可实现“一票到底、行李直达”的便捷服务。

从7月2日起，澳门航空计划恢复重庆直飞澳门航线，班期为周一、周三、周五，为市民赴中国澳门探亲访友、休闲旅游提供便利。海南航空与西班牙欧罗巴航空于7月1日起正式上线代码共享合作，旅客可享受一站式购票、行李直挂、更加顺畅的转机体验以及更丰富的航班选择。从重庆乘坐海南航空马德里航班，可无缝直达利马（秘鲁）、圣保罗（巴西）、萨尔瓦多（巴西）和巴拿马城（巴拿马）。重庆至拉美航空大通道正式开启。

为满足学生群体暑期出行需求，6月18日至7月17日，重庆江北国际机场还联合美团机

票开展“青春飞扬·渝你同行”活动。活动期间，通过美团机票平台完成学生认证的用户有机会领取最高100元机票补贴。江北机场始发航线可使用50元无门槛机票券；江北机场至延安、遵义、日喀则、黔江、衢州、淮安、普洱、昭通、昌都、常德、喀什、和田、上饶、南通、包头、林芝、嘉峪关、东营18条精品国内直飞航线可叠加使用50元无门槛券+50元精品航线券。该活动持续30天，每日限量领券。

新重庆-重庆晨报记者 郑三波

新闻链接

“渝飞飞”来了！ 重庆江北机场发布萌趣IP形象



昨日，重庆江北国际机场“重庆飞”IP形象正式发布，其名字叫“渝飞飞”，寓意“渝启枢纽新征程，飞伴您畅享”。

重庆江北国际机场相关负责人介绍，“渝飞飞”从上到下都镌刻着重庆机场的“基因”：它的头部造型是一架蓄势待发的飞机，象征重庆民航的腾飞之势；它的面部轮廓勾勒出山的形状，着以两江交汇的蓝绿色调，既呼应“山水之道”的企业文化，又体现山城重庆的灵动气韵。此外，它的服饰细节更是藏满“彩蛋”，身上的反光背心致敬一线的坚守，背上的背包以及肩带化身T3航站楼和跑道的微缩景观，脚下的捷运行鞋则展现了重庆机场高效运行的现代节奏。新重庆-重庆晨报记者 郑三波

警惕“零负团费”“超低价豪华游”

重庆等九地消委会联合发布暑期旅游消费提示



游客在内蒙古兴安盟阿尔山市火车站游玩
新华社发

眼下正是暑期旅游旺季，近日，重庆市消费者权益保护委员会联合青海、内蒙古、四川、云南、陕西、甘肃、宁夏、新疆八地消费者组织，发布暑期旅游消费提示，让消费者旅途行得安心、花得明白、游得尽兴。

九地消委会提醒消费者，出行前多方查阅目的地信息，警惕网络平台上过度美化的图文和视频广告。可同时参考官方旅游指南、权威媒体发布以及游客真实评价。值得注意的是，所谓“零负团费”“超低价豪华游”背后往往暗藏玄机，请谨慎选择。若选择跟团游，请仔细阅读合同上的每一项条款，尤其着重关注行程安排、交通住宿标准、餐饮标准，任何口头承诺都应写入合同，避免事后无据可依。

预订机票、车票时，选择官方平台或信誉良好的代理商。警惕第三方平台捆绑销售的各种“套餐”，看清是否包含不必要的附加服务费用。在旅游地使用网约车时，请确认车牌信息、司机身份与平台显示一致。预订酒店或民宿时，除关注价格和位置外，更要细看用户评价中的真实照片以及卫生、安全、设施状况等关键细节，对宣传页面和订单信息要及时截图留证，警惕“照骗”陷阱。

餐饮购物方面，点餐前，应主动询问价

格，尤其对于时价海鲜、特殊食材等易产生高额费用的菜品，要看清计量单位，避免模糊不清。景区商店、导游带去的购物点，消费者要对导购或导游极具渲染力的说辞保持警惕。特别是在选购昂贵珠宝玉石、药材保健品、地方“特产”时，牢记“多看少动，货比三家”。不轻信“神奇功效”“绝版收藏”“内部价格”等诱导性宣传。

在境外旅游购物时，消费者要尽量亲自参与购物全过程，不轻易委托导游或他人代理购物，谨防个别导游通过代理购物的方式，推荐质次价高的商品。如需导游代购时，也要主动索要购物凭证，以便事后维权。消费后，消费者务必索要正规发票和保留消费凭证。发票是维权的核心凭证，须妥善保管。对于大额消费，如珠宝、药材等，可要求商家在发票上注明材质、等级、重量等关键信息。

此外，消费者还应对新型诈骗提高警惕，谨防景区门口“免费拍照”后索要高额打印费；拒绝非正规场所的“抽奖中大奖”诱饵；对“热心路人”推荐的所谓“地道好店”保持距离。景区游玩时，务必通过景区官方售票窗口、授权在线平台或酒店前台等可靠渠道购票，警惕黄牛兜售的“低价票”“内部票”。

另外，建议消费者在旅行全程养成保留证据的习惯，包括合同、行程单、发票、收据、支付记录、现场照片、视频、录音（如遇强制购物或价格争议时的沟通）、与商家、平台或旅行社的沟通记录等。发生消费纠纷时，首先尝试与经营者进行理性、冷静沟通协商，清晰表达诉求，并保留协商过程记录。若协商无果，可及时拨打全国统一的12315消费者投诉举报热线，也可搜索微信小程序“全国消协智慧315”，或关注当地消协（委）微信公众号进行咨询投诉。旅游相关纠纷也可向文化和旅游部门投诉。

据第1眼TV-华龙网