

今天早知道

围绕文化旅游、康养旅居、餐饮住宿等九大领域

今年广西将举办各类促消费活动超 5000 场次

近日,广西壮族自治区人民政府办公厅印发《2026年广西促消费提质扩容总体方案》(简称《总体方案》)。《总体方案》明确,广西力争全年举办自治区级(含)以上体育赛事 200 场次,带动综合消费 45 亿元;举办“好房子·悦生活”住房促消费活动 100 场以上;实现旅游消费同比增长 8%;到广西旅居养老停留一周以上的老年人达 550 万人次;举办各类促消费活动超 5000 场次,带动综合消费超 5000 亿元。

《总体方案》提出,今年广西将围绕文化旅游、康养旅居、体育赛事、亲子研学、网络数字、入境国际、餐饮住宿、下沉市场、大宗商品等九大领域,开展“策马八桂惠购全年”系列主题促消费活动,打造“商文旅体健居”融合消费新场景,促进全区消费提质扩容。具体来看,在促进文化旅游消费方面,广西将开展“四季主题文旅促消费”系列活动、打造精品旅游产品和线路、举办系列精品演艺活动、开展“文旅+百业”融合拓展活动、实施“广西‘不止有’”文旅品牌推广计划。比如,广西将分季节引导和鼓励 4A 级以上景区分时段推出门票优惠等惠民措施;打造“跟着演艺游广西”“跟着赛事游广西”等品牌;邀请华语乐坛具有广泛影响力的歌手到广西举办个人演唱会等。

在拓展康养旅居消费方面,广西将开展“康养旅居”

主题活动、“福寿八桂”主题活动、“乐享颐年”银发主题活动等一系列活动,特别是在南宁市试点打造 4 个集产品体验、租赁、销售、服务于一体的站式养老服务消费应用场景。在发展体育赛事消费方面,广西将举办国际、国家级高水平赛事,打造广西特色体育品牌赛事活动,举办“好玩好燃 乐购八桂”体育赛事促消费活动。在培育亲子研学消费方面,广西将发布特色研学精品线路,开展亲子特色体验活动和“成长护航”亲子主题活动。在扩大数字新消费方面,广西将开展“数商兴农·桂品网上行”线上促销活动、“丝路云品·东盟好物网购节”、中国—东盟丝路(跨境)电商开放合作主题推介活动等一系列活动。

扩容入境国际消费是一大亮点。《总体方案》提出,除了举办“购在中国 乐享广西”离境退税服务消费季外,广西还将开展“遇见广西·全球引客”“东盟果香·广西优鲜”“中医药入境消费”等主题活动。其中,广西将举办系列水果促销活动,发放“广西东盟水果”专项消费券,开设线上专区;南宁、崇左、防城港等重点口岸城市举办线下水果展销会、品鉴会,邀请东盟国家经销商参与;依托南宁、防城港、桂林、玉林等“中医药入境消费”服务贸易融合发展试点地区,打造中医药文化国际体验基地和跨境康养服务中心,推出面向东盟的中医药健康

旅游精品线路。

在加快餐饮住宿等消费方面,广西将从支持发放通用消费券、发放“餐饮住宿+”消费券、举办广西餐饮文化活动周、举办“魅力广西”餐饮住宿嘉年华活动等方面给予支持。在激活下沉市场消费方面,广西将开展“下沉市场消费季”主题活动、“桂品出乡·电商直播季”主题活动、“丰收八桂·农产品大集”主题活动、“特色民俗消费季”主题活动等一系列活动。其中,今年广西将开展超 100 场县域商业主题促销大集,组织商超百货、汽车家电、餐饮住宿、电商平台等主体联动促销。在释放大宗商品消费潜力方面,广西将开展“智焕生活·惠享广西”主题活动、住房和家装促消费活动、“桂品出乡”主题活动等一系列活动。

根据《总体方案》,广西将重点开展四大品牌促消费活动,并建立“区市县三级联动、财政金融企业协同”的资金保障机制,积极统筹整合各类财政资金;引导金融机构、平台和企业配套让利,形成“政府补一点、平台让一点、银行贴一点、企业折一点”多元投入格局;明确各地市要围绕各大主题组织开展促消费活动,重点消费城市不低于 500 场,其他城市不低于 300 场,确保全年促消费行动取得实效。

据南宁市融媒体中心

城市表情



乐享假期

5月2日,在阳朔县白沙镇遇龙河,游客搭乘竹筏在如画的山水间畅游,乐享假期。
记者李凯 摄

实用新闻

立夏来临 养心护阳正当时

春意渐远,夏气初萌,5月5日是夏季的第一个节气“立夏”。此后暑热渐起,雨水增多,湿热之气常常交织。春夏更替,将“养心护阳”提上了人们的养生日程。

中国中医科学院西苑医院心血管一科主任医师董国菊介绍,中医认为,夏气与心气相通,立夏以后,人体阳气外浮,心火易旺,加之天气炎热,汗出增多,容易出现心烦失眠、口干舌燥等症状;脾胃功能也相对减弱,贪凉饮冷则更易损伤脾胃,导致消化不良、腹泻腹痛。

“春季贵在‘舒’,助阳气生发条达;立夏贵在‘静’,顺阳气外浮而戒躁戒怒。”董国菊说,起居上,春季只需“夜卧早起”,立夏则还需午间小憩以养护心气,使其免受暑热所伤,同时兼顾益气养阴,但需注意“夜卧”最晚不超过 23 时,午时午睡 15 分钟至 30 分钟即可。

暑热既伤心气,又扰心神。中国中医科学院西苑医院主治医师李秋忆说,立夏后气温升高,容易使人烦躁、动怒,静坐冥想、听舒缓音乐等方式能够让人心情平静。静以养心,动则生阳,立夏宜适度运动,但应避免大汗淋漓耗伤阳气。李秋忆建议,选择清晨或傍晚凉爽时段进行散步、八段锦等舒缓运动,以微汗为度。

入夏后,在暑湿之气侵袭下,守护脾胃阳气成了饮食调养的“头等大事”。

“此时饮食切忌贪凉饮冷,应以清淡温软、易消化的食物为主。”湖南中医药大学第一附属医院脾胃病科主任徐寅说,日常可用党参、白术、茯苓、炙甘草搭配大米煮粥,温和补益脾胃。对于不同体质人群,徐寅给出茶饮“小贴士”:肺气虚者可取黄芪、党参以沸水闷泡后饮用;脾虚湿盛者可用炒薏米、茯苓、去心莲子煮水后加入广藿香闷泡饮用;火气偏盛者可用荷叶、莲子、菊花、金银花代茶饮用以清热泻火;肺肾阴虚者可取百合、麦冬、枸杞、生地、五味子代茶饮,帮助滋养肺肾。

立夏时节,民间流传的一些饮食习俗,同样蕴含着丰富的中医养生智慧。

“无可奈何春去也,且将樱笋饯春归。”江南地区有品尝樱桃、青梅、枇杷等“立夏三新”的讲究。上海中医药大学附属曙光医院传统医学科主任婁丹波说,这一讲究正是利用这些食物生津止渴、促进消化的功效来补充体液、消热解暑。

茶则是这一时期“流行”的养心佳品。婁丹波说,我国南方一些地区流传着“不饮立夏茶,一夏苦难熬”的说法,这是因为茶能清心降火、生津止渴,饮茶不仅能补充水分,还能平抑心火。

据新华社

快讯

师大育才社区

协调解决垃圾桶扰民难题

本报讯(记者周子琪 通讯员陈雪倩)近日,七星区七星街道师大育才社区聚焦居民急难愁盼问题,积极协调解决广西师范大学南苑西门垃圾桶扰民难题,用实实在在的行动,提升居民的获得感与幸福感。

广西师范大学南苑西门是小区居民日常出行的重要通道,也是桂林市卓然学校学生及家长接送孩子的出入口,人流量较大。长期以来,该处因垃圾桶定点摆放,导致异味弥漫、垃圾外溢等。为此,辖区居民多次前往社区反馈诉求,期盼能实施“撤桶行动”,让异味不再扰民。

师大育才社区接到居民诉求后,主动牵头联系七星街道办事处、环卫、三里店社区及物业公司等相关部门采取积极措施,顺利完成南苑西门垃圾桶撤除工作。为巩固优化成果,社区还在撤桶初期通过居民微信群广泛发布引导通知,并组织志愿者到现场开展垃圾投放规范宣传与文明习惯引导工作,确保环境整治不反弹。