



餐饮消费开年加速回暖 市场信心逐步恢复

新华社记者

摩肩接踵的排队“长龙”、蒸蒸日上餐饮产业……随着疫情防控政策优化调整，餐饮堂食等线下消费场景有序恢复，带动相关消费回暖向好。国家统计局日前发布的数据显示，2023年1至2月，全国餐饮收入同比增长9.2%。

餐饮消费需求大幅释放

最近，“一桌难求”成了不少消费者就餐的普遍感受。在广州市北京路的“潮发”潮汕牛肉店“长龙”不断，晚6点等位的就有几十桌，到周末这家店日均取号更是近千桌。服务员小跑上菜，直呼“最近客人好像接待不完”。

客流恢复促进营业额增长。2023年1至2月，北京华天所属各品牌整体同比增长约12%。其中，同和居食府、新川会馆同比增长均超过20%。尤其是同和居食府、二友居2月份销售额已超2019年，恢复至正常水平。

为助力餐饮业复苏，1至2月，北京、深圳、杭州多地发放餐饮专项消费券，效果明显。美团数据显示，杭州、宁波、绍兴、深圳、珠海、东莞等城市发放消费券后，餐饮堂食消费同比增速均达到了两位数。除了发放消费券，多地政府还出台政策进一步优化营商环境，包括支持外摆经营、推出“餐饮贷”金融产品等。

餐饮之“小”折射发展之“大”。中国烹饪协会分析，2023年1至2月，全国餐饮收入增速，限额以上单位餐饮收入增速分别较上年同期上升0.3个百分点、0.1个百分点。今年1至2月，全国餐饮收入占到社会消费品零售总额的10.9%，高于社会消费品零售总额增幅5.7个百分点。

中国烹饪协会相关负责人认为，1至2月，在春节假期和助企政策带动下，餐饮消费需求大幅释放，餐饮市场回升明显，为全年发展开了个好头，对于提振2023年消费信心起到了“催化剂”的作用。

新动能“助燃”餐饮业

盆菜、冻冻菜……广州酒家加快预制菜新品研发和产品升级，速冻食品的营收一度是公司第二大收入来源。《2022年中国预制菜产业发展白皮书》显示，2022年中国预制菜市场将达4196亿元，同比增长21.3%，预计2026年市场规模将超过万亿元。

广东省餐饮服务协会秘书长程钢认为，受疫情影响，人们的消费行为和习惯变化，不少餐饮主体“危中寻机”。有的主动调整经营方式，包括创新预制菜等餐饮产品、加强产业跨界融合，叠加新兴消费元素，扩展了商业空间，优化了品牌体验和认知，最终增强消费信任激活市场，以实现更平稳、可持续、良性循环的发展。

包括直播、短视频，数字化渠道和社交分享功能帮助刺激消费需求，吸引更多客流，拉动餐饮消费。“我们通过策划肥肥故事汇、美食推荐官探店等视频，提升品牌热度。”肥肥虾庄董事长柴标说，部分门店一天七八成的客流来自网络平台引流。

更多老字号尝试跨界创新，吃喝与游、演、购等多业态结合，多样新场景丰富消费体验。在陕西，集秦腔演艺、老字号美食、国潮新零售为一体，西安易俗社文化街区的游客越来越多；西安饭庄总店通过陕菜文化体验馆，让顾客沉浸式了解当地饮食文化；老字号企业变身“便民社区食堂”，开启社区连锁新模式。

西安饮食股份有限公司党委书记、董事长靳文平表示，老字号开启多元化发展新篇章是餐饮行业以市场为导向，以消费需求为突破口改革探索的缩影，有助于推动行业发展，提升品牌的社会和经济效益。

新举措稳定行业信心

“要把恢复和扩大消费摆在优先位置”“增强消

费能力，改善消费条件，创新消费场景”……贯彻落实中央经济工作会议要求，各地进一步明确政策，稳定预期。

利企惠民政策持续加码，助推餐饮消费升温。比如北京举行多样餐饮促消费活动；广州陆续出台餐饮扶持政策，对转型升级餐饮企业最高奖励100万元，对营业额增长企业最高奖励200万元；温州围绕降低餐饮业准入制度性成本等，出台提振餐饮业发展信心十条举措。

餐饮业主体信心更足，投资布局加速。不久前，中国（广州）餐饮产业发展大会暨投融资合作交流展上，上百家餐饮企业提出近千个品牌餐饮投资项目意向，既有粤菜、湘菜、川菜、鲁菜等国内主要菜系，又有日料、东南亚菜、中亚菜等国际风味，投资金额超过30亿元。

第三方研究机构艾媒咨询相关负责人张毅说，餐饮行业扩张表明信心逐步恢复，拓展多元，并趋向中高档项目。餐饮行业追求更高质量的品牌发展，为消费者提供更好的服务。

“从宴会、聚餐、商务接待、预制菜等各个方面都能看到餐饮业快速恢复的信号。新模式、新渠道、新技术不断涌现，推动餐饮业向多元业态和品质化发展。”陕西省烹饪餐饮行业协会副会长陈建奇说，也需要注意到由于门槛低，行业竞争加剧，整体利润率较低，原材料和服务成本日益增加，因此要在专业化和产业化方面进一步发力，提高竞争力。

业内人士表示，为了加速餐饮业全面稳步复苏，要持续完善政策支持和引导，推出更符合企业需求和市场预期的帮扶、促消费政策，引导培育龙头企业 and 领军人才，合理化产业布局。同时，既要促发展也要反浪费，既要产品创新也要守好食品安全底线。

(记者丁乐、吉宁、蔡馨逸、李佳旭)
(新华社北京3月22日电)



3月21日，位于诸暨市安华镇工业园区的浙江锦达化纤有限公司数字化车间内，自动化生产设备在生产高品质锦纶弹力丝。近年来，浙江省诸暨市安华镇抢抓数字化产业发展机遇，加大数字化改造力度，积极推进“专精特新”企业的培育，以数字化改革赋能产业转型升级，为经济高质量发展注入强大动能。2022年，该镇数字经济核心产业制造业实现产值4588万元，同比增长57.61%。

新华社记者 徐昱摄



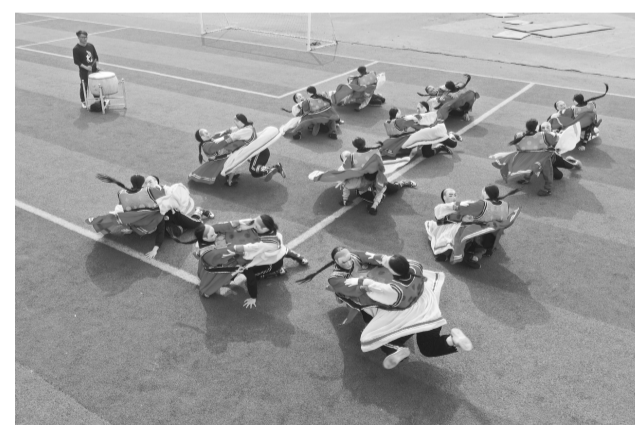
3月21日，两名妇女在沂源县棉花窝中帼共富示范基地内加工制作棉衣。近年来，地处沂蒙山区的山东省沂源县立足实际、发挥优势，积极实施中帼共富工程，在妇联等部门牵头引领下，打造“巧娘”品牌手工棉衣制作特色产业项目，带动妇女居家就近就业增收。目前，沂源县已成功孵化手工棉衣制作中帼共富示范基地3处，辐射带动中帼共富微站50余处，为1000多名妇女提供就近就业岗位。

新华社记者 朱峰摄



3月20日，青岛水务百发海水淡化厂工人对水源地抽水泵房进行环境监测。近年来，山东省青岛市积极发展海水淡化产业，通过兴建海水淡化规模化应用基地，将淡化水接入市政管网等举措，有效补充了当地水资源。目前，青岛海水淡化项目总规模超过每日30万立方米，主城区居民生活用水近十分之一来自淡化海水。

新华社记者 李紫恒摄



3月20日，隆化县职教中心学生在练习国家级非遗项目“二贵摔跤”（无人机拍摄）。近年来，河北省承德市隆化县积极开展“非遗进校园”活动，将“二贵摔跤”等特色非遗项目引入课堂，定期邀请非遗传承人走进校园，进行传统文化授课和培训，使学生亲身感受非物质文化遗产的无穷魅力和特有的文化价值，让传统文化薪火相传。

新华社记者 金良快摄



在广州的广汽传祺智慧工厂总装车间，机器人手臂在安装汽车玻璃（3月20日摄）。近年来，广东通过不断推进智能化、数字化改造走向制造业尖端。在工信部发布的智能制造示范工厂中，广东示范工厂的数量也居于全国前列。截至目前，广东规模以上工业企业达6.7万家，高新技术企业达6.9万家，均保持全国首位。

新华社记者 邓华摄



贵州： 万亩樱花春日绽放

3月21日，游客在贵州省贵安新区樱花园赏花观光。

近日，贵州省贵安新区樱花园内的2.4万亩樱花竞相绽放，如雪似霞，吸引游客前来赏花观光。

新华社记者 杨文斌摄

粤港澳大湾区经济总量突破13万亿元人民币

新华社广州3月22日电（记者 孙飞 孟盈如）粤港澳大湾区统计部门日前相继公布2022年经济数据。数据显示，2022年粤港澳大湾区经济总量超13万亿元人民币，综合实力显著增强，朝着建成国际一流湾区和世界级城市群的既定目标加速前进。

中山大学区域开放与合作研究院院长毛艳华说，面对“三重压力”，大湾区经济持续稳健发展，显现区域市场的活力和高成长性。伴随进一步开放、创新、国际化，大湾区成为构建“双循环”新发展格局的重要桥梁。

《粤港澳大湾区发展规划纲要》印发4年多，交出一份沉甸甸的成绩单：广东省统计局数据显示，2022

年大湾区内地9市地区生产总值104681亿元人民币；香港特区政府统计部门公布的数据显示，香港实现地区生产总值28270亿港元，按2022年平均汇率折算，约24280亿元人民币；澳门特区政府公布的数据显示，澳门实现地区生产总值1773亿澳门元，约1470亿元人民币。由此，粤港澳大湾区经济总量超13万亿元人民币。

夜景卫星图上，珠江入海口这片灯光分外璀璨的区域，是中国开放水平最高、经济最具活力的区域之一。在世界版图上，粤港澳大湾区与美国旧金山湾、纽约湾、日本东京湾并称为世界四大湾区。

近年来，在粤港澳三地和有关部门有力推动下，大湾区建设热潮澎湃，为港澳发展拓展新空间，注入新动能，不断丰富“一国两制”实践新内涵，彰显“一国两制”生机活力。

大湾区正展现大前景、大空间。2022年底，粤港澳三地政府联合举行粤港澳大湾区全球招商大会，现场达成合作项目853个，投资总额达25万亿元人民币。广东省政府在年初的政府工作报告中提出，2023年广东经济社会发展主要预期目标为经济增长5%以上，其中大湾区内地9市的目标增速多高于此；香港特区政府此前预计香港2023年增长介于3.5%至5.5%，一些机构预计澳门经济也将实现反弹。

世界睡眠日：睡不着、睡不醒都要警惕

新华社记者 侠克 谢喻

睡眠同每个人的生活息息相关，睡眠质量的好坏更是直接影响着一个人的精神状态和身体健康。2023年3月21日是第23个世界睡眠日。当前，许多人被失眠、睡眠不足等问题困扰，生活质量受到严重影响。出现哪些症状意味着睡眠障碍？长期的睡眠不足对人体有哪些危害？如何获得高质量的睡眠？记者采访了多位医学专家。

北京友谊医院耳鼻喉头颈外科主任医师朱梅介绍，失眠是最为常见的睡眠障碍。要判断是否患有失眠，首先要看入睡是否困难，若入睡潜伏期超过30分钟，一整夜觉醒的次数大于等于2次，存在早醒和睡眠质量下降等情况，或者总睡眠时间少于6个小时，就意味着存在失眠问题。“长期失眠会导致白天精力不足、思考困难、注意力难以集中或者情绪不稳定、焦虑、抑郁等。还会造成自身免疫系统功能下降，对疾病的抵抗力降低，增加糖尿病、肥胖、高脂血症的患病风险。”

失眠的原因有很多，要根据不同个体的情况来判断。朱梅说，最常见的就是精神原因，比如精神紧张、焦虑、抑郁、恐惧、兴奋等；其次还有躯体因素，比如患有疼痛、鼻塞、咳嗽或频繁起夜等问题；另外生活环境、生活方式的改变也会导致失眠，服用某些药物或者脑部病理性因素与失眠都有可能存在直接关系。

北京安定医院临床心理中心副主任医师孟繁强表示，想要拥有良好的睡眠体验，规律作息很重要。孟繁强建议，每日坚持规律作息，久而久之形成自己的生物钟是保障睡眠质量的关键。失眠患者尽量不要因为夜晚睡不好或睡不够而在白天过度补偿，白天应增加光照时长，在室内尽量拉开窗帘，享受自然光，多参与户外活动。如果入睡很快，但经常早醒，需要警惕是否出现了情绪问题，建议寻求专业医生的帮助。

北京安定医院抑郁症治疗中心五病区主任沙莎

说，随着社会生活节奏不断加快，竞争压力逐渐增大，慢性睡眠生物节律紊乱导致的失眠也逐渐增多。表现为入睡困难、多次觉醒、睡眠不足或睡眠时相紊乱等非生理性睡眠。通俗来讲就是总体睡眠时间正常，而因为白天睡得多，夜晚出现失眠情况，在青少年、工作压力大的人群以及中老年人中多见。“建议此类人群以调整睡眠分配为主要目标，白天尽可能保持觉醒状态，增加运动、工作等能量消耗，白天睡眠时间控制在半小时以内，把睡眠集中分配于夜晚。”

需要注意的是，睡眠时长存在个体差异，但凡事都有个“度”，睡眠过多也会出现健康问题。孟繁强介绍，夜间打鼾，尤其是伴有呼吸暂停的人，睡眠质量会明显变差，也会导致睡不醒；另外，患有抑郁症的人群，也会出现睡眠过多、睡不醒的症状，如果长期睡不醒且有明显的情绪问题，建议及早就医检查。

(新华社北京3月20日电)