

观点
扫描

昂扬奋发的时代画卷里，“每一个平凡的人都作出了不平凡的贡献”。向着春天进发，朝着梦想奔跑，新的答卷正在书写。

新春伊始，新建重大项目火热开工，抢抓“开门红”；人勤春早，春耕备耕由南向北次第展开，“希望的田野”春潮涌动；窗口单位，热情、便捷、高效，努力提供优质服务……春节假期后的首个工作日，人们满载着节日的祝福和积蓄的力量，以更加饱满的精神状态开启了新的奋斗。

习近平总书记在2024年春节团拜会上强调：“甲辰龙年，希望全国人民振奋龙马精神，以龙腾虎跃、鱼跃龙门的干劲闯劲，开拓创新、拼搏奉献，共同书写中国式现代化建设新篇章。”流动的中国活力十足，奋跃而上；忙碌的身影干劲满满，马不停蹄。经济暖流涌动，发展脉动强劲，奋力推进中国式现代化的万千气象和奋斗图景，正在神州大地铺展开来。

一年之计在于春。昂扬奋发的时代画卷里，“每一个平凡的人都作出了不平凡的贡献”。向着春天进发，朝着梦想奔跑，新的答卷正在书写。让我们以团结凝聚力量，以奋斗铸就伟业，众志成城同心干、撸起袖子加油干、久久为功扎实干，共同创造更美好的明天。

向学笙 来源：《人民日报》

向着春天进发 朝着梦想奔跑



春节消费的亮丽成绩单，展现的是温暖的人间烟火，也从一个侧面印证着，中国经济韧性强、潜力大、活力足。

文旅市场火爆出圈，国内游、出境游、入境游多点开花；春节档电影票房创历史新高，各影院长假期间座率不断攀升；逛市集、赏花灯、看演出等传统文化消费的氛围日渐浓厚，彰显文化特色……这个春节假期，我国消费市场持续火热。

节日消费是观察消费趋势的重要窗口。14亿多人口的超大规模内需市场，加上春节吃住行游购娱等需求显著增长，带动节日经济不断升温。从线下到线上，从城市到乡村，买年货、赏龙灯、舞龙舞狮、观民俗、游园会……随着甲辰龙年大幕在8天“加长版”春节期间拉开，春节火热的消费场面烘托出浓烈的新春气息。升腾的烟火气息、丰富的消费场景、高涨的消费热情，不断释放的内需潜力，进一步印证了中国经济的韧性与活力。

数据是消费市场的直观反映：支付宝平台数据显示，8天长假期间，平台上用户境外消费金额同比增长140%，其中，东南亚地区受免签政策

推动，消费金额同比激增580%。携程发布的报告显示，春节期间，国内游、出境游、入境游订单同比均大幅增长，并超2019年同期水平；国内景区门票订单同比增长超六成，境外景区门票订单较2019年增长超130%。

根据去哪儿平台统计，春节期间，中国游客的足迹涉及全球100多个国家，旅游订单覆盖全球1700多个城市，国际酒店预订量同比增长4.7倍，国际机票预订增量高达14倍……透过这些数据，我们可以更加清晰地感受到春节消费的红火态势。

内需是经济发展的基本动力，扩大消费是满足人民日益增长的美好生活需要的必然要求。春节期间的消费盛况，是中国经济大海之上的一朵浪花，反映的是中国经济如大海般广阔的市场前景和巨大的内需潜力。从经济发展规律来看，大国经济的特征都是内需为主导、内部可循环。消费是最终需求，是畅通国内大循环的关键环节和重要引擎，对经济具有持久拉动力。

当前，我国消费市场呈现恢复增长态势。我国有14亿多人口，人均GDP超过1.2万美元，有世界上最具潜力的超大规模市场，消费发展长期向好的基本面没有改变，消费提质升级的大趋势没有改变。春节消费市场的红火再次启示我们，我国消费增长空间广阔，我们完全有基础、有底气不断把中国市场蕴含的消费潜力释放出来。顺应发展趋势，丰富市场供给，创新消费场景，激发消费潜能，定能更好满足人民群众对美好生活的向往，让高质量发展引擎更强劲、活力更充足。

甲辰龙年至，新年胜旧年。春节消费的亮丽成绩单，展现的是温暖的人间烟火，也从一个侧面印证着，中国经济韧性强、潜力大、活力足。2024年是新中国成立75周年，是实现“十四五”规划目标任务的关键一年。即将召开的全国两会将亮出全年发展新目标，未来一年的谋划与部署、改革与奋斗将带来更多希望与憧憬。

徐江 来源：《北京青年报》

月均超千元，年轻人花式养生莫跑偏



年轻人养生虽好，也要尊重医学本身的规律，尽可能选择正规的医疗机构和保健品，并养成更加健康的生活习惯。

据《工人日报》报道，现在有不少“脆皮年轻人”开始迷恋养生，理疗、推拿、保健品、泡脚包、热敷贴等，各种花样一应俱全。有的年轻人月均养生账单甚至超千元，养生投入已经成了生活必不可少的一项大额开支。

年轻人花式养生，原因也很多。首先是快节奏、长期伏案、加班频繁的写字楼职场生活，让很多年轻人长期处于一种“亚健康”的状态。其次，年轻人的健康理念也开始转变，对自己的头疼脑热、腰酸背痛更加关注。

这当然也是一种进步，年轻人“承认”自己的健康问题，这对于疾病的防治、生活质量的提高都是有意义的。

此外，逐渐完善的社会保障体系，也让花式养生成为可能。比如，有的公立医院按摩科可以纳入医保报销，这让年轻人的养生成本大幅度降低。

多重因素促动下，养生已成为年轻人之间的热门话题。但很多花式养生中，也免不了心理安慰、自我欺骗的成分。而这种“安慰剂”也会产生副作用，即让年轻人有了一种“可以花钱买健康”的错觉。

此前就有媒体报道，一款名为“熬夜水”的产品成为年轻人养生新宠，宣称可以清火护肝，帮助人们熬夜后“回血”。但专家称其只是熬夜后的心理安慰，并没有什么实际效果。

可见，年轻人如果太过依赖花式

养生，恐怕非但不能改善健康状况，还有可能被包装得天花乱坠的养生产品割了韭菜。

所以，年轻人养生虽好，也要尊重医学本身的规律，尽可能选择正规的医疗机构和保健品，并养成更加健康的生活习惯。

鉴于年轻人当前存在的养生焦虑，相关机构也都应当有所回应。比如，医疗机构可适当配比针对年轻人而开设健康门诊。市场监管部门也应当针对市场上各类养生产品加强巡查。

总之，年轻人热衷养生，确实是一种健康理念的进步，但也要避免盲目跟风，“花式养生”只有变成“科学养生”，才能真正强身健体。

柳早 来源：《新京报》