

东莞春节氛围拉满 消费市场热闹喜庆

文/图 胡蝶



各色年花竞相绽放

近期,在东城万达广场,一只只身高数米的巨型“萌兔”充气玩偶吸引了不少市民前来打卡拍照,这些呆萌的兔子不仅艺术感十足,也将迎接兔年新春的氛围感拉满。

春节是中国的传统节日,也是居民消费的旺季,随着兔年春节脚步的临近,东莞各大商超市场的年味儿也渐渐浓了起来。春节前夕,笔者走上街头,捕捉东莞消费市场迎接新年的热闹画面。

A 各大商超开启“年货”模式

“过年的仪式感肯定是从买年货开始了。”来自湖南的李女士表示,今年是她第一年留莞过年,往年本该在老家准备的各类年货,今年也一样不落地买齐,“出门在外更需要满满的仪式感”。在她的购物车里,除了灯笼、对联之类的装饰品,还有包装喜庆鲜亮的各类饼干糖果以及腊肉腊肠。李女士表示,趁快递行业还没放假,要将这些东莞特色美食寄给远在湖南的家人,共享“年味”。

喜庆红火的兔年“年货街”焕新亮相,红灯笼、春联、福字等应节饰品洋溢着节日的氛围,腊肉、火腿、香肠等美食一应俱全……笔者在东莞一家嘉荣超市看到,商家从环境布置以及年货准备两方面着手,营造出浓厚的新春氛围。为满足市民对年货礼品的采购需求,该超市还特别精选了多款年货礼盒摆在柜台最显眼的位置,涵盖生鲜、休闲零食、酒水饮品等。各式年货礼盒在店内进行陈设,外加富有年

味十足的包装设计,无论是走亲访友还是家人团聚,都是不错的选择。

“买年货的人一天比一天多,这样的购物热情是平常没有的,今年超市引进了更多受大众喜爱的高颜值新品,比如巧克力、红酒以及一些网红商品礼盒,受到年轻消费者的喜爱。”工作人员表示,糖果、坚果、饼干、酒水等依旧是热销的年货。此外,在疫情防控政策优化的当下,口罩、消毒用品等抗疫防护用品也吸引了不少消费者采购。

“作为本土龙头零售企业,嘉荣超市将发挥好主渠道渠道的作用,全力做好保供工作,加大物资储备,保障生产安全、经营安全、食品安全,保障生活物资供应充足、物价平稳。”嘉荣超市负责人表示,目前其旗下100多家门店已开启“年货”模式,在保障市场供应的同时,打出了线上线下促消费组合拳,以带动年货市场消费,为消费者春节购物营造良好环境。



商超装扮一新迎接兔年春节



蝴蝶兰是东莞市民最爱年花品类之一

B 新春前夕花市氛围回归

广东的迎春花市又称年宵花市,是独具岭南特色的民俗景观,是春节不可或缺的重要组成部分。在广东地区有“逛花街过大年”的说法,不少家庭春节期间老幼齐上阵,感受浓浓年味儿。连日来,东莞各镇街宣布重新启动迎春花市,以崭新的姿态迎接新一年的到来。

行花街、挑飘花,东莞人的新年传统也少不了逛花卉市场,挑选中意的年宵花。在东城石井附近的花市,花店老板们正忙于接待挑花的客人,工作人员忙着给不断运来的新花进行打理修剪,不少市民游客在鲜花展位合影留念,脸上欣喜之情溢于言表。在该市场,年宵花卉的主要代表有年桔、蝴蝶兰、大花蕙兰、朱顶红、水仙、风信子等,在五彩斑斓的鲜花中,蝴蝶兰凭借着细腻柔美的身形和绚丽多姿的外表“C位出道”,放眼望去,宛如一只只蝴蝶停靠在花枝之上,吸引市民选购。

“今年蝴蝶兰比较走俏,红色系列非常抢手,店里已经所剩无几,进货量最多的还是年桔。”市场上一位周姓店主表示,今年年宵花卉在价格方面比往年略有增长,蝴蝶兰单株售价在20元至40元不等,主要依据品种品质而定,年桔则根据盆花大小售价在60元至380元之间。剪枝、配色、插盆、捆扎……该店主连日来每天从早忙到晚。除了主流的年宵花,店内还有其自己种植主推的一些花,品种繁多,能够满足本地及周边市场消费者新年用花需求。

“老板,‘金玉满堂’给我找一盆饱满些的。”市场上一位顾客正忙着挑选年花,其手中名叫“金玉满堂”的植物是由一串串红色的果实组成,在绿叶的衬托下,显得热烈而又喜庆。据店主介绍,这个品种的年宵果果实经久不易脱落,因为好养以及颜色艳丽而被市民喜爱。

说起广东人的花街,可谓是

集好意头之大成:金玉满堂、金枝玉叶、步步高升、开运竹、富贵竹、五代同堂……如果没有专业人士解释,仅从字面根本无法猜透具体是哪一种植物。

据了解,连日来,东莞各镇街都宣布恢复传统迎春花市,熟悉的年味儿花香将以崭新的姿态向市民走来。其中长安迎春花市于1月12日至21日在锦绣路和西安路举行,为期九天,开放时间为每天9时至21时,花市展区总面积达10000平方米;麻涌迎春花市于1月7日至21日举行,设置在大步创新五路;厚街镇迎春花市1月10日开幕,首次在广东现代国际展览中心举办,市民乘坐东莞地铁到会会展中心站,出站就能逛花市。

除此之外,今年东莞多地还将举办迎春花市和生肖“兔”为主题的大型花灯,届时,市民可以约上家人朋友一起去逛花街、挑飘花、过大年。

东莞发3000万元“红包”刺激消费

羊城晚报讯 记者李洪宝、通讯员莞商宣报道:临近农历新年,东莞各大商圈在元旦消费回暖的基础上,纷纷加大促销力度,迎接农历新年,市民消费热情日趋强劲。与此同时,东莞还将结合春节、元宵等重要消费节点,发放3000万元消费券,助力市民放心消费。

春节前夕,东莞各大商圈已经开启了春节消费热潮:打折促销信息随处可见,露营+餐饮、露营+零售、露营+体验等新潮玩法也在不断吸引消费者加入。

据介绍,春节前后,东莞重点商贸企业拟组织开展超过100场不同主题的促销活动。其中,民盈·国贸城人气活动将以“金兔迎春福气盈门”为主题,开展醒狮贺岁迎新、花灯长廊猜灯谜送好礼等具有新春特色且精彩纷呈的活动,以丰富的形式吸引顾客,为广大市民营造新春佳节的浓厚氛围。

为助力市民过好春节,除组织商超企业推出各种消费活动外,东莞还结合春节、元宵等重要消费节点组织了系列“乐购东莞”促销活动,组织发放3000万元消费券,包括1400万元“春节红包券”、1100万元“开工利是券”、500万元“美团新春餐饮消费券”等。其中“春节红包券”和“开工利是券”均可通过“乐购东莞”微信小程序报名抽奖领取,单张消费券面值最高为200元。

此外,春节前后,东莞还将推动各镇街(园区)拟组织开展约45场促消费活动,经费累计投入约1800万元,营造浓厚的消费氛围。

健康过大年 预防“节日病”

兔年春节马上就要到了。春节是一年里最重要的节日,走亲访友、聚会娱乐、熬夜守岁……一系列活动难免使我们的饮食和作息规律发生变化,也容易让“节日病”找上门来,例如消化不良、急性肠胃炎、感冒等。

对此,医生提醒,市民开心过年的时候,也要预防呼吸系统、消化系统等方面的疾病发生,同时应尽量保持规律作息,注意身心健康。

BV 怎么预防才有效

过年期间,东莞气温较低,陆振如介绍,从往年的情况来看,医院急诊科春节接诊的呼吸系统疾病患者最多。“冬春季急性呼吸道传染病高发,而今年新冠、流感、细菌性肺炎等呼吸道传染病合并感染的概率大大增加。大家在重视新冠病毒疫苗接种的同时,也不能忽视其他急性呼吸道传染病的预防。”

他建议,春节期间,市民应当关注天气情况,及时增减衣物,注意防寒保暖。特别是背部、腹部、颈部、手足等部位更要注意保暖,防止寒邪入体而诱发疾

病。“如果身体出现不适,应该及时到医院就诊。”

“今年国家建议尽量不举办、不参加大规模家庭聚集活动。”他提醒,市民前往公共场所时,也应当佩戴口罩。

另外,由于近段时间天气较冷,不少市民家中也开了空调取暖。陆振如表示,开暖气时温度不宜设置得过高,可将温度调到24℃-26℃,以免室内外温差太大,外出后引起感冒等呼吸道疾病。需要注意的是,市民也应当避免长时间待在空调房里,开空调一段时间后应当开窗通风透气,多饮水。

CV 怎么休息才最好

除了消化道、呼吸道疾病之外,春节也有部分心脑血管、糖尿病、哮喘等慢性病患者会因等突发症状或病症加重到院就诊。

“有些老人可能会因为忙于过年而忘记吃药或服药,也有人过年期间心情过于激动,诱发血压升高、心脏不适或头晕等。”陆振如表示,慢性病患者应注意保暖,避免因受凉造成血管收缩,诱发血压升高等相关疾病。同时,应当按时吃药,并监测血糖、血压等相关指标。“患有慢性病的老年人,还应当保持心平气和、心情舒畅。”

此外,放假期间,脱离了平常紧绷的工作学习状态,不少人可能会选择宅在家里看电视、玩手机、打游戏等方式放松,甚至熬夜狂欢。对此,陆振如建议,长假期间市民也应当保持规律的作息,劳逸结合。

“作息不规律会导致生物钟紊乱,这样节后恢复工作后很可能调整不过来,造成注意力无法集中、工作效率低下。”陆振如告诉笔者,作息不规律比较严重的

还可能引起失眠或引起代谢异常,从而诱发内分泌、肠胃系统方面的疾病。

他建议,春节期间,市民可以选择健康的方式放松,例如和亲朋好友外出走走、聊聊天,或是学习自己感兴趣的知识,阅读一本好书。天气好时也可以多走出家门,进行适当的户外活动。(文/图 姚梓婷)

松山湖中心医院 心血管病 诊疗中心 大楼启用

东莞市松山湖中心医院心血管病诊疗中心大楼日前正式启用。作为东莞市心血管病研究所挂靠单位,东莞市医学会心血管病分会主委单位,多年来,松山湖中心医院在东莞心血管病诊疗领域地位独特,而心血管病诊疗中心大楼启用,更其在此领域的发展打开广阔空间。随着新大楼启用,东莞规模最大、设备最齐全、开放床位27张的心脏重症监护病房(CCU)也正式亮相,助力医院进一步提升心血管疾病的救治能力。

记者了解到,CCU配备有中央监护系统、有创呼吸机、无创呼吸机、心肺复苏仪、快速血气分析仪、高流量氧治疗仪、血流储备分数测定仪、便携彩色超声系统、ACT检测仪等先进设备,能提供更精准的心脏检查和诊断。CCU还拥有了一支专业基础扎实、能熟练运用各种先进仪器设备、技术精、责任心强的救治团队。“CCU投入使用后,心血管内科跨入了新发展阶段,学科建设将迈上新台阶。”心血管内科主任兰军说。

在心血管病诊疗中心大楼启用后,松山湖中心医院心血管内科三大病区全面升级,除CCU(心脏重症监护一区)之外,还有分别位于大楼7层的心内科二区和8层的心内科三区,护航群众“心”健康。

心血管病诊疗中心大楼启用后,东莞首家心脏康复中心也宣告成立。心脏康复中心位于新大楼6层,由心内科副主任毛颖牵头,心内科高年资医师、康复护士、运动康复治疗师、营养师、心理医师、中医、针灸师及临床药师等组成康复团队。

毛颖表示,接下来,医院将大力开展心脏康复工作,力争推动区域内心血管疾病预防——治疗——康复的一体化建设,建设成为东莞地区新标杆,更好满足心血管病患者的康复需求。(文/姚梓婷)



丰盛的年夜饭是家家户户过年的“标配”(资料图)

AW 怎么饮食才健康

春节期间,无论是就地过年还是回家和亲友团聚,都少不了吃吃喝喝,但如果太过放纵,也容易给胃肠道造成过重的负担。东莞市人民医院红棉院区消化内科主任陈桂权介绍,每到长假,不少人都会出现“节日病”,特别走亲访友聚餐时,如果暴饮暴食、饮酒过量、饮食油腻,就很容易引起各类胃肠道以及肝胆方面的问题。

陈桂权表示,“节日病”较常见的症状是不同程度消化不良,比较轻微的有腹胀、暖气、打嗝、反酸等。若是过度饮酒、

摄入太多刺激性食物还可能引起急性胃炎,对于一些既往有胆囊结石、胆囊炎患者,如果吃多了高脂肪食物或饱餐,也可能会导致疾病发作。此外,若大量饮酒,也可能导致急性胰腺炎。

据东莞市中医院急诊科医师陆振如介绍,每年过年期间,急诊接诊的消化系统疾病患者比平时明显增多。“年夜饭加上过年期间的各种聚餐、应酬,饭菜总是大鱼大肉,油腻、辛辣的食物也多,比较容易引起胃痛、腹胀、呕吐、拉肚子、急性肠胃

炎等症状。”陆振如表示,如果本身肠胃功能较差或是有慢性胃肠疾病、胆囊炎、胆结石病史的,发病概率更高。痛风患者,过年饮酒过多或摄入海鲜等高嘌呤食物,也很容易导致痛风发作,引起关节剧烈疼痛。“另外,春节期间因为醉酒来就诊的人也不少。”

“春节聚餐增多,定食定量、减少刺激性食物能在很大程度上减少与这些因素相关的胃炎、消化不良等症状的发生。”陈桂权说,对于一些轻度不适,市民也可先自行调理。“比如饮食不当造成腹胀、腹部隐痛、拉肚子等,也可以从调整饮食方面进行调节。”此外,无论家里人多人少,春节期间,一桌子饭菜很容易产生剩菜剩饭,通常需要几天才能吃完。专家建议,除在做菜时要适量避免浪费外,剩菜的储存和分类也有诸多注意事项,盘中锅里剩下的食物放入冰箱储存之前最好放入密封容器中,第二天吃的时候要热透;肉类、淀粉类食物可以储存后继续食用,没吃完的蔬菜最好丢弃,不要放置过夜。



腊肠是节日餐桌的“常客”(资料图)