



# 疫情后,上海年轻人生活方式悄悄改变

随着上海本轮疫情基本结束,城市恢复了往日的热闹,安福路、武康路等“网红打卡点”又聚集了大批时髦的年轻人;展览馆、电影院等文旅场所也恢复了客流。不同的是,在经历过疫情封控后,一些年轻人的生活方式悄然发生了改变,有人培养了抵抗风险的意识,开始“囤货”、整理应急储备,消费更崇尚“极简”;有人习惯了自己做饭和在家锻炼,生活更加健康、规律;也有人意识到没有疫情的日子十分宝贵,把过去“摸鱼”的时间用来培养爱好,让平淡的生活更有意义。

## 这届年轻人学会了节俭和“囤货”

新冠肺炎疫情期间,“团购”和“囤货”成了网络热词,不少年轻人直呼,终于理解了自己的祖辈为何如此节俭、爱囤东西。国家统计局于7月15日发布的数据显示,今年1-6月,粮油食品类、饮料类、烟酒类商品销售额均实现增长,服装鞋帽类、化妆品类和金银珠宝类商品销售额则均有下降。蘑菇街发布的“6·18直播购物节”销售数据则显示,消费者在该平台的购买行为体现出“只买对的,不买贵的”的想法和实用性特征,其中,纸巾销量超过米、面,成为居家囤货的“头把交椅”。在上海读研究生的小高深有感触:“上海疫情改变了我很多,因为经历了很多人,我更加珍惜身边人,也变得更加节俭,很多不该花的钱不会乱花了。”她形容自己之前读本科时“花钱不眨眼”:曾花上万元购买一辆高颜值的电瓶车,买过各种数码产品、宠物;因为“上头”音乐剧、话剧,会花高价买票看演出;看到

喜欢的收藏品、想吃的美食,不考虑价格就冲动消费;对于化妆品、服饰、奶茶等,更是“想买就买”。现在的小高在消费方面“收敛”了很多,会在每次花钱之前仔细思量有没有必要,“自己还在上学,没有工作,不应该这样大手大脚地花钱”。大学青年教师倩倩和小高有类似的转变。倩倩过去就欣赏极简主义的生活方式,但偶尔还会购入轻奢包和服饰;看到博主们在网上晒的精致照片,也心痒痒地想买喜欢的手办收藏。现在的她觉得,还是把钱存下来比较好,“卫生纸、洗手液等我会囤满一年的量,还在办公室、车里都放了漱口水、睡袋、替换内衣等应急物品,其他生活物品尽量减少。因为我相信,平时生活极简的人,会在特殊情况来临时适应得更好”。倩倩注意到,身边不少朋友在疫情后成了及时行乐的“短期主义者”,网上也很多人发表“余生皆假期”的观点。“我理解他们的想法,但我还是决定实践斯多葛学派的自律生活。”她说。

## 在家运动和自己做饭,“健康”成为新追求

上海本轮疫情期间,以直播方式带着粉丝健身的刘畊宏、帕梅拉等运动博主成为热点人物,居家生活的两个月,不少上海青年成了“刘畊宏男孩”“帕梅拉女孩”。运动科技平台Keep联合人民健康日前发布的“人民爱健身”《2022国民健身趋势报告》显示,由于疫情防控政策影响,2020年以来,居家健身成为新的体育健身场景。在同等便利的体育健身环境条件下,74.3%的受访者首选在户外健身,46.2%的受访者首选居家健身,30.8%的受访者首选在

室内健身场馆健身。30岁出头的小童从事房地产业务,疫情后他养成了居家体育锻炼的习惯,“以前我觉得在家健身主观能动性不足,现在已经成为习惯了。以前去健身房偶尔会请私教,就是觉得需要人督促效果会更好,其实,疫情也是一个迫使我养成习惯的外力”。小童发现,一旦能够靠自驱力完成运动,就不要在健身上花太多钱。他会在微博、Keep等网络平台上找跟练视频,偶尔用家里的小哑铃做一些力量训练,“我有一段时间的健身基础,所以会自己安排每天的训练计划。不过以后还是会考虑用健身房做补充,因为健身房总归器械多一些、空间大一些”。

90后青年小羽是金融行业工作者,以前因为工作忙、下班晚,很少在工作日做饭。疫情居家期间需要自己买菜做饭,她因此“解锁”了很多菜谱,“自己做饭低油、低盐,会更健康”。除了自己做饭,小羽还养成了更多有益身心健康的好习惯。她说:“比如花钱、存钱更有规划;在家坚持读书和做瑜伽。疫情还让我发现,和朋友的关系和是否见面吃饭关联不大,疫情期间虽然不能见面,但我和一些朋友反而联系更紧密了;我还和楼栋里的几位邻居建立了良好的关系,过去我们都是陌生人。”

## 重拾爱好,给平淡的生活找点意义

《中国青年报》曾报道,新冠肺炎疫情暴发以来,国内涌起的“骑行热”带动了自行车产业发展;今年夏天,都市年轻人之间流行起飞盘和陆地冲浪等新兴运动项目。

记者观察到,都市青年的新兴爱好通常具有社交属性。上海徐家汇U&I studio架子鼓吉他排练房的教师张衣告诉记者:“疫情前每周只有一两个人来体验课程,现在翻了一番,隔离结束后,大家的兴趣都很高涨。”

90后媒体从业者方卓然是最近加入这家排练房的学员之一。她是个性格外向的女孩,今年春天,隔离在家两个多月无法出门,让她十分郁闷。这段每天宅在家的时间也让她琢磨起自己的生活,下决心重拾起学生时代对打击乐的爱好,“我以前就想学打击乐,但总是缺乏一点动力,感觉平时工作挺忙碌的,细碎的时间刷刷手机、摸摸鱼就过去了。但这次隔离生活让我坚定了信心,把打架子鼓作为我的一项人生爱好”。疫情结束后,方卓然报名了架子鼓培训班,每周五下班后从浦东赶到徐家汇上课,在家时就用可连接耳机的电鼓练习。她告诉记者:“我报的不是成人速成班,而是走正规路线、从基础练起的课程,目前正在练习基本功,配合流行歌曲打一些简单的节奏型。前段时间我们小区因为疫情又封闭管理了两三天,当时我就感受到,在家打鼓真是一件非常解压的事情。”

方卓然的两个合租室友也在疫情之后重拾旧日的音乐爱好,其中一个喜欢弹吉他的新买了一把称手的电吉他在家练习;另一个从小学过钢琴的室友现在开始练习有编曲功能的MIDI键盘。3个女孩约定,大家先各自学习,打好音乐基础,一年之后觉得水平不错了,再开始合奏,给平淡的生活找点小意义。(魏其濛/据《北京青年报》)

# 将进一步优化完善健康码互认管理

在国务院联防联控机制近日举行的新闻发布会上,国家卫健委新闻发言人、宣传司副司长米锋介绍,近期周边国家疫情快速反弹,我国外防输入压力持续增大。8月以来,全国共有9省份报告本土感染者超过百例,其中海南省超过2000例。目前,海南三亚疫情仍处于高位进展期;新疆、内蒙古、广东等省份多地疫情仍处于快速发展阶段,存在一定社会面传播风险;西藏拉萨、日喀则、阿里等地近日新报告本土疫情,传播扩散风险较高;前期在甘肃、广西、山东等省、自治区发生的本土聚集性疫情已得到有效控制。国务院联防联控机制综合组向相关省份派出工作组,正在指导地方精准高效处置疫情。米锋表示,要毫不动摇坚持“外防输入、内防反弹”总策略和“动态清零”总方针。发生疫情的地区,要以高质量核酸检测为抓手发现阳性感染者,以密接次密接管控为重点切断传播链,以流调转运为中心解决好隔离问题,严格落实各项防控措施,迅速遏制本土疫情扩散蔓延。未发生疫情的地区要毫不松懈抓好常态化防控,积极排查风险人员,防范疫情引入导致续发传播。推动新冠病毒核酸检测结果全国互认的通知印发以来,各地迅速组织落实。米锋表示,接下来将进一步提高信息共享时效,优化完善健康码互认管理,更方便群众安全有序出行。如果遇到核酸检测结果不互认的情况,公众可通过国务院联防联控机制和各地设置的公众留言板进行反映。

“在此次疫情应对过程中,我们快速统筹全国医疗力量和核酸检测资源,加大对海南的支持。”国家卫健委医政医管局监察专员郭燕红介绍,已从全国19个省市调派1万余名医疗卫生人员支援海南。在核酸检测方面,调派近8000名检测人员、采样人员和检测设备,将海南省的核酸检测能力提升至每天单管240万管,在立足三亚和海口的同时,兼顾其他市县,迅速提升检测能力,为大规模核酸检测提供支撑。在医疗救治方面,调派2000多名医务人员,整建制派出2支国家紧急医学救援队,接管方舱医院,实现分类救治,最大限度减少对正常医疗服务的影响;此外,还派出近300名流调与监督人员支援防控工作。与此同时,国务院联防联控机制综合组已派出工作组和国家级的专家,指导西藏尽快控制疫情。

“今年秋冬季或冬春季,有可能出现流感和新冠肺炎疫情叠加流行的风险。”中国疾控中心病毒学首席专家董小平介绍,我国采取了组合性措施来应对这种风险:长期监测流感和新冠肺炎活动水平和特征,动态开展风险评估,及时发布预警信息;发热门诊对发热患者进行排查和分诊,及时识别和诊断流感和新冠疫情;一旦出现疫情,当地会根据疫情的风险评估,采用一些必要的公共卫生措施,在防控新冠肺炎的同时,也可有效降低流感传播;今年我国流感疫苗批签发比较早,建议各地及时做好流感疫苗接种工作准备。(王美华/据《人民日报》)

## 昆明调整疫情防控措施

8月15日,昆明市应对新型冠状病毒肺炎疫情防控工作领导小组指挥部发布《关于调整近期疫情防控措施的通告》(以下简称“通告”)。所有来(返)昆人员须提前通过“昆明健康宝”小程序或电话方式向目的地社区报备。8月1日以来,有西藏、新疆和海南省三亚市旅居史的来(返)昆人员,入昆后进行3天集中隔离观察(每天进行1次核酸检测),解除隔离后点对点闭环转运至居住地,实施4天居家健康监测(第2天和第4天各进行1次核酸检测)。按照填平补齐原则,超出7天的进行3天2次核酸检测(间隔24小时)。8月1日以来,有海南省海口市旅居史的来(返)昆人员,入昆“落地检”为阴性后,点对点闭环转运至居住地,实施3天居家健康监测(第1天和第3天各进行1次核酸检测)。按照填平补齐原则,超出3天的进行3天2次核酸检测(间隔24小时)。在昆不具备居家健康监测条件的,须由居住地疫情防控部门点对点闭环转运至居住地,否则一律实行集中隔离。除上述地区外,7日内有省外旅居史的来(返)昆人员,入昆后进行3天2次核酸检测(间隔24小时),已做“落地检”的来(返)昆人员,间隔24小时再进行1次核酸检测,并做好个人防护。请市民密切关注国内疫情态势,非必要不前往高、中、低风险区,主动配合各项疫情防控措施,做好个人防护,科学佩戴口罩,勤洗手,常通风,保持社交距离。如有发热等异常症状,及时就近到发热门诊诊治,途中尽量避免乘坐公共交通工具。以上通告内容,即日起实施。此前疫情防控措施与本通告不一致的,以本通告为准,后续将根据各地疫情防控态势进行动态调整。(张晓莉/据《昆明日报》)

## 海南社会面发现病例比例持续下降 但部分市县仍处于疫情发展期

新华社海口8月15日电 记者15日从海南省新冠肺炎疫情防控工作新闻发布会上获悉,目前海南全省疫情处于胶着对垒关键时期,但社会面发现病例比例持续下降,疫情总体可控。海南省新冠肺炎疫情防控工作指挥部综合组副组长、省卫生健康委二级巡视员杜建伟介绍,目前,三亚疫情仍处于高位平台波动期,新增感染者以管控人群为主。儋州、陵水、东方、临高、万宁、乐东6个市县仍处于疫情发展期,社区传播风险依然存在。据介绍,8月14日0-24时,海南省报告新增本土确诊病例582例,本土无症状感染者580例。8月1日0时至14日24时,海南省本轮疫情累计报告阳性感染者8883例,其中确诊病例4390例、无症状感染者4493例。杜建伟说,8月14日0-24时,新增12个省份共822人支援海南。截至8月14日,海南全省准备医疗救治收治、方舱床位13461张,现有患者7913例,累计治愈出院37例。杜建伟说,海南正逐步恢复机场、港口的运力,为滞留旅客返程提供保障。目前海南已全面恢复海口美兰国际机场国内客运航班常态化运行,满足相关条件的旅客可自行购票,经机场查验后登机离岛。海口市制定了港口码头返程旅客政策,公布四批健康管理驿站目录共53家酒店的基本情况。三亚市明确自8月15日0时起,有序恢复凤凰国际机场国内客运航班商业化运行。截至8月14日,通过三亚凤凰国际机场、海口美兰国际机场离岛返程的旅客已有27211人。



近日,三亚美菜网配送网点的工作人员在搬运蔬菜。海南省三亚市本轮疫情发生后,当地政府通过加强物资储备和供应、建立物资抵区到户保障机制、畅通保供配送通道等方式,努力保障市民和游客的基本生活需要。新华社发

# 深圳这样推动经济“稳”与“进”

今年上半年,规模已过3万亿元的深圳经济取得3%的稳健增长。以高技术制造业为主体的工业在深圳经济发展中的“压舱石”作用进一步凸显,一些潜力巨大的产业“新赛道”也逐步成型。深圳正迎难而上,着力推动经济“稳”与“进”。

## 稳住制造业这一“基本盘”

位于深圳龙岗的康冠科技股份有限公司的车间内,工人们正加班加点装配准备出口的智慧电视。回首上半年企业的经历,康冠科技副总经理江微说,关键时刻,地方政府部门支持迅速给力,解了燃眉之急。5个多月前,在深圳疫情防控最吃劲时,康冠科技面临进口物料无法进入厂区的难题。“拿不到物料就将停产,大批海外客户的订单无法如期交付。”江微心急如焚。“你们建个群,把我也拉进去,我随时帮你们盯着。”龙岗区工信部门负责人得知后,迅速启动产业链供应链安全稳定保障机制,并给江微发了这样一条短信。通过多个部门的积极协调,康冠科技急需的进口物资在抵达深圳蛇口港当天就完成通关手续。上半年,企业预计净利润大幅度增长。经过多年积淀,制造业已成为深圳经济的支柱产业。目前,深圳工业增加值占深圳GDP总量的35%以上。面对复杂变

局,稳住制造业这一“基本盘”,成为深圳经济稳中求进的关键所在。深圳市工信局局长余锡权说,保障产业链、供应链“双链”安全,大型制造业企业是关键节点。通过组建“保双链”工作专班,深圳得以确保重点企业工人不停工、生产线不停产。3月底,深圳还出台“助企纾困三十条”,涵盖了财政补助、税费减免、金融信贷等多方面,为深圳市场主体减负750亿元。上半年,深圳规模以上工业增加值同比增长5.9%,比一季度加快3.6个百分点,新能源汽车、充电桩、5G智能手机产量同比增长174%、164%和67%……“稳住制造业,深圳经济稳中求进就有了‘压舱石’。”深圳市统计局综合处处长胡小剑说。

## 专精特新企业孕育新动能

面对困难挑战,一批深圳企业特别是专精特新“小巨人”企业,用供给升级应对需求变化,积极发现并抓住市场变化、结构调整中的新机遇,不断创新的有效需求。如今,走在华强北的街道上,昔日熙熙攘攘的板车少了,柜台间“寻宝”的工程师也少了。电子元器件的传统供应链正结构性调整,老华强北落寞了,但新模式又如雨后春笋。如创立电子打造的线上电子元器件商城,已吸引国内外250万名用户注册,

通过自主研发智能仓储、智能分拣系统等软硬件,日均成交近万单。目前,平均每10部智能旗舰手机中,就有9部手机中的声学方案来自深圳瑞声科技。在深圳南山,瑞声科技通过不断增强自主核心技术能力,抵御了外部冲击和市场下滑风险。走进企业展厅,从全球第一颗X轴触控产品,到全球领先的WLG晶圆级玻璃镜片技术,各类创新产品琳琅满目,精密制造前景无限。新的有效需求,正在数字化进程中不断创造。深圳企业震克工业研发的船舶智能运行与维护系统,可以让一些船只每天节省2吨以上燃油,同时提升船舶安全使用能力与效率。“我们正积极构建海上运输、海上资源利用等智能提供能力。”震克工业总经理邱伯华说。以供给升级应对需求变化——上半年,深圳3042家专精特新规模以上工业企业产值合计增长12.8%,部分企业甚至实现翻倍增长。“今天的小巨人,可能就是明天的大企业,为高质量发展带来持久动能。”中国(深圳)综合开发研究院常务副院长郭万达说。新产业开辟“新赛道”8月1日,《深圳经济特区智能网联汽车管理条例》正式施行。在深圳前海工作的市民高阳,通过手机客户端软件,下单了

小马智行的自动驾驶出租车。“我以为自动驾驶可能会出现比较机械的急刹,但是坐下来觉得它像是一个真人‘老司机’在驾驶。”高阳说。作为国内率先为自动驾驶立法的城市,目前包括百度、小马智行、文远知行和元戎启行在内的多家技术厂商都在深圳进行自动驾驶测试。业界普遍认为,这部具有开创性的地方条例,将有效推进深圳智能汽车产业的深度发展。在深圳,跑上“新赛道”的不止自动驾驶汽车——新一代电子信息、软件与信息服务、超高清视频显示、生物医药与健康产业、半导体与集成电路、高端装备制造、智能机器人、区块链与量子信息……一批战略性新兴产业正在成为深圳制造业的“新主角”。今年以来,深圳多次出台政策,坚持“工业立市”,谋划发展壮大20个战略性新兴产业集群,积极培育发展8个未来产业,推动在“新赛道”上奔跑的企业行稳致远。在深圳宝安,估值100亿元人民币的初创企业海柔创新,通过“箱式仓储机器人”赋能大型仓储,让货物入库出库实现了“自动驾驶”。这家创立仅6年时间的初创型企业,已在全球箱式仓储机器人行业拥有超过500个商业化项目。企业创始人兼CEO陈宇奇说,是深圳这座“创新之城”,让这个创意找到了产业化机会。“只要集中力量持续做大做强产业‘长板’,持续推进创新驱动,深圳就有抵御冲击的底气,就能不断提高核心竞争力。”从事产业经济研究的深圳中观研究院院长薛占栋说。(新华社深圳8月15日电)