

# 消费大省山东的“1+N”政策图谱

“乳山精装修随时看房。”这是房屋中介发布的消息?“不!是银行开起了‘房产超市’。”今年4月,家住山东威海乳山的刘阿姨将自家待售的房产上传至威海银行推出的“房产超市”平台,很快接到了看房信息。

房屋交易,中介服务费是一笔不小的开支。山东本土银行创新推出的便民房产服务,既是响应国家“丰富金融产品、便利金融服务、营造良好消费环境”要求的行动,也是贯彻落实全省提振消费工作大会“促进住房消费”的具体实践。“免费发布0佣金交易”的“房产超市”上线2个多月以来,已发布房产信息近800条,达成意向对接20余套。

这场“房产超市”实验,是山东促消费政策落地见效的微观折射。

构建“1+N”政策体系,提振消费促经济发展。“提振消费”是今年的高频词,更是关键词。从中央到地方,提振消费都是年度“头号任务”。

先来看一组全国数据:端午遇上六一,超6.5亿人次流动带动假日消费热;截至5月31日,2025年消费品以旧换新5大品类合计带动销售额1.1万亿元,发放直达消费者的补贴约1.75亿元;截至4月11日,今年我国快递业务量已突破500亿件,比2024年提前了18天……

数据印证一个事实,提振消费政策效应进一步显现。

提振消费是今年经济工作的重中之重。

从全国看,消费是拉动经济增长的第一动力,居民消费每增长1%,可带动GDP增长0.5—0.8个百分点。

从山东看,推动经济持续稳

健向好、进中提质,高质量完成“十四五”目标任务,关键是进一步放大消费对经济发展的拉动作用。

数据变化值得回味,哪些政策有力?

作为经济大省、消费大省的山东,又是如何接续细化、创新落实的?

从国家政策层面来看,《关于2025年加力扩围实施大规模设备更新和消费品以旧换新政策的通知》和《提振消费专项行动方案》相继印发。

山东则将提振消费作为“首要工程”,构建“1+N”提振消费政策体系。“1”是指山东印发的《关于提振消费的实施方案》,“N”是围绕具有较大消费潜力的重点领域持续发力,包括促进服务消费高质量发展、工业产品优供、促进养老服务消费、促进农业农村消费、繁荣文化和旅游消费、推动卫生健康领域提振消费、优化消费环境助力提振消费、促进体育消费、加大扩围消费品以旧换新等。

山东通过“政策包+活动包”,畅通循环堵点,降低消费者成本,让企业加速技术迭代,形成“政策激励+产业升级+消费需求扩容”的正向循环。

政策包,有“真金白银”的福利。山东提振消费实施方案提到,全年围绕文旅、餐饮、购物、体育等领域,以市场化方式分批次推出减免、折扣、补贴等多种促销优惠措施,省级筹集5000万元,支持各市发放消费券。支持引导金融机构对各类文旅消费实行支付减免优惠5000万元以上。

政策包,也为供给端“输血”。省工业和信息化厅今年1月印发的《关于工业产品优供助力提振消费的行动计划》指出,系统性,体现在不同要素之

实施省级工业领域设备更新和技术改造奖补,实施“省级技改专项贷”贴息。

活动包,声势大覆盖广。一季度举办“2025山东迎新春消费季”、“2025山东春季焕新快乐购”两轮全省16市消费活动。

活动包,鼓点密集节奏紧凑。主打“季季有主题、月月有活动、周周有场景”,山东全年将举办“百县千企万店”重点促消费活动1000场以上;举办文旅消费活动1000场以上;举办“齐鲁美食节”、“齐鲁小吃文化节”等重点活动300场以上;举办100场以上首发首秀首展活动;举办100场冰雪促消费活动;组织国内外重大赛事200场以上;马拉松比赛50场以上;举办体育赛事活动90场以上;组织不少于5000场营业性演出。

政策突出两特点:系统性、贴近性

“上接天线,下接地气”,山东全方位扩内需提振消费,一方面贯彻落实中央决策部署,一方面因地制宜对接群众需要,让消费政策“上下吻合”。

山东根据省情提高政策针对性和有效性,各级各部门在实践中创新,政策落实有两个特点。

第一,系统性。提振消费是一项系统性工程,各种要素相互牵连,相互影响。

全省提振消费工作大会提出实施“五大工程”:商品消费升级工程、服务消费升级工程、新型消费跃升工程、农村消费挖潜工程、国际消费拓界工程。这五大工程,体现产业之间联动与国内国际双循环。

系统性,提高消费能力是根本。扩内需、提消费,山东从根上努力,在就业、社会保障、提高收入上发力,让消费者“有钱花、敢花钱”。

系统性,体现在不同要素之

间的连接。“齐鲁1号”旅游列车4月10日首发,这是体现要素结合的“消费金点子”,串联山东11市22个站点和200多家景区,把泰山日出、青岛啤酒、淄博烧烤等资源装进来。要素连接,还有“轮渡+旅游”、“演唱会+旅游”、“体育+旅游”、“科技+旅游”等。从刀郎“2025巡回演唱会”到吸引韩国友人参与的青岛马拉松,再到华表奖首落青岛,要素间的化学反应正在重构文旅产业的底层逻辑。

第二,贴近性。消费不消费,消费者说了算,通过政策性补贴等方式,可以让消费者乐于消费。

国补给老百姓真金白银的优惠。消费者可在线上直接享受国补政策,无忧消费、便捷消费。

聚焦重点领域,坚持供需两端协同发力,解决制约消费的问题。截至今年4月底,全省以旧换新已带动销售近503亿元。其中,汽车报废更新及置换更新提交申请27.2万辆,3C数码产品销售210.6万台,家装厨卫“焕新”1万余件。

政策助消费,用实效来检验无为的政策会被市场淘汰。现在讲“投资有效性”,就是钱投出去要有回报。消费政策也是如此,各种政策助推消费,要用实效来检验。

今年初山东省商务厅等4部门联合印发《山东省2025年家电以旧换新实施方案》,一方面扩围补贴品类,从原有的8大类家电扩至12大类;另一方面加大补贴力度,对购买1级及以

上能效或水效标准的家电产品,给予合计20%的财政补贴。

在强化财政资金撬动作用方面,全省统筹财政、金融、平台、厂家、商家“五种资源”,形成政策合力,在一季度推出90亿元惠民利企“政策包”,助力消费“开门红”。仅今年前2个月,各市就发放消费券2.2亿元,带动消费超30亿元。

政策见效与否,可以用数据说话。

——端午假期,全省重点监测的200家旅游景区,接待游客839.5万人次,同比增长10.9%;营业收入3.5亿元,同比增长9.4%。全省公共文化场馆共服务215.27万人次,同比增长15.34%。

——“五一”假期,山东发布100项“五一”特色消费场景,覆盖全省16市,融合“吃住行游购娱”全要素。数据显示,全省500家重点零售企业实现销售额33.7亿元,较去年同期增长6.3%。

——今年,山东对2级及以上能效水效标准的12类家电产品补贴20%,1级及以上额外再补5%。截至4月底,全省家电以旧换新活动售新253.8万台,其中1级能效水效产品占比达到了86.8%。

——1—4月,山东消费市场保持稳定增长。前4个月全省社零总额13199.7亿元,同比增长5.6%。

消费政策,必然是持续优化、动态演进的过程。因时而变,响应市场波动与民生需求变化;不断推进,整合多元工具形成合力;精准跃升,通过数据反向迭代双向施策。从短期刺激到生态培育,以实效为尺,山东正在动态校准中提升政策能量。

(来源:大众日报)  
(记者 王雅洁 曹鹤 周学泽)

## 空腹不能喝牛奶、不能吃香蕉?错错错!

人们感到饥饿的时候通常是食物消化完了,也就是说“肚子里没食了”,也叫空腹。空腹到底什么能吃,什么不能吃?哪些体检项目需要“严格空腹”?关于空腹的几个真相,一次说清楚!

### 空腹的定义



### 辟谣!这三种食物可以空腹吃

#### 误区一 空腹喝牛奶会导致腹泻



#### 辟谣:

如果空腹喝牛奶已现胀气、腹泻等症状,那可能是“乳糖不耐受”造成的,如果已乳糖不耐受,即使在空腹的状态下也会出现相应症状,所以,课牛奶醒胃和空腹没有关系。



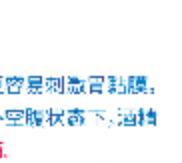
#### 误区二 空腹吃柿子会得胃结石



#### 辟谣:

柿子里的鞣酸、果胶与胃酸作用会形成团块,之后吃进的白饭纤维等凝滞在团块上,便会形成胃结石。但未成熟的柿子才会有大量的“鞣酸”,是成熟柿子的25倍,所以胃结石和空腹吃柿子没有直接关系。

#### 误区三 空腹吃香蕉会增加心脏负荷



#### 辟谣:

香蕉是镁、钾含量高的食物,但即使空腹,镁、钾也已慢慢被身体吸收的,不会迅速进入血液增加心脏负担。所以空腹适量吃,比如1—2根香蕉一般是没问题的,不过,心脏病的病人,因为存在排钾的功能,建议多吃饭或空腹吃香蕉。

### 饿着肚子最不应该吃这些



#### 空腹别喝酒

空腹的状态下喝酒,酒精更容易刺激胃黏膜,会引起胃炎和胃溃疡,另外空腹状态下,酒精更容易被吸收,很容易醉酒。



#### 空腹别吃刺激、辛辣食物

酸的、辣的、凉的食物不建议空腹吃。刺激性的食物会刺激胃黏膜,会导致恶心呕吐、胃绞痛以及腹泻,经常空腹吃刺激性食物,有可能会诱发胃炎。

### “空腹”检查要注意什么?

#### 空腹检查时间

约空腹检查的标准是宜早不宜迟:

早上6:30至8:30,最迟不超过9:30。  
空腹超过12小时再抽血,虽然抽的还是空腹血,但内分泌激素会影响血糖等指标的准确性。

#### 空腹检查前能喝水么?

一般空腹检查需要禁水6至8小时。

“禁水”是指不能喝水,如果第二遍,可以喝小于200ml的水,但只能喝白开水,不能是饮料、茶水、咖啡等,以免影响检测结果。

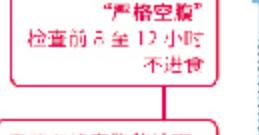
#### 不是所有检查都要“严格空腹”

在医学检查时,空腹也分“严格空腹”和“小空腹”。



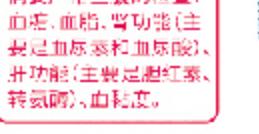
#### “严格空腹”

检查前6至12小时不进食。



#### “小空腹”

早晨没吃高蛋白、高脂肪类食物,只喝了稀饭之类低脂的食物。



#### 可以“小空腹”的检查:

血脂、血糖、肾功能(主要过夜尿尿和血尿酸)、肝功能(主要胆固醇、转氨酶)、血粘度。

新华网四川频道 出品

## 山东省3年内财政将直接投入逾360亿元支持民营经济

记者从山东省政府新闻办11日举办的新闻发布会上获悉,山东省财政厅日前印发《进一步支持民营经济高质量发展若干财政政策》,预计3年内财政将直接投入360亿元以上支持民营经济,带动金融和社会投资2万亿元以上。

据介绍,山东围绕民营企业关心关注的问题,提出10个方面、50条具体政策,用实打实的措施,为民营经济发展助力赋能。

在支持民营企业发展方面,山东支持企业牵头实施重大科技创新项目,争创国家级创新平台,加大研发投入,保护知识产权,提升创新能力。对企业研发投入,最高补助500万元。

在助力民营经济转型发展方面,山东每年择优支持不少于200个服务业重点项目,其

(来源:新华社)



### 仰韶文物亮相郑州市大河村遗址博物馆新馆

6月11日,坐落于河南郑州东北部的郑州市大河村遗址博物馆新馆即将开馆试运行。作为中国首个全景式呈现仰韶文化的专题博物馆,该馆以“仰韶标尺·文明曙光”为理念,展示了仰韶时期的陶器。

1600余件(套)精品文物。馆内利用现代化数字技术,沉浸式探索5000年文化脉络,解码中华民族从原始聚落走向王朝文明的壮阔画卷。图为展示的仰韶时期陶器。(张楠 摄)

## 山东前5个月进出口同比增长7.7%

6月10日,青岛海关、济南海关联合发布消息:今年前5个月,山东省进出口总值实现1.42万亿元,同比增长7.7%。其中,出口8641.2亿元,增长7.2%;进口5599.9亿元,增长8.3%。在全国前五大外贸省市中,山东进出口增速排名第一。

从贸易方式看,前5个月,山东省一般贸易进出口9336.9亿元,增长6.9%,占65.6%。同期,保税物流进出口2433.7亿元,增长8%,占17.1%;加工贸易进出口2034.6亿元,增长8.6%,占14.3%。

从市场主体看,前5个月,山东省民营企业进出口1.08万亿元,增长8.5%,占76.1%,提升0.6个百分点。其中,外商投资企业进出口2100.9亿元,下降0.2%,占14.8%;国有企业进出口1290.4亿元,增长14.4%。

占9.1%。从主要贸易伙伴看,前5个月,山东省对东盟、欧盟、日本等市场进出口保持增长。其中,对东盟进出口2814.7亿元,增长1.8%;对欧盟1346.2亿元,增长11.3%;对日本716.7亿元,增长7.7%。此外,对共建“一带一路”国家进出口9091.5亿元,增长8.9%,占63.8%;对RCEP其他成员国进出口5228亿元,增长1.1%,占36.7%。

从出口产品看,前5个月,山东省机电、劳密、农产品出口均稳定增长,游戏机出口大增。其中,机电产品出口4159.2亿元,增长12%;农产品出口268亿元,同比增长13.1%;汽车出口234.2亿元,增长11.4%;电工器材出口203.6亿元,增长8%。同期,劳密产品出口

(来源:大众日报)



廉者常乐无穷,贪者常忧不足。

新华社