

# 泡澡订单增近七成看“东北超”留量

胡潇文

都在氩氙水汽里续上了。

“东北超”赛事带动消费热潮，大连主场期间洗浴类团购订单同比增加67%。赛事流量转化为消费留量，延伸出情绪消费新模式。

在辽宁，当下最火的无疑是“东北超”，而赛场外，最出人意料消费爆款是泡澡！

澡堂子到底有多火？相关媒体统计，今年8月“东北超”赛事大连主场期间，当地洗浴按摩类团购订单同比激增67%。

一场足球赛，不仅燃爆了看台，也“蒸”热了澡堂。有人调侃：球员在场上“过招”，球迷在池子里“过瘾”，这波“东北超”的后劲儿，

在东北，大多澡堂子本身就是球赛的“第二现场”。人们去澡堂从来不只为了洗浴，而是进行一种全流程体验，泡、搓、蒸、按、吃、玩，搭配看球，一条龙下来，少说仨钟头。赛场上喊哑嗓子，澡堂子里舒坦筋骨，这里泡着东北人最熟悉的生活方式。当松弛感与归属感交织，球迷把赛场的激情通过澡堂子这个载体，续上了一段慢火温炖的情感余热。

深层看，“东北超”把一次的观赛行为，拉长成一条完整的消费链、情感链。过去看比赛，散场即是结束。现在，结束也是新消费的开始。一张19.9元球票，2.5万家商户联动让利，可享受千元级优惠；球赛开通跨省球迷专列，推出优惠政策包；大连主场赛时，千人级包船观赛旅游产品同步推……这套赛事搭台、全城唱戏的“组合拳”，凝聚起区域活力，把文体旅商等拧成一股

绳，回应每一个需求，犹如呈上一锅东北乱炖，啥都有，啥都香！把体育流量变成了真金白银的消费增量。

当流量汹涌而至，这里凭什么让更多人留下来？如果只是把消费场景做成“一次性买卖”，就会变成“上头”容易，“下头”也快。只有做精“拿手菜”，做透细分市场，才能体现真水平。就像沈阳，为了“卷”搓澡水平，专门办起了沐浴产业学院，让搓澡工从师傅带徒弟的野路子，变成培养一批懂技术、善服务的科班生。标准化、高质量的服务搭配东北人骨子里那种“生怕您没搓好”“还有啥不周到”的热乎劲儿，让消费体验有了服务溢价，让球迷直呼“真香”。

一张小小的球票犹如一个引信，点燃消费的回响，让“再来”成为约定，让留下成为自然。

## 停车计费该“精确”

陶 阳

热评！

每分钟0.1元！停车按分钟计费，终于来了！

这两天，沈阳市和平区五里河街西侧的一块停车收费公示牌引起关注。

有人觉得，一分钟一毛钱，一小时6元钱，在沈阳不算便宜。没错，单看单价确实如此，但这件事的看点从来不是“便宜”，而是“精确”。

这些年，有车一族最憋屈的体验之一，就是停车收费“向上取整”。停61分钟，按2小时收；停16分钟，按半小时收。多停一两分钟，收费标准直接跳一整档。这不是技术问题，而是把计费单位做大之后形成的制度性占便宜。

按分钟计费，在规则层面基本解决了这个问题。停多久付多少，明码标价，简单透明。这本来就是交易该有的样子。不过也要看到，它并非全程严格按分钟累计，而是“短时按分钟，长时封顶”：早6点到晚8点封顶18元，晚8点到早6点封顶24元。这样既让短时停车精确付费，又让长时停车费用可控，避免无上限账单。

如果只把这件事理解为“省钱”或“公平”，还低估了它的意义。按分钟计费更深层的价值，在于可能重塑停车资源配置逻辑。

过去按小时收费，短时停车成本太高。只想进场拿个东西、接个人，三五分钟也得按一小时付钱。很多人一算账，索性停在路边“将就一下”。结果路面堵了，停车场空着，谁都没落好。按分钟计费后，花几角钱就能合法停几分钟，车主自然更愿意进场。即停即走变得划算，车位周

转率上去了，路面拥堵也可能缓解。当然，这有前提：执法到位、停车场位置匹配、短时需求真实存在。否则，分钟计费也未必能把车从路边拉进停车场。

从更大背景看，这也呼应了政策方向。2025年4月，中办、国办印发《关于完善价格治理机制的意见》，明确提出“完善差异化停车收费机制”。分钟计费，是差异化收费的一种具体探索，不是全部。沈阳这块公示牌，是政策方向下的一种地方样本。

但新模式落地，也绕不开现实矛盾。对上班族来说，如果全天长时间停放，按分钟累计，总费用就会过高，甚至倒逼部分车主转向周边街巷违停，造成停车压力外溢。同时，推行分钟计费离不开智慧识别、控制平台升级。车牌识别延迟、出场排队等原因导致收费“跳一档”，也会产生新纠纷。

正因如此，“分钟计费”也得因地制宜，兼顾效率与民生温度。服务短时过境停靠，适合优先推行分钟计费，配套设置短时免费时段；面对大量长期固定停放需求，应保留包月、包日等传统选项。

回到最初的问题：会推广吗？会，但不是一刀切。短时需求大、智慧停车成熟、执法配套到位的地方，可以优先推广；长时需求集中的区域，则应保留包月包日等选择。推广的不是“每分钟0.1元”这一个价格，而是“精确计费+封顶保护+分类选择”的规则。

一块小小的公示牌，折射的是城市治理的精细度。停车收费看似小事，却和每个人的日常出行息息相关。愿不愿意在“算账”这件事上对老百姓更公平一点、更细致一点，考验的是一座城市的治理诚意。

## 免签“朋友圈”再扩容 辽宁机遇在哪？

孟月明

五里河谈天

开放的底气，从来不是口头表态，而是藏在一次次看得见、摸得着的便利化升级里。

近日，国家移民管理局再推对外开放新政：即日起，吉尔吉斯斯坦、越南公民可享受我国240小时过境免签、海南30天入境免签双重便利政策。持续扩容的国际开放“朋友圈”、不断拓宽的免签准入边界，不仅是我国制度型开放稳步推进的鲜活实践，更彰显中国始终拥抱世界、深耕互利合作的坚定姿态。

高水平对外开放，不只是商品物资的跨境流转，更核心的是人员往来的双向流动、自由互通。出入境便利度是衡量一个国家、一座城市开放活力与包容度最直观、最硬核的标尺。此次免签政策扩容，降低了中亚、东盟等周边国家人员来华准入门槛，打通了跨境人员往来的制度性堵点，让跨国通行更高效、便捷、省心。

新政策的落地离不开地方口岸的硬核支撑。作为国家对外开放的重要海陆门户，辽宁凭借独特的区位优势，在联通国内国际双循环中发挥着重要作用。目前，沈阳桃仙国际机场、大连周水子国际机场、大连港口岸已纳入全国240小时过境免签口岸体系，成为国家向北开放、联通东北亚各国的核心枢纽节点。沈阳、大连双城海陆联动、优势互补，扛起了东北地区跨境中转、要素集散、对外联通的核心使命，是东北对外开放的核心窗口。

此次免签新政的扩容，为辽宁乃至东北振兴送来宝贵政策红利。依托核心口岸的枢纽优势，中亚、东南亚各国人员可便捷过境、入境开展商务洽谈、文旅观光、学术交流、合作调研等多元化活动。口岸出入境便利化的持续升级，盘活了辽宁的区位潜能，推动辽宁从传统“通道优势”加速向流量优势、发展优势、产业优势迭代，持续赋能沈阳东北亚国际化中心城市、大连东北亚国际航运中心建设，不断释放区域枢纽辐射带动效能，为东北地区对外合作打开全新空间。

真正的高水平开放，从来都是“放得开”与“管得住”的辩证统一。扩大对外开放，绝不等于放松监管、放任自流。越是放宽准入限制、便利跨境往来，越要严守安全底线、夯实发展根基。在全力释放免签政策红利、提档升级对外开放服务的同时，辽宁应始终统筹发展和安全两大主线，持续细化口岸管控举措、规范外籍人员停留管理、织密跨境安全防控网络，全力构建“放得开、管得住、服务好”的良性开放生态，为区域高水平对外开放保驾护航。

免签政策的持续扩容既是我国深化制度型对外开放的有力举措，也是东北地区借力开放、赋能振兴的重大机遇。辽宁要做的，是把沈阳、大连双口岸枢纽潜能挖掘出来——不只让旅客过境，更要想办法让更多人留下；不只做地理上的中转站，更要做生意上的目的地。

（作者系辽宁社会科学院东北亚研究所所长、研究员）

文化七日谈

## 「官宣」哪能随便「宣」

王海宁

刷一遍热搜，“官宣”二字密度极高，但后面跟着的往往不是重大决策、政策法规出台，而是类似某星代言、演员花边新闻等，甚至某名人生吞了几包山楂粉，也统统来个“官宣”。网络舆论场，这种现象乱到没边儿。

无论从重要程度还是从信源的发布机构上看，这点小事儿都当不起“官宣”二字，顶多算是私事的公开声明。但在公共传播中，这种宣发经过营销、平台算法和粉丝追捧，抓取用户注意力，不管“多大点事儿”都能刷屏、霸榜。

娱乐领域的“官宣”事件往往既不“官”也不“民”，而是私人的“商务”。这些“事件”与国计民生没什么关系，也并非公共生活中有价值的新闻事件，能收获多少注意力与流量，与公众利益无关，却与投资方、制作方、品牌方收益正相关。公众不过是流量池里的“锦鲤”，被引流过来，贡献点击量。

许多名人私事的“官宣”，本质上还是明星的“人设”包装、与流量紧紧捆绑后的注意力变现，是俗趣味的狂欢。今天，平台算法的核心逻辑不是“你应该知道什么”，而是“你对什么感兴趣”。当年鹿晗、关晓彤宣布恋爱的消息瞬间让新浪微博服务器卡住了，而当天的新闻还有“即将出征第44届世界技能大赛的中国代表团行前动员”“美国加州特大山火灾难”“英国伦敦的自然历史博物馆外发生汽车冲撞行人事件”等，这三件事至少在政经、国际等不同板块都是大事，但俗趣味却成了优先供给。

信息过载时代，注意力成为稀缺资源，平台竞争的核心是争夺用户的停留时长。这导致真正需要公共讨论的经济、教育、医疗、环境等严肃议题不断地被挤出视线，而私人事务却在“热搜榜”上攻城略地，公众有限的注意力被系统性引流至消费主义叙事里。

“私事”有时确实可以是大事，但没必要非得用“官宣”强调。在一些特定情况下，“私事”可能会对公众生活造成影响，比如上市公司高管的婚姻生变、财产分割、股权分配等“花边”有可能对员工、股东甚至行业产生影响，但信息是否应进入公共视域，取决于新闻的价值，信息的广度与深度，而非是否为“官方”。

“官宣”是“官方宣布”的简称，“官方”在《辞海》中定义是“政府方面”，用“官宣”拉大旗作虎皮，消解了真正“官宣”的严肃性，干扰了信息的正常传播。

草纸描上“金边”，还是草纸。商业归商业、娱乐归娱乐，让庄重的“官宣”归位，让公共讨论领域更加明晰，当人们的注意力不再被轻易利用，我们才能真正地区分出什么是“重要”与“热闹”。



画里有话

漫画作者 苑莹

红灯停

## 正视“心”的病痛

朱 刚

聊政事

我国精神心理疾病整体就诊率不足20%，破除病耻感与认知误区，扩大优质资源供给，推动服务下沉，才能守护好群众的心理健康。

我从事精神科临床工作30年，日常专家门诊中，每天接诊数十人次。患者来自全国各地，不少人专程从外省赶来，甚至辗转多家医院后才找到我这里。在长期临床中我越发感受到，精神心理这一“心”的病痛，仍没有得到社会足够的重视。

前不久，我在铁岭市西丰县开展义诊，对此体会尤为真切。义诊现场，不少老年人前来咨询长期失眠的应对办法，陪同老人就诊的年轻人，也私下咨询睡眠障碍、情绪焦虑等问题。让我印象最深的是，一位老人反复心慌胸闷多年，看了无数次心内科，问诊后才发现其实是惊恐障碍。这提醒我们，心理健康问题涉及人群广、隐蔽性强，亟待全社会高度重视。

相关数据值得警惕。2025年

一项覆盖6省份65岁及以上人群4631人的调查显示，老年人睡眠质量不佳患病率高达48.39%；国内老年入睡障碍总体检出率约43%，女性、农村居民、合并抑郁症状的老年人属于高发群体。

青少年群体的心理压力同样不容忽视。《2025中国精神心理健康蓝皮书》显示，青少年精神心理问题首次确诊平均年龄已降至13.4岁。据估算，我国17岁以下儿童青少年中，约3000万人遭受各类情绪问题困扰。青年群体的心理与睡眠压力也不容乐观，精神心理问题已经成为重要的公共卫生课题。

但高患病率的背后，是公众认知不足、就医比例偏低的现实——我国精神心理疾病整体就诊率不足20%。“高患病、低识别、低就诊、低干预”困境的根源，主要来自病耻感与认知误区。

结合多年临床经验，社会上几类对精神心理疾病的认知误区亟待破除：一是把精神疾病简单等同于“疯了”。事实上抑郁症、焦虑症、睡眠障碍都属于精神障碍范畴，心理困扰就像心灵感冒，每个人都有可能遭遇。二是把老年人失眠、性格孤僻当成衰老的必然现象，忽视老年抑郁、焦虑发出的预警信号。失眠并不是衰老自带的“标配”，而是身心发出的求救信号。三是将心理问题归咎于性格软弱、“想不开”。精神障碍存

在明确的生物学发病基础，并非单纯意志力就能够克服。四是认为精神疾病难以治愈。实际上，超过八成精神心理问题经过规范治疗可以实现康复；即便是重症精神疾病患者，也能够做到病情可控，重新回归社会生活。五是不少人误以为精神科只会开药，心理咨询只是简单聊天。真实的精神科诊疗，是药物、心理、物理、行为干预相结合的综合模式，规范治疗安全且有效。

消除认知偏见、放下病耻感，是守护心理健康的第一步。与此同时，还要扩大优质精神卫生资源供给，推动医疗资源下沉，让老百姓遭遇心理、睡眠、精神方面困扰时，找到求助渠道，尤其是县域与农村地区，更需要配齐心理门诊与专业心理服务人员。

守护心理健康，需要多方协同、久久为功。各地应当常态化开展心理健康科普，纠正大众认知误区，消解病耻感；壮大精神科人才队伍，夯实基层服务能力；优化医保配套政策，减轻群众就医负担；搭建线上线下融合的服务体系，打造全周期心理健康服务链条。推动心理服务走进乡村、社区、校园，织密全民心灵防护网，才能守护好群众的身心健康，夯实社会健康的根基。

（作者系中国好医生、中国医科大学附属第一医院精神医学科主任）

做有锐度的思考者



扫码关注“辽望观天下”



请扫码投稿