

吃喝玩乐购全覆盖

宁夏210项文旅盛宴燃动“五一”假日

编者按

4月20日至21日,我区举行2026年“畅游宁夏·乐享五一”系列促消费活动新闻发布会、“畅游宁夏·乐享五一”——五市文旅联动“晒菜单”媒体吹风会,向社会各界介绍“畅游宁夏·乐享五一”系列促消费活动的整体安排与核心亮点,及五市精心策划的一系列内容丰富、各具特色、精彩纷呈的促消费活动情况,并回答了记者提问。

5大主题 210项特色活动 激发宁夏“五一”消费活力

本报讯(记者 黄蓉)4月20日,记者获悉,即日起至5月31日,宁夏将围绕“畅游宁夏·赏美景”“寻味宁夏·品美食”“惠购宁夏·享好物”“律动宁夏·健体魄”“艺韵宁夏·润心田”5大主题,推出210项特色活动,覆盖全区各市、县(区),形成“全景覆盖、全城联动、全民共享”的消费新格局。

“畅游宁夏·赏美景”板块,共35项体验活动。游客可参与“看宁超·全域旅游”文体旅融合活动、固原市六盘山山花节、中卫市沙漠音乐节等,让广大游客全方位、多角度领略宁夏独特的自然之美与人文之韵。

“寻味宁夏·品美食”板块,推出12项活动。重点举办“中华美食

荟”,设置五大主题市集,同步开展美食创新大赛,吴忠市第六届早茶美食文化节将发放超1400万元消费券;银川市咖啡文化嘉年华、青铜峡市葡萄酒推介等活动,打响“宁夏味道”名片。

“惠购宁夏·享好物”板块,依托宁夏产业优势,整合葡萄酒、枸杞等名优特产,联动线上线下渠道,推出74项促销活动。开展“双品网购节”,在主流电商平台开设专题板块;“五一”国际车展汇聚80余个汽车品牌;中卫市推出“票根经济”,投放500万元消费券,让惠民举措直达消费者。

“律动宁夏·健体魄”板块,依托特色运动场景,重点推出30项体育

赛事活动,包括宁夏足球超级联赛、全国全民健身乒乓球赛、农民篮球争霸赛总决赛、银川马拉松赛等。“艺韵宁夏·润心田”板块,整合非遗传承、文博展览、艺术汇演等资源,推出59项文化活动。如“爱尚银川”演唱会、沙漠星空音乐节等,实现群众精神文化需求与物质消费需求“双向满足”。

一系列惠民便民举措同步推出,让群众“能消费、敢消费、愿消费”。自治区文旅厅发放“看宁超·全域旅游”文旅消费券和惠民观演券;各地发放汽车、餐饮、零售、特产等专项消费券。全区公共文化场馆常态化开放,多个景区实行门票减免、优化票务流程。银川市、石嘴山市、

固原市实行轻微交通违法行为首违不罚,吴忠市开放机关单位停车场,中卫市提供2.1万个免费停车位。

本次活动呈现三大鲜明亮点。业态融合更深入,“看宁超·全域旅游”将足球赛事与景区减免、农特展销、非遗展演结合;“中华美食荟”联动葡萄酒产业打造“餐酒融合”场景。场景创新更具象,沙坡头景区“长河共此声·黄河落日会”融合古风、乐队与落日景观,中卫向阳街引入3D全息投影、NPC沉浸式巡游。营销推广更精准,依托包银高铁、京兰通道优势,打造“高铁+文体商旅”引流模式,在沿线车站设旅游咨询台,凭高铁票享专属福利,吸引华北、东北及周边客源。

4月至6月 宁夏将推出138项促消费活动

本报讯(记者 黄蓉)4月至6月,宁夏商务领域计划举办138项各类促消费活动,涵盖城市核心商圈及乡村特色集市,形成“品美食、享好物、促融合”三大板块协同发力的促消费格局。

“品美食”板块,宁夏聚焦“中华美食”和“宁夏味道”,将组织开展10场各具特色的美食主题活动。银川市推出“2026‘中华美食荟’暨宁夏服务消费季”,打造国家级美食消费盛会,吴忠市同步举办第六届吴忠早茶美食文化节。银川市将持续开展“举杯贺兰山·寻味餐桌季”活动,固原市将举办50家“固原味道”标杆店评选;各县(市、区)也同步推出美食展销、消费券补贴、夜市嘉年华等活动。

“享好物”板块,围绕汽车、家电、手机数码等大消费和升级消费开展系列促消费活动。宁夏将启动“2026宁夏双品网购节”,在宁夏网货一站式服务平台及各重点电商平台开设“品质消费”“地方好物”“外贸优品”“丝路云品”四大专题板块,全网直播带货。金凤区、贺兰县等多地推出购买新车补贴,贺兰县还推出购新房补贴和缴纳契税消费券。宁夏各地将面向百货、超市、

加油站、数码产品等领域,发放多种面额的消费券,让惠民政策触达日常消费各方面。

特别值得关注的是,宁夏智能家居产品(含适老化家居产品)购新补贴即将落地实施。对消费者购买智能门锁、智能马桶、智能服务机器人、智能床、智能沙发5类智能家居产品,按售价的15%给予补贴,每件最高补贴1500元;对60岁及以上老年人购买智能健康监测产品(国家医疗器械认证的智能手环或智能手表、动态心电图记录仪)、助听器、家用制氧机(呼吸机)、电动轮椅(外骨骼助力行走器)、智能防摔马甲等5类适老化家居产品,按售价的20%给予补贴,每件最高补贴2000元。

“促融合”板块,宁夏将推出67场商文旅体农酒融合活动,拓展消费场景。自治区商务厅联合中卫市延续开展“夜宁夏·潮生活”主题活动,打造“大漠星空夜生活节”,发放夜间消费券,构建5大夜间消费主题。银川、中卫、吴忠等地还将结合“宁超”“演唱会”等全面推广“票根经济”,整合赛事和演唱会票根、交通票根、景区门票等资源,联动发放消费券,实现跨场景消费。

银川市推出“文旅消费券+‘有奖发票’+‘银票有礼’”三重福利

本报讯(记者 黄蓉 李莹)“五一”期间,银川市将通过支付宝、微信和建设银行3大平台联动发放银川文旅“五一”专项消费券并叠加“有奖发票”等多重福利,同时继续推出“银票有礼”活动,游客凭景区门票、外省来银的机票和火车票,可在银川市多家餐饮、酒店、景区享受专属优惠。

为迎接“五一”假期,银川市精心策划了5大活动板块,30余项特色

文旅活动与N项惠民举措。其中,潮流艺术板块重点推出“举杯贺兰山·青年艺术季”,在贺兰山脚下打造集艺术展览、街头互动、创意市集于一体的开放式艺术现场;演艺活动板块举办“爱尚银川”演唱会,在贺兰山下打造高品质户外视听盛宴;葡萄酒文旅板块推出“览山万人烧烤节”,结合“神翼之约”演艺首秀、葡萄酒交易所互动装置,打造“落日+烧烤+葡萄酒”的独特体验;

烟火美食板块举办2026“中华美食荟”活动,设置中华美食集锦、世界美食体验、塞上风味、风味微醺、丝路生活五大主题市集;全域融合板块联动举办文旅嘉年华、国际车展、大漠黄河徒步等融合性活动,构建多元假日生态。

围绕“主题引领、体验流畅”的思路,银川市设计推出3条精品旅游线路,包括面向年轻客群的“潮玩出片游”线路,串联镇北堡西部影城、

《看见贺兰》演艺、览山公园等点位;侧重品质休闲的“微醺松弛游”线路,涵盖贺兰山宿集、精品酒庄、贺兰山岩画、西夏陵、黄沙古渡等;“烟火欢聚季”线路,整合“中华美食荟”市集、观光夜市、国际车展、凤凰幻城等消费场景。

银川市还将持续开展“码上吐槽马上办”快速响应服务,联合相关部门加强安全排查与交通疏导,全力保障游客“安心、省心、暖心”的假日体验。

全民参与 全域联动 宁夏105项体育赛事精彩上演

本报讯(记者 黄蓉)4月20日至5月底,宁夏计划举办各级各类体育赛事活动105项,直接参与群众预计将突破37万人次,形成“县县有赛事、人人可参与”的生动局面。

本次活动呈现三个“前所未有”。覆盖范围广,“五一”期间,平均每天就有超过2项赛事活动,涉及22个市、县(区)。赛事层次高,自治区级以上赛事活动达28项,占比超过四分之一,其中,全国性、区域性赛事活动多达13项,让群众在家门口就能观赛。本土赛事热,宁夏足球超级联赛将于5月1日在银川览山公园揭开序幕;5月17日鸣枪开跑的银川马拉松,在只设全程和半程2个项目情况下,参赛人数增加至2.5万人。4月25日,第二届

全国全民健身大赛(西北区)乒乓球比赛也将在宁夏体育馆拉开帷幕,西北五省(区)和新疆生产建设兵团等各路国球高手将为争夺全国决赛入场券展开角逐。还将推出社区运动会、乡村篮球赛、健步走大赛、广场舞大赛等77项接地气、广参与的体育活动。初步统计,参赛人数1000人以上的赛事活动就有21项,参赛人数2000人以上的赛事活动有10项。

在服务保障方面,宁夏对重点场所进行安全隐患排查,合理配置安保力量,制定应急预案;在主要赛事活动现场设置医疗救护点,配备专业医护人员和急救设备,开辟绿色通道;加强赛事活动周边区域交通疏导和临时车辆管理,全方位保障赛事安全有序、平稳开展。

石嘴山市以特色体验为游客解锁田园诗意

本报讯(记者 黄蓉 李莹)“五一”期间,石嘴山市将在沙湖景区推出国际观鸟节、鲈鱼风筝节、萌宠互动等特色体验活动,打造贺兰山下第一村龙泉村、大地天香千亩玫瑰花园等网红点位,为游客解锁田园诗意与假日惬意。

为吸引年轻群体,石嘴山市在星海湖畔打造了“FUN肆青春·燃动星海”大学生文化艺术嘉年华。活动集才艺展演、电竞对决、潮玩互动、文旅展销、美食消费于一体,深度融合石嘴山特色美食、文创好物、农特产品与非遗精品,打造青年群体的酷玩消费场景。

石嘴山市将以“工业遗风·燃情石嘴山”为主题,精心打造一场文旅商深度融合、内容丰富特色鲜明、安全有序欢乐祥和的消费盛宴,推出“跟着影视去旅行——石

炭井工矿文旅嘉年华”主题活动,让游客沉浸式触摸老工矿的热血岁月,在《万里归途》《山海情》《风中的火焰》经典取景地,打卡同款剧情、参与影视集章寻宝。

在惠民举措方面,石嘴山市在“五一”前后还精心筹备了13项精彩体育赛事。5月2日至4日,“石超”系列赛——吴钩足球全国邀请赛将在石嘴山市体育场激情开赛,全国18支球队同台竞技、逐鹿绿茵。

在惠民举措上,石嘴山市筹措资金800余万元,面向全域发放惠民消费券,覆盖景区、餐饮、住宿、商超、文创等重点领域;星级酒店、精品民宿推出观赛特价房、假日特惠套餐;餐饮、零售、加油站等百余商家联合让利,开展满减、买赠、套餐优惠等活动。

吴忠市10条精品旅游线路提供多元游玩体验

本报讯(记者 黄蓉 李莹)“五一”期间,吴忠市推出“黄河文脉”“养生寻味”等10条精品旅游线路,覆盖一日游、两日游、深度游,提供赏花、自驾、徒步、民宿、露营等多元体验。

吴忠市以2026年“中华美食荟”分会场馆第六届吴忠早茶美食文化节为核心,采用“1+7+N”联动模式,主会场设在利通区牛家坊民俗文化村,同步联动黄河奥体中心、滨河体育运动公园,辐射五县(市、区)及40家优质餐饮单位,打造全时段、全场景、全链条的促消费盛宴。其中“塞上晨光·茶宴飘香”,美食及农特优品嘉年华重磅登场,搭建8个特色特装馆与100个美食摊位,设置特色美食展、农特优品展、老吴忠市井集市等。“约荟吴忠·尽展风采”美食文化交流活动特别邀

请广州、扬州、泰州、兰州、西安等地的专业厨师团队现场切磋交流美食技艺,展示美食绝活。

吴忠市将密集推出60场文旅体联动活动,利通区的风筝赛、红寺堡区的音乐狂欢季、青铜峡市的牡丹花会、盐池县的杏花节、同心县的千人宴等特色活动异彩纷呈,全域联动聚人气、促消费。

为了提升畅游体验,吴忠市还上线早茶美食电子地图,规划6个临时停车区、1万个停车位,免费开放51个经营性停车场、15个机关单位停车场。实行轻微不罚、首违不罚柔性执法,24小时开通12345热线,严守食品安全。发放1420万元消费券,推出票根联动、美食护照,持来吴交通票据、消费票据享折扣满减,打卡全城美食兑礼品、享专属优惠。

固原市串联5条赏花线路让游客邂逅诗意

本报讯(记者 黄蓉 李莹)“五一”期间,固原市串联辖区五县(区)核心文旅资源,推出5条主题鲜明的赏花线路,实现全域赏花、处处可游,时时可享,让游客在六盘花海中邂逅诗意乡愁。

固原市以“六盘山下·乡遇固原”为主题,整合5县(区)农文旅商体优质资源,推出34项精品活动,涵盖赏花、惠民、夜经济等多元场景。须弥山旅游区“山花映丝路”将千年石窟文化与烂漫花海深度融合;原州区河川牡丹花海构建“赏花+体验+消费”沉浸式场景;西吉火石寨丁香花节推出穿汉服免门票、抖音特惠购票等惠

民举措;泾源山花漫游季延至5月底,满足长线路度假、康养休闲多元需求。原州双泉村、薛庄村同步开展书画写生、骑行露营、皮影泥塑等体验活动。

全新升级的六盘山国家森林公园已完成设施修葺提升,将于“五一”正式开放,邀游客邂逅独有的18℃的夏天。红色研学方面,固原市将以六盘山红军长征旅游区、西吉将台堡、彭阳乔家渠等为载体,开展红色讲解、红歌合唱等活动。泾源龙头岭观日出、西部花儿歌会、彭阳梯田音乐节、原州长城徒步与博物馆研学等活动覆盖全年龄段,让乡村文旅更具活力、更有魅力。

中卫市推出“星星故乡·大漠欢歌”沉浸式演艺

本报讯(记者 黄蓉 李莹)“五一”期间,中卫市沙坡头景区将推出“星星故乡·大漠欢歌”沉浸式演艺,以“诗、乐、舞、话”多维互动,打造黄河大漠大歌行、王维会客厅、大漠欢歌音乐节、趣味互动、NPC演绎等沉浸式场景,以城景协同聚力赋能,激活全域旅游新动能。

中卫市寺口子景区将开展“寺口有约”主题活动,红歌快闪、巨幅红旗展示、登山打卡体验等活动同步上演,传承红色基因、释放自然魅力。同时,“星河入戏·乐动沙坡头”“五一”城市星空戏剧音乐嘉年华、大漠星空夜生活节精彩启幕,重点

打造夜食、夜娱、夜集、夜游、夜营五大消费街区,构建全天候高品质文旅消费体系,让城市兼具文艺气韵与烟火温情。

中卫市坚持“走出去推介、请进来客源”双向发力,精准聚焦北京、贵阳、重庆、西宁等重点客源城市,持续开展“青春漠漠搭·相约在中卫”第三阶段推介活动,发布引客入卫激励政策。重点拓展旅游专列、航空包机、银发康养、研学实践等客源市场,构建多渠道引流、多业态联动的文旅营销格局,实现引客入卫、产业带货、招商引资协同增效。

自治区卫生健康委举办“时令节气与健康”(谷雨)发布会

本报讯(记者 李莹 黄蓉)4月21日,自治区卫生健康委员会举办“时令节气与健康”发布会,邀请自治区人民医院、自治区中西医结合医院、自治区中医医院(中医研究院)、北京大学第一医院宁夏妇女儿童医院(宁夏回族自治区妇幼保健院)、自治区疾控中心、宁夏医科大学总医院的专家,围绕谷雨节气养生保健、春季过敏防护、儿童春季常见传染病防控、肿瘤防治等近期群众关心的健康话题发布科普信息,并介绍过敏性鼻炎的推拿操作手法。

谷雨是春季最后一个节气,气温稳步回升但昼夜温差仍较明显,花粉、杨絮等过敏原飘散增多,各类春季常见病进入高发阶段。专家提示,谷雨时节仍需注意“春捂”有度,及时增减衣物,做好日常健康防护。

中医讲“春养肝、夏养心”。在这一承前启后的时节,起居饮食起居方面需要特别注意。自治区中医医院(中医研究院)肿瘤血液科主任、主任医师宁小菊介绍,谷雨正值春末夏初交替之时,此时阳气逐渐升腾,湿气也随之加重,处于春季养肝向夏季养心

过渡的承前启后关键阶段。在饮食调养方面,应遵循祛湿健脾、疏肝养心的原则,日常可多食用冬瓜、薏米、山药、赤小豆等健脾祛湿的食材;顺应春季养肝的收尾阶段,适量食用菠菜、香椿、草莓等应季蔬果,以清润疏肝。同时,应减少生冷、油腻、辛辣食物的摄入,避免加重脾胃负担,为夏季养心做好脾胃基础。

针对儿童春季过敏反复问题,家长在家护理应注意什么的问题,北京大学第一医院宁夏妇女儿童医院(宁夏回族自治区妇幼保健院)儿科学科

带头人、主任医师张晚春表示,应避开过敏原,花粉高峰时段减少外出,外出时佩戴口罩,回家后及时清洁鼻腔、口腔并更换衣物;居家通风宜选择傍晚或雨天,花粉浓度高时减少开窗;床品需用55℃以上热水清洗,避免在家中养花草和宠物。要做好皮肤护理,剪短孩子的指甲,用温水短时间洗澡,选用无香精、无酒精的保湿霜,不随意给孩子涂抹药膏或使用偏方。调整饮食与作息,保持清淡饮食,少吃易致敏食物,多吃新鲜蔬果,保证孩子睡眠充足,以增强抵抗力。

习近平会见老挝人民革命党中央总书记、国家主席特使沙伦赛

(紧接01版)表示中国长期保持安全稳定的国内政治社会环境,创造持续高速增长的经济奇迹,在国际舞台上的作用和影响力不断提升。老方坚定

支持习近平总书记提出的重大全球倡议,愿同中方深化全面务实合作,推动老中命运共同体建设不断取得新成果。王毅参加会见。

坚定信心聚力攻坚加压奋进巩固良好势头 打牢“十五五”良好开局坚实基础

(紧接01版)要突出发展重点难点,着力促进服务业高质量发展,在“扩、提、融、准、创”上下功夫,力求在空间拓展、服务品质、业态模式、政策供给、方法措施上取得新突破。要系统增强竞争能力,着力塑造发展新动能新优势,全面强

化资源支撑力、产业集聚力、数智融合力、创新驱动、区域营商力、人才保障力和干部执行力。要全面强化统筹推进,协同抓好发展与民生、发展与生态、发展与安全,奋力完成上半年目标任务,为“十五五”良好开局打下坚实基础。