

长沙商超便利店纷纷卖起中式养生水,购买者中18至36岁人群占比近七成

# 这届年轻人,把养生喝出仪式感

●长沙晚报全媒体记者 范宏欢

你在喝“养生水”吗?继无糖气泡水、无糖茶之后,以红豆薏米水、绿豆水、玉米须水等为代表的“中式养生水”正走进年轻人的视野,并凭借其独特的文化底蕴和健康养生的理念,逐渐成为市场新宠。

近日,记者走进长沙各大商超、便利店,发现货架上一股“中式养生水”热潮正悄然兴起。曾经被视为中老年人专属的养生方式,如今正被长沙年轻人喝出满满的仪式感。



盒马超市里,“中式养生水”的品类琳琅满目,市民正在挑选。

长沙晚报全媒体记者 范宏欢 摄



长沙掀起“中式养生水”热

“中式养生水”这一概念并无严格界定,通常指基于中医传统养生原理、采用“药食同源”的天然食材,例如红豆、薏米、枸杞、红枣、绿豆等,经过煮制或萃取等工艺制作而成的即饮型植物饮品。目前常见产品包括红豆薏米水、枸杞红枣水、绿豆水等。这些食材被应用于饮品中,满足了消费者对健康、养生、天然的需求。

19日,记者在五一广场附近的一家7-Eleven便利店看到,原本摆满碳酸饮料和传统茶饮的货架,如今有了不少新面孔:红豆薏米水、枸杞红枣水、黑米决明子……这些“中式养生水”不仅包装简约清新,价格也较为亲民,大多在4元至8元之间。

“最近几个月,养生水的销量明显上升。”该便利店店员介绍,“像这款红豆薏米水,一天能卖出二三十瓶,购买者大多是20至35岁的年轻人。他们常常在下班路上顺手买一瓶,说是去去湿气。”

在开福区的一家盒马鲜生门店,情况亦是如此。元气森林的“好自在”系列养生水占据了显眼位置,清爽绿豆水、红豆薏米水、红枣枸杞

水等口味一应俱全。据门店工作人员透露,该系列养生水自今年年初上架以来,销量稳步增长,如今每天能卖出四五十瓶,已然成为饮品区的热门单品。

不仅仅是连锁便利店和大型商超,一些主打中药养生的茶饮品牌也开始在长沙布局,如陆藜,开了个方子、荷田水铺、茶如其方等。

## 年轻人追求仪式感养生

这股养生水热潮并非偶然。根据前瞻产业研究院发布的《2024年中国中式养生水行业发展趋势洞察报告》,2023年中国中式养生水市场规模达到4.5亿元,预计到2028年将突破百亿元大关。而在长沙这座年轻活力的网红城市,这一趋势更为明显。

为何“中式养生水”会在长沙年轻人中走红?记者发现,“健康焦虑”与“仪式感追求”是两大关键因素。这些饮品大多配料干净、无糖无添加,成分兼具养生功效,而且只比普通矿泉水贵上两三块钱,让消费者心理上好像就已完成了养生的仪式感。

在长沙一家广告公司工作的白领李妮已经养成了每天喝一瓶养生水的习惯。“现在工作压

力大,熬夜加班是常事,总觉得自己得喝点什么补补。喝养生水就像给自己一个心理安慰,感觉在努力对抗亚健康。而且,看着这些透明瓶子里装着的各种养生食材,喝起来特别有仪式感。”

数据也印证了这一点。相关调研显示,在“中式养生水”的消费市场中,18至26岁的人群占据了21.3%的份额,27至36岁则占据了48.6%的比例,两者合计占据了市场的近七成。

此外,社交媒体的传播也起到了推波助澜的作用。打开小红书、抖音等平台,搜索“养生水”,能看到大量博主分享自己的养生水饮用心得与推荐清单。一些网红养生水甚至在社交平台上引发了打卡热潮,不少年轻人为了拍出好看的照片,特地购买养生水,将其融入自己的生活场景中,进一步强化了这种“仪式感养生”的氛围。

## 养生要时尚更要重习惯

记者注意到,随着需求的增长,越来越多的品牌也开始入局“中式养生水”市场,包括莲子熟了、好望水、悦小开、茶小开、清巧味、瑞果、豆丁日记、小苏先生等。2024年10月,盒马也首次推出苹果黄芪水、陈皮四神水。近期,盒马又与中药老字号企业李良济合作推出了暑

清元气水和五汁饮。不久前,和其正与来伊份两大品牌也入局了养生水赛道。

“如今的年轻一代不再盲目追求口感刺激的饮料,而是更加注重健康与品质。同时,这种‘仪式感养生’也是年轻人在快节奏生活中,寻求自我关怀与平衡的一种方式。”从事饮料行业多年的分析师张先生表示。

然而,在这股热潮背后,也有声音提醒消费者保持理性。湖南中医药大学中医专家指出,虽然中式养生水大多采用药食同源的食材,但不能将其视为药物,其养生功效有限。“养生是一个长期的过程,不能仅仅依赖一瓶养生水。年轻人在追求时尚养生的同时,还是要保持良好的生活习惯,如规律作息、均衡饮食和适当运动。”

随着健康理念的深入人心,“中式养生水”的市场前景依然广阔。但如何在保证品质与功效的同时避免市场同质化,满足消费者日益多样化的需求,是品牌与企业需要思考的问题。对于长沙的年轻人而言,这股养生水热潮或许只是他们探索健康生活方式的一个开始,而“仪式感养生”也将以更多元的形式融入日常。

长沙以智慧物业为支点推动建设“安全、舒适、绿色、智慧”好房子好小区

# “未来家”是个数字生命体

●长沙晚报全媒体记者 孙占锋

下班回家变成刷脸秒开门,电梯故障秒响应……如果小区里的一切细节都有科技先一步安排妥帖,是不是会觉得房子买得更值?在长沙,这样的智慧物业建设已经写入了政策文件,“未来家”值得期待。

## 全周期植入智慧基因 建房如造“数字生命体”

记者了解到,长沙市住建局此次发布的文件,最大亮点在于将智慧物业理念贯穿建筑全生命周期。其中,在策划阶段,建设单位需像为房子编写智能说明书一样,把智慧物业建设专篇写入规划设计方案文本。

通知明确,建设目标重点包含建筑信息模型

(BIM)的应用深度、智慧物业管理平台的预期功能目标等关键内容。此外,智慧物业建设费用纳入工程概算中的智能化工程费用。这就好比在盖房子前,先给它设定好了“聪明大脑”的配置。

设计阶段同样如此。通知明确,设计单位不仅要绘制传统施工图,在施工图审查阶段还要提交包含智慧物业建设专篇、BIM模型等在内的相关设计文件。建设单位在进行智能化工程招投标时,也要明确智能化系统包含智慧物业建设相关子系统及管理平台的具体建设要求。

后续施工阶段,工人不再是简单搬砖砌墙,而是要求施工单位严格按照设计文件、相关标准规范施工,确保施工质量,并将智慧物业相关施工数据信息录入设计BIM模型中,让建筑从图纸到落地全程都有“数字孪生体”相伴。

竣工验收阶段,市住建局将建立完善验收标准,切实保障各项系统功能满足设计要求且能够稳定、正常运行。验收通过后,建设单位需组织设计、施工单位根据竣工资料,将BIM竣工模型及智慧物业管理平台移交给物业单位。

通知明确,各区县(市)住建局按照“谁审批、谁负责、谁监管、谁监督”的原则进行监督

开展交付培训,确保系统高效运行。

运维阶段,物业单位可充分应用已有系统,结合实际管理和项目需求,拓展多元化服务和社区交流平台;同时,定期开展智慧物业相关设施维护与升级工作,确保系统长期稳定运行,为住户提供持续高品质的服务。

## 政企协同创新破局 打造智慧物业“长沙模式”

上述通知还明确,各级住建部门明确分工,构建协同高效的工作体系。建设单位作为智慧物业建设主体,设计单位负责系统规划设计与技术支撑,施工单位负责按图施工并录入相关施工数据,物业管理单位承担日常运维管理,社区负责宣传引导与协调配合。

此外,长沙还鼓励社会力量参与智慧物业的打造,住建局将研究制定和完善相关政策措施,为智慧物业建设不仅给予财政奖补“真金白银”支持,还将开通审批绿色通道,让企业少跑腿、快落地,构建良好的政策保障体系。

通知明确,各区县(市)住建局按照“谁审批、谁负责、谁监管、谁监督”的原则进行监督

管理。物业管理部门对物业管理单位的实施成效进行评估和反馈,确保各项任务按时、按质、按量完成。同时,将评估结果作为对建设单位及物业管理单位信用评级的重要依据,以督促相关企业切实履行职责。本通知自2025年6月1日起实施,有效期5年。

从“砖头水泥”到“智慧大脑”,长沙正以智慧物业为支点,撬动住宅小区的品质升级,推动建筑行业的发展变革。长沙市住建局还发布了《住宅小区智慧物业建设导则(试行)》,对智慧物业建设的智能安防、建筑结构与公共设施安全监控预警、小区品质保障、智能化集成管理等方面进行了详细规范,为智慧物业建设提供了技术支撑。

长沙市住建局党组书记、局长张跃先表示,此举紧密围绕“四好”(好房子、好小区、好社区、好城区)建设目标,借助数智化手段,构建高效、智能的物业管理服务体系,实现住宅小区管理效率和服务质量的显著提升。同时,打造具有长沙特色的智慧住宅标杆,为居民提供更加安全、便捷、智能的生活空间,为韧性城市建设贡献力量。

# 智慧物业让生活更有质感

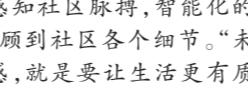
●付臣欢

“刷脸秒开门”“电梯故障秒响应”……如果小区里的一切细节都有科技先一步安排妥帖,是不是会觉得房子买得更值?在长沙,这样的智慧物业建设已经写入了政策文件,“未来家”值得期待。

长沙市住建局此次发布的《关于加快推进住宅小区智慧物业建设的通知》等文件,要求智慧物业理念贯穿建筑全生命周期,本质是将社区视为“有机生命体”,这就使得传统认知中的“盖房子”,走向了更系统全面的“种社区”。设计阶段、施工阶段、验收阶段、运维阶段等全生命周期都有一脉相承的“智慧大脑”来加持,跳出了传统物业“缝缝补补”的局限,把物业管理从“救火队”变成了“预防针”,从

“人跑腿”升级成“数据跑路”。比如,建筑从图纸到落地都有“数字孪生体”相伴,不仅是单纯能复刻建筑形态,更是让地下管道渗漏、消防设备状态等隐性问题可视化,解决了传统物业“头痛医头”的痛点,使后续物业运维省事又省心,让科技真正成为居民幸福的“隐形守护者”。

智慧物业,不是科技有多酷炫,而是让“温暖科技”浸润居民的日常生活,真正做到“住得好”:数字化的“诊疗器”能时刻感知社区脉搏,智能化的“绣花针”能照顾到社区各个细节。“未来家”的未来感,就是要让生活更有质感。社区生活不必手忙脚乱、缝缝补补,而是游刃有余、安心可靠。



去年湖南二手车交易84万多辆

业内人士提醒警惕“低价陷阱”渠道

长沙晚报5月19日讯 (全媒体记者 颜开云)新车,还是二手车?如果预算充足,或者就喜欢“零公里体验”的仪式感与专属感,当然不用选择。如果追求性价比,不妨考虑一下二手车——2024年,全国二手车交易1961万辆,其中湖南为84.66万辆。5月18日,记者从湖南省二手车流通协会2025年度会员大会上了解到,二手车市场近年来总体呈增长趋势。

刚上任的湖南省二手车流通协会会长、长沙兆远名车董事长刘永良表示,在制度层面上,国家已出台政策鼓励培育壮大二手车经营主体,通过加强汽车领域信息共享、支持第三方二手车信息查询平台发展等措施,促进二手车放心便利交易。湖南二手车商户的公司化经营、商务备案、待销售签注、反向开票等工作全面落实。

不过,作为资深从业者,刘永良也提醒消费者警惕“低价陷阱”渠道,避免选择无固定经营场所的小店、网络“钓鱼”广告等不可靠渠道。“这种渠道常以远低于市场价的‘诱饵’吸引消费者,后续可能通过隐瞒车况、强制消费等方式欺诈牟利。”他建议,购买二手车应优先选择大型专业市场、具备第三方检测能力的品牌展厅,切忌只在网上看视频介绍或者图片,就贸然付下定金,一定要实地验车,认真查看检测报告、保养记录、保险记录等车辆档案信息。

上接1版

记者了解到,作为Rokid Glasses的整机组装合作伙伴,蓝思科技实现了从镜架、镜片、功能模组到全自动组装线的全链条覆盖,依托全球领先的智能制造体系,显著提升量产效率并突破产能瓶颈。其自主研发的“纳米微晶玻璃技术”大幅度提高镜片的透光率和抗摔性,同时实现轻量化设计(Rokid Glasses仅重49克),成功解决行业“减重、续航、显示”难题。此外,蓝思在光波导材料、微纳结构加工等领域的多年积累,为产品的高画质显示与工业级稳定性提供了核心技术保障。

内外企业加速布局

## AI眼镜

AI眼镜作为下一代智能可穿戴设备,结合计算机视觉、AI交互、增强现实(AR)等技术,正成为消费级电子产品的热门赛道。技术困境之外,用户隐私与技术滥用问题形成新的阻碍。消费者既渴望AI眼镜拥有强大的环境感知能力,又对潜在的隐私泄露风险充满警惕。搭载多模态传感器的AI眼镜可能在用户无意识间记录他人影像,这种“被动监控”特性已引起国家监管机构的高度重视。

2024年,Ray-Ban和Meta联名推出的第二代AI眼镜在全球销量超百万台,让整个科技行业看到了AI眼镜市场的巨大潜力。在国内,华为、小米、字节跳动等科技巨头,以及灵伴科技、闪极科技、影目科技等中小科技公司纷纷加码布局AI眼镜赛道,博士眼镜等传统眼镜企业也瞅准时机果断向这一赛道转型。

一时间,大大小小的品牌方连发布新品,“百镜”大战盛况呼之欲出。“AI眼镜并非最新的产品,最近的突然爆发离不开AI技术的迅猛发展。”北京社会科学院副研究员王鹏接受采访时表示,像DeepSeek等人工智能以及机器视觉等技术的突破和成熟为AI眼镜的发展提供了技术支持。消费者对智能穿戴设备的需求和认可度也在不断增加,加上政策支持为市场发展提供保障,科技巨头布局也提升了消费者的期待和信任度。这些因素共同作用,使得AI眼镜市场不断传来利好消息。

Wellseen XR统计数据显示,2024年全球AI眼镜销量达到234万台,预计2025年全球

电话:0731-82205305  
Q:Q:800083498  
微信:长沙同城通

刊登资讯不出门 手机平台服务您

●孙梳菡(父亲孙龙、母亲甘婷)遗失长沙市妇幼保健医院出生医学证明,编号:T430321617,声明作废。

●杨书驰(父亲杨健楠,母亲吴小可)遗失中南大学湘雅医院出生医学证明,编号:R430901176,声明作废。

●高乐成(父亲高俊、母亲高晶)遗失湖南省出生医学证明,编号:R430386499,声明作废。

●吴金祥遗失 410782198403063475 号驾驶证,声明作废。

# 同城通 分类信息

公告类:60元/行 资讯类:50元/行 标题限9字以内(占2行) 正文13字/行 套红加收20% 套彩加收30%

## 公告声明

## 遗失声明

湖南新环境房地产经纪连锁有限公司遗失租赁合同,编号:796327/802352/802353/802360/796877/813568;中介服务费收据,编号:416940;托管金收据,编号:435574。以上文书的编号文书声明作废。

●高乐成(父亲高俊、母亲高晶)遗失湖南省出生医学证明,编号:R430386499,声明作废。

●吴金祥遗失 410782198403063475 号驾驶证,声明作废。

## 招标公告

现对长沙市曙光泊岸锦园小区物业管理项目进行公开招标,详细招标公告请致电或邮箱获取,电话:18975846569,邮箱:3173834872@qq.com。2025年5月20日

●张亚鸣遗失湖南省劳动人事学校劳动经济管理专业(中专)毕业证书,证书编号:931011,声明作废。