



今天市区天气

晴转多云
北风3-4级转4-5级
-3~5℃



明天市区天气

阴转小雪
北到东北风3-4级
-4~-2℃



后天市区天气

小雪
北到西北风3-4级转4-5级
-4~0℃

今天晴转多云 市区最高气温5℃

本报讯(YMG全媒体记者 纪殿国)今天晴转多云,北风为主。明天多云转阴,北部地区局部有小降雪,北到东北风。后天多云,北部地区阴有小雪,北到西北风。烟台市气象台12月29日发布天气预报:
烟台市区,12月30日,晴转多云,北

风3-4级转4-5级,最低气温-3℃,最高气温5℃。
12月31日,阴转小雪,北到东北风3-4级,-4~-2℃。
2026年1月1日,小雪,北到西北风3-4级转4-5级,-4~0℃。
烟台各区市,12月30日白天,晴转多

云,北风,沿海及内陆3-4级转4-5级。最低气温,沿海-3℃,内陆-7℃;最高气温,沿海5℃,内陆6℃。
12月30日夜间到12月31日白天,多云转阴,北部地区局部有小降雪,北到东北风,沿海及内陆4-5级转3-4级,-6~0℃。

12月31日夜间到2026年1月1日白天,多云,北部地区阴有小雪,北到西北风,沿海及内陆3-4级转5-6级,-6~0℃。
空气污染气象条件预报:气象条件有利于空气污染物扩散。
一氧化碳中毒潜势预报:三级(可能)。

近日,随着1.5万吨发往圭亚那和苏里南的机械、车辆和建材在山东港口烟台港蓬莱港区完成装船,烟台港美洲件杂货航线年度发运量首次突破150万吨。该航线目前已成为华北和华东地区“中国制造”海运直达美洲的快捷通道,为深化国际产业链供应链合作提供了规模化、成熟化的物流保障。

YMG全媒体记者
唐克 摄



消费“三新”试点项目征集启动

申报时间截止到2026年1月8日

本报讯(YMG全媒体记者 逢苗)近日,我市被正式确定为消费新业态新模式新场景(以下简称“三新”)试点城市。为更好地推进试点工作,增加优质消费供给,促进消费转型升级,现在全市范围内征集“三新”试点项目。申报时间截止到2026年1月8日。支持方向为以下三方面:

支持健全首发经济服务体系

- 1.支持打造一批首发中心、首发经济集聚区,在重点商圈商街、创意园区、文化场所等打造多层次的新品发布平台载体,集聚一批传播、传媒、广告等专业服务机构。
- 2.支持具有引领性的国内外品牌开

设高能级首店、旗舰店、概念店,并推动首店向总店、总部提升发展。

- 3.支持围绕海洋经济、葡萄酒、黄金、果蔬等烟台优势产业和时尚服饰、消费电子、美妆、潮玩、家居、汽车、智能终端、

运动潮品以及服务消费等领域具有创新性、引领性的产品和服务举办新品首发、品牌首秀、时尚首展等活动。

- 4.支持有关展会开设首发专区、专场,集中展示新产品、新服务、新技术。

支持创新多元化服务消费场景

- 1.支持业态创新、模式创新,推动人工智能、元宇宙等数字技术在文娱、旅游、健康、体育等领域的深化应用,打造一批商旅文体健融合的消费新场景。
- 2.支持重点商圈商街、文旅集聚区、传

统购物型商超、废旧工业厂区向多元消费场景升级,拓展增加文化时尚、健康体育、艺术展览等服务消费功能,推动重点赛事活动及演出“进商圈、进街区、进景区”,推动建成一批服务消费集聚区。发展夜间

经济,打造夜间文化和旅游消费集聚区。

- 3.支持外贸优品展销中心、特色购物中心或购物区、外贸优品品牌集聚的特色商业街优化升级,推广自主品牌+直供直销,打造具有特色和吸引力的消费场景。

支持优质消费资源与知名IP跨界联名

- 1.支持依托互联网数字娱乐平台和知识产权(IP)孵化平台,打通设计、开发、生产、营销、推广全产业链,开发系列周边产品,开设主题店、概念店等沉浸式消费空间,激发优质资源消费潜力。
- 2.支持围绕本地特色文化,联动国潮动漫影视知识产权(IP)及文博场馆、非遗机构、历史文化名城等传统资源,推出一批影响范围广、社交属性强、创意新颖的综合性消费场景。
- 3.支持老字号企业、新消费品牌企业依托本地优质消费资源,开设新店、旗舰店,开发推出“老牌新品”“国货潮品”。引导相关企业加快转型升级,培育一批新型消费龙头企业。

申报要求项目申报主体为在烟台市登记注册的独立法人单位。申报单位需经营状况良好、财务制度健全,近3年来无违法违规记录,信用记录良好。申报项目需在烟台市范围内组织实施,符合上述三个支持方向之一,具有较好的预期效果,能够对“三新”消费提供有力支撑。

申报项目应为在建项目和待建项目,并在2025年10月1日至2027年6月30日之间完成竣工验收并投入运营,原则上不支持2025年9月底前投入营业使用的项目和预计投入营业时间晚于2027年6月底的在建待建项目。对于在建项目,仅支持政策发布后(2025年9月30日之后)发生的投资额。

有关补助资金不得用于新建、扩建基础设施等,不得用于支付罚款、赞助、偿还债务以及财政补助单位人员经费和工作经费等,不得用于土地开发、征地拆迁、建设政府性楼堂馆所等明令禁止的支出项目。已获得其他市级及以上财政资金支持的项目,原则上不得重复申报。上级部门如有其他要求,再另行通知。

各申报单位根据项目实际情况,在申报期内填写《拟参与消费新业态新模式新场景试点项目汇总表》《消费新业态新模式新场景试点项目申报书》报送至单位注册地所在区市(管委)商务主管部门。具体文件可在烟台市商务局公众号下载。

4个实用技巧 选出健康早餐面包

近年来,不少人喜欢用面包当早餐,会挑选松软香甜的软面包,但其实选择粗硬的烤面包,更适合我们的身体消化吸收。那么,该如何选择适合的烤面包呢?

细节一:硬、淡、粗

挑选面包一定要选择手感较硬的、味道较淡的、口感较粗的,这类面包油脂含量一般较低,含有大量膳食纤维,有利于肠道蠕动和消化吸收,食物纤维也会抑制身体中糖分及脂肪的吸收,防止肥胖。相反,夹馅面包软甜可口,但热量、油脂量都偏高,而一个硬面包圈的热量与一份同等重量排骨的热量是相同的,如果想减肥的朋友还是少尝试为好。

同时,面包中主推全麦面包,因为它富含铁、维生素B、维生素E、镁、锌和纤维素,常吃有益身体健康。如果喜欢甜味面包,不妨选择吐司抹1小匙果酱。每天两片吐司抹花生酱、奶油或夹一片低脂奶酪,喝一瓶低脂牛奶或酸奶,如有条件,准备一点生菜、蕃茄、小黄瓜夹着吃,热量适中,营养会更均衡。

细节二:烤面包更适合当早餐

有些人习惯将面包烤着吃,能让它的香气散发,表面酥脆。烤得酥脆的面包咀嚼次数也会相应增加。因为咀嚼能刺激饱腹中枢神经,吃少量即可获得饱腹感。对于胃酸过多的人来说,面包片、馒头片等主食都是碳水化合物,吃下去会刺激胃酸分泌,加重泛酸。如果把面包片、馒头片烤一烤再吃,能起到“养胃”的作用。这是因为,烤焦的面包片和馒头片上会形成一层糊化层,这层物质可以中和胃酸、抑制胃酸分泌,起到保护胃黏膜的作用。

专家建议,烤馒头片和面包片时,一定要控制好温度和时间,只需一两分钟,到微微发黄的程度就行了,千万不要一直烤到颜色发褐变黑,否则食用后不利于身体健康。胃肠不好的人,烤面包片、烤馒头片都不宜吃得过多,每次1-2片即可。

细节三:刚出炉的面包不宜马上吃

刚出炉的面包还处在发酵状态,马上吃容易得胃病。因此,面包出炉后应至少放上两个钟头才吃比较安全。还有人喜欢吃大而松软的面包,觉得口感好,其实面包发酵也有一个度,体积过大不见得营养就多。

细节四:剥面包皮吃?

面包在烘烤时,会产生一种物质积聚在面包皮上,不仅可使面包皮变黑变甜,更能激活抑制自由基活性酶,有报道称可起到延缓衰老的作用。因此,吃面包时最好连皮一起吃。

本报综合

生活小妙招