

总统为第79届全国合作社日庆典主持开幕

7月12日，普拉博沃总统在雅加达翁加诺主体运动场大厦，为第79届全国合作社日（Harkopnas）庆典主持开幕。他在致辞中表示，如果人民团结一致，齐心协力参加建设，国家必将振兴。



普拉博沃为全国合作社日庆典发表演讲

痛心疾首谴责贪污 人民团结一致国家必将振兴

【本报讯】普拉博沃总统于7月12日出席在雅加达中区史纳延翁加诺运动场（GBK）Indonesia Arena举行的第79届全国合作社日（Harkopnas）庆祝活动。

普拉博沃对合作社活动表示赞赏。他在致辞中表示，合作社与其人生经历有着深厚关系，因此他认为自己一直是合作社大家庭的一员。

他说：“各位，其实我一直感到自己仿佛置身于家人之间。合作社就像是我的家。尽管我在多次总统选举中落选，但我始终感受到合作社的活动一路伴随着我。”

在发表上述讲话之前，普拉博沃首先向全国合作社工作者祝贺第79届全国合作社日。他说：“谨向全国各地所有合作社人士致以诚挚祝贺。”

普拉博沃表示，自接受人民赋予的总统使命以来，他始终坚定承诺，将竭尽全力工作和奋斗，实现全国人民福利生活与社会繁荣。

他说：“我们尚未完全成功，但我们始终为人民而奋斗。最终我接受了人民赋予我的使命，我将竭尽全力履行这项使命，为实现人民最大的福祉而奋斗。”

普拉博沃还表达对我

国未来发展的坚定信心。他相信在其领导下，印尼将不断进步。他说：“印度尼西亚一定会崛起，并将能进一步壮大国家的各项力量。”

总统表示，他仍然听到一些人认为印尼前景黯淡，因此他说：“如果你仍有疑虑，就待在家里吧。如果你认为我们国家的前景黯淡，想去其他国家生活，请随意，没有人会阻拦。”

随后普拉博沃呼吁全国人民团结一致，并强调印尼历来崇尚互助合作（Gotong Royong）的优秀传统。他说：“如果生活在印尼，我希望大家团结起来，共同互助、携手合作。

强者帮助弱者，弱者也应积极合作，共同前进。”

总统补充称，一个国家如果长期充满纷争，就不可能取得发展，因此再次强调民族团结的重要性。他强调说：“让我们回归印尼民族的优良品格，彼此宽恕、彼此理解、彼此关爱、彼此帮助。不要追追骂骂、嫉妒和猜疑的文化。纷争永远不会带来成功，绝不会的。”

普拉博沃还再次向贪污者发出警告，警告他们停止侵吞人民财富的腐败行为。人民并不愚昧。他说：“我们已将一千多家国企整合为一个统一的平台，其总价值达到1万亿美元。

目前，我们拥有的主权财富基金规模已位居世界第五或第六位。”

他补充道：“因此，我们不应总是持悲观态度。我们应保持谦逊，但绝不能轻视自己。我们计划对国企进行全面整顿，因为它们长期以来一直是腐败问题的主要源头之一。”

在活动现场，普拉博沃再次严厉警告那些从事贪污的人，敦促他们认清现实，并立即停止腐败行为。他痛心疾首谴责贪污：“我再次警告，这已经不是第一次。我已经多次强调：贪污者，请清醒过来！停止你们对人民财富的掠夺。人民并



不要为过去的杂念，而乱了现在的信念。
恭錄自證嚴法師靜思語

不愚昧。请正大光明地归还属于人民的财富。”

普拉博沃最后表示，我国是一个宽容、懂得宽恕的民族，但人民更需要公平与福祉。他说：“人民需要更好的学校，教师需要更好的薪资，医生和护士同样需要更好的待遇。”

(Ing)

【本报讯】第五任总统、印尼斗争民主党（PDIP）总主席梅加瓦蒂（Megawati Soekarnoputri）于7月9日在东帝汶首都帝力（Dili）尼古劳·洛巴托（Nicolau Lobato）总统府举行的授勋仪式上，正式获颁东帝汶政府最高荣誉勋章，即东帝汶勋章大项链勋章（Grande Colar da Ordem de Timor-Leste）。

东帝汶总统若泽·拉莫斯-奥尔塔（José Ramos-Horta）在致辞中，特别赞扬梅加瓦蒂在印尼民主转型（改革时期）艰难阶段所发挥的关键作用。他指

梅加瓦蒂荣获东帝汶最高荣誉勋章
回顾历史：印尼与东帝汶携手寻找文明大道

出，梅加瓦蒂在1999年大选后，勇于接受符合宪法程序的选举结果，并以和平方式应对局势，为维护国家机构稳定作出了重要贡献。

另一方面，梅加瓦蒂在答谢辞中表示，印尼与东帝汶两国关系已超越了过去冲突时期所造成的隔阂，共同找到了一条坚实的文明发展新道路，即铭记历史而不

怀怨恨，宽恕过去而不遗忘历史。

当天梅加瓦蒂还在东帝汶帝力发表题为《两个国家共同编织共同理想》的演讲。

根据在雅加达收到的声明，梅加瓦蒂在东帝汶若泽·拉莫斯-奥尔塔总统、沙纳纳·古斯芒总理（Xanana Gusmão）及当地高级

官员面前表示，两国之间曾经留下的历史创伤，如今已成功转化为牢固的兄弟情谊。这种紧密关系基于两国共同展现的道德勇气，因为两国注定要以平等的邻国身份比邻而居。

演讲开始时，梅加瓦蒂回顾了24年前的历史，以及她当时的感受。2002年5月20日午夜，她以印尼总统

身份亲自前往帝力塔西托卢广场（Padang Tasitolu），出席东帝汶恢复独立庆典。

梅加瓦蒂坦言，当时亲眼目睹印尼红白国旗缓缓降下，她内心经历了巨大的情感挣扎。这面国旗对她有着深刻的情感意义，因为它是由她的母亲法特马瓦蒂（Fatmawati）亲手缝制的第一面印尼国

旗。

尽管当时许多人质疑她为何出席，并将那一夜视为告别之夜，但梅加瓦蒂强调，她始终持有不同看法。

她说：“24年以来，我一直把这个答案深藏心底。那并不是一场悲剧性的告别。那一夜我见证了东帝汶作为印尼兄弟国家的诞生，这才是真正和解的意义。”

在整场内容丰富、互动热烈且多次即兴强调重点的演讲中，梅加瓦蒂围绕两国未来发展提出了多项重要议题。

(Ing)

南丰藥業有限公司

虫草灵芝降糖丸

调节血糖

预防糖尿

PT. Citra Deli Kreasitama

已上架: nanfengcdk

感谢谭祥华先生供稿：心誠交善友,人好遇知音,快樂總和寬厚的人同行,財富總與誠信的人相遇,健康總和知足的人一起。

总统坚决拒绝将国企出售给外企

达南塔拉负责整顿国企给予合并及振兴

【本 报 讯】普 拉 博 沃 总 统 坦 言，当他刚就任印尼总统时，得知国企及其子公司的数量超过1000家而感到非常惊讶，他原本以为国企的数量，最多只有400家左右。他说：“我当了总统之后，才知道我们的国企共有1077家。这还不算，可能还有孙企业、曾孙企业、玄孙企业，而这些都是贪腐分子藏匿国家资金和人民资金的手段，我们要全面整顿这一切。”

普拉博沃总统透露说，截至目前，达南塔拉主权基金投资管理机构已经关闭了240家一直以来亏损的国企，到今年7月底另有250家也将被关闭。

(S m)

禁止了！我们要让这些国营企业重新振兴！”

普拉博沃总统进一步说，那些险些要被售出的国企，如今已展现出良好的业绩，例如海军造船厂公司已经能够生产军舰和潜艇。他说：“海军造船厂公司已经能制造出色的军舰和潜艇，甚至也将制造先进的战舰。”

除此之外，陆军兵工厂公司也已获得向沙特阿拉伯供应机枪的合同。总统说：“我刚刚收到报告，获得了来自沙特的合同，沙特阿拉伯军队的所有步枪和机枪都将由陆军兵工厂公司制造。”

普拉博沃总也提到，不仅是防务国企，国营航空公司即印尼鹰航公

司也险些要卖给外企，如今政府对其管理层进行了整顿，这家国营企业在连年亏损后，也即将开始获得盈利。他说：“原本要售出的印尼鹰航公司，下个月就开始出现盈利了，我们会逐步弥补所有不足。”

普拉博沃总统补充说，根据最新报告，一些几十年来一直亏损的国企，如今已经开始有盈利，这是达南塔拉主权基金投资管理机构对国企进行整顿后所取得的成果，这些国企在整顿之前曾是腐败的温床。他说：“我也感到非常欣慰和自豪。那些几十年来成为腐败温床的国企，我们正一点一点地开始整顿。”

普拉博沃总统坦言，当他刚就任印尼总统时，得知国企及其子公司的数量超过1000家而感到非常惊讶，他原本以为国企的数量，最多只有400家左右。他说：“我当了总统之后，才知道我们的国企共有1077家。这还不算，可能还有孙企业、曾孙企业、玄孙企业，而这些都是贪腐分子藏匿国家资金和人民资金的手段，我们要全面整顿这一切。”

普拉博沃总统透露说，截至目前，达南塔拉主权基金投资管理机构已经关闭了240家一直以来亏损的国企，到今年7月底另有250家也将被关闭。

(S m)



视察军事学院自来水供应系统和污水处理厂项目

7月11日，基础设施和区域发展统筹部长阿古斯（Agus Harimurti Yudhoyono）在马吉冷（Magelang）军事学院，视察自来水供应系统和污水处理厂项目。

国警反贪队针对三起贪腐案搜查12处地点 查扣大量黄金和外币 在圣杜尔豪宅查获手机及家庭照

【本 报 讯】国 警 反 贪 污 刑 事 罪 案 侦 察 队（Kortas Tipikor）在调查三起贪污及洗钱案件过程中，于7月8日在西爪哇省茂物县圣杜尔（Sentul）Parahyangan Golf 2住宅区的一处豪宅进行搜查，并查扣了包括手机及疑似屋主家庭照片在内的多项证物。

国警反贪污刑事罪案侦察队负责人托托克（Totok Suharyanto）少将表示，警方之所以扣押这些家庭照片，是因为调查人员怀疑照片中的人士就是该豪宅及保险箱内物品的主人。

他说：“我们还扣押了多份文件，包括手机，以及数张疑似屋主及保险箱内物品所有者的家庭照片。”

托托克解释称，在豪宅内上锁的一个保险箱中，联合调查组发现共7个行李箱，里面装有74公斤金条以及大量不同面额的现金。

他说：“此外，还发现476万7300美元、1408万3800新加坡元以及1亿印尼盾现金。估计总值相当于4760亿盾。”

不过托托克尚未透露该豪宅主人的身份，仅表示调查人员仍在进一步深入调查。他说：“目前仍由调查人员继续进行深入调查。”

此前托托克表示，这次搜查与三宗案件的调查有关，案件由国家警察反腐败刑事罪案侦察队与雅加达警区联合侦办，采用联合调查机制。

托托克说：“这涉及三宗贪污及洗钱案件，分别是国家电力公司

（PLN）BB案件、2020年至2025年的印尼武装部队社会保险公司（Asabri）案件，以及2020年至2025年间CBS公司偿还卡拉卡涛钢铁公司（Krakatau Steel）旗下子企业 KNI 公司债务过程中涉嫌的贪污案件。”

此次联合调查组共搜查了12个地点，包括：CBS公司（雅加达西区Cengkareng Timur）；CBS公司总部（雅加达北区Penjaringan）；KNI公司（雅加达中区Petojo Selatan）；MN位于丹格朗南区Serpong Utara的住宅；位于雅加达南区Cipete的de'Clan Signature咖啡屋；位于雅加达南区Cipete Selatan的Koin Money Changer货币兑换所；TK位于雅加达南区Mega Kuningan的住宅；位于雅加达南区Kuningan 的DMG集团/CP办公室；位于雅加达南区Karet Kuningan的PT PML公司；DR位于雅加达南区Gandaria Selatan的住宅；MILDK位于Pacific Place公寓的住所；以及位于茂物县圣杜尔的一处住宅。

警方在搜查上述咖啡屋时发现了多个保险箱，并查扣了约600亿盾现金，其中包括300万新加坡元、88万9965美元及2亿5915万9000印尼盾。目前，该咖啡屋二楼已被查封，以配合后续调查工作。

与此同时，在搜查Koin Money Changer货币兑换所时，警方共查扣71项证物及16种外币，总价值约72亿盾。警方也已对该场所实施查封。

(I n g)

普拉博沃为五座水库主持启用仪式 投资额共9.79万亿盾确保西努省农民用水

【本 报 讯】普 拉 博 沃 总 统 要求所有相关机构确保真正利用水库（拦水大坝）灌溉农田，以提升国家粮食产量。

7月10日，普拉博沃在西努沙登加拉省（西努省）龙目岛同时为梅宁廷水坝（Meninting）等五座水库举行落成典礼时表示，希望所有已建成的水库都由专业方式维护和管

理，以便社区能够长期受益。

普拉博沃指出，我委托相关机构妥善照管这些水库。农民在维护国家粮食安全中扮演着重要角色。农民是粮食生产者，没有粮食就没有国家。我国有机会成为世界粮食大国，并能够向多个国家出口农产品。

普拉博沃为五座总开

发价值达9.79万亿盾的水库举行了落成典礼。这五座水库包括位于西龙目县的梅宁廷水库、北亚齐县的克雷乌托水库（Keureuto）、皮迪县（Pidie）的鲁科水库（Rukoh），卡朗安雅县（Karanganyar）的吉兰塔水库（Jlantah）、吉安雅县（Gianyar）的西丹水库（Sidan）。

落成典礼以梅宁廷水

库为中心，并从另外四个水库地点通过线上观看。

普拉博沃表示，所有水库均建于2018年至2025年间。基础设施建设是前政府长期努力的结果。我很感激能为这座水库揭幕，但我的前任们都很有功绩。建设一个国家需要一个漫长的过程，无法在短时间内完成。

(L J)

普拉博沃：民主制度经常面临挑战 却是实现公平正义人民期望包容性政府最佳途径

【本 报 讯】普 拉 博 沃 总 统 表示，民主进程通常面临各种挑战和复杂情况，但民主制度依然是实现公平正义、承载人民期望以及建立包容性政府的最佳途径。

普拉博沃总统日前在雅加达为欢迎印度总理纳伦德拉·莫迪（Narendra Modi）举行的晚宴上致辞时发表了上述言论。

总统于7月8日在雅加达总统府再次强调说：“民主制度是人类文明迄今尝试过的所有制度

中是最好的行政体制。”

普拉博沃总统说：“我们看到，印度是一个拥有14亿人口的国家，和我国一样，拥有众多民族和多种地方语言。但印度多年来成功实现了和平的政府交接，无论是在各邦或直辖区，还是整个印度联邦，这都是一项非凡的成就。我国也一直在学习，并持续关注印度所取得的成就。”

普拉博沃承认，在实践过程中，民主制度确实存在各种风险。他表示，民主始终会面临

挑战、陷阱，以及一些企图为特定利益而操纵民主进程的势力。

因此总统呼吁全国各界保持对民主制度的信心，确保民主进程始终遵循正确的原则。他强调说：“我们绝不能放弃。我们必须持续相信民主，不断努力维护民主。”

在晚宴举行前，普拉博沃总统陪同印度莫迪总理前往雅加达国会大厦进行访问。

莫迪总理一行人受到吉布兰副总统、国会

议长普安（Puan Maharani）、人协议长穆扎尼（Ahmad Muzani），以及两位国会副议长等的欢迎。

随后，莫迪总理在普拉博沃总统、国会议长普安及受邀嘉宾面前发表讲话。

此次莫迪对我国进行国事访问，标志着两国在外交关系深化与战略合作加强上的重要进展。双方将在经济、贸易、投资、国防以及文化等多个领域继续拓展合作。

(I n g)

北塔米纳两艘油轮平安驶离霍尔木兹海峡

【本 报 讯】北 塔 米 纳 国际 航 运（PIS）公 司 代 理 企 业 秘 书 维 加 · 碧 塔（Vega Pita）于7月8日在雅加达确认，Pertamina Pride号VLCC型油轮已安全驶离霍尔木兹海峡。

她说：“继Gamsunoro号油轮成功通航之后，Pertamina Pride号油轮也同样驶离了阿拉伯湾区域并穿越霍尔木兹海峡，这意味着自今年3月以来一直受阻的两艘油轮，现在均可继续航行并恢复正常运行。”

维加透露说，Pertamina Pride号油轮于7月7日迪拜时间下午1时或印尼西部地区时间下午4时开始启航，并于7月8日印尼西部地区时间凌晨0时15分成功穿越危险区域及霍尔木兹海峡。这一成功也表明，北塔米纳国际航运公

司所执行的风险缓解措施和运营监控在该地区局势动态变化中，对保障航行安全发挥了有效作用。

她说：“我们向外交部、印尼驻德黑兰大使馆以及所有相关方，在此期间提供的支持表示衷心感谢。”

维加进一步说，与Gamsunoro号油轮一样，Pertamina Pride号油轮穿越霍尔木兹海峡的时机和航线选择，经过了极为严格的讨论和风险评估，并记录了数十项必须满足的要求，从保险、技术和运营层面、安全保障，到船员准备情况等各方面均逐一落实，最终决定该油轮可从阿拉伯湾起航。在航行期间，油轮接受24小时全天候监控，海上船员与北塔米纳国际航运公司危机中心待命的陆

上团队持续协调配合，以确保航行安全。

维加解释说，Pertamina Pride号油轮全体船员均处于安全无恙状态，这艘容量达200万桶原油的油轮，也将立即继续启程前往芝拉扎，运送原油并维护国家能源安全，预计将历时15天的航程，或于7月23日抵达我国。

北塔米纳国际航运公司持续对国际航运航线的安全状况进行密集监测，并与各利益相关方保持协调，以确保船员安全、货物安全及国家能源供应的顺畅。她补充说：“本公司向全体民众和利益相关方的祈祷、支持与关注表示衷心感谢，正因如此，Gamsunoro号油轮和Pertamina Pride号油轮能顺利驶离霍尔木兹海峡。”

众所周知，美国 and 伊朗因霍尔木兹海峡的问题互相攻击之后，美国总统特朗普表示，美伊之间的谅解备忘录已经失去意义，现已失效。伊朗方面则认为，特朗普的言论旨在削弱他们关于霍尔木兹海峡的协议。

特朗普在7月8日于安卡拉举行的北约峰会期间说，对他而言，一切已经结束

他还补充道，与伊朗达成协议纯属浪费时间。这些评论正值美国对伊朗在霍尔木兹海峡的军事行动之际。

这份谅解备忘录于6月初签署，双方没有进行面对面的会谈。协议内容主要涉及停止所有战线的敌对行为，并承诺不发动任何形式的攻击。

(S m)



万达亚齐阿伦经济特区或获安达曼天然气加工项目

7月11日，能源矿务部长巴赫利尔（Bahlil Lahadalia）声称，政府正考虑将安达曼（Andaman）天然气加工项目落户于万达亚齐（Banda Aceh）阿伦（Alun）经济特区的请求。

檳港市長為2026年INTI Babel中小微企業展銷會揭幕

盼持續打造本地產品展示平台，助推城市經濟增長

邦加檳港市（Pangkalpinang）市長薩帕魯丁（Saparudin）7月8日正式為印尼華裔總會邦加勿里洞省分會-2026年中小微企業展銷會（Bazar UMKM INTI Babel Expo 2026）揭幕。該活動是印尼華裔總會邦加勿里洞省分會（INTI Babel）成立三周年慶祝系列活動之一，在邦加

城市酒店（Bangka City Hotel）停車場舉行。薩帕魯丁在致辭中代表檳港市政府，向INTI Babel成立三周年表示祝賀，並感謝該組織長期開展各項社會公益活動，為當地社會作出的積極貢獻。他表示，INTI Babel Expo 2026中小微企業市集不僅是一項周年慶活動，更將為地方經



濟帶來積極影響，特別是為檳港市中小微企業

薩帕魯丁強調，檳港市政府將持續支持此類有利於經濟發展和城市建設的積極活動，幫助中小微企業成長，進一步促進地方經濟發展。他指出，舉辦中小微企業市集不僅能夠提升本地特色產品的知名度，也有助於帶動消費、促進資金流通，為城市經濟注入新的活

力。最後，薩帕魯丁希望INTI Babel Expo中小微企業市集能夠持續每年舉辦，並不斷提升辦展質量，發展成為推廣本地優質產品、擴大市場影響力和推動檳港經濟持續增長的重要平台，同時祝願本屆活動圓滿成功，並在未來長期延續下去。

WW/AFR

支持改善社區營養狀況 雅加達PSMTI舉行營養扶貧公益活動



2026年7月9日（星期四），印華百家姓協會雅加達特區分會（PSMTI DKI Jakarta）成功舉辦了一場以改善社區居民營養狀況為主題的社會公益活動。此次公益活動在中雅加達 Johar Baru區潘達瓦綜合兒童友好公共空間（RPTRA Panda-wa）舉行，受益對象包括哺乳期母親、存在發育遲緩風險的兒童以及老年群體。活動期間，共向有需要的居民發放了350份



營養及生活物資礼包。每份礼包內包含大米、雞蛋及嬰幼兒餅干等營養食品，以幫助改善受助家庭的營養攝入。本次活動由PSM-

TI DKI Jakarta榮譽委員會主席Untung Chandra親自領導主持，並由副主席John Darmansyah陪同參與。此外，Susa）、Shanti、Erman、Pau-



lus、Marlina、Vicky及Frisken Kwan等其他多位管理成員也共同參與了服務工作。據悉，上述活動獲得了地方政府的熱烈歡

迎和積極參與，出席嘉賓包括中雅加達市行政與社會福利助理Nurhidayat，以及 Johar Baru區長Ishran Prasetiawan和其工作團隊。同時，

Johar Baru區廣大社區居民也踴躍到場參加活動。主辦方表示，希望PSMTI DKI Jakarta與社會各界持續深化合作，通過開展各類公益援助，為有需要的居民帶來切實幫助，特別是在支持政府降低兒童發育遲緩率方面發揮積極作用。最後，主辦方感謝PSMTI大家庭全體成員一直以來給予的關心、祈禱與支持。

WW/AFR

你是我的小幸運

人生兜兜轉轉，回頭細數半生光景，才恍然发觉，我此生最大的福气，便是遇見我的妻子，你是藏在我平凡歲月里，獨一份的小幸運。我們的緣分，始於遠渡重洋的海外教學時光。彼時我駐守小學，你任教高中，異國他鄉條件艱苦，周遭處處是不便與難熬，卻從未磨去我們心底對生活、對事業的熱忱。困頓日子裡，我們彼此扶持、相互勉勵，在異鄉并肩耕耘，一步步朝着相同的方向前行，兩顆心慢慢靠攏，最終攜手站在了同一條人生路上。歸國之初，日子过得朴素拮据。你凭著扎实的文学功底，入职报社成为记者，晨昏颠倒、奔波采访是日常，逢年过节加班更是常态；我留在大学办公室，工作清闲安稳。两家底子都薄，我们挤在合租的小屋，每日为柴米油盐细细盘算，清贫虽苦，可心中始终揣著滚烫的期盼——踏实打拼，早日拥有一处属于我们自己的家。走南闯北、见惯世事的你，总劝我别安于眼前安稳，不要浪费多年海外历练积攒的阅历与机遇，劝我大胆向外闯一闯，为这个家搏一个更好的将来。那时父

母身体健康，家中无过多牵绊，我听从了你的建议，再度远赴海外，一待便是十六年。如今回望漫漫漂泊路，心中满是唏嘘，若不是当初你的提点，我大概始终困在原地，错失半生机遇。自此，我们开启常年两地分居的生活。我一年仅有短短假期能够归国团圆，在外打拼不敢有半分松懈。出国第二年，我们贷款购置了新房，你独自迎来长女降生，小小生命的到来，为清贫奔波的日子填满光亮。家中同辈皆是男孩，女儿成了我们全家捧在手心的珍宝。为全心全意照料孩子，你放下热爱的记者事业，收起笔墨镜头，一头扎进琐碎烟火，包揽起家里大小琐事。你眼界开阔，处事通透周全，家事、人情、长辈琐事，件件打理得妥帖得体。邻里亲友人人都说我好福气，娶到能干懂事的妻子；父亲逢人便夸，自家有个能扛事、会主事的好儿媳。有你守好大后方，我才能毫无后顾之忧，安心扎根海外工作。你常宽慰我：只管放心往前冲，家里万事有我。这句话，成了我独自在外坚守多年最坚实的底气。疫情降临的前一



年，意外之喜如约而至，儿子来到我们身边。原本我们早已说好，此生只养育女儿一人，奈何两边老人时时念叨，身边亲友也多是儿女双全，每逢回乡、视频通话，耳边皆是长辈的规劝，一度让我们不愿归家。几番思量后，你慢慢松了口，女儿也日日盼着能有个伴，没过多久，你便怀上了孩子，我们圆满凑成一双儿女。那年腊

月二十八，我辗转二十多个小时路途匆匆归家，时隔四个多月，终于见到日夜惦念的你与孩子。五岁的女儿黏在我身边，吵着夜里要和爸爸同睡，积攒了一肚子悄悄话想讲与我听，细数之下，我缺席了她太多成长时光，长久以来皆是你日夜陪伴左右；才七个月的小儿子，咿咿呀呀间清晰唤出“爸爸”，那一刻，常年缺位的我满心酸涩，又难掩欣喜。

除夕阖家团圆，暖意正浓，疫情的消息骤然传来。你凭借过往记者敏锐的判断力，冷静叮嘱我，疫情短期内恐难以平息，不必忧心家中大小事务，一切自有你操持。听了你的安排，大年初一我便主动向公司申请提前返岗。再踏回家门，已是十三个月之后，幼子早已蹒跚学步，女儿也升入幼儿园大班，那些错过的成长瞬间，全靠你一人默默扛下。儿女渐渐长大，你的日子愈发忙碌。闲暇时你最爱驱车带两个孩子泡图书馆，一待便是完整一日，中午简单在馆内餐厅用餐，安静温馨的画面，是独属于你们母子三人的温柔时光。你深知阅读的意义，四处搜罗适合孩子的书籍，家中一面整墙，早已堆满各类读物。如今每次休假回家，总能看见姐弟俩席地而坐，沉浸在书本之中，这份好习惯，全是你日复一日用心培养。后来两个孩子各报课外学习班，你的生活彻底没有空闲。三餐起居、衣食照料、往返接送，一桩桩一件件压在你肩头，可你从无半句怨言，依旧宽慰我：安心忙好工作，家里一切有我。每逢周末、节假

日，你总会独自开车带孩子回乡探望公婆，一双儿女活泼讨喜，长辈欢喜不已，人人都称赞你把孩子教养得极好。父亲数次住院，往返陪护、照料起居全靠你一人奔波操劳。每每想到自己远在海外，无法尽孝，我心中满是愧疚，你却总轻描淡写安抚我，有你在，不必牵挂。父亲离世之时，里里外外大小事宜全由你统筹操办，待人谦和、处事周全，邻里亲友无一不赞叹你的明理担当。回望这一路风雨同舟，我何其有幸，能拥有你这般温柔坚韧的妻子。迷茫困顿之时，你是为我指明前路；漂泊远行之际，是你撑起整个家庭；你的包容、通透与胸襟，托举起我在外打拼的全部勇气。我曾对你说，承蒙你一路相伴，不离不弃。你却淡淡回应，我本就是要陪你走完一生的人。短短一句话，在我心底翻涌万千暖意。这么多年，家中大小操劳，养育一双儿女，侍奉两边长辈，所有辛苦委屈你尽数藏于心间，从不与我诉苦。千言万语，只汇成一句感恩。感恩人海相逢，感恩风雨同行，你，永远是我此生最珍贵、最难得的小幸运。马军

Perhakkas 与 Paprika 联合举办“快乐三宝垄一日游”活动

——深化客家青年交流，收获友谊与欢乐



三宝垄一日游



一起健步行

2026年7月5日，由梭罗客家青年组织（Paprika）发起，联合梭罗客家协会青年团（Perhakkas）共同举办的“快乐三宝垄一日游”活动圆满举行。此次活动共有40位来自梭罗客家社群的成员参与，涵盖青年朋友、协会干部以及资深会员，大家齐聚一堂，在轻松愉快的旅程中增进友谊、拓展交流。

本次活动最初的构想，是为了感谢并慰劳参与“2026 Hakka Solo Connect”塔旺芒乌活动筹备工作的工作人员，让大家在活动结束后能够一起放松、聚餐和交流。随后，主办团队决定邀请更多Paprika群组及Perhakkas的成员参与，希望让更多客家青年及前辈们有机会彼此认识、建立联系，共同

创造美好回忆。

令人惊喜的是，原本预计仅有12人参加的活动，在信息发布至Perhakkas群组及理事群后，报名人数迅速增加至40人。大家分别驾驶私家车组成车队，共同开启此次三宝垄之旅。

当天上午8时15分，参加者首先在Perhakkas会所集合，并于8时30分准时出发前往三宝垄。车队于上午9时15分抵达萨拉蒂卡休息站稍作休息，并等待其他车辆会合，随后于9时30分继续出发。

上午10时30分，大家抵达三宝垄著名地标——千重门（拉旺塞乌）。在购买门票后，全体成员一同入内参观，并拍摄团体照及社交媒体宣传素材。目前，Perhakkas已积极经营Instagram、TikTok及

YouTube三个平台，统一账号名称为“PerhakkasSolo”。参观期间，大家自由探索这座历史建筑，尽情拍照留念，更有几位成员特地前往以神秘闻名的地下室区域参观体验。

中午12时，大家前往三宝垄客家公会会所，应邀与三宝垄客家青年共进午餐。热情好客的三宝垄客家前辈们准备了丰盛且美味的客家佳肴，让远道而来的梭罗青年们大饱口福。

交流过程中，大家了解到三宝垄客家社群长期坚持每月举办一次周日聚会，积极凝聚乡亲感情。三宝垄客家前辈也热情带领大家参观会所设施，并与梭罗青年们及三宝垄客家青年成员一同合影留念，双方更合作拍摄多支社交媒体短视频。此次交

流不仅增进了彼此的认知，也为未来更多跨城市合作奠定基础。

离开三宝垄客家会所后，Perhakkas与Paprika一行前往充满历史气息的三宝垄老城区散步，借此消化刚刚享用的丰盛午餐。大家漫步于充满欧式建筑风情的街道，拍摄了许多美丽照片，并前往咖啡馆购买饮品与小吃，享受悠闲时光。

随后，大家受邀前往中爪哇潮州公会会所，与潮州青年团成员进行交流座谈。由于翌周中爪哇潮州青年也计划回访梭罗Perhakkas会所，因此双方借此机会提前认识，交流未来举办联合活动的可能性。

对于同行的小朋友们而言，这一站同样充满乐趣。由于会所旁设

有鹿园及鸭舍，孩子们兴奋地喂食梅花鹿和其他动物，还前往会所对面的海边嬉戏玩耍，现场充满欢声笑语。

下午4时40分，在与中爪哇潮州青年团成员合影留念后，大家依依不舍地告别，继续前往POJ Awancosta海滨区域。

下午5时，大家抵达Awancosta，悠闲漫步于海边，静静等待日落时分的到来。5时20分，所有成员在绚丽的夕阳与辽阔海景映衬下拍摄团体照与短视频，为此次旅程留下珍贵回忆。

晚上6时，全体成员于POJ的Gama Seafood餐厅享用晚餐。美味的海鲜料理与舒适的用餐环境，让大家再次大快朵颐。饭后，大家继续漫步于Awancosta景区，欣赏现场音乐表

演，并逛逛沿途的餐厅与小吃摊位。许多成员购买了冰淇淋及饮品，在海风与夜景相伴下轻松闲聊，享受难得的悠闲时光。

晚上8时左右，Perhakkas与Paprika一行踏上返回梭罗的归途，为这趟充满欢笑与友谊的一日旅程画下圆满句点。

此次活动不仅让大家品尝了美食、欣赏了美景，更重要的是认识了许多志同道合的新朋友，进一步加强了梭罗、三宝垄客家青年以及潮州青年之间的联系与合作。

期待未来能够举办更多类似活动，让青年一代持续传承客家精神，扩大交流网络，共同为印尼华社的发展贡献力量。

郑金芳



在Awancosta追日落



游览千重门



游览古城区



客家青年部访问中爪哇潮州公会

永才中醫中藥館

中醫氣功特式康復中心

印度尼西亞專業註冊

中國氣功師為你服務特別護理

永才醫師精誠為你服務

免費：把脈/問診

針灸、拔罐、骨刺、中草藥、氣功推拿、腰痛、腿痛、頸椎不適、肩周炎、風濕、胃風、胃痛及男生理狀況、失眠、頭暈、獨特排除體內各種毒素及不適。

服務時間：上午9:00至下午18:30(假日照常)

地點：(嘎加瑪達美帝的拉尼亞大樓)MEDITERANIA GAJAH MADA RESIDENCELT.UG NO.R2 J12Jl.Gajah Mada No 174.Jakarta Barat

預約電話：中醫氣功師：0812-2678-9209



莆田乡情

衷心感谢兴安会馆鼎力支持
莆田市委市政府网络供稿



逐新提质强集群

——看我市高端装备产业持续锻造新质生产力“硬实力”

高端装备是制造业的脊梁。去年以来，我市高端装备产业围绕补短板、锻长板、开辟新赛道，发力“一机一模两车两轮”，形成数控机床、专用机械、新能源汽车等六大领域，稳步推动产业向高端化、智能化、绿色化转型发展。

近一年来，累计落地模具相关项目30个，总投资145.8亿元。华东航空智造基地实现首批20架飞机改装生产，低空装备产业实现零的突破。今年一季度，产业延续良好态势，规上企业达103家，规上产值占全市工业总产值比重达10.1%；新增规上企业16家；新签约项目10个，总投资68.8亿元。

打造“工业之母” 筑强产业底座

连日来，位于涵江区的莆田·模具产业园内，生产线全速运转，精密加工、3D打印设备有序作业，一派热火朝天的智造生产景象。

长期以来，莆田鞋服、轻工等产业体量庞大，但本地模具、铸造、电镀等配套环节薄弱，面临“墙内开花墙外香”的尴尬，大量模具需求长期依赖外地输入，形成莆田籍模具企业家在外千亿产值、本地配套滞后的产业落差，制约了制造业整体提质升级。

为破解发展瓶颈，我市聚焦模具产业回归集聚，精准布局产业载体，高标准推进涵江、秀屿两大模具产业园建设，同步提速表面处理产业园项目，补齐关键配套短板，打通模具生



恒而达生产车间内，工人在生产线上忙碌。全媒体记者蔡昊 摄

产、加工、电镀全链条，构建闭环式产业生态。依托园区平台集聚优势，一大批高精尖模具企业落地投产，带动全市模具产业从分散布局向集群发展加速转变。

在莆田·模具产业园，智造生产氛围浓厚。福建江南工业有限公司车间内，数控设备高效运转，上演着“点砂成模”的精密制造新工艺。这些砂壳铸件是注塑机、机床等高端装备的关键承压部件。

眼下，模具产业园产业集聚成效凸显。近一年来，全市落地模具相关项目30个、总投资145.8亿元，涵盖签约、开工、投产全链条。目前，莆田·模具产业园已集聚20多家优质企业，秀屿模具产业园成功入驻5家企业，表面处理产业园正在加速建设，多园区联动发展、多业态协同发力，持续筑牢高端装备产业发展底座，为全市制造业强链

补链、提质增效注入强劲动能。

攻克卡脖子难题 擦亮智造底色

如果说模具是基础，那么“专精特新”就是莆田装备产业的灵魂。

前不久，在上海举办的第十四届中国数控机床展览会（CCMT2026）上，福建省威诺数控有限公司携多款对称结构高端数控机床亮相，吸引了众多客商驻足。

今年3月，该公司自主研发的“五轴立式加工中心WN-5V260Z-AC”获评国内首台重大技术装备，成为企业斩获的第四个“首台（套）”认定。

机床被誉为“工业母机”，是国家制造业的根基。威诺数控每年拿出销售收入5%以上用于研发，累计获授权专利100余项，建起院士专家工作站和省级高端数控机床智能制造工程研究中心，不断攻克“卡脖子”技术，打破

国外垄断。其自主研发的“WN-DB2015Z×2动柱双面铣镗加工中心”荣获国内机床行业最高奖“春燕奖”。

这种“死磕”技术、打破国外垄断的韧劲在莆田并非个例。新万鑫精密薄板攻克温轧工艺、精准渗氮等核心技术，成为全省唯一高磁感取向硅钢生产企业，填补民营高端硅钢制造空白；海山机械多款专用作业设备填补国内技术空白，综合实力稳居行业前列；恒而达深耕精密传动部件领域，攻克高精度滚动功能部件技术难关，模切工具国内市场占有率达70%，位居全国首位；东亚机械摩托车活塞环国内市场占有率近70%，领跑全球市场；海安橡胶具备巨型工程轮胎自主制造能力，成功登陆深主板上市；佳通轮胎半钢子午胎产能规模全国领先，产品远销全球130多个国家和地区。

截至目前，高端装备产业链拥有上市企业2家，国家重点支持专精特新“小巨人”企业2家，国家级专精特新“小巨人”企业6家，省级专精特新中小企业37家，首台（套）重大技术装备16项（其中国内首台套2项），这一连串“单项冠军”共同构成了“莆田智造”的坚硬内核。

抢占新兴赛道 聚力产业生态

连日来，位于秀屿区南日岛海域的秀屿区智慧科技海洋牧场项目（一期）建设正加速推进。项目创新采用组架式空间桁架钢结构设计，将建成国内最大的坐底式可升降钢结构深海养殖平台。

依托临海临港区区位优势，高端装备产业链立足新质生产力发展要求，跳出传统制造赛道，积极布局海洋装备、低空装备等新兴产业，推动高端装备产业向海、空领域双向延伸，不断拓宽产业边

界、优化产业生态，培育高质量发展新增长极。

低空装备产业实现突破性发展。我市落地华东航空智造基地，顺利完成首批20架飞机改装生产，标志着莆田正式切入低空经济、航空装备新赛道，实现低空装备产业“从零到一”的跨越。同时，市国投集团创新基金招商模式，规划在湄洲湾港东吴港区建设海上特种船舶制造与维修基地，补齐临港海工装备配套短板，持续完善海洋装备产业布局。

围绕“一机一模两车两轮”核心布局，我市持续深化产业链精准招商、以商招商，推动产业跨界融合、延链补链。

据悉，我市产业链专班积极引导本土企业因地制宜研发特色专用设备，推动3D打印模具赋能传统鞋服产业，实现上下游产业双向赋能、协同发展。同时，优化企业服务体系，依托“服务企业110”工作机制，组建产业链专班全程靠前服务，覆盖项目审批、用地保障、水电配套、用工协调、政策兑现全流程，快速破解项目建设、企业发展堵点难点，落实“企业吹哨、部门报到、专班护航”服务模式，全力保障产业项目落地见效。

随着传统制造迭代升级、新兴赛道加速突破、产业服务生态持续完善，莆田高端装备产业正加速实现从“制造”向“智造”跨越，为全市工业经济高质量发展持续注入强劲新动能。

全媒体记者 傅梅香

莆田网讯 6月26日，后海跨海特大桥正式通车（如图），标志着国道G228线荔城北高冲沁至秀屿埭头后海（海堤段）工程同步全线投用，成为我市境内新建国道G228线第一个通车路段。

当天，记者驱车实地体验，大桥路面平整、视野开阔，路灯、道路指示牌等附属设施完备，从荔城区北高镇冲沁村前往秀屿区埭头镇潘宅村跨海通行仅需10分钟，比原先时间缩短约15分钟。

作为省重点项目，国道G228线荔城北高冲沁至秀屿埭头后海（海堤段）工程按双向六车道一级公路标准建设，设计时速80公里，路基宽度30米，路线全长约2.9公里。其中，后海跨海特大桥是国道G228线莆田段控制性工程，长2172米，由福建省交通规划设计院

后海跨海特大桥通车 我市再添一座跨海大桥



勘察设计，总投资约6.4亿元，起点位于荔城区北高镇冲沁村后海垦区，终点在秀屿区埭头镇潘宅村，顺接国道G228线秀屿埭头通港公路。

市交通运输局规划建设科科长程煜表示，该路段建成通车后将进一步提升通行效能，改善沿线群众通勤条件，缩短北高至埭头片区的时空距离，提高货物运输的便捷性与安全性。同时，畅通城乡要素流通，有效串联临港产业、滨海文旅、乡村特色产业资源，激活沿线片区发展动能，助力乡村全面振兴。此外，还将织密滨海干线路网，夯实国道G228线莆田段的主通道功能，为我市区域协同发展、港产城融合发展注入新动力。

全媒体记者蔡蕊 郑已东
通讯员 张海/文 陈斌/图

真正的“長壽藥”是運動“混搭”

你是不是也這樣——每天走個一萬步、跑個 5 公里，就覺得自己已經很健康了；或是工作太忙，日常能堅持一種運動就不錯了。錯！哈佛大學一項跨越 30 年、追蹤超 10 萬人的重磅研究，甩出一個紮心結論：只做一種運動，距離長壽，遠遠不夠！真正把健康差距拉開的，不是某個“最佳運動”，而是讓運動“雜”起來。哪怕每週總運動量不大，只要換著花樣運動，你長壽的可能性就越大。

撰文：李劼 繪圖：楊佳



花樣運動，就這麼容易長壽？

這個聽起來有些顛覆的觀點，其實有著堅實的科學依據。2026 年，哈佛大學研究團隊在《英國醫學雜誌》子刊上發表的一項研究，就挑戰了許多人的固有認知。研究發現，運動越“雜”的人，過早死亡的風險就越低，長壽的可能性也越大。

讓我們來看幾個關鍵數據，你就明白了：那些運動種類最豐富的人，相比於只堅持 1—2 種運動的人，全因死亡率降低了約 19%。更有趣的是，即使兩個人每週運動的總時間完全一樣，那位運動方式更“雜”的，其死亡風險也會明顯更低。這意味著，無論你的運動量是大是小，“多樣性”本身就能帶來額外的健康紅利。

請注意，這種優勢在心血管疾病、癌症、呼吸系統疾病等多個方面都成立——可以說，“運動多樣性”本身就

是一個獨立又強大的“長壽變數”。換句話說，同樣的運動時長，“花樣運動”的人，就這麼實打實地“跑贏了”死磕一種運動的人。

為什麼運動要“雜”一點？

看到這裏，你可能會問：都是運動，雜一點怎麼就更好了呢？道理其實很直觀：因為不同的運動，鍛煉的根本就不是同一件事。

有氧運動（如跑步、游泳、騎車）主攻心肺功能和心血管健康；力量訓練（如舉啞鈴、彈力帶）則專注於肌肉力量和骨骼健康，能有效提升基礎代謝；而協調性運動（如球類、舞蹈）能夠鍛煉神經控制、反應和平衡能力；至於柔韌性練習（如瑜伽、拉伸），則是改善關節靈活性和身體柔韌度、預防損傷的關鍵。

如果只做一種運動，身體就像一位

“嚴重偏科的學生”——一門滿分，其他科目卻可能掛科。而將多種運動穿插進行，就如同培養一位全能選手，讓心肺、肌肉、神經、骨骼都能得到均衡的鍛煉。這，或許正是拉開健康長壽差距的真正原因。

■ 溫馨提示

6 種“最佳運動”，變著花樣練起來

既然知道了原理，那具體該怎麼做呢？別擔心，不同運動各有各的“專長”——有的擅長助眠，有的專攻降壓，有的對延長壽命特別有效。下面這 6 種被研究證實的“最佳運動”方式，建議你每週從中挑選 2—3 種，讓它們“輪流動起來”。

首先是改善睡眠的最佳選擇——力量訓練。2024 年發表在《公共科學圖書館·綜合》上的一項研究發現，力量訓練

在改善睡眠品質方面效果最好。而且，力量訓練不一定非要去健身房舉大鐵塊，在家利用彈力帶、啞鈴，甚至是裝滿水的瓶子，都可以輕鬆練起來。

如果你想對抗壞情緒，不妨試試抗抑鬱的最佳運動——舞蹈。運動作為改善身心健康的有效手段，已在多個臨床指南中得到認可。2024 年《英國醫學雜誌》的一項研究更是發現，在所有運動中，跳舞對抗抑鬱的效果尤為突出。

說到延長壽命，揮拍運動堪稱佼佼者。早在 2018 年，《柳葉刀》子刊的一項研究就發現，羽毛球、乒乓球、網球等揮拍類運動，可以降低高達 47% 的全因死亡率。這類運動需要調動全身多個肌肉群，手眼協調、爆發力、耐力、柔韌性全都要用上，還能讓大腦保持活躍，延緩衰老並保護心血管。

對於關注血壓的朋友來說，降血壓的最佳運動是等長運動。2023 年《英國運動醫學》雜誌的一項研究發現，雖然所有類型的運動都有助於降壓，但“等長運動”的下降幅度最大。像靠牆靜蹲、平板支撐、站樁、紫馬步、提踵（踮腳尖）等，都屬於這一類。

如果你的目標是強健骨骼，那麼最佳選擇依然是力量訓練。骨密度偏低？別只想著補鈣。2020 年一項發表在《骨骼》期刊上的研究發現，增加骨密度最好的運動，不是跑步和走路，而是力量訓練。

最後，如果你正被腰酸背痛困擾，最簡單有效的辦法可能就是走路。2024 年《柳葉刀》發表的一項研究表明，步行不僅是一種低成本、低風險的運動，還能顯著減少下背痛的復發，特別是對於背痛初發者而言，效果更佳。

筋骨談

腰痛練不練？先看“紅綠燈”

50 歲的王老師，曾被診斷為腰椎間盤突出症，時常被腰痛困擾。聽說游泳是“腰突康復神器”，他便在腰痛期間堅持每天游泳，心想“痛就是不通，通就不痛”。結果兩周後，他疼得直不起腰，被家屬推著輪椅來就診。

同樣的游泳運動，為什麼有人越練越好，有人越練越糟？廣東省中醫院珠海醫院脊柱骨科陳榮彬醫生指出，腰背肌功能鍛煉確實是腰椎康復的關鍵，但更重要的是掌握鍛煉的時機。為此，他總結了一個“紅綠燈法則”，帮助大家分清什麼時候該“停”，什麼時候能“行”。

紅燈停： 急性期鍛煉，雪上加霜

什麼是急性期？記住三個關鍵字：靜息痛、活動受限、炎症反應。如果你現在腰痛到連起床、翻身都困難，夜間疼痛無法入睡，或者走路、坐立都感覺腰痛，這就是身體亮起的“紅燈”。此時腰部肌肉和神經組織正處在充血水腫狀態，任何機械刺激都會加重炎症滲出，讓疼痛更嚴重。

急性期運動康復的介入時機非常關鍵：當疼痛症狀不再隨時間加重時，才是開始運動的較好時機。在此之前，應臥床休息，配合藥物控制炎症，可在不加重症狀的前提下佩戴腰部護具，短距離室內走動。

綠燈行： 恢復期不練，錯失良機

恢復期的信號同樣清晰：靜息時基本無痛，日常活動只有輕微不適且休息可緩

解，神經症狀穩定或減輕。此時炎症雖已消退，但長期腰圍制動導致的肌肉萎縮、核心無力卻成了新的隱患。如果繼續長時間臥床或佩戴腰圍，腰背肌肉會進一步萎縮，穩定性更差，復發風險更高。

這時候，科學的運動康復才是真正的“良藥”。恢復期應針對深層核心肌群（腰大肌、多裂肌、腹橫肌、膈肌等）進行鍛煉。推薦的運動包括：核心穩定性訓練，如死蟲式、鳥狗式，每週 3 到 6 天，持續至少 4 到 8 周，從靜態、低強度、不負重逐步進階；水中訓練，水溫 28℃ 以上，推薦蛙泳，避免蝶泳及急性期下水；以及柔韌性訓練與太極拳，研究顯示，定期練習太極拳可減緩腰椎椎體和椎間盤退化。

需要特別提醒的是，即便是恢復期，以下運動也不推薦：劇烈運動、高強度運動、舉重、反復旋轉和彎腰、垂直振動（如騎馬、越野車）、投擲類運動及跳躍等；小燕飛過度啟動豎脊肌，可能增加椎間盤後緣壓力；仰臥起坐的脊柱屈曲動作，對已有退變的椎間盤也是巨大考驗。

另外，恢復期應儘量避免佩戴腰部護具，若疼痛仍明顯則間歇佩戴，總時長不超過 3 周，長期佩戴反而會導致核心肌群進一步萎縮。

黃燈警示： 這些信號說明你選錯了時機

如果你鍛煉後出現以下情況，請立即停止並及時就醫：腰背部疼痛加重，甚至疼痛從腰部放射至下肢；下肢麻木、無力感加重，或出現大小便功能障礙；夜間疼痛影響睡眠，休息後未緩解。

長壽密碼



雞尾酒裏泡枸杞 真能“邊喝邊養”？

如今，一些年輕人將當歸、枸杞、陳皮、桂花等“藥食同源”食材，直接調入色彩繽紛的雞尾酒中，既滿足小酌的愜意，又打著“養生”的旗號。不少人認為，這樣的搭配能實現“喝酒不傷身，小酌亦養生”的美好願景。但這種新潮的混搭，真的能實現“邊喝邊養”嗎？

廣州中醫藥大學第一附屬醫院藥學部副主任中藥師姚媛指出，首先要明確的是，藥材與酒結合，並非現代年輕人的獨創，而是有著深厚的中醫歷史底蘊和理論依據。

酒作為“百藥之長”，在傳統中醫裏本就是重要的輔料，能活血通絡、助推藥材有效成分發揮作用。馬王堆漢墓出土的 2000 多年前的《養生方》中，就明確記載了茅根酒等早期藥酒配方；歷朝歷代，枸杞酒、地黃酒、陳皮酒等傳統藥酒，更是民間常用的保健飲品。從這個角度看，“酒+藥食同源食材”的組合，並非無稽之談。

姚媛認為，傳統藥酒以“藥材”為核心，講究長時間浸泡、精準配伍，通常會將足量藥材放入黃酒、米酒等低度酒中，浸泡數月乃至更久，讓藥材中的多糖、黃酮、揮發油等有效成分充分溶出，劑量足、濃度夠，才能達到調理身體的作用。而網紅歸配雞尾酒，完全以“酒”為主角，基酒多是伏特加、金酒、朗姆酒等烈性酒，藥材僅作為點綴——幾片當歸、幾粒枸杞、少許陳皮，用量微乎其微，且多是簡單浸泡、即時調製，有效成分溶出極少，遠遠不到中醫調理所需的有效劑量。

“更值得警惕的是，”姚媛說，“雞尾酒的調製方式，反而可能抵消藥材的溫和屬性，甚至加重身體負擔。”調酒時加入的大量冰塊、糖漿、果汁，會讓飲品寒涼甜膩，而中醫認為，寒涼之品會損傷脾胃陽

氣，甜膩之物易生痰濕，與當歸、枸杞等溫補、平和的藥材屬性相悖，不僅讓養生效果大打折扣，還可能引發腹脹、消化不良等問題。同時，高度烈性酒對腸胃黏膜有明顯刺激，會加重肝臟代謝負擔，對於體質虛寒、脾胃虛弱、易上火的人群，這種混搭不僅不養生，反而可能傷身。

其次，“中藥調酒養生”的核心，在於辨證施養，而這恰恰是網紅飲品最缺失的環節。

姚媛解釋，中醫調理的精髓，是“因人而異、辨證搭配”。比如當歸性溫，適合血虛體寒之人，陰虛火旺者過量飲用反而會加重燥熱；枸杞滋補，痰濕體質者多食易滋膩礙胃。傳統藥酒的配伍，都需專業中醫師根據體質調整，而市面上的歸配雞尾酒，多是商家統一配方、隨意混搭，操作人員不具備中醫辨證資質，不分體質、不分寒熱，人人喝同款，完全違背了中醫養生的基本原則。

所以，歸配雞尾酒本質上是“朋克養生”潮流下的娛樂化飲品，是養生概念與飲酒需求的結合，而非真正意義上的養生方式。



監制：黃燦 羅彥軍 策劃：林旭暉

普拉博沃呼吁所有官员反思官衔是人民所赐

【本报讯】普拉博沃总统于7月10日在西努省龙目岛上表示，希望国家所有部门和机构，包括行政官员、国军、国警至检察官等，在履行对人民的职责和义务时进行反思。

总统提醒国家官员，你们是人民公仆，所有附属设施和职位均来自人民。

普拉博沃说，你属于人民，你的官衔来自

人民，你的鞋子属于人民，你的帽子属于人民。永远不要忘记这一点。检察院也是一样。你是检察官，也有官衔。你也属于人民。

国家元首要求政府、官僚、部委和机构中所有国家机构进行改进，保持自知之明，不要违背人民希望实现廉洁政府、摆脱腐败和欺诈行为的意愿。

普拉博沃强调，人



普拉博沃呼吁所有官员反思官衔是人民所赐

民不希望腐败行为或各种欺诈形式继续存在于政府管理中。致国家机器、政府

官员、官僚机构、每个部委、每一个机构，让我们共同提升自己，提升自己。我不想走回头路，但我希望大家都能提升自己，学会自觉。不要违背人民的意愿。人民不希望允许腐败，也不希望欺诈继续存在。

普拉博沃表示，政府在短时间内取得的多项成就面临诸多挑战，包括他所称的腐败团体的抵制。打击腐败犯罪

的执法必须继续按照适用的法律程序进行。法律必须公平执行，适用于所有相关方，无论个人的地位、权力或经济背景如何。有时候我会遇到腐败的盗窃犯，我也有这种感觉，但这必须符合法律程序。我们会去执行，我们会执法，法律是为所有人而设，不仅仅是权贵，也不仅仅是富人的。

（LJ）

总检察长任命鲁迪为代特别刑事副总检察长



鲁迪·马戈诺成为代任特别刑事副总检察长

【本报讯】总检察长布哈努丁任命鲁迪·马戈诺（Rudi Margono）为代特别刑事副总检察长。这一决定是在费布里·阿德里安萨

（Febrie Adriansyah）于7月11日辞去特别刑事副总检察长职务之后作出的。

最高检察院法律信息中心主任阿囊（Anang Supriatna）表示，继接受费布里辞去特别刑事副总检察长职务后，总检察长布哈努丁任命现任监督副总检察长鲁迪·马戈诺履行代特别刑事副总检察长职责。

该任命基于PRINT-76/A/JA/07/2026总检察长任命书。

在被任命接替费布

里之前，鲁迪曾任监督副总检察长。

阿囊表示，这是确保特别刑事副总检察长职责、职能和权限在最终确定前连续执行的步骤。这次领导层更迭不会影响执法进程。所有特别刑事案件的处理均保持专业、独立，并遵守法律法规。”

费布里本人宣布于7月10日上午辞去特别刑事副总检察长的职务。

该决定是在国警反

执法行动后不到12小时内作出的。

如悉，前特别犯罪副检察长费布里被国家司法单位于7月11日列为涉嫌腐败和洗钱案的嫌疑人。

国警反贪污刑事罪案侦察队负责人托托克（Totok Suharyanto）当天在雅加达宣称：“我们已将FA列为腐败和/或洗钱案的嫌疑人。”

费布里涉嫌在执法人员处理多起案件的过程中进行洗钱活动。

（LJ）

我国将购买印度布拉莫斯超音速飛彈

国防学院：含技术转让将提升国防科技工业

【本报讯】国防学院院长阿泽·哈桑（Ace Hasan Syadzily）表示，我国与印度在采购布拉莫斯（BrahMos）导弹方面开展合作，可通过技术转让和提升人力资源能力，增强国防工业实力。

阿泽于7月9日在雅加达南部接受采访时表示，印度是具备国防技术研发能力的国家之一，因此上述合作将强化我国防工业带来机遇。他说：“我认为，与印度开展军事合作，是加强我们与印度国防工业合作的一项非常积极的举措。”

他指出，这项合作将为技术转让创造机会，促使国防工业进一步提升掌握国防技术的能力。除技术转让外，该合作还有助于提升我国在国防科技领域的人才能力。



我国将购买印度布拉莫斯超音速飛彈

阿泽说：“我们希望这项合作能通过技术转让，并在后续获得良好落实，成为强化国防工业的重要组成部分。”

印度布拉莫斯航天公司（BrahMos Aerospace）与印尼国防部签署采购布拉莫斯超音速巡航导弹的合作合同，印度总理纳伦德拉·莫迪（Narendra Modi）于7月7日访问印尼期间在雅加达独立宫举行的活动上，他在与普拉博沃

总统的见证下达成的。

与此同时，印度 Bharat Dynamics Limited（BDL）与印尼共和国公司（Republikorp）签署采购空对空导弹（AAM）的合作协议也一起公布。这两份文件是莫迪总理在此次访问期间宣布的16项合作协议的其中一部分。

我国在数年前已将采购布拉莫斯导弹列为目标。在莫迪总理访问印尼前几天，印度驻印尼大使桑迪普·

查克拉沃蒂（Sandeep Chakravorty）表示，双方关于采购布拉莫斯导弹的谈判已进入非常成熟的阶段，并有望尽快达成协议。

此前，财政部长普尔巴亚（Purbaya Yudhi Sadewa）表示，目前尚未清楚采购布拉莫斯超音速巡航导弹所需的具体费用，并将向国防部进一步了解相关情况。

普尔巴亚认为，国防部预算足以支付从印度采购导弹的费用，因为国防部拥有相当充裕的预算。

财长于7月8日在雅加达说：“国防预算本来就相当充足。我认为，他们会从现有预算中调配资金用于采购。我之后会向国防部进一步了解情况。国防部预算规模很大，理论上应该足够。”

（Ing）

总检察长接受费布里辞去特别刑事副总检察长职务

【本报讯】7月11日，总检察长布哈努丁接受费布里·阿德里安萨（Febrie Adriansyah）辞去特别刑事副总检察长职务。

最高检察院法律新闻处主任阿囊·苏普里亚特纳（Anang Supriatna）当天在雅加达表示，总检察长已接受费布里辞去特别刑事副总检察长职务的决定。总检察长尊重费布里辞职的决定。此次辞职是总检察长致力于维护执法程序诚信、客观和中立的一种体现。最高检察院确保特别刑事副总检察长范围内的所有案件处理流程正常运行。总检

察长呼吁所有相关方尊重正在进行的法律程序，继续维护无罪推定原则。

据悉，之前费布里否认了将辞去特别刑事副总检察长职务的消息。

7月10日，在雅加达最高检察院圆厅大楼举行的新闻发布会上，费布里强调，尽管我的名字与国警反腐败团处理的涉嫌调查国电公司煤炭治理腐败案有关，我仍接受了最高检察院领导层的指派。直到今天早上我仍接到命令，要立即完成案件处理的提交，这确实很短，拘留时间有限。所以我们

之前已经发布了命令，要优先处理任何社区关心的事项，以便我们能立即提交并听取相关案件。

费布里的名字在国警反腐败团调查国电公司煤炭治理涉嫌腐败后成为焦点。在调查中，国警搜查了至少13处地点，包括位于茂物县圣杜尔镇区（Sentul）的一处房屋，费布里承认这是其私人住宅，以及雅加达南区市Cipete地区的一处地点。调查人员没收了大量现金、金条、文件及其他证据，这些证据仍在调查过程中。

如悉，前特别犯罪

副检察长费布里·阿德里安萨（Febrie Adriansyah）已被国家司法单位于7月11日列为涉嫌腐败和洗钱案的嫌疑人。

费布里与一名姓名为DR的私企人士一同被列为嫌疑人，该人士的身份尚未公开。

国警反贪污刑事罪案侦察队负责人托托克（Totok Suharyanto）于7月11日在雅加达宣称：“我们已将FA列为腐败和/或洗钱案的嫌疑人。”

费布里涉嫌在执法人员处理多起案件的过程中进行洗钱活动。

（LJ）

总统府尊重最高检察院调查程序

哈迪：总统已多次发出坚定打击贪腐承诺



国务秘书部长哈迪

【本报讯】国务秘书部长哈迪（Prasetyo Hadi）表示，全国各部门和机构应尊重执法机构目前正在进行的调查程序。

政府同时呼吁各方秉持无罪推定原则，不应在接受调查人员的法律地位作出猜测。

哈迪是回应涉及最高检察院特别犯罪副检察长费布里（Febrie Adriansyah）调查进展时表示上述言论。针对费布里是否将受到进一步被列为贪腐案被告人或瘦到严厉惩罚的提问，他强调政府将完全交由执法机构依法处理。

哈迪说：“我们应尊重执法机构当前正在开展的每一项法律程序，在本案中即警方的调查工作。我们也高度尊重无罪推定原则，避免无谓的猜测和缺乏建设性的判断。”

他强调，普拉博沃总统自执政以来，始终坚定致力于打击贪腐。

国务秘书部长强调，总统多次提醒政府各部门和机构，尤其是国家公务人员，应尽快整顿自身、消除舞弊，在执法机关采取法律行动之前主动进行整顿。

哈迪说：“总统自执政以来便对反贪腐工作持着非常坚定的承诺。总统多次提醒政府各部门，尤其是国家公务人员，应尽快整顿并自身净化，以免最终由执法

机构采取行动或进行清理。”

他补充称，总统认为，腐败仍然是政府必须解决的最大难题之一。因此政府将持续推进治理体系改革，加强国家公务人员的廉洁。

他说：“腐败是我国面临的最大挑战之一。但无论面对什么困难，我们都不能放弃，也不能丧失信心。我们必须持续完善国家治理体系，强化廉洁建设，打造一个清廉、高效的政府。”

哈迪还强调，在执法程序持续推进期间，维护社会稳定与国家团结也至关重要。他认为，只有保持良好的社会秩序，政府才能持续推进各项发展计划，不断提升人民福祉。他说：“同样重要的是维护社会安定、国家稳定以及全国民众之间的团结。唯有在安全、团结、彼此信任的社会氛围下，我们才能解决国家面临的各种问题，加快落实各项发展计划，造福全国人民。”

如悉，国警反贪污刑事罪案侦察队负责人托托克（Totok Suharyanto）于7月11日在雅加达宣称：“我们已将前特别犯罪副检察长费布里列为涉嫌贪污和/或洗钱案的嫌疑人。”

费布里涉嫌在执法人员处理多起案件过程中实施洗钱活动。

（Ing）

SANDIMAS OULU

PROMO KLOSET OTOMATIS



**DESAIN
TERKINI**



HARGA MULAI DARI

Rp. 5.950.000,-/unit



HAVEL



MISSOURI



YENISEI



YUKON

习近平同纳米比亚总统恩代特瓦会谈



7月10日下午, 国家主席习近平在北京人民大会堂同来华进行国事访问的纳米比亚总统恩代特瓦举行会谈。这是会谈前, 习近平和夫人彭丽媛同恩代特瓦和丈夫埃帕夫拉斯合影。新华社记者 李 响摄



7月10日下午, 国家主席习近平在北京人民大会堂同来华进行国事访问的纳米比亚总统恩代特瓦举行会谈。这是会谈前, 习近平在人民大会堂北大厅为恩代特瓦举行欢迎仪式。新华社记者 丁 林摄

本报北京7月10日电 (记者杨朔楚) 7月10日下午, 国家主席习近平在北京人民大会堂同来华进行国事访问的纳米比亚总统恩代特瓦举行会谈。两国领导人共同宣布将双边关系定位提升为新时代中纳命运共同体。

习近平指出, 中国和纳米比亚有着深厚传统友谊和共同发展追求。建交以来, 两国始终平等相待、相互支持, 友好合作不断深化, 有力造福两国人民。中国共产党正团结带领全国各族人民, 以中国式现代化全面推进强国建设、民族复兴伟业, 纳米比亚正朝着2030年远景目标前进, 深化两国友好合作正当其时、前景可期。中方愿同纳方加强发展理念交流和发展战略对接, 在实现各自现代化的道路上携手前行。

习近平就构建新时代中纳命运共同体提出3点意见。一是坚定相互支持, 深化理念融通。双方要密切高层交往, 深化治国理政经验交流, 就双边关系中的全局性、战略性问题保持经常性沟通, 在涉及彼此核心利益和重大关切问题上继续相互支持。二是挖掘合作潜力, 提升合作水平。中方已经对53个非洲建交国全面实施零关税举措, 这是中国扩大高水平对外开放的重大创举, 也是支持非洲国家加快发展的“及时雨”。希望纳方用足零关税、升级后的输华产品“绿色通道”以及其他优惠政策, 让纳米比亚优质产品更多更快进入中国市场。中方愿同纳方深化基础设施建设、能源、矿产、农业、教育、青年、科技等领域合作, 推动两国互利合作不断迈上新台阶。三是坚持团结协作, 捍卫多边主义。中纳两国同为全球南方重要成员, 拥有广泛共同利益和相近价值追求, 应该加强团结协作, 坚定相互支持, 共同维护国际公平正义。中方愿同包括纳米比亚在内的非洲国家继续加强协调配合, 持续壮大全球南方声势和力量, 为推动构建人类命运共同体作出新贡献。

习近平指出, 帮助非洲开发丰富矿产资源、切实将资源优势转化为发展动能, 是加快非洲现代化进程的重要途径。中方愿继续同包括纳米比亚在内的非洲国家加强矿业合作, 重点把握好3条原则。一是互利共赢。非方拥有

丰富自然资源, 中方拥有先进技术和超大规模市场, 双方要充分发挥互补优势, 深化利益融合。二是友好协商。牢固政治互信是中非合作的独特优势和重要保障, 要坚持从中非友好大局出发, 通过沟通协商妥善处理合作中的问题。三是开拓进取。中方愿同非方按照市场化商业化原则, 创新合作思路, 推动中非矿业合作不断提质升级。

恩代特瓦表示, 纳米比亚同中国的友谊源远流长, 两国关系长期高水平发展。热烈祝贺中国共产党成立105周年。中国是伟大的国家, 在习近平主席英明领导下, 经济社会发展取得令世人钦佩的成就。纳方高度重视对华关系, 坚定奉行一个中国原则。愿学习借鉴中国经验, 加强团结、巩固互信、拓展合作, 推动两国全面战略合作伙伴关系取得更大发展。纳米比亚人组党愿同中国共产党加强党际交流, 密切沟通合作。纳米比亚愿同中国扩大贸易往来, 欢迎更多中国企业赴纳投资兴业, 期待双方加强工业、矿业、基础设施、航空航天、科技、农业、水利资源等领域合作, 帮助纳经济社会发展。中方长期以来为包括纳米比亚在内的非洲国家提供无私支持帮助, 在国际地区事务中秉持公正立场, 纳方愿同中方加强沟通协调, 维护发展中国家共同利益, 共建人类命运共同体。

会谈后, 两国元首共同见证签署经济贸易、医疗卫生、教育和人力资源等领域多项合作文件。

双方发表《中华人民共和国和纳米比亚共和国关于构建新时代中纳命运共同体的联合声明》。

会谈前, 习近平和夫人彭丽媛在人民大会堂北大厅为恩代特瓦和丈夫埃帕夫拉斯举行欢迎仪式。

恩代特瓦抵达时, 礼兵列队致敬。两国元首登上检阅台, 军乐团奏中纳两国国歌, 天安门广场鸣放礼炮21响。恩代特瓦在习近平陪同下检阅中国人民解放军仪仗队, 并观看分列式。

当晚, 习近平和彭丽媛在人民大会堂金色大厅为恩代特瓦夫妇举行欢迎宴会。

王毅参加上述活动。

习近平会见朝鲜内阁总理朴泰成



七月十日下午, 中共中央总书记、国家主席习近平在北京人民大会堂会见来华进行正式访问的朝鲜劳动党中央政治局常委、内阁总理朴泰成。新华社记者 李 响摄

本报北京7月10日电 (记者杨朔楚) 7月10日下午, 中共中央总书记、国家主席习近平在北京人民大会堂会见来华进行正式访问的朝鲜劳动党中央政治局常委、国务委员会副委员长、内阁总理朴泰成。

习近平指出, 上个月, 我对朝鲜进行国事访问, 同金正恩总书记为巩固和发展中朝传统友好并不断赋予其新的时代内涵作出战略指引。世代友好、命运与共、守望相助始终是中朝关系的鲜明特征。《中朝友好合作互助条约》为巩固两国人民用鲜血凝成的战斗友谊奠定重要政治法律基础。我和金正恩总书记一致同意, 以共同隆重纪念条约签订65周年为契机, 不忘两党两国老一辈领导人的初心宗旨, 引导两国人民继承和发扬中朝传统友谊, 让两国关系在新的历史时期持续焕发蓬勃生机。

习近平强调, 当前, 国际形势变幻交织。中朝两国应当保持战略定力, 增强战略自信, 加快落实我同金正恩总书记达成的共识, 确保两党两国关系与时俱进, 始终朝着有助于巩固各自社会主义事业、有利于促进各自国家现代化建设的方向发展。要稳步推进务实合作, 持续巩固民意基础, 用好共同的红色记忆和红色资源, 让两国青年铭记中国人民志愿军的历史功绩, 让伟大的中朝友谊世代传承下去。要加强战略协作, 坚定捍卫

各自主权、安全、发展利益, 为两国走好符合自身国情的社会主义道路营造有利外部环境。

朴泰成首先转达金正恩总书记对习近平总书记的亲切问候, 表示在《朝中友好合作互助条约》签订65周年之际, 金正恩总书记祝愿习近平总书记在领导中国党和人民的崇高事业中不断取得新成就。

朴泰成表示, 热烈祝贺中国共产党成立105周年, 祝贺习近平总书记领导中国人民取得伟大发展成就。习近平总书记今年首次出访就选择了朝鲜, 两党两国最高领导人举行历史性会晤, 树立了双边关系新的里程碑, 进一步巩固了朝中友好的民意基础。《朝中友好合作互助条约》从战略高度、长远角度为推动两国关系发展提供了强有力的法律保障。朝中两国本着条约精神, 守望相助, 共同推动社会主义事业, 携手捍卫地区和世界和平。两国隆重举行条约签订65周年纪念活动, 再次彰显中朝友谊经受住国际风云变幻考验, 具有高度战略性。金正恩总书记要求将朝中关系发展为最有力量的战略关系。朝方将坚决落实两党两国最高领导人达成的重要共识, 坚定支持中方在台湾等问题上捍卫核心利益, 竭尽全力推动朝中团结、友好和社会主义事业迈上新的更高台阶。

王毅参加会见。

为建设科技强国多立新功

——习近平总书记在国家科学技术奖励大会、两院院士大会、中国科协第十一次全国代表大会上的重要讲话凝聚团结奋斗力量

“‘十五五’时期是科技强国建设的关键攻坚期, 要全力抓好党中央关于科技事业各项部署的落实。”

习近平总书记7月8日在国家科学技术奖励大会、两院院士大会、中国科协第十一次全国代表大会上发表重要讲话, 提出殷切希望。广大科技工作者表示要牢记习近平总书记嘱托, 攻坚克难, 锐意进取, 扎扎实实以科技创新支撑和引领中国式现代化, 为建设科技强国多立新功。

勇担高水平科技自立自强使命

就在几天前, 海南商业航天发射场上空划过耀眼亮光, 长征八号甲运载火箭成功实现“一箭二十星”发射。

“每一次突破都是新型举国体制发挥优势的见证。总书记强调提高科技攻关组织化程度, 提升国家创新体系整体效能。航天事业还将迎来新飞跃。”习近平总书记

重要讲话, 极大鼓舞着中国航天科技集团一院长征八号甲运载火箭总设计师宋征宇和团队, “我们要进一步提高火箭运力和运载效率, 为加速我国低轨卫星星座部署提供及时、经济和高效的发射服务。”

科技强国建设的赛道上, 广大科技工作者牢记嘱托, 奋力跑好“关键一棒”。

广东松山湖畔, 先进阿秒激光设施首席科学家、中国科学院物理研究所研究员魏志义埋头攻关: “习近平总书记对科研任务推进作出详细部署, 提出明确要求, 我们要建好、用好综合多学科优势的大科学装置, 助力催生原创突破、开辟科技新前沿, 产出更多重大战略成果, 助力高端制造业发展。”

炎炎夏日, 农事繁忙。吉林梨树县的试验田里, 油亮的黑土地一片绿意。中国农业大学教授李保国为来自不同单位的农技人员讲解保护性农业种植技术。

(下转第二版)

“共同推动更多科技成果惠及全人类”

——国际人士热议中国加快推进高水平科技自立自强

国家科学技术奖励大会、中国科学院第二十次院士大会和中国工程院第十八次院士大会、中国科学技术协会第十一次全国代表大会7月8日在人民大会堂隆重召开。中共中央总书记、国家主席、中央军委主席习近平出席大会, 为国家最高科学技术奖获得者等颁奖并发表重要讲话, 为做好新时代科技工作、扎扎实实以科技创新支撑和引领中国式现代化指明了前进方向、提供了根本遵循。

接受本报记者采访的国际人士表示, 中国的科技发展之路既实现了自身高质量发展、增进了民众福祉, 也为广大发展中国家提供了可资借鉴的发展范式。期待中国持续发挥科技引领作用, 深度参与全球科技治理, 以更多科创成果为人类命运共同体建设注入持久动力。

“体现了中国对科技工作的重视和对科技工作者的尊崇”

“习近平主席亲自为国家最高科学技术奖获得者等颁奖并发表重要讲话, 充分体现了中国对科技工作的重视和对科技工作者的尊崇。”埃及贝尼苏韦夫大学政治学教授纳迪娅表示, 中国近年来在基础设施、信息技术、卫星等领域取得的显著进展, 正是“推动科技创新和产业创新深度融合”的生动实践。世界知识产权组织发布的《2025年全球创新指数报告》显示, 2025年中国首次跻身全球创新指数排名前十, 成为创新力上升最快的经济体之一。

(下转第二版)

李强主持召开国务院常务会议

进一步部署防汛抗洪救灾工作 听取数字中国建设情况汇报 听取现代流通体系建设进展情况汇报 研究新兴支柱产业培育有关工作 研究自然资源保护利用有关工作 审议通过《全民健身计划(2026—2030年)》

新华社北京7月10日电 国务院总理李强7月10日主持召开国务院常务会议，进一步部署防汛抗洪救灾工作。会议强调，各地区各部门要深入贯彻习近平总书记重要指示要求和党中央决策部署，切实强化政治责任，始终绷紧防汛抗洪救灾这根弦，牢固树立底线思维、极限思维，坚决克服麻痹思想和侥幸心理，坚持问题导向，举一反三，加强防范，群策群力打赢防汛抗洪救灾这场硬仗。要坚决守牢安全防线，扎实做好风险隐患排查，加密薄弱堤段、超警河段等巡查防守，加强病险水库、中小水库监管，科学做好重大水利工程调度，确保大江大河大湖防洪安全。进一步提高监测预报精准度，及时预警“叫应”，特别要紧盯高风险区域、重点部位、脆弱人群，遇到险情果断组织人员转移，最大限度减少人员伤亡。要加强协同形成合力，国家防总要强化统筹协调和指挥调度，各相关部门要主动靠前、密切配合，各级政府要加强应急值守，做好力量、装备、物资准备，快速高效开展抢险救援、生活救助等工作，全力以赴维护人民群众生命财产安全。

会议听取数字中国建设情况汇报。会议指出，要系统推进数字中国建设，适度超前布局数字基础设施，加快推进新一代通信网、算力网建设，提升数智化水平，全面赋能经济社会发展。要加强前沿科技攻关，增强对新型安全风险的评估和防控能力，严守安全底线。

中央层面整治形式主义为基层减负专项工作机制会议在京召开

蔡奇出席并讲话

新华社北京7月10日电 中央层面整治形式主义为基层减负专项工作机制会议7月10日在京召开。中共中央政治局常委、中央书记处书记蔡奇出席会议并讲话。他强调，要深入学习贯彻习近平总书记“七一”重要讲话精神，学习贯彻习近平党建思想，把整治形式主义为基层减负同实现新时代新征程党的使命任务联系起来，和保持党同人民群众的血肉联系联系起来，结合开展树立和践行正确政绩观学习教育，持续深化拓展整治形式主义为基层减负工作，更好把减负成效转化为治理效能。

会议强调，要坚持目标导向和问题导向相结合，严格执行整治形式主义为基层减负若干规定，及时发现和纠正苗头倾向，紧盯突出问题深化整治工作。深入纠治急功近利、盲目决策问题，抓实新官不理旧账突出问题集中整治，动真碰硬纠治统计造假，有效防范和纠正政绩观偏差。持续解决基层反映强烈的难点堵点问题，推动乡镇（街道）履职尽责清单执行，健全完善村（社区）工作事项准入制度，加快推进“一表通”工作，巩

固拓展“指尖上的形式主义”整治成效。着力提升督查检查考核工作质效，优化督查检查方式方法，提高考核针对性、科学性和考核结果的真实性。切实做好文开会、节庆展会论坛活动的源头管控和日常监管，严格落实发文件与为基层减负一致性评估制度，持续整治节庆展会论坛活动乱象。

会议强调，整治形式主义为基层减负是一项长期任务，要保持定力，强化责任落实，不断提高工作实效。要加强对换届后各级领导干部的政绩观教育。中央和国家机关要以上率下、协同联动推动整治减负任务落实。地方各级党委要压实主体责任，及时分析研判，加强政策解读、业务指导、督促检查，对基层反映强烈的突出问题要立行立改、严查严治。各级专项工作机制要强化制度执行，抓好典型问题核查通报，立足常态长效推进整治工作。

专项工作机制成员单位、有关部门、各省市区和新疆生产建设兵团负责同志参加会议。会议以电视电话会议形式召开。

求，继续努力引导企业增加研发投入，调动更多社会力量支持科技创新。”中国科技发展基金会秘书长张伟说。

汇聚建设科技强国的强大合力

从科研院所到创新企业，从菁菁校园到科普一线，习近平总书记的重要讲话激励着全国各地各领域科技工作者。

“一体推进教育科技人才发展，是我们实践中摸索总结的成功经验”，习近平总书记的这番话，深深鼓舞着清华大学附属中学校长方妍。她说：“教育培养人才，人才驱动科技，科技反哺教育，三者互为支撑，中小学阶段正是这一链条的起点。”

近年来，清华附中找准“本质在育人、起点在兴趣、核心在贯通”的科技教育规律，与高校、科研机构 and 科技企业联合设立创客空间、实验室等，搭建“看实验、做实验、思实验、创实验”的课程体系，助力学生在真实情境中理解科技蕴含的创新追求与社会责任。

“既面向人人、更尊重差异。”方妍说，“我们要继续遵循习近平总书记的要求，注重挖掘和培养青少年兴趣特长、科学素养、实验能力，吸引更多具有科研潜质的青少年立志投身科技事业。”

广西百色市科协工作人员黄若琳19年来坚持驾驶科普大篷车下乡，习近平总书记强调“要大力弘扬科学家精神”，让黄若琳更加体悟到自身工作的价值和意义。

“科普同科研工作一样，不能搞‘形象工程’。”黄若琳说，按照总书记的要求，用好科技评价指挥棒，强化创新能力、质量、实效、贡献导向，科技战线将营造风清气正的科研生态。

阔步走向未来，视野更加辽阔。对于人工智能等前沿技术加速迭代应用，习近平总书记强调，加强科技伦理和安全治理。

“习近平总书记重要讲话富有前瞻性，必须用‘让人放心’的技术，迎接‘把人放大’的未来。”腾讯集团高级副总裁郭凯天表示，公司会持续在保护隐私、细化授权等方面着力，筑牢人工智能应用的安全护栏，以负责任的态度推动科技向上向善、更好服务社会。

青藏高原，被誉为“地球第三极”，吸引全球科技工作者合作探索。第二次青藏科考项目汇聚了全国200多家单位、7000多名科研人员，取得一系列世界级原创成果。

“总书记强调要深度参与全球科技治理，这坚定了每一名科技队员的信心和决心。”中国科学院第二次青藏科考队办公室主任、科考队员安宝晟说，我们将牢记嘱托，不断凝聚建设科技强国的强大合力，用新的科考成果守护好“世界屋脊”和“亚洲水塔”，为全球科技治理贡献中国主张和中国方案。

“向着2035年建成科技强国的目标坚定迈进，扎扎实实以科技创新支撑和引领中国式现代化。”

习近平总书记的话，让中东欧中国科技交流协会会长矫超倍感振奋。“作为海外科技交流工作者，我们将搭好人才‘连心桥’，做实联合‘项目库’，进一步发挥桥梁纽带作用，为推动高水平科技自立自强、建设科技强国贡献力量。”矫超说。

（新华社北京7月10日电 新华社记者）

赵乐际分别会见纳米比亚总统恩代特瓦 朝鲜内阁总理朴泰成

新华社北京7月10日电 全国人大常委会委员长赵乐际7月10日下午在北京分别会见纳米比亚总统恩代特瓦，朝鲜劳动党中央政治局常委、国务委员会副委员长、内阁总理朴泰成。

在会见恩代特瓦时，赵乐际表示，中纳是好朋友、好兄弟、好伙伴。中方愿同纳方一道，落实好两国元首重要共识，弘扬传统友谊，深化务实合作，不断提升中纳全面战略合作伙伴关系水平，共筑新时代全天候中非命运共同体。中国全国人大愿同纳米比亚议会加强交往交流，深化在各国议会联盟等多边平台的协作，助力共同发展。欢迎纳方派员参加中国全国人大举办的非洲国家议员研讨班。

恩代特瓦表示，纳中友谊源远流长、历久弥坚。纳方恪守一个中国原则，愿同中方在经贸、基础设施、农

业、矿产等各领域开展强有力合作，加强立法机构交流，不断增进两国人民的友好情谊。

铁凝参加会见。

在会见朴泰成时，赵乐际表示，两党两国最高领导人的战略引领是中朝关系的最大优势和根本保障。去年以来，习近平总书记和金正恩总书记成功互访，达成一系列重要共识，为中朝关系发展擘画新的蓝图。中方愿同朝鲜同志一道，贯彻落实好两党两国最高领导人重要共识，弘扬传统友谊，深化互利合作，加强立法机构交往和治党治国经验交流，推动中朝关系取得更大发展。

朴泰成表示，朝方愿同中方按照两党两国最高领导人的战略指引，以共同纪念《朝中友好合作互助条约》签订65周年为契机，加强协调合作，深化立法机构交流，推动朝中关系取得新的发展。

王沪宁出席建设现代化产业体系调研协商座谈会

新华社北京7月10日电 建设现代化产业体系调研协商座谈会7月10日在京召开，就有关民主党派中央、全国工商联开展的重点考察调研成果进行协商。中共中央政治局常委、全国政协主席王沪宁出席并讲话。他表示，建设现代化产业体系是以习近平总书记为核心的中共中央深刻把握新一轮科技革命和产业变革大势、深刻分析全面建设社会主义现代化国家形势任务作出的重大战略部署。我们要深入学习贯彻习近平总书记关于建设现代化产业体系的重要论述，落实中共二十届四中全会关于建设现代化产业体系、巩固壮大实体经济基础的任务部署，扎实做好调研协商、资政建言工作，为构建新发展格局、推动高质量发展、推进中国式现代化建设献计出力。

王沪宁对有关民主党派中央、全国工商联围绕建设现代化产业体系深入调查研究、积极建言献策给予充分肯定。他表示，建设现代化产业体系是“十五五”时期的重要战略任务。要围绕坚持全面推进传统产业转型升级、积极发展新兴产业、超前布局未来产业并举，推动

蔡奇出席《中朝友好合作互助条约》签订65周年纪念招待会

新华社北京7月10日电（记者邵艺博）7月10日，中共中央政治局常委、中央书记处书记蔡奇在北京同率领朝鲜党政代表团访华的朝鲜劳动党中央政治局常委、国务委员会副委员长、内阁总理朴泰成共同出席《中朝友好合作互助条约》签订65周年纪念招待会并致辞。

蔡奇表示，65年前，中朝两国人民在争取民族独立与解放的峥嵘岁月中并肩战斗，用鲜血铸就了深厚的战友友谊。两党两国老一辈领导人高瞻远瞩，签署《中朝友好合作互助条约》，为两国世代友好奠定了坚实的政治法律基础。65年来，中朝友好历经国际风云变幻考验，两国关系与时俱进、巩固发展。习近平总书记和金正恩总书记登高望远、继往开来，共同引领中朝关系

进入新的历史时期。中方愿同朝方一道，以两党两国最高领导人重要共识为根本遵循和战略指引，赓续传统友谊，推动两国社会主义事业和传统友好合作关系不断迈上新的台阶。

朴泰成祝贺中国共产党成立105周年，表示65年来，朝中两国本着《朝中友好合作互助条约》精神，在维护和发展社会主义共同事业的斗争中相互支持、密切合作。不久前，金正恩总书记和习近平总书记在平壤举行历史性会晤，为深化以社会主义为核心的朝中关系注入强劲动力。朝方愿同中方遵循两党两国最高领导人重要共识，深化各领域合作，共谱朝中友好合作关系新篇章。

纪念招待会前，蔡奇同朴泰成举行简短会见。

（上接第一版）“中国在科创领域的快速发展创造了广阔机遇，既服务国内经济转型升级，也给全球合作与发展带来积极效应。”纳迪娅说。

“把科技创新摆在国家发展全局的核心位置，是中国着眼长远发展做出的战略选择。”泰国泰中“一带一路”研究中心主任威伦·披差翁帕迪表示，中国共产党高度重视发展新质生产力，不断通过科技创新为现代化建设注入新动能。中国推动科技创新着眼于促进经济社会发展、增进人民福祉，从高铁、新能源汽车到人工智能等领域的发展实践，都体现出科技进步与改善人民生活、推进中国式现代化的紧密结合。

“这些年来，我见证了从中国前沿科技如何实实在在地改变普通民众的日常生活。人工智能、新能源汽车、高铁、移动支付、自动驾驶等领域技术的飞速发展，尤其令我印象深刻。”在韩国东亚研究所所长、韩中全球协会会长禹守根看来，中国取得如此令人瞩目的科技成就，源于国家战略的持续推进，坚持科技自立自强，将科研开发投入、人才培养与庞大的国内市场有效结合。“中国的科技创新不仅是中国自身的发展成果，也正成为全世界共享的宝贵财富。”禹守根说。

“始终坚持着眼长远的发展理念”

习近平总书记指出，党的十八大以来，党中央把科技创新摆在现代化建设突出位置，系统擘画科技强国建设蓝图，深入推动实施创新驱动发展战略，全面深化科技体制改革，推动科技事业取得历史性成就、发生历史性变革。

“中国始终坚持着眼长远的发展理念。”古巴《格拉玛报》传播部主任耶塞·佩雷斯曾走访北京、山东、四川等地，见证中国将科技创新转化为惠民实效：依托数字技术拉动经济增长，电商深度融入并改善民众的生活；完善的现代化基础设施体现出科技创新支撑国家现代化建设的强大力量；公共服务数字化大幅提升办事效率与民众体验……“许多看来颇具‘未来感’的科技应用，都是中国持续重视科技创新的成果。”佩雷斯说。

“中国搭建起完善高效的国家创新体系，持续加码教育与科研投入，让创新成为全社会共识。”南非约翰内斯堡大学非研究中心研究员西佐·恩卡拉认为，中国通过科技创新培育出新发展内生动力，依托制度优势与长期积累攻克多项关键核心技术，产出顶尖科创成果。中国坚持开放合作，以科创成果惠及全球，践行大国责任。建设科技强国既是中国自身发展所需，也为构建人类命运共同体赋能。“在中国共产党的领导下，通过广大科技工作者的不懈奋斗，中国科技创新必将迎来更加辉煌的明天，为世界人民带来更多福祉。”恩卡拉说。

印度尼西亚阿玛纳咨询公司经济学家亚历山大·迈克尔·贾亚迪认为，中国高度重视科技创新、人才培养，以系统性布局为产业发展提供源源不断的动力。通过技术提升，“中国制造”品质更高。“在政府协调与市场激励下，中国产业持续升级，在全球经济中的影响力日益凸显。”贾亚迪说。

“不断为全球科技创新注入动力”

习近平总书记指出，我国正从全球科技参与者、贡献者向开拓者、引领者加速转变，成为创新力上升最快的国家之一。我们要适应新形势新要求，采取更加有力的措施，切实解决我国科技发展中存在的问题，全力抓好党中央关于科技事业各项部署的落实。

“中国科技创新不仅增进了中国人民的福祉，还通过开放合作不断为世界发展注入新动能。”巴西中国新经济研究院主席克劳迪娅·亚努齐表示，中国坚持科技创新，积极同各国分享创新成果，为推动构建人类命运共同体作出了重要贡献。2024年11月，她应邀参加人民日报与巴西媒体“携手推动构建中巴命运共同体”联合采访，实地探访巴西美丽山特高压直流输电二期项目里约换流站，中国的先进技术和项目建设的高水平给她留下深刻印象。“中国科技创新成果跨越国界，服务巴西当地发展，实现互利共赢。相信中国将继续发挥科技创新引领作用，携手各方共同推动更多科技成果惠及全人类。”亚努齐说。

“我经常使用中国的人工智能大模型，操作体验十分流畅。通过实地走访中国工厂，我发现智能制造技术已经得到广泛成熟运用。”肯尼亚非洲政策研究所中非中心执行主任丹尼斯·穆内内说，“中国的科创成就证明，后发国家可通过自身努力跨越技术鸿沟，这给予全球南方国家巨大信心。”

“中国坚持开放合作，积极参与国际科技交流，不断为全球科技创新注入动力。”沙特阿拉伯利雅得政治和战略研究中心研究员阿卜杜勒·阿齐兹·沙巴尼说，近年来，中国企业积极加强与沙特在数字基础设施、智慧城市、可再生能源以及人工智能等领域的合作，中国科技已经广泛应用于当地，助力沙特“2030愿景”。这些合作不仅推动了产业升级，也培养了更多本地科技人才，为当地经济转型提供了新的机遇。沙巴尼期待中国继续坚持开放合作，加强国际科技交流，与各国共同推动科技创新成果更好地服务国际发展和人民生活改善。“相信在全球科技合作不断深化的背景下，中国将继续发挥更加积极和重要的作用，为促进世界共同发展贡献更多智慧和力量。”

（本报北京、开罗、曼谷、首尔、墨西哥城、约翰内斯堡、雅加达、里约热内卢、内罗毕、利雅得7月9日电 记者周嘲、黄焰昭、张黔岩、汪思源、王骁波、翔翔、曹师韵、陈一鸣、黄烽鑫、任皓宇）

中华人民共和国和纳米比亚共和国关于构建新时代中纳命运共同体的联合声明



扫码阅读全文

李书磊会见“习近平新时代中国特色社会主义思想与世界”国际研讨会外方代表

新华社北京7月10日电 7月10日，中共中央政治局委员、中宣部部长李书磊在京会见“习近平新时代中国特色社会主义思想与世界”国际研讨会外方代表。

李书磊表示，深入研究习近平新时代中国特色社会主义思想是了解当代中国的关键。中共十八大以来，以

习近平同志为核心的中共中央领导中国取得历史性成就，我们愿同各国政党加强治国理政交流互鉴。

外方表示，此访亲眼见证中国各领域发展成就，愿加强对习近平总书记思想研究，汲取促进国家发展的智慧力量。

零售业事关国计民生，是国民经济的基础性产业，是生活性服务业的重要组成部分。近日，商务部会同国家发展改革委等部门印发《关于加快零售业创新发展的意见》（以下简称《意见》），对促进零售业发展作出系统部署。商务部相关负责人表示，将会同有关部门加强统筹协调，指导各地加强政策创新、管理创新，推动行业业态创新、模式创新，及时总结推广好经验好做法，推动零售业创新提升和高质量发展。

针对行业痛点给出对策

在河南省许昌市的胖东来时代广场店内，各专柜旁人头攒动，经常可见排队叫号的场景。

“今年上半年，胖东来销售额达到145亿元，同比增长24%；稳定吸纳就业超过1.9万人，吸引全国各地企业单位研学人数超过100万人次。在胖东来的示范带动下，许昌市的社会消费品零售总额增速已连续29个月保持河南全省领先。”在近日举行的商务部专题新闻发布会上，许昌市副市长董立军说。

“胖东来现象”充分展现了中国内需市场的巨大潜力与十足韧性。《意见》对零售业发展工作的再加力、再部署，目的就在于为零售业创新转型和高质量发展提供方向指引和政策保障。

据商务部流通发展司司长李佳路介绍，“十四五”时期，我国商品零售额由2021年的39.4万亿元增至2025年的44.3万亿元，累计增长12.5%，占社会消费品零售总额的比重长期保持在90%左右。从吸纳就业看，我国零售业带动就业超8000万人。今年1至5月，限额以上超市、便利店零售额同比分别增长3.6%、6.8%；限额以上购物中心零售额同比增长超10%。

李佳路说，《意见》针对性地提出零售业发展任务，解决行业存在的痛点问题。比如，对于零售商业设施局部失衡问题，首次提出探索建立商业设施饱和度评估机制，作为市场晴雨表供项目立项和社会投资参考。对于商品质量问题，提出加强采购质量管控和溯源，严选供应商，发展自有品牌，推广质量自我承诺制，打击线上线下制假售假行为，推动平台经营者、柜台出租者将入驻经营者抽检合格率、退货率纳入考核。对于部分门店闲置问题，提出“一店一策”打造新场景，推动空间重构、业态更新、数智化改造，支持商业设施与交通枢纽、周边景区等采用空中连廊、地下通道衔接。

聚焦新业态新模式新场景

零售是重要的消费业态，也是消费业态模式场景创新的重要领域。

“消费新业态新模式新场景试点城市覆盖常住人口超4.8亿人，社会消费品零售总额占全国比重超过一半，消费潜力大、活力足。目前，50个试点城市已基本完成资金（项目）管理办法制订、首批项目征集等工作。”商务部服贸司副司长左晓波说。

具体来看，有的试点城市支持知名科技品牌旗舰店落地，打造“全球旗舰+新品首发+场景首秀+服务首创”的新型零售载体，从“卖商品”向“卖体验、卖服务”转型。有的试点城市支持打造餐饮、艺术、社交、零售等业态融合的主题消费场景，推动商业载体从“单一卖货”向“场景融合”转变。有的试点城市支持潮玩品牌开发兼具时尚感和话题性的联名产品，开设主题零售店，既满足年轻消费者个性化、社交化的消费需求，又提升产品附加值，带动品牌产品销量增长。

《意见》在相关领域着墨颇多。比如，在改造创新场景方面，《意见》支持符合条件的商业综合体、购物



带动就业超八千万人

零售业创新发展再迎政策利好

本报记者 王俊岭

在重庆市沙坪坝区一家家电品牌店，工作人员向消费者介绍空调产品。

孙凯方摄（人民视觉）

中心、百货店、大型超市等线下消费商业设施设备更新。在推动业态融合方面，《意见》提出结合消费新业态新模式新场景、国际化消费环境建设等试点工作，推动零售与餐饮、文化、娱乐、体育、旅游等融合发展，打造“零售+”新生态。鼓励发展融合型、时尚型、策展型、主题型、社区型零售。

“下一步，我们将加力指导试点城市高质量推进试点建设，推动增加更多优质零售供给，提供更多创新消费场景，进一步释放多样化、差异化消费潜力。”左晓波说。

增强商品消费服务消费联动

服务消费是带动商品消费创新提质的重要力量，两者融合互促、联动发展、相互赋能。今年1至5月，服务零售额同比增长5.4%，增速比上年同期加快0.2个百分点。

从鼓励零售经营主体提供商品定制、配送到家等增值服务，到推动《零售企业服务质量评价准则》《绿色商场》等标准落实，《意见》在增强商品消费与服务消费联动方面同样给出了有力举措。

左晓波说，下一步将会同相关部门从3方面发力，推动扩大服务消费，更好发挥服务消费对商品消费的带动作用。

加力扩大优质服务供给。深入实施服务消费提质惠民行动，着力提升文化娱乐、旅游休闲、体育赛事等领域供给水平；推动商旅文体健康融合发展，以“体验式”服务消费带动上下游商品消费，以服务消费的扩容升级带动商品消费的创新提质。

加快培育服务消费新增长点。围绕交通服务、家政服务、演出服务、体育赛事等领域，出台一批务实支持举措，推动清理制约服务消费的不合理限制性措施，鼓励地方积极探索培育服务消费新增长点的有效路径。

创新多元化服务消费场景。加力推进消费新业态新模式新场景试点建设，贯穿全年举办“服务消费季”“中华美食荟”“跟着电影品美食”等一批促消费活动，打造一批带动面广、显示度高的消费新场景，以服务消费场景创新激发商品消费活力，为消费者带来更多元、更精彩、更便捷的消费体验。

“我们的目标就是鼓励和促进实体零售主动顺应发展变化，勇于探索、轻装上阵、转型提升，形成百花齐放、百舸争流的良好局面，努力获得消费者的认可和人民群众的喜爱，夯实活跃线下消费的根基。”李佳路说。



上的高峰出力，有力支撑午高峰电力平稳运行，切实保障经济社会发展用电，切实保障人民群众清凉夏度。

下一步，国家发展改革委将会同煤电油气运保障工作部际协调机制各成员单位，密切跟踪研判电力供需形势，压实各有关方面责任，落实各项保供电措施，全力保障经济社会发展用电需要，全力保障人民群众可靠用电、多用绿电。一是增强稳发稳供能力，做好煤炭、天然气等一次能源生产供应，统筹优化风光水火储等各类电源运行调度，提高顶峰保供能力。二是提升互济互补水平，充分利用全国统一电力市场高效开展电力互济互保，促进在更大范围优化配置电力资源。三是优化供需协同保供机制，精细化开展电力需求侧管理，推动需求侧新业态助力削峰填谷、协同保供，保障电力安全稳定运行。

“十五五”开局起步

本报记者 史一棋

伟大征程

这是中国式现代化壮阔进程中浓墨重彩的一笔——2025年10月20日至23日，中国共产党第二十届中央委员会第四次全体会议在北京胜利召开。全会听取和讨论了习近平总书记受中央政治局委托所作的工作报告，审议通过了《中共中央关于制定国民经济和社会发展第十五个五年规划的建议》。

这是新时代以来党中央制定的第三个五年规划建议，也是全面建设社会主义现代化国家新征程上的第一个五年规划建议。

习近平总书记在《关于〈中共中央关于制定国民经济和社会发展第十五个五年规划的建议〉的说明》中指出：“制定中长期规划指导经济社会发展，是我们党治国理政的一种重要方式。”“研究制定好‘十五五’规划，对于推动我国经济社会持续健康发展，为如期基本实现社会主义现代化奠定更加坚实的基础，具有重大意义。”

全会提出了“十五五”时期经济社会发展的主要目标：高质量发展取得显著成效，科技自立自强水平大幅提高，进一步全面深化改革取得新突破，社会文明程度明显提升，人民生活品质不断提高，美丽中国建设取得新的重大进展，国家安全屏障更加巩固。在此基础上再奋斗五年，到二〇三五年实现我国经济实力、科技实力、国防实力、综合国力和国际影响力大幅跃升，人均国内生产总值达到中等发达国家水平，人民生活更加幸福美好，基本实现社会主义现代化。

回望“十四五”，中国经济总量接连跨越110万亿元、120万亿元、130万亿元、140万亿元台阶；全球创新指数排名跃升至第十名，成为创新力提升最快的经济体之一；人均国内生产总值连续3年超过1.3万美元……

这些成绩，是在世纪疫情严重



十四届全国人大四次会议审查“十五五”规划纲要草案。
韩海丹摄（影像中国）

冲击下实现的，是在百年变局加速演进、国际形势更加严峻复杂下赢得的，是在国内发展承压前行中取得的。

“‘十四五’时期我国发展历程极不寻常、极不平凡。”“中国式现代化迈出新的坚实步伐，第二个百年奋斗目标新征程实现良好开局。”“十五五”规划建议对“十四五”时期我国发展取得重大成就的总结和论断，引起广泛共鸣。

在变幻交织的世界中我国始终风景这边独好，根本在于习近平总书记领航掌舵，在于习近平新时代中国特色社会主义思想指引。“两个确立”是新时代新征程推进中国式现代化、续写两大奇迹新篇章的根本政治保证。

习近平总书记指出，在贯彻落实全会精神过程中，要着重把握以下几点——坚定不移推动高质量发展、加快构建新发展格局、推动全体人民共同富裕迈出坚实步伐、更好统筹发展和安全、统筹推进各领域工作。

按照统筹推进“五位一体”总体布局、协调推进“四个全面”战略布局要求，“十五五”规划建议坚

持以经济建设为中心，对政治建设、文化建设、社会建设、生态文明建设等的建设等作出部署。

实现人民对美好生活的向往是中国式现代化的出发点和落脚点。“要坚持不忘初心，站在人民立场考虑问题，坚持在发展中保障和改善民生，稳步推进共同富裕。”习近平总书记语重心长。

坚持和加强党的全面领导是推动中国式现代化的根本保证。习近平总书记深刻指出：“越是形势复杂多变、任务艰巨繁重，越要坚持好、运用好、发展好党的领导这一最大优势。”

2026年3月12日下午，第十四届全国人民代表大会第四次会议在圆满完成各项议程后，在北京人民大会堂闭幕。经表决，大会批准了“十五五”规划纲要。

蓝图绘就，号角吹响。奋斗目标，引领伟大征程。今天，我们比历史上任何时期都更接近、更有信心和能力实现中华民族伟大复兴的目标。坚持道不变、志不改，“没有任何力量能够阻挡中国人民和中华民族的前进步伐”。

夏粮产量首次突破3000亿斤

本报北京7月10日电（记者邱海峰）国家统计局10日公布的数据显示，2026年全国夏粮产量3014.9

亿斤，首次突破3000亿斤，比上年增加20.0亿斤，增长0.7%。

分品种看，小麦产量2779.0亿

斤，增加15.7亿斤，增长0.6%。分地区看，25个夏粮产区中，22个实现增产。

2026年全国夏粮播种面积3.98亿亩，比上年减少69.0万亩，下降0.2%，保持基本稳定。全国夏粮单产378.8公斤/亩，比上年增加3.2公斤，增长0.8%。



连日来，河北省邢台市广宗县自行车生产企业开足马力赶制订单产品，全力保障海内外市场产品供应。图为工人在广宗县一家自行车企业车间进行生产作业。

王 玺摄（人民视觉）

加快推进人工智能在人社领域应用发展

本报北京7月10日电（记者李婕）人工智能正全方位赋能千行百业，其在人社领域如何发挥作用？近日，人力资源社会保障部、国家发展改革委、工业和信息化部、国家统计局联合印发《关于加快推进“人工智能+人社”应用发展的实施意见》（以下简称《实施意见》），加快推进人工智能在人力资源社会保障行业领域应用发展，有力支撑人社事业高质量发展。

《实施意见》以加强人力资源开发利用为主线，加快落实“人工智能+”行动，推动人工智能产业和人社工作协同优化，开拓创新人社行业领域人工智能应用场景，构建安全稳妥可持续的人工智能建设运行机制，实现人社工作数智化发展。

在工作推动方面，将用5年时间，完成“三步走”的工作目标：

一是搭建基础。以今年（2026年）为节点，推动人社行业领域人工智能应用体系、标准体系、保障体系等初步成形，“人工智能+人社”应用基础设施落地部署，培育一批

高性能人社行业大模型和智能体应用，打造20个左右基于人社行业大模型建设的应用场景及相应高质量数据集，形成算力、模型、数据、场景应用协同发展生态。

二是普及推广。到明年（2027年），普及应用一批人社行业大模型和智能体，探索50个左右高价值应用场景赋能路径，智能化发展取得明显成效。

三是普遍应用。到2030年，高质量数据集有效供给，人社行业大模型成熟完备，人工智能应用体系基本健全，形成人社行业领域人工智能普遍应用的创新局面。

《实施意见》从6个方面打造人社人工智能重大场景。包括：发展数智就业，推行智慧就业管理服务、智慧招聘、智慧就业监测，打造就业服务管理新模式。深化智慧社会保险，推动实现智慧社保服务、智慧工伤管理、基金安全防范、智慧仿冒研判，促进管理服务能力提升。加强人才精准培养使用，发展智慧人才服务、人才精准培养、人才智慧评价、人才分布监测等智能

应用，构建人才智能供给新机制等。

为积极应对人工智能发展，围绕人力资源开发利用工作主线，《实施意见》在促进就业、人才培养方面提出了一些具体举措。就业方面，提出强化就业优先的宏观调控能力，加快建立人工智能就业影响评估体系，引导创新资源向创造就业潜力大的方向倾斜。人才培养方面，提出加强人工智能技术技能培训和评价，助力提升全民人工智能素养与技能。“下一步，我们将围绕‘人工智能+’行动部署，结合实践情况，及时调整政策措施，有力支撑人工智能应用发展。”人力资源社会保障部有关负责人说。

此外，《实施意见》明确加强资金和人才保障，积极拓宽资金支持渠道，培育一批人社行业领域人工智能专业人才。健全应用推广机制，按照“揭榜领题”方式开展创新。强化安全保障，做好个人信息和政务信息保护，加强人工智能应用安全防护，推动人工智能应用合规、透明、可信赖。

全国用电负荷创历史新高

最高达到15.18亿千瓦

本报北京7月10日电（记者邱海峰）记者从国家发展改革委获悉，7月10日，全国用电负荷今年以来首次创历史新高，最高达到15.18亿千瓦，较历史极值增加1000万千瓦。入夏以来，南方区域电网和广东、广西、海南、宁夏、甘肃、福建、陕西等多个省级电网用电负荷累计20多次创历史新高。

据介绍，今年以来用电需求屡创历史新高主要由3方面因素共同拉动：一是工业用电量稳步增长。高技术制造业、高端装备制造业蓬勃发展，新能源汽车、储能、算力装备等新

兴产业用电持续扩容。二是服务业用电量较快增长。今年以来充换电服务业、互联网数据服务用电量增速均超过40%。三是高温天气抬高用电负荷。随着居民生活品质持续提升，全国空调降温负荷占比接近30%，部分省份超过40%。

近年来，我国电力基础设施建设取得显著成效，超过40亿千瓦的发电装机提供了强大供电保障能力，特别是19亿多千瓦新能源发电装机为午高峰用电提供了有力支撑，用电负荷创历史新高时刻新能源发电出力超过6亿千瓦，贡献了40%以

浙台青年三人制篮球邀请赛在湖州举办

本报电 2026浙台青年三人制篮球邀请赛近日在浙江省湖州市德清县地理信息小镇三人篮球馆举办。屏东青年、台北青年、浙江工业大学、湖州学院等来自海峡两岸的12支青年篮球队、60余名青年运动员同场竞技，共话友谊。

本次比赛以“两岸同心 篮途同梦”为主题，旨在以三人篮球为载体，打造具有辨识度的两岸青年体育交流品牌。该赛事举办场馆是全球首个固定式三人制篮球场馆，也是杭州第19届亚运会三人篮球项目的比赛场地。

揭幕战在浙江工业大学与湖州学院之间打响。双方队员攻防转换迅速，拼抢激烈，场上精彩场面频出，赢得观众阵阵喝彩。

“一路走来，感觉德清十分繁华，城市规划完善，街道干净整洁、环境优美，建筑风貌也很好，能来这里参赛我感到十分开心。”来自南台湾青年队的一名参赛选手说。

多次率队来大陆参赛的台湾篮球协会领队林老师认为，湖州城市环境优美，赛事设施和氛围都非常棒，大家留下了很深的印象。“通过篮球，我们切磋了技艺，更收获了友谊，不虚此行。”林老师说。

主办方表示，希望以篮球为纽带，让两岸青年在比赛中增进了解，在合作中深化情谊，为促进浙台体育文化交流注入青春力量。

▼ 比赛现场。 湖州市台办供图



一席非遗宴，品尝唇齿间的香江记忆

在位于香港故宫文化博物馆环绕的后厨里，主厨黄德荣正在案板上处理一条鲛鱼。刀刃贴着鱼骨缓缓游走，整条鱼皮被完整剥下，薄如蝉翼。鱼肉刮下后反复摔打直至起胶，再混入果皮、虾米，重新酿回鱼皮内，最终被煎至金黄，淋上本地豉汁。

今年6月，由香港特区政府康文署主办的“香港非遗月”如约而至，期间举办“非遗高峰论坛”等多项活动，其中包括以非遗技艺融入菜单的“非遗雅宴”。

“鱼皮易破，一旦用力过度就报废了。”这道源自广东顺德的煎酿鲛鱼，在香港师傅手中有了新的演绎，如今作为2026年“非遗雅宴”的主要菜品之一，端上了餐桌。

以食为媒

非遗走进烟火人间

这场“非遗雅宴”上，港式奶茶、虾膏虾酱、蒸笼制作等非遗技艺，融入16道菜式之中展现给食客。一道菜品背后，是香港厨师对传统的坚守与创新，也是一座城市透过味蕾对文化根脉的深情回望。

“非遗与我们的生活息息相关，它是祖先留下的生活经验和精神结晶。”香港特区立法会议员、“非遗六月”活动筹备委员会主席刘智鹏说。这位香港学者祖籍广东揭阳，现为岭南大学历史系教授，研究中国史近30年。他表示，近年来团队将非遗课程引入中小学，同时承担了港式奶茶、春秋二祭、戏棚搭建技艺、香港中式长衫和裙褂制作技艺等四项香港非遗项目研究。

刘智鹏介绍，国家将每年6月第二个星期六定为“文化和自然遗产日”。前年，他与一群文化界朋友联合推动非遗活动，引起特区政府关注。行政长官在2024年施政报告中提出举办“香港非遗月”活动，以促进非遗保护与传承。



图①：市民在“香港非遗月”——“非遗食堂”嘉年华活动中拍照打卡。

图②：奶茶师在“香港非遗月”——“非遗食堂”嘉年华活动中展示港式奶茶制作技艺。

图③：小朋友展示在“香港非遗月”——“非遗食堂”嘉年华活动中制作的食物。

香港特区政府康文署供图

谈及为何选择非遗美食作为文化推广切入点，刘智鹏表示：“民以食为天，香港素有‘美食天堂’美誉。通过美食，更容易把非遗带到社会中去。”

“‘非遗雅宴’的最大挑战，在于如何在创新中保留传统风味，同时将多项非遗烹饪技艺整合为一道完整、有吸引力的菜单。”“非遗六月”活动筹备委员会副主席徐海山说，“希望经过几年努力，能集中不同技艺和食材，打造十套香港非遗餐单，向外界推广，令非遗宴成为香港的一道风景线。”

匠心入馔

老味道里藏着新巧思

煎酿鲛鱼是黄德荣眼中最能体现粤菜功力的菜品之一。这道菜源自顺德，后经香港师傅不断演变发扬。鲛鱼虽是普通食材，但手工极为复杂：起骨、刮肉、留皮、打胶、回酿、煎香、挂汁。“这道菜属平价菜，但最考验师傅手工的精细。”黄德荣说，非遗宴选用的大澳银虾酱、流浮山金蚝、本土豆豉，都是他特意挑选的香港地道食材。

道食材。“香港是一个很特别的餐饮之地，我们很想把这份手艺传承下去。”

晚宴菜单中，黄德荣最得意的是“奶茶冻”。港式奶茶制作技艺2017年已列入香港非遗代表作名录。据传，香港奶茶的诞生源于一次偶然，师傅将奶倒入红茶，发现口感香滑出众，从此成为茶餐厅的标志饮品。“我希望用另一种形式把它呈现出来。”

点心部主管王强上世纪90年代从内地来到香港，入行约30年。他介绍，“四色烧卖”分别以麻辣川味、客家酸菜牛肉、顺德鱼肉和传统香港冬菇为馅料。“它们都源自烧卖，手艺不断变化，但本不变。”食用顺序从味道较淡的鱼肉开始，依次是冬菇、牛肉，最后以麻辣烧卖收尾，“从淡到浓，最终达到味觉的高潮”。

另一道“双色茶冻”以港式奶茶和凉茶为基底制成，食客可依个人喜好加入咖啡或花奶，呈现港式“鸳鸯”风味。晚宴“单尾”部分则分别制作了客家茶棵、潮州糕点和广东凉茶，将民间食俗同台呈现。

旧艺新生

非遗宴中的薪火传承

烧味部主管曾子腾选择了乳猪与烤鸭。乳猪在香港传统文化中寓意“鸿运当头”，其烧制技艺本身即为香港非遗项目之一。烤鸭则在传统片皮鸭基础上加入酸萝卜，置于餐牌靠后位置。更富创意的是，团队将酸萝卜与拿破仑酥结合，以酥皮的奶香中和酸味。“我们叫它‘片皮鸭新食’，希望大家吃出与以往不同的感觉。”曾子腾说。

刘智鹏表示，香港饮食文化植根于粤菜，又吸纳了西餐元素，同时随不同时期移民融入八大菜系，形成“集世界之大成”的饮食体系。“非遗雅宴”的意义，在于让市民通过口感和味道“找回儿时记忆”，从而唤起对中华文化的关注。

徐海山表示，“非遗雅宴”已引起旅游业界和社会人士广泛关注。非遗饮食属于全港市民，菜单并无版权，本地餐饮业需要共同发挥心思与技艺，携手推广香港的非遗饮食文化。

中国气象局日前发布今年新启用的9个台风中文译名，它们由中国气象局、香港天文台、澳门地球物理暨气象局协商形成，其中新台风名“点点”便是香港提供。谈及“点点”被纳入台风命名，刘智鹏笑言：“我们这代人，出国十天半月就会想家，回来第一顿一定要上茶楼、吃点心，那才是‘回家了’。”

一席非遗宴，品的是味道，传的是文脉。香港这座中西交汇的城市，正以自己独有的味觉方式，传递着唇齿间的香江记忆。

（据新华社香港电 奚天麒）

行摄
香江

“香港昂坪360缆车”20周年庆典近日举行。108辆缆车换上具有香港本地特色的主题涂装，并首次推出缆车度假航项目，为市民和游客打造夏日游玩新体验。

▲ 庆典活动现场。
▶ 游客搭乘缆车。
中新社记者
张梓敬摄



岛内各界呼吁打造无烟校园

本报记者 金晨

近日，台湾台中某小学曝出有5年级学生在校园内集体吸食电子烟，高雄、桃园等地有教师在社交媒体发文控诉电子烟泛滥校园，引发岛内社会震惊。严管电子烟、守护青少年健康呼声再起——

近年来，各种类型的电子烟在台湾岛内泛滥，并快速向大中小学校园渗透，不断侵蚀青少年身心健康。

据岛内教育主管部门统计，目前岛内青少年电子烟使用率约为3.7%，推估超过4万名青少年为电子烟使用者。涉嫌携带或使用电子烟的校园通报案件在过去3年内暴增7倍，去年累计达1692件。今年前5个月，相关通报案件数量已达1050件，超过去年全年案件数量的六成，足见电子烟入侵校园之势不容小觑。

“校园通报的电子烟使用案例仅仅是冰山一角。”有岛内控烟团体长期追踪发现，一些电子烟业者近年来无视相关规定，通过社交媒体、网络平台将产品外观伪装成文具、饰品进行隐蔽推销，并搭配水果、饮料等口味吸引年轻族群。更有甚者专门瞄准未成年群体，制造“电子烟比纸烟更安全”的错误认知，将电子烟包装成时尚潮流与社交工具，让青少年趋之若鹜。

针对电子烟泛滥之势，岛内有关部门2023年就制定了有关规定禁吸电子烟，但3年过去公共场所仍到处可见“电子烟民”，且使用群体呈现年轻化趋势。更值得警惕的是，电子烟的泛滥还为“丧尸烟弹”依托咪酯等新型毒品流入校园提供了可乘之机。据台媒报道，有不法分子以电子烟为载体向学生兜售“丧尸烟弹”，甚至在校内发展“下线”，形成“毒品供应链”。岛内各

地因吸食电子烟而误食毒品的事件时有发生，严重危害到青少年群体的身心健康。

对此，台湾卫生主管部门近日宣布将修订岛内现有烟害防治规定，将“持有电子烟”列为新增处罚对象，吸食和持有电子烟者最高可被处罚款新台币10万元。在校园控烟防务方面，岛内有关部门在3600多所学校周边标示出9000多个毒品查缉热点，由校方和警方合作加强查缉，阻止毒品进入校园。

“尽管有明确规定可依，校园电子烟和新型毒品防控仍面临不小挑战。”高雄市长协会相关负责人表示，学校通报违规吸烟案件须附影像证据或自白，但电子烟体积小、易藏匿、烟雾易散，只要学生否认

就难以取证。即使事实确凿，学校考虑到学生隐私和身心发展，也多以警告和教育为主，对部分学生难以形成有效的惩处措施，校园防治陷入两难窘境。

有岛内民意代表指出，电子烟泛滥校园已是不争的事实，新型毒品防控也不断出现破口。主管部门对此不能仅设立规定就了事，将一系列难题留给校方。建议有关部门与学校加强合作，尽快针对电子烟和新型毒品建立明确的校园处置指引，拟定辨识、保存证据、通知家长、校安通报、卫生稽查等标准流程，并加大力度追查传播链条，争取从源头扼杀电子烟和新型毒品在校园内的流通，守护青少年无烟健康的生活学习环境。



岛内公共场所的禁烟标识。

资料图片

云南怒江边有位希腊大厨——

把地中海风味，煮进怒江烟火里

本报记者 李茂颖

我在中国·行记

云南省怒江傈僳族自治州泸水市的江岸街边，藏着一间特色西式餐厅。店内没有浮夸装潢，凭借着独一份的中西融合风味，成为了本地人和游客的“心头好”。店主兼主厨名叫莱弗特里斯·科托拉斯，来自希腊，他

来到怒江大峡谷

莱弗特里斯自小在希腊长大，浸润在地中海饮食氛围中，早就与烹饪结了缘。成年后，他远赴欧洲多国，练就了一身扎实的厨艺和成熟的餐饮运营思维。

“再好的烹饪技法，都离不开优质的原生食材。土地的味道，是菜品的灵魂。”常年与食材、炉火打交道，莱弗特里斯摸索出自己的做菜准则。

工作之余，看李小龙、成龙的功夫电影是他最大的爱好。“我从小就向往中国，总觉得这里藏着最厉害者的‘功夫’，有着不一样的江湖。”带着这份纯粹的憧憬，莱弗特里斯告别希腊的家人与爱琴海的海风，独自踏上了奔赴中国的旅途。

来到中国后，莱弗特里斯一边工作，一边奔赴武馆，可日复一日的练习让他明白，现实生活里没有江湖上飞檐走壁的传奇。

就在他感到失落的时候，命运送来惊喜。他结识了来自怒江的傈僳族姑娘桑莎。

“怒江的山很壮、水很清，山里全是好食材，我们傈僳族人最热情，一杯同心酒，陌生人就是家人。”桑莎常常这样和他描述故乡。

连绵的雪山、奔腾的怒江、淳朴的民风、丰富的山野物产，桑莎口中的峡谷秘境，让莱弗特里斯心生向往。第一次自驾进入怒江大峡谷，这里的山河风光、村寨烟火彻底打动了他。山路沿途，劳作归来的村民见他是个外来游客，主动递上热乎乎的烤玉米、自酿米酒，质朴的善意扑面而来。

“一踏上这片土地，我就觉得这个地方很温暖，没有距离感。”莱弗特里斯说。职业敏感让他瞬间捕捉到怒江的食材优势：高山放养的食材、自然发酵的老窝火腿、高黎贡山的野生菌，都是西餐烹饪的绝佳原料。走访村寨时，农户屋檐下层层悬挂的老窝火腿，带着松木与阳光的独特香气，让他灵光乍现。

那一刻，他下定决心：留在怒江，开一家专属峡谷的餐厅，让欧洲厨艺与怒江山野风味双向融合。在桑莎的支持下，两人在泸水的怒江畔选址开店，正式开启了他的峡谷创业生活。

打磨融合风味

创业之初，这家主打中西融合风味的西餐厅，面临着不小的市场考验。

有一个别致的中文名——“李自由”。

莱弗特里斯拥有20多年欧洲西餐从业经历，曾辗转西班牙、意大利、法国等多国精进厨艺。10多年前，因为痴迷中国功夫电影，他不远万里来到中国追梦。本是奔赴荧幕中的武侠江湖，他却在此遇见妻子桑莎，并跟随她回到了她的家乡。在这家江边小店，莱弗特里斯将地中海烹饪手法与怒江山野食材巧妙相融，在日复一日的烟火气息里，烹出专属峡谷的独特滋味。

当时的怒江本地餐饮，以地方本土的民族风味为主，将西餐技法与本地食材结合的创新模式，对当地人而言十分陌生。莱弗特里斯将云南非遗火腿与意大利薄饼结合，再加入樱桃番茄、马苏里拉芝士和罗勒，创作出一款特色老窝火腿比萨，还开发出怒江特有的羊肚菌黑松露比萨。

开业初期，很多顾客看到菜单上的创新菜品，都充满疑惑。有本地食客进店翻看菜单后直言：“火腿、羊肚菌都是我们本地家常菜，用来做西餐，能好吃吗？”不少人抱着猎奇心态尝试，也有人因口味陌生选择观望，店里客流量一直不温不火。

面对市场的不解与质疑，莱弗特里斯没有急于妥协、改回传统西餐，而是沉下心来一点点打磨菜品、优化菜品口感。

“我不是简单把两种食材拼在一起，是想让两种味道对话，让怒江的好食材被更多人看见。”这是他始终秉持的理念。

为了适配本地口味，他反复调整烘烤温度、食材配比和酱汁风味，一遍遍试吃、改良。遇到好奇提问的顾客，他总会耐心讲解每道菜品的由来，介绍老窝火腿的非遗工艺、野生菌的山野特质。

近一年的坚守与打磨，市场悄然发生改变。本地食客的接受度越来越高，大家慢慢读懂了这份中西融合的独特风味。旅游旺季来临后，这家藏在怒江岸边的西餐厅，成了游客必打卡的小众宝藏店铺，客流量大幅攀升，顾客群体也越来越多元。

如今的餐厅，烟火气十足。白发的傈僳族老人会专程进店，慢慢品尝融合风味餐品，和莱弗特里斯唠家常；本地年轻人偏爱羊肚菌黑松露意面，闲暇时总会结伴光顾。天南地北的游客，也特意寻来，就为了那一口独家特色风味。

食客的正向反馈，给了莱弗特里斯信心。“大家愿意接受、尝试，就是我最大的动力。我想挖掘更多怒江食材，做出更多独一无二的融合菜品。”他说。

读懂人间烟火

扎根怒江数年，莱弗特里斯早已褪去初来乍到的陌生感，彻底活成了“半个本地人”。小城宁静安逸、民风淳朴，邻里之间真诚相待，没有丝毫隔阂。村民们常常把自家种的野菜、自产的蜂蜜送到店里，逢年过节的民俗活动，也会主动邀请他参与。

“这里的人太善良了，他们把我当家人看待。”莱弗特里斯说。为了更好地融入大家，莱弗特里斯特意学习了



图①：莱弗特里斯给客人讲解菜品。 华于强摄
图②：店里制作的培根牛肉汉堡。 华于强摄
图③：莱弗特里斯在店里冲调饮品。 华于强摄
图④：店里制作的玛格丽特比萨。 华于强摄

俚语。“‘花花’就是你好，‘咂咪’就是好吃。”他笑着展示自己的学习成果，一口方言，让不少顾客倍感亲切。

从最初看不懂当地的民俗仪式，到现在积极参与当地节庆、和村民共饮同心酒、跟着大家打跳狂欢，他早已融入本地生活。“保持敬畏之心，尊重当地民族文化、遵从本地生活习俗，用心经营餐厅、真诚对待每一位邻里和顾客。”莱弗特里斯说，“这是我们小店吸引客人的‘密码’。”

最让夫妻俩欣喜的是，孩子“小豆”即将降生，让这个横跨山海的小家庭更加圆满。莱弗特里斯心中满是期许，也早早规划好了孩子的成长之路。“我要教小孩说希腊语，了解父亲的故乡，妻子也会教唱傈僳族的歌，熟悉怒江的山水和文化。”莱弗特里斯说，“爱琴海日落很美，但高黎贡山的云海、奔腾的怒江，也是孩子一

辈子的故乡。”

莱弗特里斯没有停止研制菜品，之前老窝火腿比萨、羊肚菌黑松露比萨大卖后，他又研制出具有代表性的“自由”辣风味菜品，融合了希腊传统辛辣调味与怒江本地鲜辣口感。菜品刚推出时，争议与好奇并存，如今已成招牌。

这两年，莱弗特里斯时常两地奔跑。一边回希腊探访家乡风味、汲取传统烹饪灵感，又折返怒江峡谷，将异域风情与山野烟火再度揉搓在一起。

扎根山野、融入乡土，日复一日地钻研厨艺，让莱弗特里斯对年少向往的“功夫”有了全新的理解。“以前我以为功夫是飞檐走壁、身怀绝技；现在我明白了，真正的功夫，是认真生活、踏实做事，把平凡的日子过成自己想要的样子。”

“围绕”中“绕”的读音

杜老师：
有人把“围绕”的“绕”读成三声，这种读法是否妥当？谢谢。
贵州读者 高先生

高先生：
1963年发表的《普通话异读词三次审音总表初稿》规定，“绕”单用念四声，在复合词中念三声。同时，举出“缠绕、环绕、缭绕、盘绕、围绕、萦绕”中的“绕”念三声。据此，1966年文字改革出版社出版的《汉字正字小字汇》说“围绕、缠绕”里的“绕”读三声，“绕”单用时如在“绕圈子、绕弯子”中读四声。1983年版的《现代汉语词典》中，“围绕、环绕、缠绕、缭绕”等合成词中的“绕”

读三声。
注意下列句子中“绕”的读音均为四声：
(1) 我从这条小路走，那边的大路有点绕远儿。
(2) 村庄的四周有竹林环绕。
(3) 孩子们围绕在老奶奶身边听她讲故事。
(4) 长长的葛藤盘绕在树上。
(5) 一到周末，这个公园里便歌声缭绕，许多人在这里引吭高歌。
总之，“绕”字现在只有一个规范读音，不论单用还是处于词语中，“绕”都读四声。“围绕”的“绕”读三声是一种误读。
《语言文字报》原主编杜永道



安徽省淮南市寿县文化馆，本地非遗锣鼓鼓传承人向外国留学生示范锣鼓鼓打法，展示中国传统独特魅力。
代宜善摄（人民视觉）

一年前，土耳其汉学家吉来说自己很想系统翻译中国作家刘震云的作品。愿望实现得如此之快——今年6月18日，北京国际图书博览会上，刘震云对谈多国汉学家，吉来是其中之一。

现场，他与刘震云一起“官宣”了一个计划：将刘震云的作品系统译介到土耳其。从2000年选择汉学，26年来，吉来横跨中国古典与现代，一方面把《孙子兵法》《鬼谷子》等中国古代经典译成了“土耳其畅销书”；另一方面，译介老舍、路遥、张炜、格非等现当代文学家作品，用另一种语言讲述中国人生百态、烟火人间。

吉来与汉学的缘分，始于小学时阅读到一本土耳其语版《神笔马良》。“那支神奇的笔，几乎像一支隐喻的笔，最早点醒了我对汉字、对一个遥远国度的迷恋。”他说。

从懵懵懂懂地喜欢，到决心做汉学家，吉来又经历过几个关键时刻：2000年高中毕业，就读于安卡拉大学，凭内心的喜欢选择了汉学专业；2002年本科期间，曾到北京语言大学和中央民族大学访学；后来，在美国普林斯顿大学近东研究系从事过一段博士后研究，置身国际汉学脉络……而真正让吉来走上古汉语原典译介之路的，是翻译《孙子兵法》的经历。

吉来的导师是土耳其汉学家欧钢教授。2014年，欧钢答应出版社翻译《孙子兵法》，但译了一部分后，因身体原因停了下来。后来，出版社找到吉来，希望他能继续翻译，吉来便去问老师的意见。“他很高兴地同意了，于是，这部书成了我们师生合作成果，也是第一部直接从汉语文言文译成土耳其语的《孙子兵法》。”吉来介绍。

翻译类书籍通常“小众”，但《孙子兵法》却成了土耳其汉学界第一本真正进入主流的畅销书。土耳其人口约8000万，这本古老的中国典

籍，到目前为止已加印31次，售出45万册。

《红楼梦》也是吉来译介生涯中浓墨重彩的一笔。“最难的部分，首推诗词。《红楼梦》里的诗、词、曲、谜语、酒令，几乎每一首都承担着塑造人物、暗示命运的功能，绝不只是辞藻；要在土耳其语里既保住它的意思，又保住它的形式与韵致，是最熬人的。”他说。

吉来将《红楼梦》视为翻译生涯的分水岭——把他从一个“熟练的译者”推向“摆渡者”。此前，他认为翻译是“对词”，但《红楼梦》“逼”他承认：翻译其实是“对世界”，一个称谓、一道菜、一首判词背后，是一整套生活方式。

《红楼梦》通行本120回、70多万字，土耳其语版共分四卷。吉来花7年时间翻译《红楼梦》前三十回，目前第一卷已面世，其余将陆续出版。

如今，吉来已有多部译介畅销书。“我译的《鬼谷子》已经重印了11次，《论语》8次，《猫城记》8次，《庄子》3次，《红楼梦》也已两次付印；前不久，我翻译的《吴子》与《司马法》也刚刚出版。这些数字让我相信，土耳其读者真正渴望的，是了解整个中国思想与文学的世界。”他说。

土耳其汉学的谱系非常清晰，到吉来已是第五代。如今不再缺入门阶梯，却面临新课题：如何超越“借由他语转译”的旧路，直接从中文原典译介；如何在经典之外及时带人中国当代的鲜活文学与思想；如何让译介从零散个人劳作形成有体系、有机制、有读者参与的“文化互通”……

“前辈们解决‘有没有’，我们要解决的是‘深不深、活不活、成不成体系’。”吉来说，自己一直坚持“经典—当代”翻译双线，未来希望进一步挖掘中国与土耳其之间那些被忽略的历史与思想互动，为两国交流填补一片学术上的空白。

把中国作品译成『土耳其畅销书』

《环球人物》记者 王晶晶

汉学家吉来：

『再读中国·菁英对话会』聚焦中美民间友好交往故事

在文物中感受中美民间友好温度

本报记者 高乔文图

环球热点

淘金工具、铁路道钉、农耕遗存、文献报刊、餐饮器物、抗战徽章……在中国华侨历史博物馆“文物里的中美民间友好交往故事”专题展上，100件反映中美民间友好交往历程的文物，悄然讲述着跨越250年的历史故事。来自美国、法国、西班牙、意大利等多国在华留学生漫步展厅，展开一场跨越时空的文化对话。

近日，文物里的中美民间友好交往故事分享会暨“再读中国·菁英对话会”活动举行，在华外国留学生与华裔青年在对话中感受着中美民间友好的温度。

走进“历史现场”

1784年2月，“中国皇后号”商船从纽约启航，历时188天抵达广州黄埔港，完成中美历史上首次直接通商。商船顺利售出西洋参、毛皮等货物，满载茶叶、瓷器、丝织品等中国特产返航，获利丰厚，迅速掀起全美对华贸易热潮……

在中国华侨历史博物馆“文物里的中美民间友好交往故事”专题展上，自250年前美国建国以来，中美民间友好交往的故事，借由一个个实物展品，徐徐讲述。从华人参与美国西部开发、修筑太平洋铁路，到华人在美国耕耘沃土、发展渔业；从华人在美国弘扬中医药与中餐文化、中华武术，到中美两国民众共同投身反法西斯战争……专题展为观众搭建一个个中美民间友好交往故事的“历史现场”，展现两国人民相知相亲的友谊脉络。

在“再读中国·菁英对话会”活动中，来自北京大学、中国科学院大学、对外经济贸易大学、北京外国语大学、北京科技大学等高校的海外留学生走进展览，中美民间友好交往的故事给许多留学生留下深刻印象。

在展览关于第二次世界大战中美合作的部分，来自法国的北京外国语大学国际中国文化研究院硕士研究生齐礼安频频驻足，和身边的同学热烈讨论。一件美国华裔空军飞行员教官刘传德穿过的飞行服吸引他的注意。二战期间，刘传德为欧洲战场训练盟军飞行员，间接支援诺曼底登陆等关键战役。

“在法国，我们比较了解欧洲与中国的关系、欧洲与美国的关系，这次展览让我系统了解了中国和美国的民间交往历史。”齐礼安说，“中国飞行员支援了诺曼底登陆，我的家乡就在诺曼底，我很惊讶，原来不仅是美国人，还有中国人，和我们一起在二战中并肩作战，这很打动我。”

来自美国的北京大学燕京学堂硕士研究生芮大文分享：“在今天的展览中，我不仅看到历史上华工在美国参与修建铁路、开采金矿的历史故事，还看到美国为杰出华人颁发奖章、发行纪念华人演员的硬币之类的历史实物，这些内容都非常有趣。”

如今专攻历史与国际关系方向的芮大文，从高中起学习中文，一直对中国历史和文化很感兴趣。“中国有五千年文明发展史，一方面中国始终有非常强的文化凝聚力，历史上中国版图多次从分裂走向统一；另一方面中国各地都保留着地域文化的独特性，这太吸引我了。”

感受中国脉搏

在“再读中国·菁英对话会”现场，来自不同国家的在华留学生围坐一堂，交流各自在展览中的见闻，分享自己在华生活的新鲜感受。

来自美国的北京外国语大学区域与全球治理高等研究院博士研究生孟乐天对中美农业领



上图：留学生在“文物里的中美民间友好交往故事”专题展参观。

右图：齐礼安（右一）和同学们在展柜前交流讨论。



扫码观看视频



域交流很感兴趣。展览中，19世纪末在美国佛罗里达州培育出优质柑橘的华人、“金山樵父”刘锦浓，让孟乐天印象深刻。

“刘锦浓让我们意识到，中美两国民众亲身投入两国的基层发展进程，是最有效的民间交流方式之一。现在中国的产品、企业和发展经验不断出海，来到中国的海外人才也越来越多。我也在中国参与中外茶叶贸易、茶文化交流，这是最有意思的事业。”孟乐天说。

中国科学院大学中国科学院动物研究所博士研究生研究、美籍华裔青年孙凯在美国中餐馆的历史变化中感受中美文化交流的深度。

“在很长一段时间里，美国很多地方对中餐的想象主要围绕唐人街、粤菜和美式中餐展开，我就是在这样的环境里长大的。近年来，美国的中餐出现小笼包、烤串、火锅、麻辣烫、云南过桥米线等更加丰富的品类。美国人围坐吃着火锅，一起聚餐、分享食物、搭配调料、慢慢聊天，这种互相关联的饮食方式本身也是中华文化的一部分。中餐让中华文化被更多外国朋友品尝到、理解到。”孙凯说。

对外经济贸易大学本科生、美籍华裔青年王泽诚认为：“音乐、电影等文化形式在中外文化交流中发挥很大作用，不同媒介形态能帮助中美两国的年轻人了解彼此的文化。我能感觉到，近年来，美国年轻人通过来自中国的电影演员、歌手，更愿意了解中国了，也对中国文化更感兴趣了。”

“现在中国正在高速发展，越来越多外国朋友从互联网上认识到丰富多彩的中国，我也希望能把我在中国学习生活的感受介绍给更多美国朋友，让他们对中国的丰厚历史和文化有更深了解。”芮大文说。

搭建民间连接

在展览最后章节，一份1992年4月8日的

《人民日报》吸引观众驻足。当天报纸刊登的《啊，鼓岭！》一文，揭开了美国人密尔顿·加德纳与中国鼓岭延续一生的情谊。

密尔顿·加德纳幼年在位于中国福建省福州市的鼓岭生活10年，归国后终生牵挂此地，离世前嘱托妻子伊丽莎白“寻根”。伊丽莎白多年寻访未果，留美学生刘中汉得知后，依靠11枚清代邮票锁定地名。此后中国政府邀请伊丽莎白回到鼓岭，完成加德纳遗愿。2016年，“鼓岭之友”成立，多年来陆续举办“鼓岭缘”论坛、青年交流、艺术展演等系列民间活动，成为常态化中美交流平台。

“鼓岭的故事让我非常感动，我会结合自己在中国生活的亲身经历，告诉大家鼓岭情谊并不是个例。人与人真诚相处，就能打破地域与文化的隔阂。我会把这段百年往事分享到社交平台，让更多美国青年明白，中美友好扎根在普通人的交往之中。”对外经济贸易大学讲师路易分享。

路易在中国已经生活了17年，2008年北京奥运会之前他来到中国，开始了他与中国的不解之缘。“刚到中国时，我不会中文，对北京也完全不熟悉，但是中国人会主动来问我需不需要帮忙，还有中国人告诉我‘我们是朋友，我们喜欢美国’。现在中美之间有了更多对话，中美两国的年轻人能够一起畅聊国家、文化的差异和互通之处，建立起对彼此的认识和信任。”路易说。

“过去五六年，我接待了一些美国人到中国来看茶——去茶园、茶馆、茶厂。通过观察不同背景的外国人发现什么、体验什么，我也学到很多新东西。现在越来越多的优质中国茶进入了全球市场，也有越来越多外国朋友来到中国探寻茶文化。”孟乐天说，“人与人、群体与群体、企业与企业之间的直接交流越来越多。美国的网红主播、喜剧演员、企业代表来到中国，在餐馆里、在各种有趣的活动中，搭建起各种民间连接——这种联系帮助他们在异国交到真正的朋友，这是一个很好的趋势。”

国际时讯

IMF上调中国增长预期

国际货币基金组织（IMF）近日发布《世界经济展望报告》更新内容，小幅下调今年世界经济增长预期，同时上调中国经济增长预期至4.6%。

IMF预计，2026年世界经济将增长3%，比4月预测值低0.1个百分点。这是IMF继今年4月下调0.2个百分点后，再次下调今年世界经济增长预期。IMF表示，此次下调反映了中东战事带来的冲击，但得益于人工智能的发展和全球科技领域由需求驱动的增长正在加速，部分抵消了战事负面影响。

IMF认为，当前世界经济下行风险依然明显。地缘政治紧张局势再度升级的可能性仍存，如果战事再次爆发，将加剧商品价格波动、进一步威胁供应链安全、推升通胀并拖累金融环境。不过，如果霍尔木兹海峡航运恢复比预期顺利，大宗商品价格涨幅低于预期，经济增速可能高于预期。

根据IMF最新预测，今年发达经济体、新兴市场和发展中经济体将分别增长1.7%和3.8%，均较此前预期低0.1个百分点。具体来看，IMF将中东和中亚地区经济增速预期下调1.2个百分点至0.7%，欧元区下调0.2个百分点至0.9%，美国维持在2.3%不变，中国上调0.2个百分点至4.6%。

在世界经济增长预期整体下调的背景下，中国是为数不多增长预期获上调的主要经济体之一。IMF报告提到，中国经济表现超出预期，主要原因是中国高技术制造业表现亮眼，同时相关出口有力提振了经济。

报告更新内容还显示，今年全球整体通胀率将从去年的4.1%升至4.7%，2027年将回落至3.9%。IMF指出，今年物价上涨主要驱动因素是能源和食品价格，不同国家通胀情况预计依然不均。此外，今年全球贸易量增速预计将从去年的5%放缓至3.5%，2027年将回升至4.3%。

《黑神话：悟空》音乐会亮相北美



7月7日晚，《黑神话：悟空》全球音乐会北美首站演出亮相。

邱晨摄（新华社发）

《黑神话：悟空》全球音乐会北美首站演出近日在美国洛杉矶孔雀剧院举行，数千名观众通过音乐感受中国神话与东方美学交融的独特魅力。

该音乐会基于首款国产3A游戏《黑神话：悟空》打造。此次演出由来自中国的艺术家与美国好莱坞电影乐团合作，精选部分游戏配乐和《云宫迅音》等经典曲目，将交响乐、民乐、演唱与游戏画面相互融合，带领观众走入令人惊叹的西游世界。

《黑神话：悟空》音乐会已于2024年至2025年完成在中国19个城市的39场巡演。《黑神话：悟空》全球音乐会将继续在洛杉矶、纽约、新加坡、曼谷等十多个城市举行。（均据新华社电）

中国消暑降温产品在欧洲热销——

热浪催生需求，市场作出选择

本报记者 王慧琼

今夏以来，欧洲多国经历多轮热浪。“跑了好几家商店想买一台空调，但全都卖光了。”住在法国巴黎的81岁老人达尔帕纳说。

达尔帕纳的遭遇不是孤例。许多欧洲网友在社交媒体平台分享罕见高温下抢购空调的不易。中国空调、电风扇等产品在欧洲销量激增，部分渠道售罄，“一机难求”，不少欧洲网友自发在社交平台称赞中国空调性价比。

据中国海关总署数据，2026年上半年中国对欧盟空调出口额同比增长43.2%，创历史新高，其中法国、荷兰、比利时进口额同比翻倍，免安装移动空调出口增幅超过70%；今年前5个月，中国对欧洲主要国家电风扇出口额同比增幅也超过20%。路透社称，为了躲避酷热，欧洲各地都在抢购空调，特别是来自中国的空调产品需求激增。

国际能源署近年统计显示，欧洲整体空调保有率仅约20%，这意味着每5个欧洲家庭里只有1个能在家吹上冷气。“欧洲既有住宅以冬季保温为主要设计导向，历史建筑加装空调又面临严格的审批流程和高昂费用，多重因素导致民众降温需求长期难以得到满足。而中国企业敏锐捕捉到这一市场空白，迅速作出了精准回应。”上海政法学院政府管理学院副教授周

秋君曾在欧洲留学多年，她向本报记者分析道。

面对欧洲消费者对降温产品的迫切需求，中国企业针对欧洲的电压标准、窗户结构和历史建筑，开发了多种适配产品。例如，为了在安装空调的过程中保护欧洲历史建筑，中国空调生产商开发的移动分体空调，室内外机通过窗户密封连接，无需打孔，可快速完成安装。

除了空调、电扇，还有许多其他来自中国的降温“神器”也在热销。据悉，浙江义乌生产的腰挂风扇，自带风扇和喷雾的遮阳伞，降温毛巾等各类创意降温用品近期火热出海欧洲。

周秋君认为，中国企业真正的优势在于从上游零部件到成品组装再到售后服务，拥有完整的产业链闭环，能够根据当地需求快速迭代产品。“中国供应链‘柔性定制+快速响应’的核心竞争力不是一蹴而就的，而是中国制造业长期积累的结果。”周秋君分析，中国许多区域有高度集聚的产业集群，让研发、开模、试产、量产可在同一区域高效协同；成熟的跨境电商和海外仓布局，则让产品能够以最快的速度抵达欧洲消费者手中。

极端天气常态化下的应急采购背后，是市

场需求与供给能力的真实对接。

“高温催生了需求，市场作出了选择。”周秋君认为，这印证了中欧经贸优势互补、互利共赢的本质。欧洲有巨大的民生需求，中国拥有强大的制造能力和敏捷的供应链。“这种基于真实民生需求的贸易往来，具有高度的韧性和稳定性。”周秋君说，中欧经济总量合计超全球1/3，互为第二大贸易伙伴。“当前欧洲市场缺口依然巨大，双方可聚焦民生刚需，加大实质性的产业对接与贸易畅通。”

据悉，面对气候变化，法国等国已开始将夏季隔热纳入建筑法规修订议程，部分城市也在探索适应性方案。周秋君认为，欧洲的产业调整需要在产业链供应链层面主动回应真实的民生需求。

“这将是一个渐进过程，每一次创纪录的热浪都可能推动一小步改革，实现系统性适应需要一定的时间。而在适应期里，中欧双方企业都将迎来机会窗口。”周秋君说，中国在新能源、智能制造等领域积累了丰富的产业能力，欧洲若以更加开放的态度深化对华产业合作，不仅有助于缓解气候适应过程中的民生问题，也能为本国绿色产业转型带来外部助力。

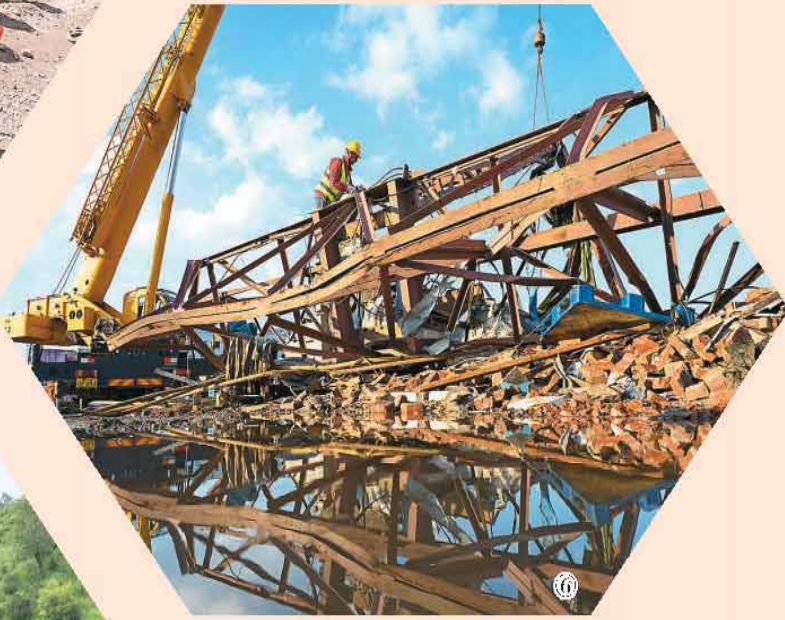


今夏，法国遭遇连续高温天气。

上图：7月8日，在法国阿勒勒，人们在一处喷泉里休闲消暑。

左图：在法国阿勒勒，一名女子用折扇遮阳。

新华社记者 邱惠我摄



筑牢防线 打赢防汛救灾这场硬仗

近日,广西、湖北、甘肃等地因降雨大风天气,接连发生水库溃坝、山体滑坡等灾情,造成重大人员伤亡和经济损失。
连日来,相关部门和地方组织力量全力开展抢险救灾,尽最大努力减少人员伤亡。一些地方还防患于未然,切实做好防汛防风工作。各级党组织和广大党员干部闻令而动、冲锋在前,充分发挥战斗堡垒作用和先锋模范作用,筑牢守护人民群众生命财产安全的坚实防线,齐心协力,坚决打好打赢防汛救灾这场硬仗。

图①: 7月7日,广西壮族自治区贵港市港北区,武警广西总队机动支队官兵投入堤坝加固抢险攻坚任务。
刘 明摄(人民视觉)
图②: 7月7日,广西壮族自治区钦州市钦南区,救援人员转移受困群众。
敖帅昌摄(新华社发)
图③: 7月7日,广西壮族自治区横州市校椅镇第一初级中学安置点,志愿者与工作人员搬运饮用水等生活物资。
叶子榕摄(人民视觉)
图④: 7月6日,广西壮族自治区横州市校椅镇平山村,救援人员转移受困孩童。
黄 云摄(人民视觉)
图⑤: 7月7日,甘肃省宕昌县南河镇任藏村山体滑坡现场,救援人员前往滑坡体

搜救被困人员。 新华社记者 范培坤摄
图⑥: 7月7日,湖北省黄冈市黄州区东湖街道受灾物流园,救援人员开展清障修缮、物资转运等重建作业。
王 江摄(人民视觉)
图⑦: 近日,云南省西双版纳傣族自治州勐海县持续降雨,格朗和哈尼族乡帕沙村党员干部和村民一同清理道路排水沟。
李云生摄(新华社发)
图⑧: 浙江省绍兴市上虞区,国网绍兴供电公司人员开展10千伏线路带电改造作业,夯实防汛防风供电保障。
贾 鹏摄(人民视觉)
图⑨: 7月8日,广西壮族自治区贵港市西江教育园区,救援人员转移被困师生。
新华社记者 周 华摄



homy ped

龍岩鄉情

衷心感谢

黄志祥、张金发、王益琪、刘善强、张南山鼎力支持

雅加达龍岩同乡会供稿



homy ped

龙岩大力挖掘生态资源优势 铺就乡村振兴特色发展之路

仲夏时节，满目苍翠遍闽西。走进长汀县四都镇桃树湾共富林场，郁郁松林遮天蔽日，林下成片金毛狗蕨长势葱郁、生机盎然；不远处的县经济开发区茯苓加工厂内，机器轰鸣不停，新鲜采收的茯苓经过精深加工，源源不断发往全国各地的中药材市场与食品企业。从山间林下种植到园区精深加工，一条扎根山林的绿色产业链，正释放出可观的经济效益。

“林场实行统一规划、统一管护、统一销售，村民可以拿自家林地或者现金入股，大家一起参股经营、按股分红，实实在在走共同富裕的路子。”桃树湾共富林场负责人罗涛介绍。

这种抱团发展的新模式，让守着山林的村民尝到了甜头。长汀县古城镇丁黄村村民丁成长家有一百多亩松林，过去只能靠砍树卖木材换收入，收益微薄还破坏生态。如今把林地入股到共富林场，每年能拿稳定的租金和分红，平时在基地务工一天能赚一百七八十元，一年下来收入比以前多了不少。“守着青山就能过上好日子，这在以前想都不敢想。”丁成长笑着说。

长汀的林下经济实



践，正是龙岩盘活森林资源、激活绿色动能的生动缩影。近年来，龙岩立足优越的森林生态禀赋，立体开发林下、林中、林边多元空间，持续把生态优势转化为发展优势、富民优势。数据显示，今年1至5月，全市林下经济产值达106.8亿元，林业产业已成为助推乡村振兴、

促进林农增收的重要引擎。

目前，龙岩全市已依托13家共富林场建成食用菌菌种繁育基地、茯苓加工厂等一批产业项目，培育形成武平紫灵芝、长汀茯苓、上杭骨碎补、连城铁皮石斛等“一县一品”特色产业格局。通过“龙头企业+国有林场+合作社+

农户”的联动模式，零散的林地资源被有效整合，广大林农以林地入股、就近务工等方式参与产业发展，真正实现了“不砍树也致富”的绿色转型。

在做好林下“掘金”文章的同时，龙岩同步推进林中“育材”行动，全面开展“第三棵树”选择与经营工作，持

续优化树种结构，同步提升森林的生态价值与经济价值。1至5月，全市完成造林绿化10.08万亩，重点推广木荷、枫香、福建柏等乡土阔叶树种，构建针阔混交的健康森林生态系统，既筑牢了生态安全屏障，也为林下经济长远发展拓展了空间。

“我们按照‘林上固碳、林中育材、林下生

金、林边畅游’的立体发展格局，以共富林场为核心载体，建立‘租金+薪金+股金’的多元利益联结机制，实现了生态保护和产业发展双向赋能。”龙岩市林业局林改科科长罗旭表示。

产业链向林边持续延伸，龙岩还大力培育“森林旅游+科普研学、康养休闲、文化创意”等新业态，持续做优森林康养品牌。目前全市已打造省级森林养生城市6个、森林康养小镇10个、森林康养基地16个、森林人家240家。依托梅花山、梁野山、冠豸山等优质森林资源，一条条森林康养步道、一个个研学实践基地相继建成，吸引着越来越多游客走进山林、亲近自然，也带动了周边餐饮、住宿、特色农产品销售等关联产业同步升温。

记者手记

一山青绿，万般生机。从林下特色种养到林间生态提质，再到林边文旅融合，龙岩以立体化发展打通“两山”转化通道，让万亩青山持续释放富民红利。随着立体林业模式不断成熟，闽西的绿水青山正持续释放源源不断的发展动能，为乡村全面振兴铺就一条绿意盎然的特色发展之路。

龙岩市融媒体中心出品
龙媒体记者：赖卓敏
通讯员：温梓琦 张清艳

废弃矿渣堆变身“花果山” 看龙岩漳平这个水乡小镇的“芝”富密码

6月29日，走进漳平市芦芝镇，沿江彩虹步道串联起滨水绿意，红军渡口故事在游客间传唱，千亩灵芝基地藏着林下增收密码……

近年来，芦芝镇把群众满意作为干事创业的第一标准，锚定“山水芦画·成功之路”发展定位，以产业兴旺为关键支撑，将生态优势转化为发展胜势，用实干实效绘就乡村振兴的生动图景。

厚植生态底色：

农文旅融合擦亮文旅名片

芦芝镇是省级生态镇、漳平“城市后花园”，依托山水生态、特色农业、红色人文、城郊区位四大优势，将农文旅融合作为撬动乡村发展的新支点，让好风景变出好“钱景”。

该镇以林长制、河湖长制双线发力，累计投入千万元实施水环境综合

治理工程，境内各断面综合水质连续五年达标。投入2万多元建成沿江彩虹步道、江滨文体公园、华寮栈道、红军码头等文旅项目；推进大深村废弃矿山生态修复，将矿渣堆改造特色果蔬采摘农场。

“果园变景区、产品变礼品、农事变体验”是芦芝镇农文旅融合的核心思路。芦芝村深耕百年桂花柚金字招牌，推进“花果山·共富园”项目，将5个家庭农场打造成标准化采摘农场。针对农户种植分散、技术滞后等难题，建立“党委统筹、支部落实、党员示范”党建产业联动机制，出台桂花柚扩繁实施方案，构建“种苗免费送、技术全程帮、主体重点扶”政策体系。三年来，累计为67户脱贫户发放桂花柚苗5100株，补助10多万

元，定期邀请专家开展水肥管理、病虫害绿色防控培训，果品优质率大幅提升。

党员父子严天宝、严敏明创办宝明家庭农场，标准化种植面积拓展至50亩，年产优质桂花柚1800万斤。父子俩坚持“自己富不如大家富”，依托党员先锋服务队平台为周边种植户提供技术服务，传授科学管护、果品分拣技巧。如今，全镇种植桂花柚上千亩，通过“家庭农场+农户”模式带动300多农户，创造就业岗位千余个，年产值突破1800万元，形成“标准化种植+文旅采摘+线上线下直销”多元增收模式。

圆潭村依托十里感化溪和千亩灵芝基地，整合打造灵芝研学步道、蓝莓采摘基地、四季花海、沿江骑行步道等业态，招引落地“芝味圆潭”露营

基地，成功获批水韵圆潭国家3A级旅游景区，将农事生产升级为全季节城郊度假业态。

该镇深挖红四军红色资源，活化利用华祥学堂红军指挥部、红军渡口等遗址，建成龙均爵烈士事迹陈列馆，推出红色研学精品线路。去年接待游客超8万人次，旅游综合收入近50万元。

锚定产业根基：

林下“仙草”蹿出致富新路

芦芝镇以“一村一品”为抓手，因地制宜培育芦芝村桂花柚、华寮村蔬菜、大深村芦柑、涵梅村果冻橙等“村字号”等品牌，培育家庭农场69家、农民专业合作社7家，特色种养规模达8000亩，农业总产值提升至3.42亿元。

圆潭村森林覆盖率超80%，但林业产业化开发不足。“守着2万

亩青山没收益，看着就犯愁。”党支部书记陈阿生道出当时的发展困境。村“两委”多次召开党员大会、村民代表大会，最终敲定发展林下仿野生灵芝种植。“党员先试种，有效益再带着大家干，村民心里才踏实。”

村党支部牵头领办绿圆林业专业合作社，探索“党支部+合作社+基地+农户”模式，村集体以资产入股，群众以土地参与，确定8名党员示范户各挂钩5户社员结对帮扶，推动脱贫户全部加入合作社，免费发放菌棒，建立股份利益联结机制，实现村集体、合作社、种植户三方共赢。之后又建成灵芝加工车间，开发灵芝片、灵芝茶等衍生产产品，注册品牌，提升灵芝产品附加值。从十年

前50亩试种到如今超千亩规模化种植，年产值360余万元，带动户均增收8000多元。

增进民生福祉：

实干实效践行为民初心

“乡村振兴最终要落到群众生活的改善上。”芦芝镇主要领导道出干事准则，坚持建新村、改旧村和整治村容村貌相结合，投入近亿元实施九龙江防洪工程配套提升、移民村人居环境整治、东郊老旧小区改造等民生项目，打造乡村文化墙、美丽庭院等“五个美丽”示范点位180个，滨江水乡特色愈加凸显。如今，芦芝镇在乡村振兴赛道上奋勇前行，一幅“产业兴、生态美、百姓富”的水乡新画卷正徐徐铺展。

龙岩市融媒体中心出品
通讯员：赖韦元
孙燕达 陈丹红