

蓝图已经绘就 奋进正当其时

——习近平总书记同出席2026年全国两会人大代表、政协委员共商国是纪实

新华社记者

上接第1版

党的二十届四中全会后首次出访,习近平总书记这样道出中国奇迹的密码:“70多年来,我们坚持一张蓝图绘到底,一茬接着一茬干”。

开年的省部级班上,习近平总书记指出:“这些年我在多个外交场合听到不少外国政要对我国制定和实施五年规划的认可和赞扬。”此次在江苏代表团,总书记再次提及外国领导人的评价:“中国总是有长远的规划,而且总是能完成这些规划。”

从今年全国两会的重要议程中,可以读懂深刻的制度自觉和道路自信:审查“十五五”规划纲要草案,审议国家发展规划立法草案,规划立法与规划编制同时纳入国家发展的顶层设计。

习近平总书记以“五个坚持”概括制定实施五年规划的长期实践中党创造积累的丰富经验,其中就包括“坚持规划法定原则”。

国家发展规划法,把党领导制定和实施国家发展规划的成熟做法以法律形式固定下来,为提高国家发展规划工作法治化水平,更好发挥国家发展规划战略导向作用提供制度支撑。

规划有序,方能操指成拳、矢志攻坚;蓝图清晰,方能靶向发力、久久为功。

3月6日下午,习近平总书记看望参加全国政协十四届四次会议的农工党、九三学社、医药卫生界、社会福利和社会保障界委员,并参加联组会。

“材料是所有技术和产业创新的基石,是国家制造业实力的体现。”长期深耕金属材料科学的卢柯委员,在发言中汇报了科研工作最新成果。

“研发成果得到有关方面评估认可了吗?”“产品投入实际应用了吗?”习近平总书记细致追问。

听到肯定回答后,总书记欣慰地说:“‘十五五’科技发展亮点纷呈,说明科技强国战略是正确的,‘十五五’还会继续加强。”

一个产业的由大变强,折射国家发展的跃迁。

“十五五”规划纲要草案提出109项重大工程 and 项目,其中既有上天入海、通达万里的重大项目,也有关乎每个人衣食住行的民生工程。

2024年全国两会上,在江苏代表团,听了人大代表景南讲述见证我国轨道交通从“追赶者”到“领跑者”的奋进历程,习近平总书记感慨系之:“这一想啊,真是无比自豪。”“新中国成立以后,我们一穷二白,从无到有,引进消化吸收再发展,自力更生艰苦奋斗,搞出一个独立自主的制造业基础。”

曾经的中国,“一辆汽车、一架飞机、一辆坦克、一辆拖拉机都不能造”;“今日之中国,‘人工智能大模型你追我赶’‘人形机器人亮出‘功夫模式’”“创新创造催生了新质生产力,也让生活更加多姿多彩”。

从新中国成立初期的百废待兴到新时代的伟大复兴,一个个“五年”串联起不同时期的奋斗篇章,“一以贯之的主题是把我国建设成为社会主义现代化国家”。

有一定之战略,然后有一定之功。一以贯之的战略定力、稳扎稳打的从容步履、与时俱进的创新突破……这是中国制度优越性的集中体现,是风雨无阻、一往无前的底气所在。

(二)强基固本 勇于创新——“坚持把工作重心放在练好内功、做强自身上”

惊蛰启,万物生,春耕忙。

3月5日,恰逢惊蛰。来自江苏里下河地区农业科学研究所的高德荣代表站在人民大会堂“代表通道”上,心中仍惦记着青青麦田。

“我和千千万万农民兄弟一样,是追着时令走的。眼下正值小麦返青拔节期,苗情复杂,这几天电话不断。”高德荣说,“忙来忙去,我其实只做一件事,为我们国家培育高产、抗病的小麦品种。”

镜头前,高德荣讲述30多年来攻坚小麦育种的故事,被习近平总书记看在眼里、记在心里。

习近平总书记参加江苏代表团审议时,高德荣一开口,总书记就笑着说:“今天在电视上出镜了吧?我记住你的名字了。”

高德荣在发言中说,小麦是我国第二大口粮作物,而赤霉病被称为小麦的“癌症”,一旦暴发,可能颗粒无收。为培育高抗赤霉病种质资源,他们团队通过无数组合、反复试验,先后培育出“扬麦33”“扬麦53”,基本攻克了这一难题。

“你们的品种推广了多少面积?”“小麦赤霉病,哪里是易发、重发区域?”习近平总书记十分关心。

种子,现代农业的“芯片”,粮食安全的关键。

“种业是最重要的,搞农业要把种业搞上去。”习近平总书记殷殷叮嘱,心系“国之大者”,落在乡村全面振兴的关键处。

强国必先强农,农强方能国强。“十五五”规划纲要草案中,16个“强

国”建设引人注目。与“十四五”规划纲要相比,新增了农业强国、航天强国、能源强国、金融强国、旅游强国等5个“强国”。

以农业固本强基,守牢安全底线;以创新驱动争先,掌握发展主动。

今年的政府工作报告中,“改革”“创新”两个词共出现75次,是名副其实的高频词。

“全社会研发投入强度提高到3.38%”“高新技术产业产值占比达52.1%”“上海国际科创中心扩围到整个长三角,大家都很振奋”……江苏省负责同志汇报时提及的改革创新情况,引起总书记的关注。

“研发投入在全国排第几?”“全国重点实验室有几个?”习近平总书记听得认真、问得仔细。

推进中国式现代化,科学技术要打头阵。

“十四五”时期,我国科技事业快速发展,科技实力跃上新台阶,创新指数排名上升至全球第十。“十五五”规划纲要草案,围绕产业基础能力和竞争力提升、新产业新赛道培育发展、前沿科技攻关、创新基础能力提升等部署了28项工程。

政协联组会上,习近平总书记强调:“原创性技术要从‘0’到‘1’,从实验实现转化,而不是停留在论文阶段。以后还要把‘1’拉长、推进。”

“现在我们更多要解决战略性短缺的问题,解决‘要不来、买不来、讨不来’的问题。科技发展不可能面面俱到,要有所为有所不为。‘有所为’,就要在问题导向、需求导向上下功夫,明确当务之急,进行前瞻性布局。”

实体经济是国民经济的命脉和基础。在“十五五”规划纲要草案中,“建设现代化产业体系,巩固壮大实体经济根基”位列未来五年发展的战略任务之首。

通富微电子股份有限公司的石磊代表来自江苏南通——一座浸润着“实业报国、敢为人先”深厚工商基因的城市。

“我父亲是新中国培养的大学生,践行实业报国,一辈子就干了这一件事。”石磊讲述了父子两代投身科技产业的故事,深感科技自立自强只能靠久久为功,一步一个脚印拼出来。

习近平总书记肯定道:“中国的科技发展要在国际上开展合作的同时,坚持独立自主、自立自强,更好承担起我们的历史责任。”

2023年,习近平总书记参加江苏代表团审议时,寄语江苏要“着力打造具有全球影响力的产业科技创新中心”。

今年,习近平总书记再次强调:“中国这么大,我们必须搞实体经济,一个方面一个领域都不能少。和粮食一样,中国碗里必须装着中国粮,必须自力更生。”“要坚持把工作重心放在练好内功、做强自身上。”

2023年7月,习近平总书记考察江苏,首站来到苏州,称赞说“生活在这里很有福气”,并指出“苏州在传统与现代的结合上做得很好,不仅有历史文化遗产,而且有高科技创新和高质量发展,代表未来的发展方向”。

这次在江苏代表团,苏州大学党委书记张晓宏代表向习近平总书记汇报了苏州大学依托苏州“福气之城”的文化底蕴和产业优势,推进“科教融汇、产教融合”的探索:“把企业实验室建到苏大,把苏大课堂搬到企业,让学生敢问敢创。”

人文经济学的深厚底蕴中,蕴藏着改革创新的内在逻辑。习近平总书记表示:“江苏发展新质生产力有较好的基础,要一体推进教育科技人才发展。”

锚定高质量发展的首要任务,聚焦推动高质量发展的重要着力点,习近平总书记连续三年在江苏代表团就发展新质生产力作出深刻阐释。

2024年,强调“因地制宜发展新质生产力”“先立后破、因地制宜、分类指导”;2025年,指明“科技创新和产业创新,是发展新质生产力的基本路径”。

这一次,习近平总书记以四个“新”破题——

“力争在加强原始创新和关键核心技术攻关、抢占科技制高点上实现新突破,在促进创新链产业链资金链人才链深度融合、推动科技成果转化应用上探索新途径,在优化提升传统产业、培育壮大新兴产业、超前布局未来产业上开创新局面,在进一步深化改革、破除制约新质生产力发展的体制机制障碍上取得新成果。”

从原始创新到成果转化,从产业协同发展到深化体制机制改革,这四个“新”既是对经济大省“挑大梁”的深切期望,也是对新征程上进一步推进高质量发展的重要指引。

抓创新就是抓发展,谋创新就是谋未来。

正如去年全国两会,习近平总书记在江苏代表团所说:“我们要走科技创新的道路,实施科教兴国战略,推动新质生产力发展,使我们国家能够在现代经济大潮

中始终保持弄潮儿的角色。”

(三)民生为大 应时而为——“准确把握新形势下人民群众对美好生活新期待和民生工作新特点”

中国式现代化,民生为大。

翻开“十五五”规划纲要草案,民生福祉被置于重要位置。5个方面20项主要指标中,民生指标7项,占比超过1/3,围绕就业、收入、教育、健康、“一老一小”等领域,回应群众的急难愁盼。

“十五五”规划,既是经济发展规划,也是社会发展规划。

习近平总书记在年初的省部级班上指出:“经济和社会发展相辅相成,不能一条腿长一条腿短。”“要把改善民生作为促进社会发展的重点,在发展的同时稳步提高人民生活品质”。

人民健康,立国之本。从“十三五”的“推进健康中国建设”,到“十四五”的“全面推进”,再到“十五五”的“加快建设”,健康中国的成色愈加鲜亮。

2021年“十四五”开局,习近平总书记看望政协医药卫生界、教育界委员并参加联组会,强调“要把保障人民健康放在优先发展的战略位置”。

2026年“十五五”开局,习近平总书记参加农工党、九三学社、医药卫生界、社会福利和社会保障界委员联组会,这样言明初衷:

“我每年都要来一次政协,听取意见建议。这一次,在座的政协委员涵盖了4个界别,代表面比较集中,关联度比较高的是卫生与健康工作。因此我今天重点就加快建设健康中国谈一些想法。”

新的发展蓝图,人民始终居于中心。

“到2035年建成健康中国是中共中央作出的一项战略决策,‘十五五’是实现这一目标的关键时期,必须统筹谋划、加紧推进,力求取得决定性进展。”习近平总书记强调。

长期关注健康中国事业的王路委员在发言中说,2025年我国人均预期寿命已达到79.2岁,“十五五”规划纲要草案提出2030年人均预期寿命达到80岁目标,“标志届时我国居民主要健康指标进入高收入国家行列,人口健康领域率先基本实现现代化”。

“79.2岁,这里头也有一些区别。”习近平总书记指出,人均预期寿命,既有男女差别、区域差距,也受公共卫生服务水平、生活方式差异影响,前进道路上还有进一步提升的空间。

“培育健康生活方式、发展群众性体育事业至关重要。”总书记点出“一老”“一小”两个群体,都要有“健康的身心”。

“‘老’是我们的财富,‘小’是我们的未来。”今年春节前夕,习近平总书记来到北京的养老服务街区考察。对“一老一小”格外关切,既因为这两个群体牵动亿万家庭、关乎民生福祉,也基于对我国人口发展新趋势新特点的把握。

当前,我国人口总体上已经由增量发展转向减量发展、高质量发展阶段,呈现少子化、老龄化、区域人口增减分化等特征,需要相应优化公共资源配置。为此,“十五五”规划纲要草案专设两章部署积极应对人口老龄化和建设生育友好型社会。

形势发展变化,人民群众多元化卫生健康需求日益增长,就必须明确我们的变与不变。

习近平总书记旗帜鲜明:“坚定不移走中国特色卫生与健康发展道路,坚定不移贯彻新时代卫生与健康工作方针。随着形势发展变化,卫生与健康工作需要优化完善一些具体政策举措,但在根本问题上必须始终头脑清醒、保持战略定力。”

“两个坚定不移”,是要毫不动摇沿着正确的道路走下去;“优化完善”,是为了更好以新发展对标人民新期待。

“做好中国的原创新药”,这是中国科学院药物研究所所长蒋建东委员发言的主题。这些年,他一直在探索适合中国特色新药创制的成果转化模式,旨在将新药实验成果转化成为临床治疗的良药,造福患者和社会。

“新药、原创新药现在多点突破。”总书记给予肯定和鼓励。

我们是社会主义国家,是人口规模巨大、城乡区域差距仍然较大的发展中国家。建设健康中国,必须坚持从我国国情出发。

对于人工智能赋能新型基层诊疗体系的探索,习近平总书记辩证分析:“有条件的地方可以探索人工智能,但还是要一步一步来,一步一步筑起大众医疗的基础。”

对于边远地区的医疗建设,习近平总书记挂念在心:“健康中国建设,边远地区的这块短板要补上。多措并举,中医药和藏药、蒙药、苗药等民族医药,也是我们的宝贵财富。”

中国式现代化是人与自然和谐共生的现代化。这些年,参加江苏代表团审议,习近平总书记多次谈及生态保护。

“歌里唱‘太湖美’,多美啊!”在总书记的心中,江苏的未来发展图景应当是“绿意盎然”的。

江苏省负责同志汇报,长江干流江苏段水质连续8年保持二类,太湖水质保持在三类,空气优良天数比率提高到83.8%。习近平总书记予以肯定,详细询问了有关情况。

万里河山蝶变,绿水青山源源不断转化为金山银山。

这次全国人大会议审议通过了我国第二部以“法典”命名的法律——生态环境法典,将新时代生态文明建设的理论、制度、实践成果以法典化的方式确定下来。

中国这么大,情况那么多,如何做好14亿多人的民生保障,如何缩小城乡差距、地区差距、收入差距,是“十五五”期间要着力推进的课题。

长期在公益慈善一线工作的刘启芳委员在发言中谈到了对完善三次分配协调配套机制,推动政府公共资源、市场要素资源与社会慈善资源形成合力的思考。在她看来,“共同富裕这四个字,写在纸上政策,落到地上就是千家万户的饭碗、是老人孩子的笑脸”。

“讲到慈善事业,还是有一个怎么去引导健康有序发展的课题。”习近平总书记指出。

共同富裕是社会主义的本质要求,是中国式现代化的重要特征。

2023年以来,习近平总书记每次参加江苏代表团审议,都谈及共同富裕。今年,总书记要求经济大省“在研究新情况、解决新问题上下功夫、出经验”,其中就包括“探索推进全体人民共同富裕的有效途径”。

来自苏北淮安的史志军代表介绍,盱眙县正把小龙虾做成特色产业:新品种“盱眙1号”体重、亩产均提高18%以上,很受市场欢迎。盱眙的农村居民32.5%的收入来自小龙虾。

听了这几个数字,习近平总书记笑着说:“小龙虾发展起来,搞成了大产业。”

“从因地制宜发展产业谈到区域协调发展的问题,总书记强调,这些年来,江苏地区收入、城乡收入差距明显缩小,人民生活水平提高幅度处于全国前列,要在推进全体人民共同富裕上积极探索。”

“要准确把握新形势下人民群众对美好生活新期待和民生工作新特点,着力解决痛点、克服难点,在拓宽共同富裕途径上带好头。”习近平总书记一一列举分析:

比如,在新一轮科技革命和产业变革影响下,传统行业用工需求萎缩,结构性就业矛盾凸显,如何实现高质量充分就业?

比如,传统产业和新兴产业领域收入差距呈逐步拉大之势,如何缩小收入差距?

比如,随着人口老龄化和少子化程度加深,如何进一步提升养老等基本公共服务和社会保障水平?

“这些困难,都是我们国家在现阶段推进中国式现代化过程中,普遍遇到的问题。江苏要积极主动解决这些课题,为解决好全国面上的民生问题贡献智慧和力量。”

(四)团结奋斗 再创伟业——“努力创造经得起实践、人民、历史检验的实绩”

乡音浓重,乡情深厚。5日下午,江苏代表团审议现场,来自长江北边一个小村庄德胜村的杨恒俊代表,讲述了自己和村民们的奋斗史。

“我早年在工厂打过工,闯过市场,办过企业。外面的快速发展与村里的停滞不前形成强烈反差,作为一名共产党员,我看在眼里,急在心里。”怀着“让乡亲们过上好日子”的初心,杨恒俊挑起村支书的担子,第一件事,就是跟村干部一个一个谈心,把大家的精神激发出来。

现在,德胜村水清、路宽、灯亮,家家汽车楼房了。乡亲们的生活条件好了,精神也更富足了,随着各类体育赛事的火爆,村民们看足球、爱运动的也多了。

“从你介绍的情况看,村里经济好了,也重视精神文明建设,这非常重要。”听到村子里发生的变化,习近平总书记十分高兴,进一步强调,“农村,不解决温饱问题、不富裕起来不行,但是光有钱、光富裕起来,也不行。要高度重视农村精神文明,抓教育,抓移风易俗,抓文化建设。”

“这些年,我的切身体会是乡村要振兴,关键靠支部。回去一定把总书记的要求落实好!”习近平总书记的勉励,令杨恒俊更增添了斗志。

治国必先治党,党兴方能国强。坚持和加强党的全面领导是推进中国式现代化的根本保证。每在历史的重要关头,我们党总是加强理论学习和集中教育,进一步统一思想、统一意志、统一行动,步调一致向前进。

开局起步、干事创业,树立和践行正确政绩观至关重要:“政绩观问题是一个

根本性问题,关乎立党为公、执政为民。”

党的二十届四中全会后首次全国两会,习近平总书记江苏代表团就强调:“任何时候我们都不能走急就章、竭泽而渔、唯GDP的道路。这就是为什么要树立新发展理念。树立正确的政绩观也就在这里,功成不必在我,功成必定有我。”

当前,全党正在开展树立和践行正确政绩观学习教育。在江苏代表团,习近平总书记一番叮嘱语重心长:

“管党治党越有效,经济社会发展的保障就越有力”“以全面从严治党的实际成效取信于民,凝聚推进事业发展的磅礴力量”。

山海寻梦,不觉其远;前路迢迢,阔步而行。家国梦、个人梦同频共振,无数人的拼搏奋斗,汇聚成新时代中国昂扬奋进的洪流。

“让五星红旗飘扬是我无上的荣耀,那不仅是一面旗帜,更是一种信仰!”游泳名将张雨霏代表5岁开始游泳训练,至今已23年。

她向总书记讲述了为追逐游泳梦,跃过先天性脊柱侧弯坚硬的“高墙”,连续征战三届奥运会的励志故事,“每当走进国字号训练馆,穿上印着国旗的队服,心中便涌起无穷力量”。

习近平总书记勉励她:一方面自己继续在运动场上拼搏、为国争光,一方面为年轻运动员做好传帮带。

刚刚过去的米兰冬奥会上,我国运动健儿奋勇争先,取得我国境外参加冬奥会历史最好成绩,再一次向世界展示了新时代中国力量、中国精神、中国形象。

习近平总书记深刻指明体育强国和健康中国的内在关联:“体育强国是现代化强国的一个重要标志。体育强体现在两个方面,一个是全民体育强、人民健康素质高,再一个是竞技体育全面发展。”

从曾经“东亚病夫”的自信心谷底,到如今“平视世界”的志气、锐气和底气,体育,浓缩了时代变迁,映照出每一个曾经贫积弱的中国,怎样一步步在“更快、更高、更强——更团结”的自我超越中,实现奥运与国运的命运交响。

“中国式现代化新征程上,每一位妇女都是主角!”去年10月,全球妇女峰会在北京召开,习近平总书记出席开幕式并发表主旨讲话,激励亿万女性逐梦前行。

“三八”国际劳动妇女节即将到来之际,在参加全国政协联组会时,习近平总书记代表中共中央,向参加全国两会的女代表、女委员、女工作人员,向全国各族各界妇女、台湾地区的台胞和海外女侨胞,致以节日祝福和美好祝愿。“新的一年,希望广大妇女更好发挥‘半边天’作用,为实现‘十五五’良好开局作出巾帼贡献。”

全面建设社会主义现代化国家,一个民族也不能少。

政协联组会上,来自西藏的巴桑卓玛委员动情地说:“习近平总书记率中央代表团亲临雪域高原,出席西藏自治区成立60周年庆祝大会,亲切接见西藏各族各界代表,我们深受鼓舞、倍感振奋。”

2025年,习近平作为中共中央总书记、国家主席、中央军委主席率中央代表团、西藏出席西藏自治区成立60周年庆祝活动,到新疆出席新疆维吾尔自治区成立70周年庆祝活动,这在党和国家历史上都是第一次,激励鼓舞各族儿女同心携手,谱写中国式现代化建设新篇章。

3月12日,十四届全国人大四次会议表决通过了民族团结进步促进法。

制定民族团结进步促进法,就是要通过法定程序,将习近平总书记关于加强和改进民族工作的重要思想特别是铸牢中华民族共同体意识这一重大理论转化为国家意志。前进道路上,56个民族同心共圆中华民族伟大复兴的中国梦,思想政治基础和法治基础更加巩固。

走过“十四五”,迈进“十五五”,即将迎来建军百年的英雄人民军队,来到国防和军队现代化新“三步走”战略转进的历史关口。形势越复杂,挑战越严峻,使命越重大,越需要坚持好、运用好、发展好政治建军这个重要法宝,确保国防和军队现代化建设坚定正确的政治方向。

3月7日下午,出席十四届全国人大四次会议解放军和武警部队代表团全体会议,习近平总书记强调,“十五五”时期要如期实现建军一百年奋斗目标,高质量推进国防和军队现代化,必须坚持好、运用好、发展好政治建军这个重要法宝,毫不动摇坚持和加强党对军队绝对领导,充分发挥政治建军特有优势,凝心聚力推动国防和军队现代化行稳致远。

生机勃勃的春天,日新月异的中国,波澜壮阔的时代。

习近平总书记的讲话激荡人心:“踏踏实实干事创业,努力创造经得起实践、人民、历史检验的实绩。”

(新华社北京3月12日电 记者朱基钗、林晖、胡浩、张研)

步履轻快 是多巴胺在起效

为什么人在开心时,连走路都会格外轻快?这一切都跟大脑中的一种化学物质——多巴胺有关。多巴胺常被称为“快乐分子”,它在奖励、动机和运动中扮演关键角色。简单来说,当你期待好事发生时,多巴胺会让你的身体“提前热身”,行动更快;而当惊喜出现时,它会再次给你一股“动力爆棚”的感觉。

为了搞清楚多巴胺如何控制运动,研究人员设计了一个简单实验:参与者用操纵杆触碰屏幕上的目标,每次成功都会获得奖励——一道闪光和一声蜂鸣。

结果显示,如果奖励超出预期(比如本不抱希望却意外中奖),参与者的动作会突然加快,这种变化在听到蜂鸣后仅220毫秒就发生了。如果奖励是意料之中的,动作则没有明显变化。

多巴胺不仅影响快乐与运动能力,还与健康息息相关。比如,帕金森病患者因多巴胺神经元受损,行动迟缓;抑郁症患者则因奖励系统失调,步履沉重。未来,医生或许能通过观察一个人的走路速度,来辅助诊断这些疾病。

(来源于人民网)

昭通日报

登报作废

昭通亮风台信息科技有限公司工会委员会不慎遗失在中国银行昭通昭阳支行预留印鉴的法人章1枚,字样:张昌璇印。特登报作废。

登报作废

威信县天華家政服务有限公司镇雄分公司不慎遗失在镇雄县农村信用合作联社五谷分社办理的开户许可证,核准号:J7348000502201; 账号:7600024738062012; 编号:7310-00327156。特登报作废。

登报作废

张如勇(父亲)、向茂琼(母亲)不慎遗失张启航(儿子)的出生医学证明1份,出生证编号:T530393475; 出生时间:2019年10月14日; 出生地点:巧家县人民医院。特登报作废。

公告

昭通福瑞后勤管理服务有限公司属云南典雅餐饮管理服务有限公司引进的云南省滇东北中心医院汉族食堂一楼联营商,现双方合作关系已终止。

请与我公司有债权的单位或个人于本公告发布之日起45日内,向昭通福瑞后勤管理服务有限公司清算组申报债权,过期责任自负。申报流程请务必遵循先登记后对账。

联系人:金礼建; 联系电话:15284520502。

特此公告。

昭通福瑞后勤管理服务有限公司

2026年3月13日

登报作废

昭通建隆商贸有限公司不慎遗失道路运输证2个,证号:530600901104,车牌号:云C1836 挂 ; 证号:530602027441,车牌号:云C41623。特登报作废。

广告