

以梦想为伴 与时代同行

——从杭州亚残运会看我国残疾人事业发展

新华社记者 高蕾 董博婷 崔力

尽管身体残缺，杭州亚残运会赛场上中国运动员以顽强拼搏的运动风采一次次惊艳世界；细节中饱含真情，亚残运会场馆以高水平无障碍设施充分诠释“中国温度”，秉持“同样精彩”理念，残疾人正与健全人一道携手共进、共享暖阳。

人生舞台上，他们书写精彩华章

虽然眼前漆黑，她依然是跑道上的“精灵”，凭借细细的牵引绳，田径运动员刘翠青健步如飞；虽然双腿残疾，她依然是泳池中的“游鱼”，仅靠双手划水，游泳运动员刘玉一路领先……

汗水浇灌梦想，奋斗成就精彩。本届亚残运会上，中国代表团以214枚金牌、167枚银牌、140枚铜牌高居榜首，彰显中国残疾人运动员的风采。

健全人可以活出精彩的人生，残疾人也可以活出精彩的人生。走出竞技场，在党和政府的关心支持下，越来越多残疾人找到自己的人生舞台。

这个开学季，清华园里走进了一位“特殊”的新同学。

他叫赵子康，幼时被确诊为先天性脑瘫，肢体残疾无法正常行走。但他没有击垮赵子康的意志。求学路上，他顽强拼搏，最终以697分的成绩被清华大学计算机系录取。

每一滴水珠，都折射出时代的光辉。近年来，我国出台一系列高考便利

措施和单考单招政策。截至目前，已有9万名残疾学生走进大学校园。与此同时，我国残疾儿童少年义务教育入学率已达95%。

求学梦点亮未来，就业梦书写幸福。舞台上，视力障碍的残疾人乐队看不见乐谱依然魅力无限；书桌前，用脚握笔的书画家浓笔淡墨，挥洒自如；镜头前，行动不便的年轻主播用心推介家乡特产，逐梦“云端”……

近年来，各地积极推出务实举措促进残疾人就业。截至2022年底，全国城乡持证残疾人就业人数超过900万，仅2022年一年就实现新增城乡残疾人就业59.2万人。

残疾人逐梦之路愈发广阔，圆梦之基愈发牢固，不断书写出愈加精彩的人生篇章。

温暖细节里，他们感受着满满关爱

10月22日，万众瞩目的杭州亚残运会开幕式上，残疾人游泳运动员徐佳玲用智能仿生手高擎火炬“桂冠”，点燃圣火火炬。熊熊圣火拉开比赛序幕，也见证着科技助力残疾人无障碍生活的强大优势和美好前景。

提升亚残运会无障碍水平的关键不仅在于炫酷的“黑科技”，更在于点滴细节的设计和安排。

在亚残运村，运动员们动线的起伏处

全部加装了坡道；各楼栋和区域的出入口进行了加宽处理；房间床铺专门调整了高度，方便残疾人运动员更好地休息。

竞赛场馆的电梯按键上均刻有盲文；赛场内有专用的无障碍座位；低位按键、低位扶手，没有台阶和陡坡的室内通道及盲道一应俱全。

实现有“爱”无“碍”，在赛场，更在日常。

乘着亚残运会的东风，杭州改造提升14万个无障碍点位和重要公共服务场所，建起盲道3000多公里。全市1600个无障碍公共卫生间接入导航系统，上路无障碍巡游出租车达500多辆。

不止于杭州，近年来各地无障碍环境建设水平持续提升，残疾人友好环境建设持续优化。

低地板无障碍公交车让残疾人出行无忧；配备着上下车无障碍渡板的地铁车厢向残疾人敞开“怀抱”；648家网站和App完成无障碍及适老化改造，残疾人网上冲浪更便捷……

今年9月1日，新出台的无障碍环境建设法正式施行，这是我国首部无障碍环境建设专门性法律，为我国无障碍环境建设高质量发展提供了更为坚实的法治保障。

前行路途中，他们的身影从未缺席

杭州亚残运会吉祥物“飞飞”，灵感

源自良渚文化里的“神鸟”形象，与杭州亚运会吉祥物“江南忆”组合一脉相承；杭州亚残运会会徽“向前”的主体图形为10条半弧形线条，犹如奔腾不息的钱江潮，与杭州亚运会会徽“潮涌”在风格上一致……

这样的设计饱含深意。杭州亚残运会对“两个亚运、同样精彩”的追求，所传递的正是残疾人是社会大家庭的平等成员，同全国人民一道共享国家繁荣富强的鲜明信号。

新时代以来，残疾人工作成为“五位一体”总体布局和“四个全面”战略布局的重要内容，残疾人事业更加充分地纳入党和国家工作大局。

脱贫攻坚战中，在各项精准措施、超常规力度帮扶下，700多万建档立卡贫困人口告别绝对贫困。广大残疾人与健全人一道共享全面小康的暖阳。

如今，中国式现代化的奋进号角响彻中华大地，残疾人事业开启新的征程。

在本届亚残运会举办地浙江，共同富裕示范区建设如火如荼之时，中国残联《关于支持浙江残疾人事业高质量发展的意见》乘势出台，探索实现残疾人共同富裕的实践路径。

有一地探索，更有全局规划。

前不久闭幕的中国残疾人联合会第八次全国代表大会发出响亮号召“团结带领残疾兄弟姐妹在全面建设社会主义现代化国家新征程中努力奋斗，创造更加美好的生活”，并对今后五年促进残疾人事业全面发展作出系统规划部署。

在伟大祖国的温暖怀抱中，约8500万残疾人兄弟姐妹正奋力书写一个又一个幸福生活的崭新篇章。

新华社北京10月29日电

今日关注

服务生活

冷空气明显偏弱造成多地气温偏高

新华社北京电（记者 黄晔）近期，多地气温偏高。专家解释原因在于积聚冷空气的极涡较为偏北，冷空气较常年显著偏弱。

数据显示，过去10天全国大部地区气温偏高，其中新疆北部、内蒙古、华北东部、东北地区、黄淮、江汉、江南西部等地平均气温较常年同期偏高2℃至4℃。

中央气象台首席预报员方翊表示，各地气温偏高最主要原因还是冷空气偏弱。近期，由于积聚冷空气的极涡较为偏北，冷空气较常年显著偏弱。此外，全国大部地区尤其是北方地区长时间受西风槽后的西北气流控制，一方面槽后以下沉气流为主，造成近地层绝热增温；另一方面这种环流形势下天气晴好，也有利于太阳辐射增温。

“一般来说，10月中下旬已开始进入冷空气活跃期，但今年冷空气明显偏弱造成气温显著偏高。目前，共有237个国家级气象站破10月下旬最高气温历史极值，这种情况还是比较罕见的。”方翊说。

中央气象台中期天气预报显示，



气温偏高的主因 新华社发 徐敬 作

月底之前影响我国的冷空气活动势力偏弱，全国大部地区平均气温持续偏高。11月1日至4日，受冷空气影响，北方地区将出现一次较明显降温过程。

方翊提示，虽然白天气温较高，但昼夜温差大，公众出行还需多关注天气变化，及时增减衣物，防止感冒。此外，由于冷空气较弱，预计在11月1日前华北黄淮等地将有雾霾天气发展，公众需做好防护工作。

世界卒中日：牢记识别口诀 避免“卒”不及防

新华社北京电（记者 佚克）脑卒中又称“中风”，是一种急性脑血管疾病，具有发病率高、死亡率高、致残率高等特点。10月29日是世界卒中日，专家表示，预防脑卒中发生，一定要保持合理饮食、适当运动、戒烟限酒、心态平衡四大“健康基石”，同时要能准确识别脑卒中的征兆，积极应对，避免“卒”不及防。

北京天坛医院神经病学中心副主任医师王晶介绍，脑卒中分为缺血性脑卒中和出血性脑卒中。缺血性脑卒中是由于各种原因导致脑动脉血流中断，局部脑组织缺氧、缺血性坏死而出现相应的神经功能缺损的脑血管疾病。常见的病因有动脉粥样硬化、小动脉性脑梗死以及长期高血压引起的小动脉闭塞。出血性脑卒中与缺血性脑卒中相对应，患者常伴有头疼、恶心、烦躁增高等情况。

王晶说，如果及时发现脑卒中征兆，抓紧抢救时机，75%的脑卒中是可以被有效控制的。“我国70%以上的脑卒中是脑梗死，其最有效的治疗方式是静脉溶栓和取栓手术治疗。溶栓对时间要求极为苛刻，必须在发病4.5小时至6小时内接受治疗才能极大提高成功率，即便是取栓也只有16小时至24小时的窗口期。”

中国卒中学会会长、北京天坛医

院院长王拥军说，公众应熟记脑卒中早期症状识别口诀“BE FAST”，当患者出现平衡（Balance）、看不清（Eyes）、脸不正（Face）、臂不平（Arms）、语不灵（Speech）等状况时，家属或目击者需警醒，赶快拨打120急救电话（Time），送至最近的卒中救治中心进行治疗。“每早1分钟开始溶栓，就可以挽救患者约190万个脑细胞，其获益也就越大。”

专家表示，需要注意的是，脑卒中绝非老年人专属，中青年时期如果不注意预防，同样会发生。近年来，脑血管病发病有逐年年轻化的趋势，发病年龄越来越小，部分年轻人不良的生活习惯，如熬夜、抽烟、喝酒、过度劳累、肥胖等都会使脑卒中的危险隐患增加。因此，中青年万万不可掉以轻心。

北京天坛医院临床心理科主任王春雪说，要特别重视脑卒中患者的心理问题，许多患者会因为疾病导致情绪低落甚至抑郁，也有些患者会产生明显的自卑情绪，有明显的病耻感，容易引起情绪波动、失眠、易怒等问题，需要家庭、社会给予更多关怀和包容，让患者充分感受到温暖，鼓励其正确看待当前的疾病，消除不良情绪，增强战胜疾病的信心。

新研究显示 每天步行约8000步可显著降低早死风险

新华社北京电 一项近期发表在心脏病学权威期刊上的研究显示，每天步行约8000步是大多数人能够获得最大益处的最佳步数，能显著降低过早死亡风险。研究还发现，快走比慢走更好，步行速度越快，死亡风险越低。

这项由西班牙格拉纳达大学领导、荷兰和美国研究人员参与的国际研究，从科学角度确定了人们每天需要走多少步才能显著降低过早死亡的风险。相关论文已发表在《美国心脏病学会杂志》周刊上。

研究人员系统地考察、分析了来自12项国际研究的数据，涉及超过11万名参与者。研究结果显示，每天步行约8000步能极大地降低早死风险。如果将重点放在降低心血管疾病死亡风险上，7000步左右最合适。除步行距离外，提高步行速度还能带来额外收益，即快走比慢走更好。

这项新研究建议，对大多数人来说，每天步行7000至9000步是一个合理的健康目标。那是应该在走到9000步左右时就停止步行呢？研究也首次证明，与每天步行7000至9000步相比，步数更多益处也会更多，且即使每天步行多达16000步也不会带来风险；但单就降低死亡风险而言，更多步数的收益差别就不大了。

研究还发现，每天增加少量步数就能带来可衡量的益处。比如对运动量较少的人来说，每增加约500步就能进一步改善他们的健康状况。研究人员指出，这是个好消息，因为并不是所有人都能每天走约9000步，至少一开始不能。因此，人们可以先设定小目标，然后增加每天的步数，逐步取得进展。此外，步数目标也应与年龄相适应，年轻人可以比老年人设定更高的目标。



10月28日，在山东省荣成市夏庄镇一处苹果园，果农们在分拣、装运苹果。连日来，山东省荣成市各大苹果园里一派繁忙景象，果农们抓紧时间收获苹果，分拣、装运发往各地市场。新华社发 李信君 摄

动态

中国期刊高质量发展论坛在上海举行

新华社上海电（记者 郭敬丹）由国家新闻出版署主办的中国期刊高质量发展论坛10月27日在上海举行。

据介绍，此次论坛的主要任务是深入学习贯彻习近平新时代中国特色社会主义思想，认真贯彻落实全国宣传思想文化工作会议精神，交流成绩经验、探讨思路对策，凝聚力量共识，推动新时代新征程期刊高质量发展。本次论坛由中国期刊协会、上海市新闻出版局和上海大学承办，包括主论坛和6个分论坛。中国科协科技创新部、湖南省委宣传部、上海大学、《历史研究》、《读者》、《分子植物》、《问天少年》、南方杂志社、中华医学会杂志社负责同志在主论坛作主题演讲。各分论坛围绕文化传承发展、建设一流学术期刊、推进集群化发展、提升期刊国际传播力等主题深入交流研讨，共商加快实现期刊高质量发展之策。

山东：消失近30年 黄河刀鱼重现黄河口

新华社济南电（记者 王阳）记者日前从山东省生态环境厅获悉，通过开展入河排污口排查整治行动，山东省辖黄河干流水质连续两年稳定保持Ⅱ类，黄河入海断面总氮浓度连续两年低于入境总氮浓度，消失近30年的黄河刀鱼重现黄河口，黄河流域水生态环境质量持续向好。

山东省生态环境厅一级巡视员葛为刚介绍，与2019年相比，2022年山东沿黄9市PM2.5改善26.8%，优良天数比例提升15.1个百分点，重污染天数减少9.2天；今年1月至9月，山东黄河流域87个国控断面优良水体比例达到86.2%，同比改善8.0个百分点，Ⅴ类及以下水体保持动态清零。

据介绍，山东近年来建立了覆盖全域的“三线一单”生态环境分区管控体系，优化生态保护红线监管平台，组织开展生态保护红线生态破坏问题排查，推进实施黄河流域历史遗留矿山污染防治调查；连续6年开展“绿盾”自然保护地强化监督，全面推进黄河流域“清废行动”，全域推进“无废城市”建设；连续两年开展黄河流域省级生态环境保护和高质量发展专项督察，推进突出生态环境问题整改。

河北雄安新区与150所高校签订合作意向书

新华社石家庄电（记者 杜一方）河北雄安新区10月28日举办“百所高校雄安行”活动，旨在搭建校地金融通交流合作新平台，加强人才培养、科技创新、成果转化等方面交流合作，携手打造新时代的创新高地和创业热土。

会上，雄安新区与150所高校签订了共建引才工作站合作意向书，23所高校、校地产学研项目集中签约。雄安新区现场发布了23个创新应用场景需求，《雄安新区2023年急需紧缺人才目录》同时发布，20家雄安大学生实习基地揭牌。



党岭村的彩林一角。党岭村位于四川省丹巴县丹东镇，这里植被茂密、湖泊众多、雪山壮美。深秋时节，这处川西秘境呈现出一幅幅美丽画卷。新华社记者 江宏景 摄

创新技术、拓展场景、提高产品可及性

——科创企业为北斗规模化应用注入活力

新华社记者 谢奔 刘佑民

搭载北斗卫星导航系统的智慧农机助力建设无人农场，应用“北斗+人工智能”技术精准高效地进行公路巡检……第二届北斗规模应用国际峰会10月26日至28日在湖南省株洲市举办，记者在现场观察到，许多中小型科创企业在北斗产业发展浪潮中寻找创新创业机会，在技术、场景和产品等方面积极探索，助力北斗走向更广阔的应用场景。

武汉梦芯科技有限公司是国家级专精特新“小巨人”企业。近年来，企业布局“北斗+物联网融合器件研发及产业化”，开发导航定位模块产品。

“比如我们熟悉的共享自行车，搭载了导航定位模块之后，可以实现用户行驶导航和车辆精准定位，帮助解决乱停乱放等管理难题。”梦芯科技副总经理程健介绍，凭借高精度、低能耗、低成本等优势，企业研发的产品在智慧城市、智慧校园以及数字农业等场景中得到了广泛应用。

在地下空间、地下环道、隧道、大型商业综合体、停车场等室内遮蔽空间，如何实现精准导航？上海方位角数据科技有限公司研发的室内外一体化定

位导航技术获得不少参展人士的关注。

“我们通过研制专用设备，在这些空间内覆盖高精度卫星导航信号，让各类智能终端能够无缝衔接室外北斗系统，将北斗服务延伸到室内。”方位角公司负责人王中炯介绍，室内外卫星信号同源同体，对使用者来说几乎可以做到“无缝”切换。

据了解，创立不到两年时间，方位角公司的有关产品和技术服务已经应用于国内多个大型交通枢纽和城市地下空间，并在应急救援场景中大显身手，业务发展迅速。“北斗正加速融入千行百业，全域北斗时空信号覆盖是支撑相关应用的重要基础，在这一领域创业我们很有信心。”王中炯说。

记者注意到，还有不少科创企业通过“北斗+先进技术”研发出一系列“黑科技”产品。

在千寻位置网络有限公司展台，记者注意到一款造型小巧、身背白色“蘑菇顶”的摄像头产品。“这是我们专门为公路养护开发的道路智能巡检系统，‘蘑菇顶’就是接收北斗信号的天线。”千寻位置副总裁李戈向记者介绍，产品把北斗高精度定位技术和人

工智能、边缘计算技术融合，让巡检人员高效、精准地记录分析路面状况，可极大提高巡检工作效率，也能有效保障人员安全。

“我们还和地图软件商共同开发了‘车道级导航’服务，目前已经集成进多款手机终端，可以支持交通事件的车道级语音播报。”李戈说，推广可感知、易使用的北斗应用产品和服务，让用户享受北斗带来的便捷，是企业下一步的发力方向。

峰会期间，湖南省发布加快推进北斗规模应用若干政策措施，提出将设立北斗产业专项引导基金，大力培育北斗上市企业，鼓励天使基金等风险投资支持北斗企业发展。

业内人士认为，科创企业在北斗芯片和模块研发、终端设计制造、系统运营服务等全产业链发展中发挥了重要作用，能够有力推动北斗规模化应用，应积极构建北斗规模应用和产业发展生态圈，引导企业发挥技术优势，拓展北斗应用新场景，提高产品和服务可及性，推动北斗“从天边到身边”，赋能美好生活。

新华社长沙电

总投资120亿元的中南智能算力中心 正式投产运营

新华社长沙电（记者 明星）由中国电信承建并运营的中南智能算力中心竣工投产仪式10月28日在长沙市天心区举行。中南智能算力中心建成后，

将成为中国电信天翼云一级节点，辐射中南五省。

中国电信湖南公司副总经理万鹏介绍，中南智能算力中心是湖南“数字

新基建”标志性项目，也是中国电信在中部地区投资最大的项目，总投资120亿元，规划面积300亩。

万鹏表示，未来3年内，中南智能算力中心计划引进300多家云计算、智能网联、5G应用、人工智能等领域企业入驻，为各行各业提供云计算、大数据、人工智能、物联网、区块链、5G+工业互联网等信息化应用和网络信息安全服务。