

## 英魂永耀山河间

——致敬复兴征程上以身许国的中国共产党人

新华社记者 丁小溪 董博婷 唐健辉 胡了然

清明寄哀思，山河念忠魂。他们在漫漫长夜里点燃火种，在巍峨山巅上擎起旗帜；他们将坚毅背影留给至亲，把满腔热血洒向热土。105年来，一代代中国共产党人舍生忘死、百折不回，以坚不可摧的强大精神力量，带领人民救国、兴国、强国，缔造了彪炳史册的伟大胜利，谱写了气壮山河的英雄史诗，将千秋功绩镌刻在民族丰碑上。英灵不泯，浩气长存。向着第二个百年奋斗目标，新时代中国共产党人承载着强烈的历史使命，书写下复兴的荣光，团结带领亿万人民矢志不渝、接续奋斗，豪情满怀向前进。

山河为碑——“理想信念之火一经点燃，就永远不会熄灭”

又是一年清明至。湖南桂东县仙山陵园里，青山乡党员干部陪着方璇的家人将一束束菊花轻放碑前。“方乡长，请您放心，现在我们村里大家都越来越好了。”方璇，一位在偏远村寨深耕扶贫事业的年轻党员，勒紧腰带上山、挽着裤脚下田，短短几个月，走遍数百户村户。2017年，在前往扶贫点的途中，因车辆滑落山崖不幸殉职，年仅26岁。“我能吃苦，希望组织给我压担子！”大学毕业的她选择扎根乡间，在脱贫攻坚的战场上冲锋在前，以心许党，以身报国，血染青山终不悔。

同样是26岁的年纪，同样是钢铁般的意志。1941年11月17日，中共鄂西特委书记何功伟被敌人押到湖北恩施方家坝后山五道洞刑场。临刑的100余级石板路上，敌人放言只要回一回头就不杀他。这位年轻的共产党员拖着沉重脚镣，高唱着《国际歌》，一级级毅然迈上台阶，始终没有回头。宁死在光明中站着死，绝不在黑暗中跪着生。热血澎湃的丹心，因理想而

涌动着烈焰；稚气犹存的面庞，因信仰而熔炼成钢。“对马克思主义的信仰，对社会主义和共产主义的信念，是共产党人的政治灵魂，是共产党人经受住任何考验的精神支柱。”习近平总书记的宣示字字铿锵。追求真理的道路上，因为相信，所以看见。赵世炎坚信，“革命种子已经遍布大江南北，一定会茁壮成长起来”；黄诚深信，“莫道途难时日远，鸡鸣林角现晨曦”；瞿秋白笃信，“从今后，福音遍天下，文明只待共产大同”……一旦认定了这个信仰和主义，先进的中国共产党人再也没有彷徨过、动摇过。信仰从哪里开始，精神就从哪里产生。为国献油，秉持着“干，才是马列主义；不干，半点马列主义也没有”的信念，新中国第一代钻井工人王进喜，带头跳进泥浆池里用身体搅拌，终于制服井喷；洪水来袭，原广州军区某集团军“塔山守备英雄团”9连战士李向群请求党组织“把最危险、最困难、最艰巨的任务”交给自己，在救生衣上郑重写下“全力以赴”四个字，一次次冲锋在前，拳拳赤心守护巍巍长堤；台风过境，顶着狂风和高过山坡的巨浪，中船重工第七六〇研究所副所长黄群率队加固试验平台。“三会一课”记录本上，他工工整整写下入党誓词，并用自己的行动作出壮烈的诠释；

“理想信念之火一经点燃，就永远不会熄灭。”习近平总书记的话充满力量。全民族抗战同仇敌忾，渡江战役横扫千军，抗美援朝英勇无畏，抗震救灾勇往直前，抗疫斗争逆行出征，脱贫攻坚尽锐出战……回望百余年征程，一代代中国共产党人以信仰为旗，以真理为路，用滚烫热血和坚强臂膀，扛起民族的责任、国家的荣光。据不完全统计，近代以来，为中国革命和建设事业献出宝贵生命的烈士

约有2000万。他们大多数是共产党员，大多数没有留下姓名。2025年9月30日，天安门广场上，鲜艳的五星红旗高高飘扬，人民英雄纪念碑巍然耸立。习近平等党和国家领导人同各界代表一起，向人民英雄敬献花篮。这是自2014年设立烈士纪念日，习近平总书记连续12年在这一天出席仪式，风雨无阻，行为世范。党的十八大以来，习近平总书记一次次踏访英雄故地、致敬先烈精神，深情讲述一个个为理想信念舍生取义的英烈故事，以一堂堂生动鲜活“理想信念课”，引领新时代中国共产党人筑牢信仰之基、补足精神之钙。北京东城区五四大街29号，红砖砌筑、红瓦铺顶，一座庄重古朴的红色小楼静静矗立。1916年，北大红楼始建，李大钊回到中国，积极投身新文化运动。《庶民的胜利》《布尔什维主义的胜利》《我的马克思主义观》等一篇篇文章，敲响了革命的钟声，点燃了信仰的火种。110年后的今天，当参观研学的学生们纷至沓来，踩下这个每一步与先贤的足印重叠，耳畔仿佛又响起英烈在生命最后一刻的呼喊：“不能因为你们今天绞死了我，就绞死了伟大的共产主义！”

这束理想之光，划过暗夜长空，照亮了民族复兴的人间正道。

山河为证——“永远与人民同呼吸、共命运、心连心”

伊犁昭苏公墓，铲一锹黄土，覆一层哀思。一朵名为“蛟龙”的淡红色月季，寄托着百姓对人民公仆的深切缅怀。曾几何时，雪原之上，新疆农产品品牌建设与产销服务中心主任贺娇龙一袭红衣、策马奔腾，为家乡奔走代言；田间地头，她躬身助农带货纾困，把温暖送到千名群众心间，直至生命永远定格在为奋斗的疆场。（下转第4版）

## 融入统一大市场 畅通国内大循环

——学习贯彻习近平总书记全国两会期间关于增强经济韧性重要论述系列述评之一

新华社记者 谢希瑶 王聿昊

市场是最稀缺的资源，超大规模市场是我国的优势所在。用好市场资源和优势，纵深推进全国统一大市场建设，是当务之急，更是战略之举。今年全国两会期间，习近平总书记在参加江苏代表团审议时指出，经济大省发展底盘稳、抵御外部冲击能力强，才能支撑全国经济大盘稳定。强调“要练好内功、做强自身，全面融入全国统一大市场，助力畅通国内大循环”。

回望“十四五”，一个数字十分亮眼：86.4%！这是2021年至2024年内需对经济增长的平均贡献率，见证着中国“大市场”向“强市场”稳步跃升。面对风高浪急的外部环境，中国稳居全球第二大经济体、制造业第一大国，以及全球第二大消费市场、第一大网络零售市场、第二大进口市场，彰显我国经济强大韧性与活力。

习近平总书记深刻指出：“市场资源是我国的巨大优势，必须充分利用和发挥这个优势，不断巩固和增强这个优势，形成构建新发展格局的雄厚支撑”“建设全国统一大市场，不仅是构建新发展格局、推动高质量发展的需要，而且是赢得国际竞争主动权的需要”。

审时度势、着眼全局、谋划长远。2025年7月，习近平总书记主持召开中央财经委员会第六次会议。会议指出，纵深推进全国统一大市场建设，基本要求是“五统一、一开放”，即统一市场基础制度、统一市场基础设施、统一政府行为尺度、统一市场监管执法、统一要素资源市场，持续扩大对内对外开放。

着眼顶层设计，出台《中共中央 国务院关于加快建设全国统一大市场的意见》《全国统一大市场建设指引（试行）》；聚焦社会信用，印发《关于健全社会信用体系的意见》；瞄准公平竞争，修订反不正当竞争法，施行民营经济促进法……“四梁八柱”基本建立，为全国统一大市场夯基垒台。

“十五五”规划纲要专章部署“纵深推进全国统一大市场建设”，从“完善全国统一大市场基础制度规则”“维护公平竞争市场秩序”“促进市场设施高标准联通”三方面细化具体措施。市场活力的源泉在地方，纵深推进全国统一大市场建设的“最后一公里”也在地方。习近平总书记多次在地方考察时强调“融入全国统一大市场建设”。

融入全国统一大市场，要打破“小循环”，共建“大舞台”。

循环畅通无阻，市场才能气血充盈。习近平总书记指出：“防止各地搞自我小循环，打消区域壁垒，真正形成全国统一大市场”“着力矫正市场失灵，规范竞争秩序，使全国统一大市场成为各类经营主体公平竞争的大舞台”。

推动要素市场改革，广东突出抓好粤港澳大湾区内地九市要素市场化配置综合改革试点任务落地；破除地方保护、市际分割和“内卷式”竞争，江苏构建光伏等重点产业监测机制；优化民营企业法治环境，浙江迭代升级“民营经济32条”……

政府行为越规范，市场作用就越有效。多地落实落地规范市场准入和公平竞争制度，着力推动资本、土地、技术、人才、数据等要素自主有序流动、高效公平配置，以“优环境”提供发展“硬支撑”，以“要素活”激发市场“新动能”。

融入全国统一大市场，要弹好“协奏曲”，共下一盘棋”。要结合区域重大战略、区域协调发展国家战略实施，优先开展统一大市场建设工作，发挥示范引领作用。（下转第3版）

## 锐意进取 干字当头 全力以赴开好局起好步

## 万家寨引黄北干支线工程建设全速推进



本报讯（记者 赵宏伟 杨澜 杨瑞君）作为山西省重点民生水利工程、山西现代水网“第一横”朔州至大同骨干工程，万家寨引黄北干支线工程目前已全面进入管架充水试验和泵站机组调试攻坚阶段。项目建设单位紧盯节点、倒排工期，统筹推进工程建设与验收准备工作，确保工程如期建成通水，为晋北地区民生改善和经济发展提供坚实水利支撑。

作为工程全线关键控制性节点，山阴县吴马营乡马家河加压泵站建设进度直接关系到整体通水目标的实现。目前该标段已完成总工程量的90%，施工单位聚焦马家河加压泵站与14公里输水管线两大核心任务，同步推进机电联调、照明系统完善、隧洞上坡段管道

包封回填及原地貌恢复等工作，坚持安全、质量、进度一体推进，计划5月底完成主副厂房装饰装修，保障全线按期具备通水条件。

机电设备安装是泵站实现加压输水的核心环节，直接决定工程供水效能。项目复工后，施工团队严格按照施工标准，细化作业流程，全力推进设备安装高效落地。自3月5日开工以来，该标段4台机组已全部安装就位，高低压电气设备安装完成70%。施工单位承诺严守规范施工，力争30天内完成全部电气安装工作，4月底实现送电调试条件，切实筑牢泵站输水动力核心。

万家寨引黄北干支线工程于2024年5月21日全线开工，批复概算总投资

15.89亿元，截至目前已完成投资9.07亿元。工程设计年引水量5549万立方米，引水流量1.71立方米每秒，建成投用后，将为朔州、大同两市四县（区）持续提供城镇生活用水、工业生产用水及生态补水，有效破解区域水资源短缺难题，有力支撑晋北新型综合能源基地建设和高质量发展。

为保障工程按总体进度节点推进，建设单位明确下一步攻坚重点：一方面全速推进末端事故备用水池建设，完善应急供水保障体系，补齐工程配套短板；另一方面全面完成泵站机组启动调试及各项通水验收工作，严格程序、严把质量，确保工程早日建成见效，让黄河之水持续润泽晋北大地。

## 强党建 破难题 促发展

## 我市行业协会商会改革“三重奏”

记者 武跃林

行业协会商会，一头连着政府，一头系着企业，是优化营商环境的“润滑剂”，也是助推经济发展的“生力军”。在我市，一场以“党建引领、改革赋能”为核心的生动实践正在行业协会商会领域火热展开。从筑牢红色堡垒到重塑监管体系，从涵养清廉生态到服务发展大局，朔州正以实干为笔、以担当为墨，奋力书写行业协会商会改革发展的崭新答卷。

把稳“方向盘”，让红色根脉扎得更深

求木之长者，必固其根本。朔州市深谙此理，始终将党建引领视为行业协会商会健康发展的“根”与“魂”，将红色基因深深植入行业协会商会发展的血脉之中，推动党建工作与业务工作从“物理叠加”走向“化学反应”。

一场组织体系的“精装修”拉开序幕。我市印发《关于调整完善中共朔州市委非公经济组织和社会组织工作委员会成员单位及职责分工的通知》，明晰各方职责，让“管业务”与“管党建”不再分家。市委“两新”工委班子配置进一步优化，人社、体育、文旅、卫健、商务等部门纷纷成立行业党委，纳入统一管理。市民政局组建社会组织

综合党委，将原隶属于社会组织党委的律师行业党委提级归口市委“两新”工委直管……一张覆盖全面、权责清晰、运转顺畅的社会组织党建工作网络越织越密，让散落的“满天星”聚成了“一团火”。

不仅要把组织建起来，更要让机制活起来。我市从规范行业协会商会党组织运行机制，严格落实党组织与管理层集体学习、工作会商联动制度，如同一对“并蒂莲”，让党建与业务同频共振、交相辉映。通过专题培训、实地督导、动态派驻党建指导员等“滴灌式”指导，一个个基层党组织变得“身强体健”，为行业协会商会高质量发展筑牢了坚不可摧的“红色底盘”。

破除“中梗阻”，让规范管理落地更实

改革是一场自我革命，需要刀刃向内的勇气和破立并举的智慧。我市聚焦内部治理、综合监管、减负增效、作用发挥四大领域，打出了一套务实管用的“组合拳”，让行业协会商会在阳光下运行、在规范中成长。据指成拳，方能聚力。我市建立由市委社会工作部牵头、17家职能部门参与的全市性行业协会商会联席会议制

度，打破部门壁垒，汇聚工作合力，形成市委统一领导、联席会议协调推进、各部门齐抓共管“大合唱”格局。

制度先行，有章可循。《全市性行业协会商会理事会工作指引》《全市性行业协会商会监事会工作指引》的出台，为“两会”规范运行提供了“操作手册”；《朔州市行业协会商会负责人任职管理办法》的落地，则严把了“关键少数”的入口关。协同民政、行政审批等部门重新核定名单，明确第一批25家行业协会商会的“监护人”，构建起环环相扣的全链条监管体系。

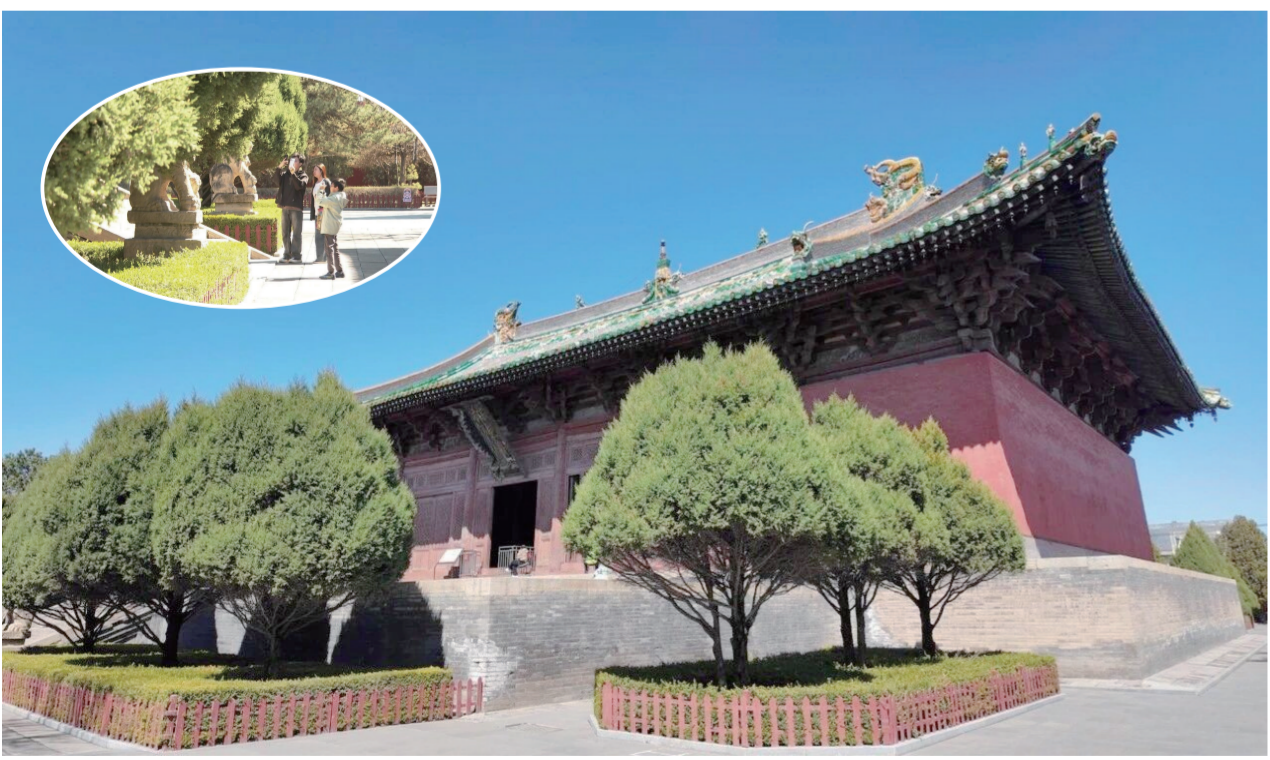
减负松绑，轻装前行。我市大力整治形式主义，从规范基层调研、示范创建、评比达标等活动，让行业协会商会从无谓的事务中解脱出来。同时，一份《会员单位行业协会商会诚信自律承诺书（示例）》的制定，引导行业筑牢诚信基石，让自律成为习惯，让规范成为常态。

劲吹“清廉风”，让行业生态变得更优

风清气正，方能行稳致远。我市始终将作风建设作为护航行业协会商会健康发展的“压舱石”，紧盯关键环节，压实监管责任，健全长效机制，用心浇灌出一片清廉的行业沃土。（下转第2版）

## 朔风古韵·塞上绿洲——古建游篇

## 崇福寺景区成假期热门打卡地



本报讯（记者 张智宙 马富瑞）清明小长假，踏青赏春、品读历史成为不少市民游客的出行选择。全国重点文物保护单位、国家4A级景区崇福寺景区，凭借深厚的历史文化底蕴和精美的辽金古建筑瑰宝，迎来假期旅游小高峰，景区在做好文物保护的同时，优化服务保障，让游客在古韵悠悠中度过文明有序的清明假期。在朔州的千年古刹崇福寺，很多市民和游客都会选择来到这里赏壁画、看“五绝”，在春光里触摸文脉。漫步古寺，春光与古建相映成趣，

游客们细细感受千年古刹的独特韵味，大家对崇福寺的历史底蕴、建筑美学赞不绝口，趁着清明假期，游客们拍照打卡，沉浸式感受晋北大地的历史人文魅力。游客张硕说，崇福寺历史悠久，“五绝”非常震撼，希望多了解一些山西的古建。游客张简说，感觉朔州是一个很有文化底蕴的城市，崇福寺古风古韵，环境也特别优美。游客杨佳贝说，崇福寺塑像非常精美，而且这里还安静。

同时，面对清明假期的客流逐渐增长，景区提前谋划部署，统筹做好文物保护与游览服务工作，全力保障游客游玩体验，以精细化服务护航假期文旅市场有序运行。朔城区崇福寺文物保护单位讲解员何焱说，清明假期游客数量较往年有所增加，崇福寺所有讲解员全员上岗，同时为了让广大游客有更好游览体验，崇福寺提供了一些暖心举措，为游客提供免费热水，应急充电和药品急救箱，还有免费行李寄存等服务，让游客拥有好的体验的同时更好地全面地了解朔州的古建筑及文化。



走进企业看发展

朔州市程源建材有限公司

“绿色+智能”双轮驱动 赋能高质量发展

本报讯（记者 丰慧 张一波 杨瑞君）作为我市建筑材料领域的“绿色工厂”，朔州市程源建材有限公司...

节能环保新型建筑材料生产基地。公司自成立以来，始终将环保理念贯穿生产全过程...

级，三号车间内建设与生产热潮并行。其中，一条18型全自动混凝土制品生产线正在紧张建设中...

山西朔州山阴兰花口前煤业公司

百米井下拼出亮眼成绩单

本报讯（记者 朱怡 通讯员 李翠娟）3月末，在山西朔州山阴兰花口前煤业公司百米深的矿井下...

务，生产组织面临多重挑战。该公司通过提前部署、精准调度，打响了一场抢时间、保产量的攻坚战...

制施工方案。技术人员优化掘进机截割参数、调整作业顺序，掘进机司机反复实操磨合操作技巧...

一家「补焕」添暖意

本报讯（记者 刘磊 李妍 闫红祥）2026年国家家电以旧换新补贴政策全面落地，政府补贴、商场优惠、厂家让利三重利好齐发力...



为加快推进教育数字化转型，提升教师人工智能教学应用能力，近日，怀仁市举办以“智启教育新生态·AI赋能新课堂”为主题的中小学人工智能教育赋能提升培训会。

我市对高风险人群开展免费内镜检查

本报讯（记者 刘淑花）为贯彻落实2026年省政府民生实事“对上消化道癌高危人群开展内镜检查3万名”的工作要求...

朔州经济开发区消防救援大队 消防宣传进小区 携手共筑安全网

本报讯（记者 叶兴茂 赵媛 韩雨思）近日，朔州经济开发区消防救援大队联合多部门，深入辖区高层住宅小区...

富，工作人员结合高层建筑火灾特性与典型案例，向小区居民、物业工作人员细致讲解高层火灾危害及日常防火防范要点...

（上接第1版）依托“三会一课”、主题党日等载体，基层党组织常态化开展作风锤炼和纪律教育...

党建赋能，改革发力，最终要落到担当作为、服务大局的生动实践中。在我市，一个个行业协会商会如同跳动的“音符”...

生产效率，产品样式、色彩和尺寸也将更加丰富，用途更为广泛。

除新建生产线外，该公司去年年底新投产的大型水泥管道生产线也正满负荷运转。该生产线智能化程度高、工艺先进...

旧利废、节支降耗专项行动，对废旧锚杆托盘、U型钢棚、设备零配件等废旧物资进行分类修复、二次利用。

在产量、进尺、利润三大核心指标之外，还有一个指标被反复核对——安全。该公司始终坚守安全红线...

正是踏青好时节

清明踏青正当时 市民尽享好时光

清明时节，草木苏醒，柳枝抽芽，杏花、桃花缀满枝头，空气里漂浮着淡淡清香。这个小长假，市民们纷纷走出家门，走进公园、郊野、乡村...

市民李峰一家在草地上铺开野餐垫，摆出面包和水果。“平时工作忙，难得有空陪孩子，趁着清明假期，带他们来感受大自然。”

公园里，春意与人声共闹。4月5日清晨，敬德公园早已热闹起来。晨练的老人打着太极，动作舒缓如行云流水...

除了湿地，近郊乡村游也成为热门选择。朔城区神头镇、山阴县广武村的农家园迎来大批游客...

清明西山寻春色 桃花漫道醉游人

本报讯（记者 赵宏伟 杨澜 杨瑞君）春风送暖，清明小长假恰逢盛花期，城市周边踏青赏花游迎来热潮。在西山森林公园内...

身着传统服饰的游客与盛开的桃花相映成趣，氛围感十足。不少游客是通过网络了解到此处景致，专程前往打卡...

市新时代文明实践指导中心 春暖清明寻芳趣 乐享自然好时令

本报讯（记者 祁智民 张智雷）近日，市新时代文明实践指导中心在我市泮汇公园开展“春暖清明，乐享自然”主题活动...

让孩子们在实践中提升感知力、美育素养与社交能力，在课堂之外感受传统文化魅力。市新时代文明实践指导中心工作人员介绍：“组织这次活动，一方面是为了传承二十四节气传统文化...”

朔城区北城街道办事处 倡文明祭扫 树时代新风

本报讯（记者 刘希军）近日，朔城区北城街道办事处举办“倡文明祭扫 树时代新风”主题活动，通过文化科普与手工实践相结合的形式...

统习俗，重点普及文明、绿色、安全祭祀相关知识，引导居民摒弃传统陋习。同时，社区还组织居民开展流沙蜡烛制作、绿植栽种等实践活动...



春季气温持续回升，森林防火工作步入关键阶段，应县藏寨乡严格落实乡领导包片、乡干部包村、到村工作大学生驻村、村“两委”干部全天候不间断巡查的联防联控机制...

朔州市政务服务热线 12345 民有所呼 我有所应 接诉即办

# 买得放心 花得安心

## ——消费环境优化让百姓消费更舒心

新华社记者 戴小河

柴米油盐、衣食住行，过日子处处离不开消费。2025年《优化消费环境三年行动方案（2025—2027年）》实施以来，各地区各部门紧紧围绕百姓消费需求，瞄准消费堵点难点精准发力，用一项项务实举措、一个个鲜活成效，让群众消费更安心、更省心、更舒心，也让消费市场的烟火气越来越浓。

优化消费环境，离不开系统的谋划和坚实的政策支撑。

围绕老百姓最关心的消费难题，市场监管总局牵头联动30多个部门，推出近150项具体举措，覆盖消费供给、市场秩序、维权服务等环节，让消费环境提升方向有抓手。全国48个地区率先开展试点，打造放心商圈、放心市场、放心景区，形成可复制可推广的好

经验；上线“消费查”平台，20多万家承诺无理由退货的单位信息公开可查，消费者动动手就能摸清商家情况。同时，全国各地开展3200余场主题活动，曝光典型案例近百起，全社会共护消费环境的氛围越来越浓厚。

守护消费安全，就得对市场乱象动真格出实招。

针对百姓最反感的假冒伪劣、缺斤短两、霸王条款等问题，市场监管部门持续开展“守护消费”铁拳行动，精准发力、从严查处。加油站计量不准、珠宝首饰以假充真的行为被重点打击，仅加油站计量相关案件就查办7万多起，形成有力震慑。一年多来，全国查处违法广告案件3.86万件，26个省份统一销毁侵权假冒伪劣商品3683吨，用严格的

执法、扎实的举措，筑牢消费安全底线。

政策惠及百姓，关键在于往市井扎、往实处走。

各地结合自身实际，走出一条条接地气的路子。在云南大理新华银器小镇，当地在市场监管部门的指导下，通过行业协会强化自律，规范商户经营行为，150多家商户主动承诺线上线下30日无理由退货，累计办理退货金额670多万元。这里还设置银饰品鉴定中心，当场出具检测报告，实现对商品质量、计量的全方位把控。

消费过程中难免遇到问题，便捷高效的维权服务，正破解“投诉无门、维权麻烦”难题。

作为全国消费维权服务站建设试点城市，山西省运城城市两年内建成

200多家12315消费维权服务站，让“5分钟响应、半小时处置、24小时办结”从承诺变成常态，2024年以来受理的11000多起投诉全部办结，百姓步行就能找到维权服务站。

放眼全国，2025年全国12315平台接收投诉举报2646万件，12315热线平均接通率提升至92.5%，为消费者挽回经济损失43.5亿元。杭州、成都、厦门、南宁等地探索线下消费“一键和解”新模式，将消费维权嵌入移动支付流程，通过数字手段实现消费者与商家线上沟通，减少中间环节，降低维权成本。

从城市的商超门店到乡村的集市小摊，从线上购物的便捷省心到线下消费的安心放心，每一点变化都藏在日常生活里。下一步，各地区各部门还将持续聚焦百姓消费需求，补齐服务短板、做实各项举措，让放心消费融入每一个环节，让消费市场更具活力，让消费真正成为拉动经济发展的强劲动力，为美好生活添砖加瓦。

新华社北京电

### 今日关注

## 服务生活

# 调肝运脾 行气化湿

### 清明养生要诀：

新华社记者 田晓航 帅才

4月5日迎来二十四节气中的第五个节气——清明。在中医看来，这一时节是调畅气机、养护脾胃的黄金期，养生的核心原则在于：调肝、运脾、养阳以安内；行气、避风、化湿以攘外。

清明节气气温回升，草木萌动，百花盛开，但昼夜温差仍然较大，我国南北气候差异显著：北方干燥多风，南方特别是江南则湿润多雨。

“从中医角度看，清明处于春季，对应五脏中的‘肝’。”中国科学院西苑医院风湿病科主任医师王鑫说，此时阳气升发，肝气最为旺盛，若肝气郁结或肝阳上亢，易引发头晕目眩、口干口苦、焦虑失眠等症。

同时，春季风邪当令，加之早晚仍然寒凉，因此，这一时期风寒邪气容易侵袭人体，诱发旧疾、阻滞气血，引起呼吸道疾病、过敏性疾病和关节疼痛。南方多雨潮湿的环境则使湿邪容易侵入人体，困阻脾胃，导致食欲不振、腹胀腹泻。

清明时节如何将养生融入日常？

专家建议，晚11点前睡觉、早7点前起床，顺应春气助阳气升发；晨起用木梳从前额梳至后颈，左右侧各100下，助升发清阳；上午9点至11点晒晒后背以温煦经络、补充阳气；穿衣应“上薄下厚”，重点护好颈、腰腹、脚踝等部位。

“饮食原则上要‘减酸增甘’。”王鑫说，宜少吃山楂、乌梅等酸味食物，多吃山药、红枣、茯苓等健脾、祛湿食物，同时，尽量避免食用辛辣刺激性食物、羊肉等热性食物及海鲜等发物，防止肝火过旺或诱发旧疾，少吃生冷油腻食物以免损伤脾胃、助长湿气，还可适当食用荠菜、菠菜、香椿芽等蔬菜帮助肝气疏泄。

运动锻炼和情志调节也有助于疏泄肝气。例如，选择散步、慢跑、太极拳、八段锦等舒缓运动，以微汗为度；通过踏青、听音乐疏解情绪；每日按揉太冲穴3分钟，帮助疏肝解郁。

“中医养生讲究因地制宜。”针对清明节气南北气候差异，湖南省中西医结合医院副院长肖长江特别提醒，北方养

生应以润燥防风、温阳护肝为核心，早晚及时添衣，大风天避免直吹，饮食需注意滋阴润燥；南方养生重在健脾祛湿、散寒防潮，注意适时开窗通风，饮食侧重健脾祛湿，湿气重者还可用水草煮水泡脚。

清明既是节气，也是我国重要的传统节日，兼具自然与人文内涵。其间的风俗习惯不仅是文化的传承，更蕴含着中医“治未病”的思想。

专家介绍，扫墓祭祖的过程中，适度抒发悲伤的情绪可“以悲开肝”，间接疏泄肝气；吃青团，食材中的艾草可温阳祛湿，糯米可补中健脾；放风筝、仰望天空可舒展肝气，远眺能养肝明目……

古人云：“万物生长此时，皆清洁而明净。故谓之清明。”让我们趁着天地“清洁明净”的好时机，运用朴素的养生智慧调养好身心，向阳生长。

新华社北京电

## 我国学者为老年髌部骨折救治提供新方案

新华社哈尔滨电（记者 杨思琪 张玥）老年髌部骨折因高致残率和死亡率严重威胁老年人健康与生命安全。近日，首都医科大学附属北京积水潭医院、哈尔滨医科大学及哈医大二院等联合开展的一项研究，聚焦我国县级医院老年髌部骨折管理现状，探索出贴合基层实际的多学科协作诊疗路径，为推动优质医疗资源下沉提供了科学依据。这项成果于4月3日凌晨3时发表在学术期刊《柳叶刀-区域健康（西太平洋）》上。

哈尔滨医科大学公共卫生学院副院长田懋一表示，多学科协作模式能有效缩短术前等待时间、降低并发症风险。但在一些县级医院，该模式面临综合专业力量匮乏、跨科室协作不畅、标准化诊疗路径尚未健全等多重落地阻碍。

研究团队在黑龙、河北、山东等10个省份的10家县级医院开展研究。团队创新采用“患者旅程图”，全景记录了39名患者从入院到出院的真实轨迹。

研究团队与一线医护人员从等待时间长、合并症管理难、协作不畅、认知

不足等问题入手，凝练出三项针对性强、高可操作性的改进路径：由医院管理层牵头组建多学科协作团队，完善标准化诊疗路径与绿色通道，大幅缩短各环节等待时间；依托系统培训、临床审计与效果反馈，强化基层医务人员规范化诊疗、围手术期综合管理及早期康复理念；提升患者及家属对早手术、早康复的认知，增强诊疗依从性。

该论文通讯作者、北京积水潭医院教授杨明辉表示，老年髌部骨折救治成效很大程度上取决于尽快完成规范评估并缩短术前等待。此次研究明确了县级医院的薄弱环节，对提升我国相关患者整体救治质量具有重要现实意义。

中华医学会全科医学分会主任委员王永晨说，推进健康老龄化的关键在于将预防、救治、康复和长期管理有效贯通。依托县域医疗服务体系，不断夯实基层网底，让广大老年人获得系统连续的康复保障。

据悉，该研究团队将开展更大规模、更贴近真实场景的随机对照试验，为我国老年髌部骨折诊疗管理的规范化、同质化发展提供科学支撑。

## 暴雨和大风预警

# “南雨”“北风”继续唱全国天气主角

新华社北京电 中央气象台4月6日早晨继续发布暴雨蓝色预警和大风蓝色预警，江南中南部、华南北部等地有中到大雨、局地有暴雨或大暴雨，西北地区东部、内蒙古大部、华北北部和西部、东北地区等地有大风天气。

7日夜起，南方降水区将北抬，8日至9日，江淮、江汉南部、江南北部及重庆等地的部分地区将有中到大雨，局地暴雨或大暴雨，并伴有短时强降水等强对流天气。

中央气象台同时预报，6日，东北地区中北部、青海南部、西藏北部等地有小到中雪或雨夹雪，局地大到暴雪。

气象专家提醒，在清明节假期的最后一天，湖南、江西、福建等地部分地区的雨势较强，公众出行和旅游时需注意安全，尽量远离山区、河谷、地势低洼等地；内蒙古、华北、东北等地风力较大，公众要警惕大风天气对日常生活、交通出行的不利影响，驾车时警惕横风，注意安全。



4月5日，游客在浙江省嘉兴市南湖景区湖心岛乘坐游船游玩。清明假期，人们度假休闲，踏青游玩，释放“春日经济”新活力。新华社发 金鹏 摄

## 动态

### 9部门发文推动 服务消费提质惠民

新华社北京电（记者 王聿昊 谢希瑶）记者4月3日从商务部获悉，商务部等9部门近日联合印发服务消费提质惠民行动2026年工作方案，旨在扩大优质服务供给，释放服务消费潜力，更好满足人民群众个性化、多样化、品质化服务消费需求。

工作方案从完善政策支持、创新消费场景、搭建平台载体、扩大对外开放、强化标准引领、优化消费环境等6个方面，提出64条具体任务举措，围绕餐饮住宿、养老托育、文旅旅游、体育健康等传统服务消费领域，以及家政服务、网络视听、入境消费、演出服务等新增长点领域，从供给和需求两端协同发力，打造一批带动面广、显示度高的消费新场景。

商务部相关负责人表示，商务部将会同相关部门扎实推进各项任务举措落地见效，推动扩大服务消费，满足人民美好生活需要。

### 2026年全国城市联合招聘 高校毕业生春季专场活动启动

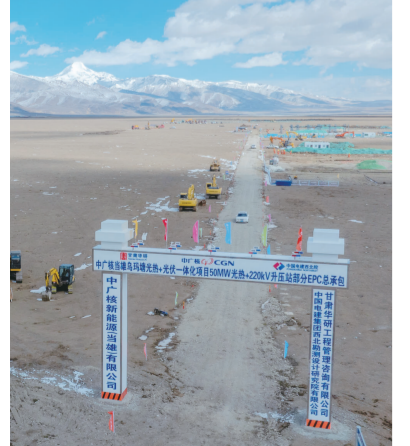
新华社北京电（记者 王聿昊 张昭洁）记者从人力资源社会保障部获悉，2026年全国城市联合招聘高校毕业生春季专场活动日前在宁夏银川启动。各地公共就业和人才服务机构、人力资源社会保障机构和行业协会，将重点面向2026届高校毕业生及往届未就业高校毕业生，开展线上线下招聘等活动。

线上招聘将在中国人才网网设主会场，开设热招岗位、行业专场、区域专场等专区专栏，同时紧扣地方重点产业与人才需求，组织开展系列城市直播带岗活动。

线下招聘将聚焦数字经济、绿色经济、先进制造、国际贸易等领域，推出行业性专场活动；服务国家区域发展战略，组织西部地区、雄安新区等区域性专场活动；结合未来产业布局，举办高层次人才专场招聘活动；面向高校集中、毕业生数量较多、中西部及东北地区等就业任务较重的城市，组织综合性或行业性跨区域巡回招聘。

活动期间还将组织就业创业指导专家进校园、进企业、进园区，开展就业创业政策宣传、求职咨询和职业指导；组织毕业生走进企业、基层单位、产业园区参观和岗位体验等。

据悉，活动将持续到5月底。



这是中广核西藏当雄乌玛塘50兆瓦光伏电站破土动工现场。

4月6日上午，中广核西藏当雄乌玛塘“光热+光伏”一体化项目中的50兆瓦光伏电站在拉萨市当雄县乌玛塘乡正式开工建设。据中广核光热技术首席专家尹航介绍，该项目场址海拔4550米，是目前全球海拔最高的槽式光伏电站。

新华社记者 丁增尼达 摄



4月5日，在安徽省铜陵市郊区大通镇大院村，农民在姜田里巡视。眼下，在安徽省铜陵市大通镇、天门镇等地，姜农们忙着起垄、种植白姜、施肥、搭建姜棚，田间地头呈现一派忙碌的春耕图景。

据介绍，铜陵白姜已有2000多年种植历史，姜圃保种催芽、高畦高垄种植、芭茅搭棚遮阴等技艺传承至今。2023年，铜陵白姜种植系统被联合国粮农组织认定为全球重要农业文化遗产。每年清明前后是铜陵白姜种植的最佳时节，人们躬身田间，把希望的良种播进沃土，用勤劳的双手延续古老的农耕文明。

新华社记者 张端 摄

## 全国铁路迎来清明假期返程客流高峰

新华社北京电（记者 樊曦）记者从中国国家铁路集团有限公司获悉，4月6日，全国铁路迎来假期返程客流高峰，预计发送旅客2080万人次，计划加开旅客列车1369列。4月5日，全国铁路发送旅客1475.6万人次，运输安全平稳有序。

今年清明假期与部分学校春假叠加，探亲、祭祖、踏青、旅游、研学等出行需求旺盛，铁路客流保持高位运行。从

铁路12306车票预售情况看，6日热门出发城市主要有北京、成都、广州、杭州、武汉、南京、上海、西安、郑州、重庆；热门到达城市主要有北京、广州、上海、成都、武汉、郑州、深圳、杭州、南京、西安；南宁至广州、西安至成都、沈阳至北京、成都至西安、大同至北京、北京至上海、武汉至上海、长沙往返武汉等热门区间客流相对集中。

各地铁路部门根据客流情况精准增

加运力投放，落实便民利民服务措施，保障旅客顺利返程。国铁武汉局集团公司加开旅客列车213列，在主要车站免费发放“爱心卡”及樱花元素文创纪念品，为旅途增加春日元素。国铁成都局集团公司加开旅客列车240列，奉节、云阳、巫山等车站主动对接地方文旅、交通部门，在出站口设置景区专线汽车乘车点，实现车站与三峡之巔、白帝城等核心景区无缝接驳。国铁乌鲁木齐局集团公司加开旅客列车31列，安排热方向20列动车组列车重联运行，喀什站增设旅游团体、学生团体专属窗口，为出游团队提供票务办理、进站引导等服务。

“人气”，推动消费从中心城市向城乡全域扩散。

这名负责人表示，为保障假期人民群众平安顺畅出行，交通运输部在清明假期继续实施7座及以下小客车免收高速公路通行费政策，聚焦拥堵路段、充电特别繁忙服务区，“一段一策”“一区一策”，满足群众祭扫、出游等多元出行需求。同时，交通运输部全力抓好安全风险防范，加强重大危险源提级管控，对“两客一危”车辆、高风险路段和桥隧等7类13项重大危险源实施提级管控。

交通运输部有关负责人介绍，假期首日，全国高速公路车流量突破6267万辆次，其中新能源车超过1400万辆次，旺盛的自驾出行带动景区、酒店、租车消费呈两位数增长。此外，返乡祭扫、乡村深度游等给农村地区带来了

## 2026年清明假期交通出行人数预计超8.45亿人次

新华社北京电（记者 叶昊鸣）记者4月6日从交通运输部获悉，今年清明假期（4月4日至6日），全社会跨区域人员流动量预计为84537.8万人次，日均预计为28179万人次，同比2025年清明节假期增长6%。

具体来看，公路人员流动量预计为77845万人次，日均预计为25948万人次，同比增长5.8%；铁路客运量预计为5767.9万人次，日均预计为1923万人次，同比增长8.2%；水路客运量预计为372.5万人次，日均预计为124万人次，同比增长9.8%；民航客运量预计为

552.4万人次，日均预计为184万人次，同比下降1.3%。

今年全国多地中小学春假与清明连休，激发了以亲子游、家庭游为主的出行热潮，形成了覆盖交通服务、文旅住宿、餐饮零售、能源补给的全链条消费场景。

交通运输部有关负责人介绍，假期首日，全国高速公路车流量突破6267万辆次，其中新能源车超过1400万辆次，旺盛的自驾出行带动景区、酒店、租车消费呈两位数增长。此外，返乡祭扫、乡村深度游等给农村地区带来了

局，统筹内外。

习近平总书记强调，以国内大循环为主体，绝不是关起门来封闭运行，而是通过发挥内需潜力，使国内市场和国际市场更好联通，更好利用国际国内两个市场、两种资源，实现更加强劲可持续发展。

市场监管总局近期出台举措，进一步推进内外贸产品同线同标同质；连年举行的进博会、广交会、消博会，让高品质需求与高质量供给双向奔赴；浙江以油气全产业链开放发展为抓手，加快打造大宗商品资源配置枢纽；宁夏深化与阿拉伯国家经贸合作，提高内陆开放水平……

不拒众流，方成江海。对于各地来说，要找准自身在国内大循环和国内国际双循环中的位置和比较优势，积极对接国际高标准经贸规则，以制度型开放为破除深层次体制机制障碍、增强全球要素资源配置能力提供持久动力。

融入全国统一大市场，要打好“攻坚战”与“持久战”。

建设全国统一大市场，触及深层次利益格局调整，必然会遇到各种阻力和挑

战。习近平总书记将其定位为“攻坚战”与“持久战”，激励各方面形成推进合力。

山东将“市场壁垒清零”纳入地市级考核，湖北把优化营商环境纳入各级党政领导班子政绩考核，京津冀三地市场监管部门针对知识产权等重点领域，联合发布执法指引……多地探索用好考核“指挥棒”，增强监管穿透力，持续激发市场活力。

融入全国统一大市场，最难拆的不是行政壁垒，而是地方干部的思想束缚。各地要“坚持小道理服从大道理、地方利益服从国家整体利益”，打破政绩观、用好用足“两只手”，善于“算大账”，在立与破中同向发力、形成合力、久久为功。

市场如水，畅则不腐；发展如舟，通则必达。

融入全国统一大市场，是发展命题，更是改革命题。各地要以“咬定青山不放松”的韧劲，将国家所需、地方所能、市场所盼紧密结合，以深化改革开放破卡点、强联通、建枢纽、增动力，在融入和服务全国发展大局中实现更大发展，为中国号巨轮行稳致远提供有力支撑。

新华社北京电

# 慎终追远 家国同念

## ——大江南北清明寄思

新华社记者 刘佳敏 王贤思 程济安

清明又至，祖国大江南北，家国同念。人们缅怀先烈、追忆故人，礼敬传统、弘扬新风，把对先辈的崇敬、对亲人的思念、对生命的思考，融为家国一体的绵长情意。

### 青山埋忠骨 山河念英雄

近日，全国各地烈士陵园、革命纪念馆迎来祭扫高峰，人们以朴素庄重的方式缅怀英烈、致敬忠魂，在追思中铭记历史、传承力量。

4月3日，江西瑞金市华屋村后山，细雨霏霏。百余名华氏族人来到红军烈士纪念馆前，缅怀在长征中牺牲的17位华屋籍烈士。“今年是红军长征胜利90周年，我们自发来到华屋，既是为了告慰先烈，也是为了让后人在缅怀中凝聚力量。”从福建上杭县专程赶来的华钟海说。

90多年前，华屋村仅有43户人家，却有17位青壮年参加红军，出发前，每个人在后山种一棵松树，立下“见松如见人”的约定。然而，漫漫征途上，17人全部牺牲，留下“青松依旧在，不见儿郎归”的悲壮。

“从小就听长辈讲过17棵松的故事，我们有责任把这份红色基因传下去。”27岁的华晓东说。

在祖国西南边陲，新警杨胜英来到西双版纳景洪市勐龙烈士陵园，看望素未谋面的前辈蔡晓东。几年前，蔡晓东在执行缉毒任务时与持枪毒贩搏斗，不幸中弹牺牲。从警15年，蔡晓东参与侦办毒品案件247起，缴毒逾1.6吨。

杨胜英说，站在烈士墓前，更体会到身上这身警服的重量，“那是默默坚守，是无畏奉献的忠诚担当。”

英雄从未远去，精神永续传承。福建屏南县革命烈士陵园内，戍边英雄陈祥榕的墓前鲜花簇拥，“清澈的爱，只为中国”的铮铮誓言，依然打动着无数国人。

### 新风润清明 绿色寄哀思

4月3日上午，湖南常德安乡县董家垌社区居民刘明星走进社区生态公益墓地，他从社区工作人员手中接过一束免费的菊花，用来悼念亲人。

往年清明，他要花几百元钱买鞭炮、纸钱、香烛。去年社区建起生态公益墓地，免费提供祭扫用的鲜花。“以前是思想没转过弯，现在觉得，虽然方式在变，但对亲人的思念不会减少。”刘明星感慨道。

文明节俭治丧、节地生态安葬、绿色低碳祭扫的理念正为越来越多人接受。数据显示，4月4日清明节假期首日，全国各地共接待现场祭扫群众1900余万人次，其中选择绿色低碳祭扫方式的群众占比超过六成。

清明期间，山东东营市辛店街道思源陵园，不见纸钱纷飞，未闻烟熏火燎。社区居民吴兵在母亲墓前驻足献花。他说，去年母亲去世，社区红白理事会上门服务，从遗体接运到安葬，不到两天，只花了一千多元。

过去，一场丧事动辄几万元，群众负担过重。近年来，辛店社区将“厚养薄葬”写进村规民约，成立红白理事会，建起标准化丧事大厅和思源陵园。丧事由理事会兜底，公益墓位和吊唁服务免费，一至两天就能办完。

在云南省西双版纳州勐海县，花葬、树葬、草坪葬等环保安葬方式也推行开来，近两年来，选择生态安葬的居民达3424人。勐海县民政局局长王南腊说：“我们推动生态安葬与社会治理深度融合，通过完善制度、升级设施、加强扶持，引导群众从被动接受转向主动选择。”

在福建漳州长泰区湖珠村，一座“生命公园”静卧在山坡林下。4月5日，村民们站在一块块斜卧的“生命里程碑”前纪念亲人。湖珠村党总支书记洪

鸿伟介绍，公园以斜卧的“生命里程碑”取代高大的墓碑，推行树葬、花葬、草坪葬，让生命回归青山绿水、鸟语花香。

如今，漳州已建成的“生命公园”覆盖了635个村居，可提供60多万个穴位。一座座“生命公园”让逝者“入土为安、落叶归根”，也让回归自然的节地生态安葬理念深入人心。

### 慎终追远意 家风继世长

纪念，是为了更好地前行。清明，是祭扫的日子，也是家风传承的课堂。

4月3日，江西抚州市烈士陵园。93岁的梅古文拄着拐杖，俯身擦去墓碑上的水痕，将一束束白菊摆正。他参加过抗美援朝，退伍后把“纪律”和“清廉”刻进了骨子里。女儿梅苏珍陪在一旁，她仔细擦拭墓碑四角，轻声对孩子说：“要记住先辈的付出。”

外孙女周若芊是这份家风的传承者，26岁的她是抚州市的红色故事宣讲员。每年扫墓，她都陪在外公身边，听他讲当年的战斗岁月。扫墓结束后，她把外公讲的故事整理下来，写成宣讲稿，带进课堂，让大家明白，责任和信念就在身边。

清明不仅是缅怀，更是一种提醒，提醒年轻一代记住来路，守住初心。

4月4日，湖南芷江居民曾星华带着读初中的女儿曾一可来到英雄广场烈士陵园。曾星华说，家家家教的核心是教孩子做人。在清明假期带孩子来陵园祭奠烈士，就是希望女儿能学习先辈的勇敢，也懂得敬畏与感恩。

“今天的衣食无忧、岁月静好，不是理所当然，我们不能忘记先辈的付出。”曾一可说。

慎终追远，民德归厚。家国同念，生生不息。这个清明，英烈精神融入山河，文明新风吹拂大地，优良家风绵绵不绝——大江南北，思念与希望同在。  
新华社北京电

梨花风起，人间清明。从春山上的缅怀时刻，到公园里的亲子时光；从乡野间的烂漫山花，到城郊外的依依杨柳……祖国各处春光万里、生机无限。人们在这美好的时节里竞相出游踏青，乐享清明假期，为春日经济写下深厚人文注脚。

### 上春山 寄长思

清明假期第一天，南京雨花台烈士陵园迎来众多市民游客。青松翠柏掩映下，一盆盆鲜花绿植组成硕大的“缅怀”字样，衬托得雨花台烈士陵园庄严肃穆。

纪念碑前，佩戴着红领巾的小学生手捧菊花，轻轻放下，深深鞠躬，缅怀之情溢于言表。

一年一清明，一岁长追思，慎终追远、缅怀先人的传统，为清明节增添了厚重的文化底蕴，令人们的出游更显意义不同。

一束鲜花、一刻驻足、一种力量。各地各有关部门把清明节作为赓续红色基因、激发爱国热情的重要契机，引导人们更加珍惜今天来之不易的幸福生活。贵州遵义会议会址、江西井冈山革命烈士陵园、沈阳抗美援朝烈士陵园、红岩革命纪念馆……浸透着红色文化的景区和纪念地既有历史积淀，又有春日美景，成为清明假期游客寄托情怀的重要目的地。

中国气象局预报，清明假期期间，除东北、江南南部、华南、西南地区东南部以及西藏中南部的部分地区受降水影响外，全国其他大部地区以晴或多云天气为主，总体适宜旅游出行。好天气，引得人们纷纷上春山、过节日。

据民政部统计，4月4日，全国共有6.63万家殡葬服务机构提供现场祭扫服务，全天共接待现场祭扫群众1928.93万人次，其中选择绿色低碳祭扫方式的群众1209.96万人次，占现场祭扫总人数的62.73%。

有所寄，故有所安。春风中飘荡着丝丝缕缕的哀思，思念中升腾着源源不断的动力，清明假期的小憩，积蓄着身体和精神的再出发。

### 度春假 乐亲子

今年政府工作报告提出，支持有条件的地方推广中小学春秋假。清明节

# 踏春好去旅行

## 清明假期文旅市场一路春光

新华社记者 徐壮 杨淑君

前后，春假在全国更大范围普及，继此前已经全省或者局部试点春假的浙江、四川等地，江苏、安徽、山东、湖南、贵州等省份也新加入了实施行列。春假“遇”清明假期，进一步激活亲子文旅市场。

在北京玉渊潭公园，樱花绽放、春水荡漾。樱花树旁，来自广东佛山的陈女士正在为两个女儿拍照，留下春假美好回忆。

“一直想带孩子们来北京看看，今年女儿学校放了2天春假，刚好跟清明假期连在一起，很适合出远门旅行。”陈女士说，这是她与孩子们的首次北京之旅，除了玉渊潭公园，还计划去颐和园和长城游览。

去哪儿旅行数据显示，今年多地“春假+清明假期”连休，形成小长假，推动4月1日至6日出行热度显著提升，人们的出行半径显著扩大，出行半径在800公里以上的旅客增长三成以上。亲子客群成为出游主力，飞机上13至18岁乘客量增长85%，12岁以下乘客量增幅55%，均高于其他年龄段乘客增速。

温馨可人的亲子体验，在旅游中拉长了时光。假期中，春日研学游异军突

起，“植物科普”“民俗体验”“农事活动”等产品受到家长欢迎。在携程旅行平台上，北京、西安、沈阳等文化名城成为亲子研学游热门去处，西安博物院、颐和园、沈阳故宫等景区深度讲解产品销售一路走高。

对家庭来说，主题乐园依然是不出错的经典去处。清明假期，多地主题乐园开始进入游览旺季，上海迪士尼度假区、珠海长隆海洋王国、北京环球度假区、常州中华恐龙园等热度居高不下。

### 赏春色 续民俗

杭州碧霞楼前的樱花、苏州网师园的玉兰、洛阳隋唐城遗址植物园的牡丹……清明时节，神州各地次第花开，构成一幅幅社交媒体上出圈的春色“名场面”，拉动春日“赏花经济”。

今年春天，“Color Walk”（色彩漫步）在年轻人中悄然流行。在春日的花团锦簇中，游客不用复杂的攻略、没有预设的终点，只需在出门前选定一种颜色，便可循着色彩的线索，一头扎进城市的春和景明。

飞猪数据显示，3月以来，“赏花”“踏青”等关键词的搜索热度环比上月上涨3.8倍，平台上游览观光类度假商品的成交额同比增长72%。观赏大好春光，既是清明假期的仪式感，也是当前热门的出游主题。

清明前夕，大明湖畔，2026“一年四季·泉在济南”主题活动推介暨春游花朝、2026济南花朝荟启动。“十二花神”身着汉服、款款而来，再现传统花朝节的雅致风韵。

在济南，各大景区假期以花为媒、因花引客。融入非遗、演艺、巡游、市集等元素后，民俗更显活力，赏花经济链条进一步延伸。据统计，截至4日14时，全市纳入监测的30家重点旅游景区共接待游客39.1万人次，实现营业收入1390.5万元。

在上海，清明小长假首日多座公园游客量超过3万人次。在北京，市属公园4月4日共接待游客58.57万人次。满园花香交织着诗词雅韵，民俗趣味，引人共赴一场春日民俗盛宴。

这个假期，人们感受着“春城无处不飞花”的节气之美，延续着“游子寻春半出城”的美好追求。神州上下，一路春光，一路繁花。  
新华社北京电

### (上接第1版)

噩耗传出，远近的农牧民自发送她最后一程。在百姓心中，这朵“娇龙”永不凋零。

习近平总书记指出，“中国共产党是人民的党”“永远与人民同呼吸、共命运、心连心”。

自诞生之日起，我们党就把“人民”二字写在旗帜上、融入血脉里。105年来，一代代中国共产党人深深扎根在人民之中，与人民风雨同舟、同甘共苦。

危难关头，他们奋不顾身，赴汤蹈火为人民——

贵州遵义红军烈士陵园，一尊“红军菩萨”的雕像前摆满香炉和黄菊，祭奠长眠于此的红军卫生员龙思泉。

战火纷飞的时代，这位年轻的军医焔热了穷苦村民冰冷的额头，却倒在了追赶大部队的路上，牺牲前还紧紧抱着为百姓治病的药箱。

变幻的历史时空，如一的为民情怀。

80多年后，还是在这片红色热土，贵定县云雾镇基层干部黄和艳的签到表，骤然停止在2020年2月2日。在世纪疫情斗争中，昼夜奋战在防控最前哨的她，把对父老乡亲的大爱，化作黔山贵水之间一座精神的丰碑。

丹心映日月，赤胆为黎元。持刀歹徒的袭击下，派出所民警武霖临危不惧，身负重伤仍与其殊死搏斗，最终抓获命案逃犯，自己却身中两刀，为守护人民群众英勇牺牲；

烈火肆虐的楼宇内，“90后”消防员钱凌云、刘杰疏散被困居民，被瞬间喷出的热浪推倒，二人手牵手从13楼坠落牺牲，青春永远定格在那一刻；

冰冷刺骨的河水中，国企职工黄启

东奋力托举落水群众，先将孩童推至岸边，再转身营救孩子的父亲，用生命换回一个家庭的完整，此时距离他退休仅剩23天；

他们没有铠甲，却在生死一线间义无反顾，逆行而上，以凡人之躯把危险挡在身前，为人民筑起屏障，诠释了融入灵魂深处的责任与担当。

平凡岁月，他们恪尽职守，鞠躬尽瘁护苍生——

全村305户贫困户，谁家住哪里、家里几口人、老人有什么病、孩子成绩怎么样、种了几亩地、养了几只羊，甚至每家每户的脾气性格，云南宁蒗县纪委监委驻跑马坪村扶贫工作队长长沙天文了如指掌，从不用翻本子，被当地干部群众称为“一本移动的扶贫工作‘活字典’”。

驻村四年，他把根扎进了这片土地，却在一次检查拆旧复垦和危房改造工作的路途中翻下边坡。他留下的是驻村岁月里家家户户门前的足迹，是那句“把工作做到群众心坎上”的无声践行。

天下之大，莫大于民心。人民法官边晓斌常年扑在办案一线，诚挚耐心调解民事纠纷，用滚烫的心架起与百姓的“连心桥”，直至在勘查现场时不慎失足跌落，猝然告别了他所热爱的司法事业；

大学教师周骞与癌症抗争六年，患病期间仍坚守讲台，化疗致单耳失聪后使用扩音器授课，弥留之际还在念叨未完成的工作，生前奖励和慰问金都以资助困难学生等方式捐出；

组工干部杨汉军有一时间就往贫困村里钻，把自己当作包保户郭婆婆的儿子，扑下身子帮扶产业发展，用不知

疲倦的身影诠释一名党员干部对人民群众的深情牵挂；

……

中国共产党人不计较个人得失，追求的是人民群众的幸福安康。

英雄把人民放在心上，人民把英雄举过头顶。

1944年除夕，山东临沭县朱村，八路军“钢八连”24名战士为保卫村民乡亲，与日伪军浴血奋战，全部壮烈牺牲。从那年起，朱村百姓立下规矩：大年初一第一碗饺子，不拜神明，只敬英烈。

江山就是人民，人民就是江山。从“唤起工农千百万，同心干”的革命年代，到“遍地英雄下夕烟”的建设热潮；从“杀出一条血路来”的改革征途，到“心往一处想、劲往一处使”的新时代，中国共产党人以忘我的牺牲和奉献，激励和召唤着亿万人民生死与共、相依相随。“有盐同咸、无盐同淡”的鱼水深情，筑起了“真正的铜墙铁壁”。

人民至上，天下归心。

### 山河永固 ——“我们已经走出一条光明大道，我们要继续前行”

2026年3月19日，四川中江县黄继光纪念馆，青松翠柏掩映下，一场思想的洗礼激励着新时代强军报国的赤子之心。

“向英雄黄继光学习，不怕困难，敢于胜利！”面向英雄塑像，一排排身披绶带、胸戴红花入伍新兵高举右拳，庄严宣誓，铮铮誓言响彻云霄。

“脱下校服穿上军装，‘清澈的爱，只为中国’——这是我们这一代对英雄最好的告慰。”从校园到军营，新兵们光

荣地完成身份的转换，立志在火热军营淬炼成钢，为党和人民奋斗终生。

前人肇始，后继不衰。英雄们的丰功伟绩光耀千秋，共产党人的精神长河澎湃向前。

不忘初心、牢记使命，革命精神永续传扬——

延河水畔，以党员为骨干的宝塔消防救援站张思德消防服务队战时是攻坚队、先锋队，平时是服务队、宣传队，以赤胆忠心、过硬本领，努力做老区人民信赖的“好后备”。

千山脚下，国网鞍山供电公司雷锋共产党员服务队的“红马甲”穿梭于城市和乡村，为困难群众开展免费隐患排查、爱心帮扶，将暖心服务送至千家万户；

古都开封，河南大学地理科学与工程学院部新生入学的第一堂思政课上，老师们从兰考的一颗“沙”讲起，带领同学们从焦裕禄精神中汲取力量；

……

一个人也好，一个政党也好，最难得的就是历经沧桑而初心不改、饱经风霜而本色依旧。

“不忘初心，牢记使命，就不要忘记我们是共产党人，我们是革命者，不要丧失了革命精神。”习近平总书记的谆谆告诫，指引民族前行的方向。

谦虚谨慎、艰苦奋斗，惕厉自省永葆朝气——福建福州，八闽英烈廉政事迹陈列馆，“红色金融家”高捷成的一封家书格外引人注目。

“所欠挂百川银庄二万多元的债，时刻纪念在心，本利至今当在三万余。国家得救，民族得存，清债还利当不短欠分文……”

坚守“救国才能顾家”的信念，虽经手巨额资金，却宁欠私款，不贪墨一分，始终将个人利益置于革命大局之下，共产党人的廉洁本色和浩然正气跃然纸上。

“学习先烈 艰苦创业”。1995年1月，时任福州市委书记习近平同志在《福州革命烈士传略》一书上写下这样八个字。

慎终如始，则无败事。新时代新征程，中国共产党人戒骄戒躁，慎独慎微，坚持用改革精神和严的标准管党治党，以勇于自我革命精神打造和锤炼自己，不断清除一切侵蚀党的健康肌体的病毒，永葆党的先进性和纯洁性。

敢于斗争，善于斗争，无惧艰险永远奋斗——

“缺氧不缺精神、艰苦不怕吃苦、海拔高境界更高”。

2006年7月，青藏铁路全线通车。雪域苍穹下，历经近半个世纪的拼搏奋斗，新中国的建设者们以血肉之躯勇闯生命极限、力破万重之障，如铁的雄关在如铁的意志、如铁的精神面前化为坦途。

关山万千重，山高人为峰。20年后的今天，雅鲁藏布江下游水电工程大幕拉开，新一代中国共产党人致敬“天路”忠魂，勇攀科技高峰，全力推动能源绿色低碳转型，在世界屋脊上创造新的奇迹。

“我们已经走出一条光明大道，我们要继续前行。”习近平总书记激励全党。

战斗正未有穷期，不待扬鞭自奋蹄。燕赵大地，长风浩荡，山河形胜。

新华社北京电

# 人人把好防火关 有备无患保平安

请勿随意乱扔烟头

