

# 为中国式现代化提供坚强安全保障

(上接第一版)

总体国家安全观全面汲取中华优秀传统文化精髓,系统总结中国共产党维护国家安全理论成果和实践经验,是当代中国对世界的重要思想理论贡献。

立时代之潮头,发时代之先声。习近平总书记亲自担任中央国家安全委员会主席,亲自谋划、亲自部署、亲自指挥,指引新时代国家安全工作蹄疾步稳、砥砺前行。

率先垂范,起而行之。党的十九大将坚持总体国家安全观写入党章,党的十九届五中全会首次把统筹发展和安全纳入“十四五”时期我国经济社会发展的指导思想,党的二十大报告对国家安全进行专章部署……维护国家安全贯穿党和国家工作各方面全过程,确保国家安全和社会稳定。

国家安全法、国防法、海警法、香港国安法、粮食安全保障法、网络安全法、数据安全法……一系列维护国家安全的法律制度修改,中国特色国家安全法律体系更加成熟完善,为推进国家安全体系和能力现代化提供最基本、最稳定、最可靠的保障。

高扬的旗帜,凝聚奋进的力量。总体国家安全观经过实践检验,富有实践伟力,指引中国特色国家安全道路越走越宽广。

**“以高效能治理促进高质量发展 和高水平安全良性互动,以新安全格局保障新发展格局”**

黄浦江畔,城市发展的生机活力与百姓平安的从容底气交相辉映,大街小巷热闹繁华,秩序井然。

2025年4月,习近平总书记在上海主持召开部分省市区“十五五”时期经济社会发展座谈会,“以高效能治理促进高质量发展和高水平安全良性互动,以新安全格局保障新发展格局”等重要论述发人深思。

安全和发展,是一体之两翼、驱动之双轮。

发展是安全的基础,安全是发展的条件。新时代中国特色社会主义事业在统筹发展和安全中乘风破浪、行稳致远,续写经济快速发展和社会长期稳定两大奇迹新篇章,充分彰显总体国家安全观的强大真理力量。

下先手棋、打主动仗,化解高质量发展中各种风险挑战。

备豫不虞,为国常道。党的二十届四中全会将“坚持统筹发展和安全”明确为“十五五”时期经济社会发展必须遵循的原则之一,明确提出“在发展中国安全,在安全中谋发展,强化底线思维,有效防范化解各类风险,增强经济和社会韧性,以新安全格局保障新发展格局”。

国不断健全开放条件下防御外部风险的制度体系,促进开放和安全协同共进。

扩大高水平对外开放,提出全球安全倡议,倡导共同、综合、合作、可持续的安全观……为变乱交织的世界注入确定性和稳定性,让和平发展成为世界各国的共同选择。

既抓好发展这个“第一要务”,又办好安全这个“头等大事”,中国号巨轮在“进”的航程中始终保持“稳”的定力,劈波斩浪,一往无前。

**“坚持以民为本、以人为本,坚持国家安全一切为了人民、一切依靠人民”**

马年春节,电影《惊蛰无声》将当代国家安全题材首次搬上银幕,让人们在跌宕起伏的情节中感受隐战线上的无声较量 and 忠诚守护。

“有了他们的默默付出,才有我们的岁月静好。”一名网友在评论区的留言,表达着对无名英雄们的崇敬之情。

以人民安全为宗旨,国家安全工作归根结底是保障人民利益。

“既重视国土安全,又重视国民安全,坚持以民为本、以人为本,坚持国家安全一切为了人民、一切依靠人民,真正夯实国家安全的群众基础”,习近平总书记字字铿锵,指明新时代国家安全的鲜明底色。

一切为了人民,为群众安居乐业提供坚实保障——

2024年夏天,一则“罐车运输食用油”的媒体报道受到广泛关注,引起社会公众担忧。

“舌尖上的安全”,事关重大。2025年9月,食品安全法以“小切口”修改的方式,针对液态食品道路散装运输和婴幼儿配方液态乳监管等具体问题作出完善,夯实食品安全防线。

新的发展蓝图,人民始终居于中心。安全祥和的节日,人潮熙攘的假期,家家户户的和美,老老少少的笑容,每一个幸福瞬间、每一幅温馨画面,都是平安中国的生动缩影。

2025年,全国公安机关共立刑事案件数同比下降,检察机关批准逮捕各类犯罪嫌疑人数同比下降,人民法院审结严重暴力犯罪案件数同比下降。我国社会治安形势持续向好,是世界公认的最安全国家之一。

从老百姓深恶痛绝的跨境电信诈骗犯罪集团被依法严惩,到2025年生产安全事故总起数下降8.7%,再到“十四五”期间全国PM2.5浓度累计下降20%……着力解决人民群众反映强烈的安全问题,筑牢安全屏障步履不停,托举你“稳稳的幸福”。

赤诚赴使命,微光护山河。“没有边界的安宁,哪有万家的平安?”云南省普洱市澜沧县糯福乡

综治中心工作人员彭贵荣拖着假肢,为群众化解矛盾纠纷:“咱们穿这身警服,要把黑暗挡在老百姓看不见的地方。”四川省成都市公安局禁毒支队原支队长王宇飞将一生奉献给禁毒斗争……默默无闻的身影,撑起一方平安,守护万家灯火。

一切依靠人民,汇聚起维护国家安全的强大力量——

2016年,在首个全民国家安全教育日到来之际,习近平总书记作出重要指示,强调“动员全党全社会共同努力,汇聚起维护国家安全的强大力量,夯实国家安全的社会基础”。

独力难支,众擎易举。各地各部门把国家安全宣传教育融入日常,通过人们喜闻乐见的形式,推动总体国家安全观深入人心,凝聚全社会共同维护国家安全的强大合力。

“维护国门生物安全,共建美丽生态家园。”今年3月,青岛大港海关关员走进青岛第二实验初级中学,结合近年来查获的典型案列和有害生物标本,向同学们讲解国门生物安全的重要意义。

4月10日起,许多群众走进中华苏维埃共和国国家政治保卫局旧址和总体国家安全观瑞金教育培训基地,重温红色政权保卫工作的光辉历史,领悟新时代国家安全的丰富内涵与非凡成就。

进企业、进农村、进社区、进学校……全民国家安全教育基本实现“七进”局面,宣传教育的领域覆盖度、群众认知度、社会参与度不断提高。

教育部组织开展“千万高校学生同上一堂国家安全教育课”;国家安全机关对为维护国家安全作出重要贡献的群众进行集中表彰奖励;各地基层工作人员奔波在乡村街道,宣传国家安全知识……

从《哪吒闹海》用皮影戏揭露“笑气”“上头电子烟”的危害,到浙江“红枫义警”进门入户开展反诈宣传,再到重庆渝检“未”团队当起孩子们的法治“讲师”……安全知识“飞入寻常百姓家”,讲到人们心坎里。

快递小哥发现单据上的可疑用语,协助截获非法宣传品;渔民捞起海上窃密装置,及时上交国家安全机关……越来越多人从“旁观者”变身“参与者”,维护国家安全、社会安定成为全社会的自觉行动和共同追求。

思想之旗领航向,壮阔事业铸新篇。

“国家安全是安邦定国的重要基石,维护国家安全是全国各族人民根本利益所在。”

循着习近平总书记指引的方向,筑起国家安全坚不可摧的钢铁长城,为中国式现代化建设提供更加坚强的保障。

(新华社北京4月14日电 记者 罗沙 冯家顺 齐琪 孙鹏程)

□新华社记者 张建新 栗雅婷

当前正值新鲜蓝莓大量上市,有关“蓝莓能消炎”“蓝莓堪比消炎药”的说法引发了不少讨论。对此,专家提醒,蓝莓虽然富含花青素和维生素C等有益成分,但不能替代消炎药,如果食用不当,反而可能带来其他健康风险。

天津市第一中心医院营养科主任谭桂军表示,在现代医学研究中,自由基与慢性炎症、衰老、糖尿病、癌症等具有一定关联,而蓝莓则富含蓝莓花青素和花青素,这些营养成分具有抗氧化、清除自由基、改善视力等作用。

“但蓝莓所谓的‘抗炎’作用并不等同于消炎药。”谭桂军表示,氧化压力会导致体内细胞受损,引发炎症反应;反过来,炎症也会产生活性氧,破坏免疫机制。蓝莓的“消炎”作用,实质上是借助其中的黄酮类物质(花青素及蓝莓花青素)抗氧化,减少氧化损伤,一定程度上抑制炎症因子的生成,从而增强免疫力,起到抵抗慢性炎症的作用,其“消炎”机制与消炎药不同。

适量食用蓝莓确实对于控制慢性低度炎症、心血管疾病等有一定的辅助作用,但是花青素在肠道中的吸收有限,当人体出现细菌、病毒感染引发的急性炎症时,绝不能用蓝莓代替消炎药治疗。

为了抑制炎症因子而大量食用蓝莓的做法也并不可取。天津市南开医院名中医馆主任戚经天表示,从中医角度来看,蓝莓性凉,脾胃虚寒者大量食用后则可能加重腹痛、腹泻等症状。此外,蓝莓含有一定量的糖分,糖尿病患者过量食用可能对血糖造成影响。

专家进一步提醒,不能把对健康的追求寄托于某一种水果。

当前,不少人为了追求“轻食养生”或“水果食疗”,常常用水果沙拉、果昔代替正餐,或者为了获取某种水果中的特定营养元素,在短时间内大量食用,专家表示这些做法都可能给身体带来健康风险。

例如,山楂富含有机酸、黄酮类物质,能够帮助消化、降血脂,但大量的有机酸(如柠檬酸、苹果酸)会刺激胃酸分泌,空腹或过量食用易引发胃部不适,对胃炎、胃溃疡患者尤其不利,可能加重病情,果酸和膳食纤维摄入过多还会加速肠道蠕动,导致腹泻。

荔枝富含丰富的维生素C和钾,对于抗氧化、调节电解质平衡等有一定作用,但是大量空腹食用可能会引发“荔枝病”。荔枝中的果糖堆积会刺激胰岛素过量分泌,可能导致低血糖的发生,出现头晕、无力、心慌等症状。

为避免“食疗”变“食伤”,专家建议,任何水果都应适量食用,同时要注意饮食的均衡。谭桂军说,健康饮食的前提是食物多样,合理搭配,每天的膳食应包括谷薯类、蔬菜水果、畜禽鱼蛋奶和豆类等食物,新鲜水果的摄入量应在200g至350g,且果汁不能代替鲜果。

此外,水果摄入的种类也应该更丰富,每种少量但是品种多样,从而确保摄入的营养更加多元。

专家提示,健康饮食的效果是潜移默化的,需要长期坚持。科学的饮食应做到多样、适量、因人而异,并结合规律作息、适度运动等良好的生活习惯,日常不应跟风将某一种食物神化,在身体出现健康问题时更不能指望通过吃大量水果来代替药品或治疗。

蓝莓不是消炎药,「水果食疗」须避坑

## 公安部、自然资源部联合公布4起非法占用耕地刑事犯罪典型案例

新华社北京4月14日电(记者 李明辉)记者4月14日从公安部获悉,为强化以案示警、以案释法,公安部、自然资源部联合公布4起非法占用耕地刑事犯罪典型案例。

这4起典型案例涉及非法占用永久基本农田,非法占用耕地堆放建筑垃圾、砂石料,非法占用耕地等农用地开采矿产资源。目前,4起案件均移送司法机关追究刑事责任,1个单位和6名自然人依法受到刑事处罚。

在黑龙江省牡丹江市孙某萍非法占用农用地案中,孙某萍于2023年6月至2023年11月,在牡丹江市东安区一处耕地擅自堆放建筑垃圾,牡丹江市自然资源局等部门多次下达整改通知,告知孙某萍所占用地性质为永久基本农田,要求恢复原状,孙某萍仍不整改。经鉴定,孙某萍非法占用耕地面积

6.82亩(永久基本农田6.45亩),导致耕地种植条件遭严重破坏。2025年9月,牡丹江市东安区人民法院对孙某萍依法作出有罪判决。

在湖北省黄冈市某公司非法占用农用地案中,某公司未经批准,于2023年11月在黄梅县某乡占用土地堆放十余万吨砂石料,造成大面积土地压占破坏。经勘测鉴定,该地块全部为永久基本农田,面积共计31.92亩。2025年11月,黄梅县人民法院对湖北某公司及公司实控人郑某军、作案现场指挥人员周某飞依法作出有罪判决。

据介绍,公安机关、自然资源部门将深入实施国家粮食安全战略,继续加强协调联动,健全工作机制,持续推动自然资源领域行刑衔接,依法严肃查处非法占用农用地违法犯罪案件,坚决守牢18亿亩耕地红线。

## 工业和信息化部将完善智能制造标准顶层设计

新华社北京4月14日电(记者 周圆)4月14日,2026年国家智能制造标准化总体组和专家咨询组全体会议在北京召开,提出“十五五”时期要健全组织体系,完善标准顶层设计,加快凝练新一代智能制造系统架构和标准体系。

近年来,我国以智能制造为主攻方向,在应用深化、产业培育和标准体系完善方面协同发力,制造业智能化水平显著提升,有力支撑了制造强国建设。工业和信息化部副部长辛国斌在会上表示,“十五五”时期,将以智能制造标准化工作为重要支撑,加快发展新一代智能制造。要强化项目牵引,优化标准供给结构,推动标准与装备系统协同攻关;要突出应用导向,依托智能工厂梯度培育等工作,

会上表示,“十五五”时期,将以智能制造标准化工作为重要支撑,加快发展新一代智能制造。要强化项目牵引,优化标准供给结构,推动标准与装备系统协同攻关;要突出应用导向,依托智能工厂梯度培育等工作,

推动标准规模化应用;要深化国际合作,拓展多双边合作机制,持续提升国际话语权和影响力。

据悉,会上公布了新一届国家智能制造标准化协调推进组、总体组和专家咨询组成员名单。

## 强化体美教育 助力全面成长

【摘要】艺术与体育是中小学素质教育的重要组成部分,对提升学生身体素质、审美能力与综合素养具有关键作用。当前部分学校存在重文化课、轻体美教育的现象,课程落实不到位、活动形式单一,不利于学生全面发展。体育能增强体质、磨炼意志,美术能陶冶情操、激发创造,二者相辅相成。学校应重视体美课程建设,丰富教学与活动形式,促进学生身心健康与审美能力同步提升。

【关键词】中小学;艺术教育;素质教育;素质教育;全面发展

在中小学教育中,体育与美术承担着不可替代的育人功能。体育课程帮助学生运动中增强体质,培养坚持、合作与拼搏的品质,有效缓解学习压力,促进身心健康发展。美术课程则引导学生感受美、欣赏美、创造美,提升审美情趣与艺术修养,激发想象力与创新能力。

然而,受应试观念影响,一些学校对体育、美术重视不够,课时被挤占、教学形式枯燥,难以满足学生成长需求。新时代教育强调德智体美劳全面发展,学校必须转变观念,真正落实体美课程。学校应保证课时,改善教学条件,丰富课外文体活动,让学生在运动与艺术中释放天性、发展特长。

教师要创新教学方式,将趣味性、实践与生活融入课堂,提高学生参与度。家长与社会也应转变观念,重视学生身心健康与人文素养,重点支持体育与美术协同推进,才能培养出体魄强健、人格健全、富有创造力的新时代青少年。

兴和二中 杨慧  
兴和县实验小学 朱丽慧

然而,受应试观念影响,一些学校对体育、美术重视不够,课时被挤占、教学形式枯燥,难以满足学生成长需求。新时代教育强调德智体美劳全面发展,学校必须转变观念,真正落实体美课程。学校应保证课时,改善教学条件,丰富课外文体活动,让学生在运动与艺术中释放天性、发展特长。

教师要创新教学方式,将趣味性、实践与生活融入课堂,提高学生参与度。家长与社会也应转变观念,重视学生身心健康与人文素养,重点支持体育与美术协同推进,才能培养出体魄强健、人格健全、富有创造力的新时代青少年。

兴和二中 杨慧  
兴和县实验小学 朱丽慧

教师要创新教学方式,将趣味性、实践与生活融入课堂,提高学生参与度。家长与社会也应转变观念,重视学生身心健康与人文素养,重点支持体育与美术协同推进,才能培养出体魄强健、人格健全、富有创造力的新时代青少年。

兴和二中 杨慧  
兴和县实验小学 朱丽慧

## 以爱润心 以德育人

作为一名班主任,我始终坚守立德树人根本任务,将温情关怀与科学管理相融,用心守护每一位学生成长。

班级管理,坚持以学生为中心,推行班级自主管理模式。通过民主推选班委,划分责任小组,制定班级公约,让学生全程参与班级建设,培养自主管理与责任担当。同时,紧扣铸牢中华民族共同体意识主线,开展主题班会、基地研学、民族团结教育等活动,厚植学生家国情怀,营造团结友爱、积极向上的班级氛围。

育人先育心,我始终关注学生全面发展。针对学困生,利用课余时间耐心辅导,挖掘其闪光点,以鼓励式教育帮其重拾信心;关注青春

期学生心理变化,主动倾听心声,疏导困惑,做学生信赖的知心师长。积极落实“五育并举”,带领学生参与劳动实践、文体活动,助力学生德智体美劳全面提升。

新时代教育离不开家校协同。我常态化开展家访、线上沟通、主题家长会,摒弃“告状式”交流,与家长坦诚沟通、同向发力,普

及科学育儿方法,凝聚家校育人合力,助力解决学生学习、生活中的实际问题。

教育之路漫漫,育人之心灼灼。我将不断精进业务,以女性的细腻与坚韧,深耕班主任岗位,践行教育家精神,为基础教育高质量发展,贡献自己的一份力量。

兴和县第四中学 刘文燕 尹华

## 诚信之贵

大学职业生涯规划课上,同学们热烈讨论,眼中既有对未来的憧憬,也有职业选择的迷茫。主题是职业价值,他抛出核心问题:“职业的立身之本是什么?决定职业走多远的关键力量是什么?”短哲沉思后,经济报酬、成就感、声望地位位成为主流答案。这些答案无可厚非,却让我想起一个跨越二十余年、关乎诚信的故事。

2001年高考,19岁的考生以三国赤壁马为主角,写下满分作文《赤壁之死》,借马诠释“诚信乃立身之本”,文老道、立意深刻,惊艳全国。因这篇考场文,他虽未达线却被南师大破格录取,攻读广播电视新闻专业,后续淡出公众视野。

我问学生:这是考场哗众取宠,还是心底的价值坚守?随即引来质疑:“不过是应试技巧”“少年意气未必当真”。这正映射当下不少人诚信的认知——似是书本教条、社交话术,而非人生信条。

我继续讲述:2010年一篇深度报道《围剿地沟油》问世,揭开食品安全黑幕,

引爆舆论,推动监管整治,深刻改变行业格局,作者正是当年的考生。

十年间,他从考场少年成长为一线记者,让诚信从纸面走向行动:深入地沟油作坊,顶住压力还原真相,用笔杆守护公众权益。他用行动证明,职业立身之本从不是利益、短暂声望,而是深植于心的诚信与道德坚守。社会主义核心价值观观的诚信,绝非空洞口号,而是“人无信,不知其可也”的古训,更是职业人生的压舱石。

大学生当学会“选择”与“坚守”:技能是职业建筑的砖瓦,诚信是稳固的地基。盯着短期利益的选择难抵长久考验,以诚信为底色的追求,虽慢却稳、虽缓却远。

下课铃响,学生眼中多了几分沉静。这个故事不是传奇,而是朴素印证:诚信从不是考场灵光一现、职场锦上添花,而是心底的光、处世的底气,是职业人生最珍贵的立身之本。

祁晓燕